

IL MENSILE PER UN BENESSERE MIGLIORE

# Vita & Salute dal 1952

Come curare a distanza,  
e con poco, un'azienda agricola.  
Per contribuire a coltivare cibo  
sano e difendere l'ambiente  
Servizio di L. Cuffaro

DOSSIER  
CRONOBIOLOGIA  
I ritmi biologici  
a tavola  
per sentirsi  
meglio

## Ama la terra, adotta un albero!

4 - APRILE 2022 - POSTE ITALIANE SPA - SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE - AUT. N. 1893 - PERIODICO ROC

€ 3,40

ISSN 0042-7268



9 770042 726008

**PANINI VEG** I fast food ne offrono sempre di più. Sono di qualità?  
**PELLE E GRAVIDANZA** Cosmesi per la salute di mamma e feto  
**FORFORA** Shampoo e piante per un risultato efficace  
**EFFETTO D. KRUGER** Giudica gli esperti ma non ha competenze

Direzione Scientifica  
Franco Berrino



STILI DI VITA AMBIENTE

Prendersi cura a distanza di una piccola porzione di un'azienda agricola. Per aiutare i contadini a coltivare cibo buono e di qualità. Dare una mano alla biodiversità e al futuro del Pianeta

di **Lucia Cuffaro**

MONICA  
THE JUMPER

**Adotta una pianta.  
E chi la produce**

**Nella foto,  
Apicoltura Terrantiga,  
in Sardegna**



**D**a dove proviene il cibo che è in tavola? Come è stato coltivato? Chi lo ha prodotto? Domande in genere di difficile risposta. Ma il vento sta cambiando e oggi è sempre più facile gustare alimenti freschi che arrivano direttamente dall'agricoltore, sostenendolo in un percorso non semplice. Tante, infatti, sono le condizioni avverse che possono incidere sulla raccolta: il freddo inaspettato, le piogge torrenziali, la siccità e la carenza di acqua, la presenza di animali selvatici, e spesso purtroppo anche gli incendi dolosi.

Condividere questo rischio è un gesto generoso e soprattutto consapevole, che permette di dare respiro ai produttori per poter continuare a fare uno dei lavori più difficili e resilienti dell'era moderna: il contadino. Come farlo?

Tra le varie possibilità c'è la cosiddetta "Adozione a distanza" di una parte della produzione di un'azienda agricola. Una nuova tendenza che in Italia sta prendendo sempre più piede, in ogni Regione della penisola.

### **L'adozione, passo dopo passo**

Come funziona? Basta seguire qualche piccola indicazione.

Se non si conosce un'azienda ad hoc, si può fare una ricerca molto veloce sul web. Basta scrivere "adotta azienda agricola" "categoria di produzione (es. un melo)" e poi la "Regione italiana o il territorio" che si vuole sostenere.

Fatto questo studio si va sul sito web dell'azienda dove vi è un form per la richiesta e il relativo metodo di pagamento. In pochi secondi ci si ritrova ad aver adottato una pianta o qualche metro quadro di terreno coltivato. In cambio si ricevono dei prodotti e benefit dell'azienda agricola, che arrivano dopo alcuni mesi direttamente a casa. Nel caso di un melo si tratta ovviamente di un cestino di mele o del succo di questi frutti.

Non può mancare il certificato di adozione personalizzato; si riceve e si possono leggere poi tante informazioni per e-mail, sui social e sul sito, per seguire l'andamento del raccolto grazie ai racconti dei contadini che se ne occupano. Un modo per sentire ancora più vicina la pianta che si è scelto di adottare.

Di fatto sono centinaia in Italia le aziende che hanno attivato questo genere di percorso e migliaia le persone felici di fare un'azione che genera un impatto sociale e ambientale positivo per il Pianeta. Il sistema delle adozioni è un modello economico del tipo "win-win": tutti vincono, dall'agricoltore, al consumatore, al territorio. Non solo vi è un

sostegno alla produzione, ma un incentivo ai progetti agricoli per la riqualificazione di un luogo.

È il caso dei progetti "Adotta un campo di grano" che combattono lo spopolamento delle terre agricole e sostengono gli agricoltori che hanno scelto la filiera del grano.

In Sicilia c'è la Masseria Susafa della famiglia Saeli-Rizzuto, che da cinque generazioni si impegna a tramandare la tradizionale cultura contadina nella Contrada Susafa a Polizzi Generosa, in provincia di Palermo. Hanno attivato da qualche anno il progetto "A Modern Farmer", un'iniziativa di sostenibilità ambientale basata sul consumo alimentare che mira a creare ➔

## AVVICINARE LE PERSONE ALLA NATURA

### **Diventa "contadino digitale"**

**P**er facilitare l'incontro tra produttori e consumatori sono nate delle piattaforme che permettono con un click di aderire a interessanti progetti. Begreentelligent è una startup creata da Alessandra Cardullo, 42 anni, Gianni Schiano, 50 anni, grazie ai fondi della Regione toscana. "Il nostro obiettivo è di riportare la natura vicino alle persone, facendole riconnettere con essa. Ci impegniamo a far conoscere la vita sui campi, spiegando come sole, vento e pioggia possono essere determinanti nella crescita rigogliosa delle nuove piante e nello sviluppo dei raccolti. Le nostre aziende fanno un'agricoltura naturale ed etica, e vogliamo raccontarla attraverso uno storytelling creativo con curiosità, buffi racconti, foto e video per vedere come cresce e viene curata la pianta adottata. Sul sito si può scegliere una pianta di ulivo, una vigna, una raccolta di tartufi o un campo di grano, tutti simboli del made in Italy. Immediatamente si riceve il certificato di contadino digitale e una serie di informazioni di approfondimento. Dopo circa 8-10 mesi arriveranno anche i prodotti frutto di quell'adozione. Finora hanno aderito al progetto aziende toscane, abruzzesi, umbre e siciliane. Le persone che hanno fatto questa scelta sono per l'80% italiane, ma non mancano anche appassionati stranieri".



## STILI DI VITA

Nella foto, una confezione di miele Beeos, Apicoltura di Leonardo Attiani

### SOSTENERE LA MICROECONOMIA DI UN BORGO I “Coltivatori di Emozioni”

Non solo si può adottare una pianta, ma anche lo stesso agricoltore, sostenendo così l'economia locale degli antichi borghi e con essa anche la diffusione e il mantenimento dei saperi antichi che stiamo perdendo.

È il caso di “Coltivatori di Emozioni”, la piattaforma lanciata nel 2016 per sostenere e supportare i piccoli produttori dell'agro-alimentare, in collaborazione con l'associazione I Borghi più belli d'Italia. Si può fare una donazione per il borgo che si vuole sostenere diventando “un azionista della bellezza e del gusto”. In cambio si potranno degustare prodotti tipici del territorio come lo zafferano di Navelli in provincia de L'Aquila, il tradizionale farro di Abbatteggio in Abruzzo, o il riso di Nicorvo in Lombardia.

Ogni adozione genera anche occupazione giovanile, dato che il produttore riceve non solo denaro ma anche un buono lavoro da un'ora da destinare a ragazzi che risiedono nel borgo per le varie attività agricole come il trapianto, la semina o la vendemmia.

una rete di consumatori virtuosi attraverso l'adozione di campi di grano, ma anche di ulivi, piante di pomodoro e ciliegi.

I produttori spiegano: “Dopo aver formalizzato l'adozione da 90 € a pacchetto, si ricevono le credenziali di accesso per seguire la crescita del cibo attraverso una webcam, e anche i corsi di cucina online e il ricettario del mese. Successivamente in base alla preferenza della materia prima, arriveranno 25 kg di farina a scelta tra 6 diversi tipi o 15 Kg di pasta di semola di 4 diversi formati, 10 litri di olio extravergine di oliva, 15 barattoli da 312 g di confettura di ciliegia o 30 bottiglie da 330 g di passata di pomodoro”.



Anche i bambini possono essere coinvolti in questi processi. Nel 2018 l'azienda Molini Pivetti a Renazzo, in provincia di Ferrara, ha avviato un progetto che nasce dall'intento di far conoscere ai bambini della scuola primaria come prendersi cura del Pianeta con esperienze dirette, toccando con mano la terra e facendo sperimentare l'antica tecnica “a spaglio” della semina del grano. “Una micro impresa nata nel 1875, quando Valente Pivetti, il mio bisnonno, decise di costruire un molino a vapore per la macinazione del grano tenero”, racconta Alberto Pivetti, che guida l'azienda di famiglia con la moglie Marisa e i figli Paola, Gianluca e Silvia.

#### Contro lo spreco alimentare

Questo sistema di adozioni a distanza permette anche di diminuire lo spreco alimentare. Il produttore può coltivare il giusto, sapendo esattamente quanto raccolto dovrà ricavarne. Nella filiera alimentare tradizionale si lavora invece senza sapere se si sarà in grado di vendere interamente tutta la produzione. A questo si aggiunge il fatto che non vengono scartati i cibi brutti, dato che tutto è buono, al di là della sua estetica.



Tra le possibilità più diffuse in Italia c'è quella di adottare un ulivo. L'Azienda Agricola Podere Montisi, a Calenzano in provincia di Firenze, propone non solo l'adozione di una pianta in coltivazione biologica secondo i metodi della tradizione toscana, ma anche di partecipare dal vivo al momento di raccolta delle ulive e della frangitura, per avere un olio fresco, sano e con la soddisfazione di aver contribuito alla sua produzione. Un'adozione con vacanza lavoro!

Da evidenziare anche l'iniziativa “Adotta un ulivo abbandonato”, il progetto di Ager Oliva, una startup di Pistoia, nata per salvare i 4 milioni di ulivi abbandonati in Toscana, recuperando così terre incolte e sostenendo la crescita di alberi anche contro il rischio idrogeologico. Un'idea per un regalo eco-sostenibile, dato che la persona prescelta riceverà oltre al certificato di adozione, anche la foto con l'etichetta del nome dato alla pianta e un salutare olio d'oliva biologico.

La cura di una pianta a distanza aiuta quindi i contadini a mantenere economicamente la loro terra, e al contempo di ridurre le emissioni di CO<sub>2</sub>, tutelando la biodiversità.

#### Un'ape per amica

E in tema di biodiversità non si può non parlare di api, insetti impollinatori fondamentali per il futuro del Pianeta. Vi sono molte iniziative in Italia su questo tema. Tra i più antichi c'è Terrantiga, in Sardegna: un progetto di apicoltura biologica grazie al quale si può adottare un alveare, ricevendo in cambio un cofanetto con preziosi mieli sardi. Un percorso che inizia da lontano e che gli stessi promotori, la famiglia Ca-



**Nella foto, Begreentelligent, startup creata da Alessandra Cardullo e Gianni Schiano**

boni, amano raccontare: “Una storia che inizia verso la fine del Milleottocento, quando Salvatorangelo Deriu e Assunta Collu custodivano e allevavano le api vivendo in armonia con la natura. La passione di un guardiacaccia che sorvegliava i monti del Marghine, e il canto che una donna del campidano intonava nel suo apiario, valicarono i confini del tempo giungendo fino a noi, e furono ereditate dalle generazioni successive. Il destino con i suoi disegni fece poi incontrare due loro nipoti, Salvatore e Marisa, unendoli in matrimonio e dando origine alla quarta generazione di apicoltori, da cui noi discendiamo. Siamo consapevoli di questa eredità, e la onoriamo. Abbiamo accolto gli insegnamenti dei nostri avi, per questo praticiamo un’apicoltura sostenibile, pulita ed etica”.

Una “questione di famiglia” è lo stimolo che ha fatto nascere anche l’Azienda Agricola Beeos Apicoltura, a Valmontone in provincia di Roma, di Leonardo Attiani un gio-



Questo genere di percorso ha già reso migliaia di persone felici di fare un’azione ad alto impatto ambientale positivo



## info in più A chi rivolgersi

- ✘ Campi di grano, ulivi, piante di pomodoro e ciliegi sono in adozione sul sito dell’azienda agricola Susafa <https://shop.susafa.com/it/7-adozioni> o scrivendo a [info@susafa.com](mailto:info@susafa.com).
- ✘ Le scuole possono partecipare al progetto “Adotta un campo di Grano” di Pivetti Molini: tutte le informazioni su <https://www.molinipivetti.it/adotta-un-campo-di-grano/> o per e-mail [info@pivetti.it](mailto:info@pivetti.it).
- ✘ Per adottare un ulivo basta contattare il progetto Ager Oliva ([www.ageroliva.it](http://www.ageroliva.it)) oppure il Podere Montisi al sito <https://www.poderemontisi.it/adotta-un-ulivo/adotta>.
- ✘ Si può sostenere il benessere di un alveare in Sardegna adottandolo sul sito <https://www.terrantiga.org/prodotto/adotta-un-alveare/>, o nel Lazio sulla pagina <https://www.facebook.com/BeeosLeapidiLeo>.
- ✘ Per piantare e adottare alberi, filari e porzioni di campo si può andare sulla piattaforma [www.begreentelligent.com](http://www.begreentelligent.com) ([info@begreentelligent.com](mailto:info@begreentelligent.com) tel. 331.7544407), attribuendo anche il proprio nome a una pianta.
- ✘ Su [www.biorfarm.com](http://www.biorfarm.com) si possono scegliere gli alberi da frutto o altre produzioni sempre biologiche su tutto il territorio italiano.
- ✘ Per adottare un agricoltore e sostenere un borgo si può optare per Coltivatori di Emozioni; sul sito [www.coltivatoridieozioni.com](http://www.coltivatoridieozioni.com) ci sono le opzioni tra cui scegliere.

vane apicoltore cresciuto in campagna, tra orto e vigneti curati per passione dai genitori. Grazie al Programma di Sviluppo Rurale, ha avviato un progetto di produzione del miele e successivamente anche quello di adozione di un alveare. I suoi mieli “Castagno” e “Millefiori” hanno anche vinto nel 2019 e 2020 la medaglia d’oro al concorso internazionale Biolmiel. “Adottando un alveare”, racconta Leonardo, “si può seguire l’andamento della produzione, l’affascinante comportamento delle api e le loro attività stagionali”.

In definitiva, adottare deriva dal latino *adoptāre*, composto da *ād* e *optāre*, ossia “desiderare, scegliere”. In un mondo dove le possibilità sono infinite preferire l’etico e il consapevole è una luce accogliente in mezzo a percorsi tortuosi, in grado di mostrare il lato bello dell’antica arte agricola.

