



10 NOTIZIE natural

a cura di Diana de Marsanich

2 PASTA MADRE DAY

Metti le mani in pasta

Vuoi provare a produrre il pane in casa? Il 31 maggio in Italia si celebra un modo di panificare più sostenibile. Piazze, mercati e agriturismi offriranno in dono un panetto di pasta madre, l'impasto di farina e acqua dove proliferano lieviti e batteri naturali, da cui ricavare pagnotte fragranti. L'elenco degli eventi del Pasta Madre Day è su: www.pastamadre.net

3 PAGINE GREEN

La banca dati vegan

Cerchi un ristorante vegano? Sei alla ricerca di un paio di scarpe realizzate senza pelle animale? Tutti gli indirizzi di negozi, ristoranti, hotel, artigiani ed eventi ispirati all'alternativa vegetale sono on line sulle pagine gialle del mondo vegano. Uno strumento per incrementare i consumi no cruelty. www.paginevegan.it

4 SCOLPISCI IL CORPO

Il festival del fitness

Dal 30 maggio al 2 giugno sulla riviera romagnola, torna RiminiWellness: il festival del fitness. Sui 46 palchi si alterneranno lezioni di pilates, danza, walking e rowing, il canottaggio "a secco". www.riminiwellness.com

5 AMICI DELLE OASI

Il Wwf per l'Amazzonia

Negli ultimi 50 anni ha perso un quinto della sua biodiversità. Ecco perché la Giornata nazionale Oasi Wwf, del prossimo 18 maggio, è dedicata alla salvaguardia dell'Amazzonia. Sostieni la raccolta fondi: www.wwf.it/amazzonia

6 COACHING IN ROSA

Lasciati ispirare

Migliorare l'autostima, i rapporti di coppia e in famiglia. S'impara a Milano il 17 e 18 maggio, all'International Women to Women Weekend, un evento tutto al femminile per imparare a gestire ogni ambito della propria vita. www.womentowomen.it

1 LA MOSTRA DI ORTICOLA A MILANO

IL GIARDINAGGIO È FASHION LA RAFFINATA ELEGANZA DEI FIORI

Richiama ogni anno vivaisti, giardinieri e amanti del verde. Orticola, la mostra di piante e fiori, rare e insolite, torna ad animare i giardini Indro Montanelli di Milano il 9, 10 e 11 maggio. Nel percorso *I giardini dei vivaisti*, sarà possibile ammirare 17 giardini, piccoli e grandi: un tripudio di erbacee perenni, peonie, fucsie e succulente, nate dalla collaborazione di un paesaggista e due vivaisti specializzati. Davanti a Palazzo Dugnani, tre aiuole verdi saranno dedicate alle rose italiane, di origini antichissime: dal 1861 al 2003, oltre 60 tipologie di boccioli spontanei e ibridi faranno conoscere una tradizione del nostro Paese ancora poco nota. In più, laboratori gratuiti per grandi e piccini. Info: www.orticola.org



Carmen De Marchi, Chiara Veronelli e Giulia Negri da Oleggio, ospiti di Orticola, indossano splendidi cappelli floreali. Un inno alla natura.



7 APPUNTAMENTI EN PLEIN AIR

Scopri parchi e giardini

Il 24 maggio si celebra la Giornata europea dei Parchi e, per tutta la settimana, saranno organizzati in tutta Italia escursioni e visite all'aria aperta. Quest'anno, per la prima volta, sarà anche la Giornata dei Giardini visitabili. Come quelli che l'Associazione Dimore Storiche aprirà gratuitamente in Toscana il 25 maggio prossimo (*sopra*: Villa Medicea La Petraia, a Firenze). Informazioni: www.parks.it/federparchi; www.adsi.it

8 HAI IL POLLICE VERDE? SEGNATI QUESTI EVENTI

- **Arco Bonsai.** Dal 1° al 4 maggio, Arco, nel Garda trentino, ospita workshop con i maestri giapponesi degli alberi in miniatura. www.arcobonsai.com
- **Guerrilla Gardening.** Dal 2 al 4 maggio, Roma raduna i guerriglieri della natura che abbelliscono gli spazi degradati della città, seminando piante e fiori. www.guerrillagardening.it
- **Festival del Camminare.** Dal 23 al 25 maggio, Bolzano ospita una tre giorni dedicata a passeggiate, spettacoli e incontri sul tema del cammino. www.festivalcamminare.bz.it
- **Ortocolto.** Dal 31 Maggio al 2 Giugno, Villa Pallavicino a Busseto (Pr), è la cornice della festa mercato della biodiversità. www.ortocolto.it

9 ORTI URBANI: È BOOM!

Aiutano a recuperare aree degradate e favoriscono la riduzione di anidride carbonica. Nati nel 1800 in Germania, si stanno diffondendo anche nel nostro Paese: sono 500mila i metri quadrati di terreno destinati agli orti comunali in Italia (*fonte Fiera di Vita in Campagna 2014*).

10 LA STELLA MICHELIN È BIO

Tra i locali più frequentati dal jet set internazionale, il ristorante Elsa del Monte-Carlo Beach Hotel, nel Principato di Monaco, è stato insignito della sua prima stella Michelin. Merito della sua cucina biologica al 100 per cento che utilizza soltanto prodotti a chilometro zero e primizie di stagione.