



Città di Valdagno



UN LIBRO IN RETE

ELIANA LIOTTA

autrice del libro

in dialogo con

FABRIZIO FUSCO

medico



in collaborazione con
Libreria De Franceschi



Giovedì 23 Settembre 2021 ore 20.30
PALAZZO FESTARI - Corso Italia n.63 - Valdagno (VI)

Ingresso gratuito con prenotazione obbligatoria all'indirizzo info@guanxinet.it (fino ad esaurimento posti)

si ricorda che dal 6 agosto per l'ingresso a eventi, spettacoli, mostre, musei e biblioteche dovrà essere esibito il "green pass". Maggiori informazioni qui: <https://www.dgc.gov.it/web>

IL CIBO CHE CI SALVERÀ'

La svolta ecologica a tavola
per aiutare il pianeta e la salute

Esiste un cibo che è allo stesso tempo gentile con il corpo e con il pianeta. È un cibo intelligente, adatto all'Antropocene, l'epoca in cui viviamo e dove sono gli esseri umani a influenzare gli eventi della natura.

"Il cibo che ci salverà", il nuovo libro di Eliana Liotta, dimostra quanto sia indispensabile una svolta ecologica a tavola per aiutare la terra e la salute. Per salvare l'ambiente non basta più andare in giro in bici, comprare un'auto ibrida e ricordarsi di spegnere le luci. Non è sufficiente pensare solo a petrolio e carbone. Come avverte l'ONU, il riscaldamento globale non potrà arrestarsi senza modificare il sistema alimentare, da cui dipende un terzo delle emissioni di gas serra, responsabili dell'aumento delle temperature. L'aspetto straordinario è che i pranzi e le cene invocati per frenare l'inquinamento e il clima impazzito sono esattamente gli stessi che proteggono la salute e che potenziano il sistema immunitario.

Tendiamo a dimenticarcelo: siamo parte del tutto. In questo saggio l'autrice presenta per la prima volta una riflessione che parte da un approccio scientifico duplice, ecologico e nutrizionale, con la consulenza dello European Institute on Economics and the Environment (Istituto europeo per l'economia e l'ambiente) e del Progetto EAT della Fondazione Gruppo San Donato. Cinque le diete proposte, sia ecocarnivore sia vegetali, capaci di mitigare le emissioni inquinanti e di migliorare la linea e la nostra salute. Centinaia le risposte offerte alle curiosità sull'impatto degli alimenti, dagli allevamenti intensivi alla pesca, dalla coltivazione dell'avocado ai prototipi di bistecca sintetica.

Siamo quello che mangiamo e quello che mangiamo può cambiare il mondo.



ELIANA LIOTTA è giornalista e autrice di best seller come La dieta Smartfood, tradotta in oltre 20 Paesi. Per La nave di Teseo ha pubblicato L'età non è uguale per tutti, Prove di felicità e La rivolta della natura. Nel 2020 ha vinto il premio Montale per la saggistica, il riconoscimento Vivere a spreco zero e il premio Giuditta. Sul Corriere della Sera firma due rubriche settimanali: una su Corriere Salute e una su Io Donna. È la vicepresidente del Teatro Dal Verme di Milano.



FABRIZIO FUSCO medico pediatra, libero professionista, grande lettore, amico del Guanxinnet.

Evento del:



www.guanxinnet.it - tel.0445406758