
Alimentazione: diretta online con Pasquale Pellegrini

Autore: Elena Cardinali

Fonte: Città Nuova editrice

Giovedì 14 luglio alle ore 18.00 sul canale Youtube di Città Nuova un approfondimento sul tema dell'alimentazione a partire dal libro Salviamo il mondo a tavola. Guida a un'alimentazione sana e sostenibile di Pasquale Pellegrini.

Alimentazione e salute. Cosa mangiare? Quanto? Come tutelare l'ambiente facendo la spesa? Ci si può prendere cura della propria salute a tavola? Sul tema dell'alimentazione si scrive e si parla molto. Si pubblicano libri, ci sono programmi televisivi e radiofonici. Siti web dedicati. Influencer che hanno costruito grandi fortune parlando di questo argomento. Tantissime le domande. Ognuno ha la propria ricetta... Come orientarsi? Ne parleremo giovedì 14 luglio alle ore 18.00 sul nostro canale youtube. Giulio Meazzini intervisterà Pasquale Pellegrini che per Città Nuova ha appena pubblicato il volume: [Salviamo il mondo a tavola. Guida a un'alimentazione sana e sostenibile](#). **IL LIBRO: La salute e l'ambiente si tutelano nel piatto.** In una società dove la produzione di cibo è imponente proliferano al tempo stesso anche diete di vario genere. E questo accade perché la sua eccessiva abbondanza crea problemi alla salute: l'obesità e le malattie metaboliche sono i più gravi e impegnano una parte considerevole della spesa sanitaria. Dalle scelte personali può iniziare un cammino di transizione ecologica. La spesa di una famiglia è un "atto politico", un gesto di responsabilità che può determinare cambiamenti epocali e processi di equa ripartizione delle risorse a livello mondiale. Partendo dai bisogni nutrizionali dell'uomo e, allargando la prospettiva, il volume affronta i temi del consumo e degli sprechi, dell'agricoltura sostenibile e del suo legame con il territorio, dei bisogni alimentari dell'umanità spingendosi nel mondo dei cibi funzionali e della nutraceutica. Si approfondisce anche la dimensione sociale ed economica degli alimenti tipici delle nostre regioni e la loro tradizione gastronomica. Il rapporto con il cibo è dunque qualcosa di complesso e articolato: è ripensare la centralità del creato con uno sguardo attento alla sostenibilità e al futuro. **L'AUTORE - Pasquale Pellegrini** è giornalista e scrittore, si occupa di informazione scientifica, collabora con il "Corriere del Mezzogiorno" e "Città Nuova". Tra i libri più recenti: Cattolici dal potere al silenzio con Beppe del Colle (Premio Capri-San Michele 2011); Scienze e spiritualità. La trascendenza tra cultura, ricerca neuroscientifica ed evoluzione, con Vito Antonio Amodio; Babbo Natale uno di noi (Città Nuova) Il libro è disponibile in libreria, negli store online e sul nostro sito al 5% di sconto. Per acquisti da 20 euro in su le spese di spedizione sono gratuite. Per la scheda libro clicca [qui](#).

Sostieni l'informazione libera di Città Nuova! Come? [Scopri le nostre riviste](#), [i corsi di formazione agile](#) e [i nostri progetti](#). Insieme possiamo fare la differenza! Per informazioni: rete@cittanuova.it
