

FIAT LUX ET LUX EST

Le traiettorie di salute
Torino (TO) - 7 giugno 2025

IN HOC SIGNO VINCES

Strategie culturali-sociali e terapeutiche per la salute metabolica
Bra, Località POLLENZO (CN) - 22 novembre 2025

One Health

Paola Chiara Durelli
Dietista
ASL Città di Torino



FIAT LUX ET LUX EST

Le traiettorie di salute
Torino (TO) - 7 giugno 2025

IN HOC SIGNO VINCES

Strategie culturali-sociali e terapeutiche per la salute metabolica
Bra, Località POLLENZO (CN) - 22 novembre 2025



Antropocene – L'epoca umana (2019)

13 SETTEMBRE 2016 – La Stampa.it

Se questa mattina avete gettato plastica in un cassonetto, siete passati alla storia. Avete contribuito all'era dell'Antropocene: è la prima epoca geologica condizionata dalla presenza dell'uomo, le cui tracce - una su tutte la plastica - rimarranno nel tempo come la nostra indelebile «firma».

Lo hanno stabilito i geologi di tutto il mondo riuniti a congresso a Capetown: questa è l'era segnata dall'uomo. Anche nelle rocce i nostri pro-pro-nipoti, più o meno tra qualche centinaia di migliaia di anni, o forse un milione di anni, troveranno plastica e tracce di quello che in natura non esiste, ma che è stato prodotto dall'uomo.

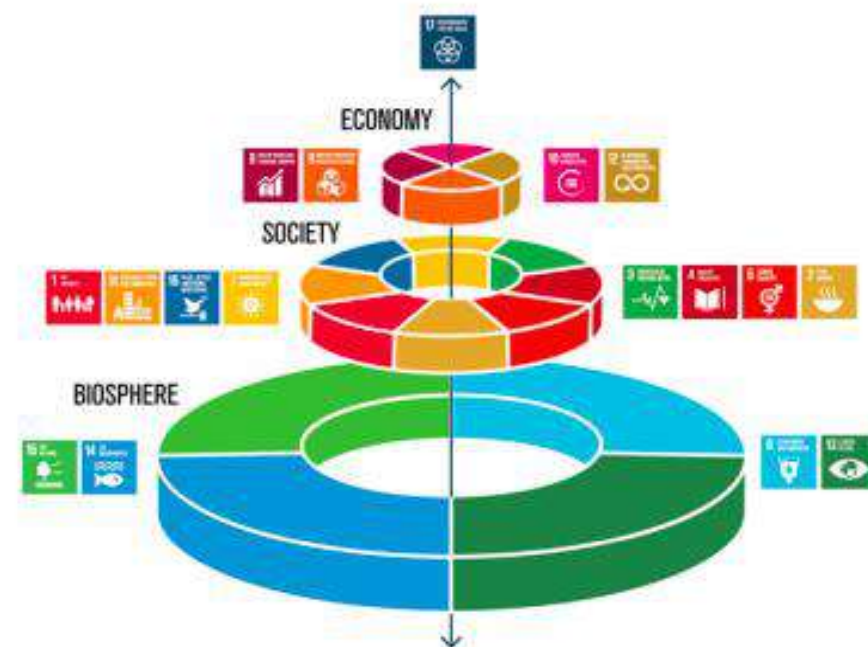
FIAT LUX ET LUX EST

Le traiettorie di salute
Torino (TO) - 7 giugno 2025

IN HOC SIGNO VINCES

Strategie culturali-sociali e terapeutiche per la salute metabolica
Bra, Località POLLENZO (CN) - 22 novembre 2025

OBIETTIVI PER LO SVILUPPO SOSTENIBILE



FIAT LUX ET LUX EST

Le traiettorie di salute
Torino (TO) - 7 giugno 2025

IN HOC SIGNO VINCES

Strategie culturali-sociali e terapeutiche per la salute metabolica
Bra, Località POLLENZO (CN) - 22 novembre 2025



Il cibo è uno dei mezzi attraverso cui l'uomo e l'ambiente entrano in contatto fra loro; se prodotto e consumato in maniera responsabile e sostenibile risulta in grado di preservare entrambi.

FIAT LUX ET LUX EST

Le traiettorie di salute
Torino (TO) - 7 giugno 2025

IN HOC SIGNO VINCES

Strategie culturali-sociali e terapeutiche per la salute metabolica
Bra, Località POLLENZO (CN) - 22 novembre 2025



La visione olistica One Health, ossia un modello sanitario basato sull'integrazione di discipline diverse, è antica e al contempo attuale. Si basa sul riconoscimento che la salute umana, la salute animale e la salute dell'ecosistema siano legate indissolubilmente.

È riconosciuta ufficialmente dal Ministero della Salute italiano, dalla Commissione Europea e da tutte le organizzazioni internazionali quale strategia rilevante in tutti i settori che beneficino della collaborazione tra diverse discipline (medici, veterinari, ambientalisti, economisti, sociologi etc.).

"One Health" è un approccio ideale per raggiungere la salute globale perché affronta i bisogni delle popolazioni più vulnerabili sulla base dell'intima relazione tra la loro salute, la salute dei loro animali e l'ambiente in cui vivono, considerando l'ampio spettro di determinanti che da questa relazione emerge.

FIAT LUX ET LUX EST

Le traiettorie di salute
Torino (TO) - 7 giugno 2025

IN HOC SIGNO VINCES

Strategie culturali-sociali e terapeutiche per la salute metabolica
Bra, Località POLLENZO (CN) - 22 novembre 2025



INDEX

1. THE DOCUMENT	1
1.1 Who are the recipients?	5
2. HEALTH: A CONCEPT IN CONSTANT EVOLUTION	6
3. A THREAT FOR GLOBAL HEALTH	7
3.1 The price for man: triple burden	8
3.2 The price for the planet	9
4. THE PARADOXES OF NUTRITION	11
4.1 Food Loss / food waste	12
5. SUSTAINABLE DIETS: A RESOURCE FOR MAN AND THE PLANET	13
5.1 Model of sustainable diet: four benefits	14
6. SUSTAINABLE DIETS IN THE WORLD: A RESOURCE FOR LONGEVITY	18
7. THE MEDITERRANEAN DIET: A SUSTAINABLE FOOD MODEL	24
7.1 History of the Mediterranean basin	25
7.2 The four benefits of sustainability in the Mediterranean diet model: Health, Environment, Society and Culture, Economy	26
8. FOOD PATTERNS COMPARED	38
8.1 Why the Western Diet is not sustainable	40
9. THE CITIES INVOLVED IN THE CHANGE FOOD POLICY	45
10. BIBLIOGRAPHY	53
APPENDIXES	57
Guide to a healthy and sustainable diet	
Eco-sustainable food education	
Mediterranean Adequacy Index. (MAI)	

FIAT LUX ET LUX EST

Le traiettorie di salute
Torino (TO) - 7 giugno 2025

IN HOC SIGNO VINCES

Strategie culturali-sociali e terapeutiche per la salute metabolica
Bra, Località POLLENZO (CN) - 22 novembre 2025

3.1 IL PREZZO PER L'UOMO: "TRIPLO BURDEN"

Con l'affermarsi dei nuovi modelli alimentari e di consumo, negli ultimi decenni si è assistito ad una rapida espansione della **malnutrizione per eccesso**. Sebbene in alcuni Paesi il sovrappeso e l'obesità incidano sulla mortalità più della fame, tuttavia anche il numero di persone affette da privazione cronica di cibo è di nuovo in aumento, tanto che la **malnutrizione per difetto** rappresenta ancora oggi un problema drammatico. In un paradossale "mondo obeso che muore di fame" vi sono, inoltre, molte persone che soffrono di "fame nascosta", una terza forma di **malnutrizione per carenza di micronutrienti** (vitamine e minerali) che, sebbene non risulti così evidente come le prime due forme, impedisce di condurre una vita sana.

SI STA ASSISTENDO AD UNA VERA
E PROPRIA **"EPIDEMIA GLOBALE"**.

Le tre diverse forme di malnutrizione possono coesistere all'interno dello stesso Paese, all'interno della medesima famiglia e persino nel corso della vita della stessa persona; inoltre, possono essere trasmesse da una generazione all'altra attraverso un meccanismo epigenetico*.



FIAT LUX ET LUX EST

Le traiettorie di salute
Torino (TO) - 7 giugno 2025

3.2 IL PREZZO PER IL PIANETA

L'intensa produzione alimentare e il radicale cambiamento dei modelli alimentari hanno determinato un importante mutamento dell'ambiente, il quale ha perso le sue caratteristiche naturali per acquisire quelle di un ambiente progressivamente "umanizzato", in cui cioè appaiono sempre più visibili i segni dell'intervento umano. Si è assistito in particolare a:

1 RISCALDAMENTO GLOBALE



Il riscaldamento globale ha determinato un preoccupante aumento della temperatura terrestre di circa 1°C rispetto ai livelli preindustriali. E' probabile che, caso, se continuerà ad aumentare, raggiungerà 1,5°C tra il 2030 e il 2052⁽⁹⁾.
Tale fenomeno si associa ad eventi atmosferici catastrofici (alluvioni, siccità, scioglimento dei ghiacciai, innalzamento del livello del mare ecc.), i quali si ripercuotono negativamente soprattutto sui piccoli produttori locali e sulle popolazioni povere il cui sostentamento dipende da sistemi agricoli altamente sensibili alle precipitazioni e alla variabilità delle temperature. Il danno alla produzione agricola contribuisce inoltre a ridurre la disponibilità di cibo, con effetti a catena che causano aumenti dei prezzi alimentari e perdite di reddito che riducono l'accesso al cibo⁽¹⁾, aumentando di conseguenza il tasso di malnutrizione per difetto tra queste popolazioni.
La comunità scientifica attribuisce in larga misura il mutamento climatico alle emissioni nell'atmosfera terrestre di crescenti quantità di gas serra (l'anidride carbonica globale è aumentata di oltre il 50% tra il 1990 e il 2012⁽⁴⁾) e ad altri fattori imputabili all'attività umana⁽¹⁾. Secondo alcune stime, la produzione alimentare contribuirebbe in modo significativo, generando circa il 30% delle emissioni globali di gas serra^(10,11), rispetto ad altri settori quali, ad esempio, il riscaldamento domestico e i trasporti.



PRODUZIONE
ALIMENTARE

30%
EMISSIONI
DI GHG

Al settore produttivo alimentare si aggiunge il contributo di tutte le altre attività presenti nel "ciclo di vita" di ogni alimento (*Life Cycle Assessment - LCA*), ovvero l'insieme di tutti i processi che partecipano lungo tutta la filiera alimentare alla produzione di un bene, dal prelievo di materie prime alla destinazione di fine vita del prodotto; sono compresi il trasporto, l'imballaggio, il confezionamento, la cottura e lo spreco alimentare, sebbene la fase di lavorazione delle materie prime rimanga quella maggiormente importante sull'ambiente⁽¹⁴⁾.

IN HOC SIGNO VINCES

Strategie culturali-sociali e terapeutiche per la salute metabolica
Bra, Località POLLENZO (CN) - 22 novembre 2025

2 SOVRASFRUTTAMENTO DELLE RISORSE AMBIENTALI



Il sovrasfruttamento delle risorse ambientali ad opera del settore agricolo, oggi destinato in gran parte alla produzione di mangimi per l'allevamento, ha contribuito notevolmente alla scarsità delle risorse idriche, sfruttandone fino al 70%, e ha concorso alla deforestazione e ridestituzione d'uso dei terreni⁽¹⁶⁾. Negli ultimi 50 anni, infatti, la nostra impronta ecologica è incrementata del 190% con un effetto diretto sul consumo di suolo⁽¹⁵⁾, tanto che il bilancio del pianeta è diventato negativo, ovvero il consumo di risorse da parte della popolazione mondiale ha superato la capacità degli ecosistemi di rigenerarne⁽⁸⁾. A ciò si aggiunge l'uso eccessivo degli oceani che ha causato non pochi problemi, quali una grave minaccia per la biodiversità⁽⁹⁾.

Lo sfruttamento del pianeta rappresenta un pericolo per l'uomo e per le generazioni future che avranno sempre meno risorse disponibili per il sostentamento.

3 INQUINAMENTO DI TERRENI E ACQUE



Il massiccio impiego di fertilizzanti e fitofarmaci (pesticidi, erbicidi ecc.) nell'agricoltura intensiva ha messo in pericolo la sicurezza alimentare rendendo le colture e le acque non sicure per il consumo⁽¹⁶⁾.



L'aumento dei rifiuti gettati nei mari, soprattutto la plastica, ha contribuito in maniera sostanziale all'inquinamento degli oceani e al danno alle specie marine che si alimentano con tali rifiuti, destando molta preoccupazione per la presenza di microplastiche e nanoplastiche negli alimenti⁽¹⁷⁻¹⁹⁾.

4 SCOMPARSA DELLA BIODIVERSITÀ



La scomparsa della biodiversità è il risultato del cambiamento climatico, della parziale trasformazione dei terreni e dei mari, dell'inquinamento e dello sfruttamento eccessivo delle specie viventi. In particolare nel corso della storia umana sono state coltivate circa 6.000 specie di piante per fini alimentari, ma solo 8 di esse (tra cui frumento, mais e riso) forniscono oltre il 50% delle nostre calorie giornaliere⁽²⁾. Inoltre, lo sfruttamento intensivo di tutte le aree verdi al fine di creare nuove terre da destinare alle colture sta portando ad una drammatica riduzione di boschi e foreste, con conseguente intensificazione dell'effetto serra, perdita degli ecosistemi naturali e perdita di sostentamento per molte popolazioni rurali povere, comprese le comunità indigene e locali, particolarmente colpite⁽⁸⁾.
A seguito dello sfruttamento degli oceani, si è ridotta anche la quantità di pesci disponibili, specialmente nel Mar Mediterraneo, mettendo in pericolo gli ecosistemi marini e i mezzi di sussistenza dei pescatori, contribuendo così al problema della ridotta disponibilità di risorse marine in futuro, a fronte di una popolazione mondiale in continua crescita⁽⁹⁾.

La conservazione della biodiversità è di vitale importanza per la sopravvivenza dell'umanità.

FIAT LUX ET LUX EST

Le traiettorie di salute
Torino (TO) - 7 giugno 2025

IN HOC SIGNO VINCES

Strategie culturali-sociali e terapeutiche per la salute metabolica
Bra, Località POLLENZO (CN) - 22 novembre 2025

L'ATTUALE SISTEMA ALIMENTARE NON HA
I PRESUPPOSTI PER ESSERE **SOSTENIBILE**.

Risulta, pertanto, necessario intervenire con urgenza affinché le generazioni future non ereditino un pianeta gravemente degradato e in cui gran parte della popolazione soffra sempre più di malnutrizione e malattie prevenibili.



DEFINIZIONE DI "DIETE SOSTENIBILI" - (FAO 2010)

Diete a basso impatto ambientale che contribuiscono alla sicurezza alimentare e nutrizionale nonché a una vita sana per le generazioni presenti e future. Le diete sostenibili concorrono alla protezione e al rispetto della biodiversità e degli ecosistemi, sono accettabili culturalmente, economicamente eque e accessibili, adeguate, sicure e sane sotto il profilo nutrizionale e, contemporaneamente, ottimizzano le risorse naturali e umane⁽²⁴⁾.

Il concetto di sostenibilità è legato al concetto di TEMPO. Essa infatti consiste nella capacità di preservare nel tempo l'equilibrio di un ecosistema. Proprio per questo motivo, **sostenibilità significa responsabilità verso l'ambiente e le nuove generazioni.**

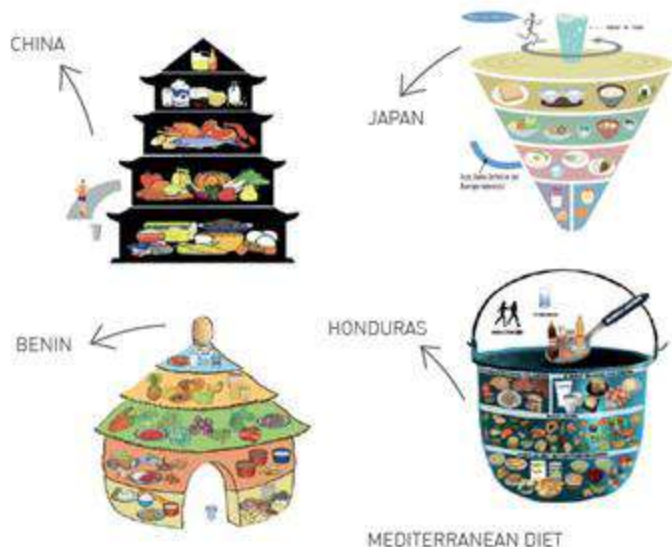
FIAT LUX ET LUX EST

Le traiettorie di salute
Torino (TO) - 7 giugno 2025

IN HOC SIGNO VINCES

Strategie culturali-sociali e terapeutiche per la salute metabolica
Bra, Località POLLENZO (CN) - 22 novembre 2025

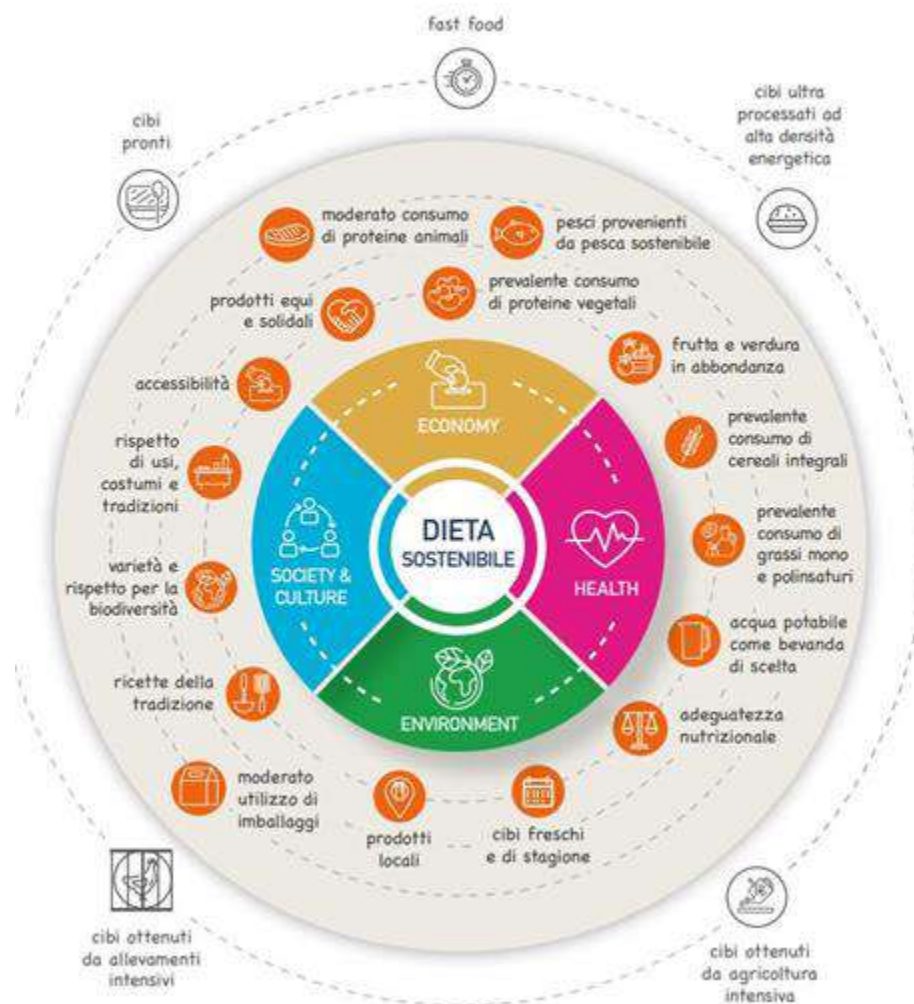
COUNTRIES AND CULTURES VARY



Piramide Alimentare Mediterranea: uno stile di vita quotidiano
Linee Guida per la popolazione adulta



5.1 MODELLO DI DIETA SOSTENIBILE: I QUATTRO BENEFICI



1

Previene ogni forma di malnutrizione

2

È amica dell'ambiente e del pianeta

3

Si adatta al contesto socio-culturale

4

Contribuisce al sostentamento dei produttori locali e previene le spese sanitarie necessarie per la cura delle malattie croniche non trasmissibili

FIAT LUX ET LUX EST

Le traiettorie di salute
Torino (TO) - 7 giugno 2025

IN HOC SIGNO VINCES

Strategie culturali-sociali e terapeutiche per la salute metabolica
Bra, Località POLLENZO (CN) - 22 novembre 2025



FIAT LUX ET LUX EST

Le traiettorie di salute
Torino (TO) - 7 giugno 2025

IN HOC SIGNO VINCES

Strategie culturali-sociali e terapeutiche per la salute metabolica
Bra, Località POLLENZO (CN) - 22 novembre 2025



EFFETTI BIOCHIMICI E METABOLICI DELLA DIETA MEDITERRANEA

Considerando la Dieta Mediterranea come *pattern alimentare* e non come espressione di singoli alimenti è emerso come questo modello dietetico sia in grado di produrre i seguenti effetti benefici^[1]:

- **abbassamento dei lipidi e modulazione dei loro effetti metabolici sfavorevoli;**
- **effetti antinfiammatori, antiossidanti e antiaggreganti;**
- **modulazione di mediatori inclini al cancro** (ormoni o fattori di crescita);
- **riduzione della stimolazione degli ormoni o di altre vie di trasmissione extra e intracellulari coinvolte nel cancro**, attraverso le variazioni del contenuto di aminoacidi;
- **modulazione del microbiota intestinale** grazie ad una favorevole produzione di metaboliti batterici.



Meno è meglio



Discrezionale
(con moderazione)



7.2 I QUATTRO BENEFICI DELLA SOSTENIBILITÀ NEL MODELLO ALIMENTARE MEDITERRANEO

IMPATTO SULL'AMBIENTE

La Dieta Mediterranea oltre ad essere un modello alimentare esemplare per preservare la salute umana risulta anche sostenibile per l'ambiente. Si stima infatti che, in media, per ottenere 100 calorie, tale tipo di dieta provoca un impatto ambientale di circa il 60% inferiore rispetto ad un'alimentazione di tipo nord-europeo o nord-americano, basata in misura maggiore su carni e grassi di origine animale, piuttosto che su vegetali e cereali. I risvolti positivi in termini ambientali si possono ricondurre a^[2]:

- **un minore impiego di risorse naturali** grazie all'elevato consumo di cereali, frutta, verdura e legumi, la cui produzione richiede un impiego di suolo e acqua e di emissioni di gas serra meno intensivo rispetto ad un modello alimentare basato per lo più sul consumo di alimenti di origine animale;
- **il rispetto della stagionalità** che si traduce in una riduzione delle coltivazioni in serra e dei relativi impatti ambientali, così come dell'approvvigionamento e dei costi di trasporto da paesi lontani (*food miles*);
- **il mantenimento della biodiversità** attraverso l'utilizzo di semine diverse in ogni area, e la rotazione delle colture, al fine di garantire anche la sicurezza alimentare. La diversità genetica, infatti, può fornire un notevole contributo alla sussistenza delle popolazioni in termini di nutrizione e salute, di responsabilizzazione delle fasce di popolazione marginali, di salute dell'ecosistema e di cultura;
- **il consumo di porzioni frugali e di alimenti genuini**, intesi come cibi integrali, freschi e poco trasformati. Sia le minori quantità consumate che le minori trasformazioni subite dagli alimenti contribuiscono a ridurre gli impatti ambientali.



FIAT LUX ET LUX EST

Le traiettorie di salute
Torino (TO) - 7 giugno 2025

IN HOC SIGNO VINCES

Strategie culturali-sociali e terapeutiche per la salute metabolica
Bra, Località POLLENZO (CN) - 22 novembre 2025

7.2 I QUATTRO BENEFICI DELLA SOSTENIBILITÀ NEL MODELLO ALIMENTARE MEDITERRANEO

IMPATTO SULLA SOCIETÀ

La Dieta Mediterranea, che va ben oltre una semplice lista di alimenti, ma riguarda la cultura di vita, le pratiche sociali, tradizionali e agricole dei Paesi che si affacciano sul Mar Mediterraneo, è in grado di apportare numerosi benefici anche alla società, grazie soprattutto a³²:

- **una ritualità quotidiana** che si manifesta attraverso la preparazione della tavola, la disposizione delle vivande e dei piatti, così come la preparazione dei propri piatti preferiti (in alcuni casi relativi a particolari momenti di festa, ricorrenze, ecc). Si tratta di momenti preziosi, che caratterizzano la famiglia, la sua cultura e le sue abitudini. Non si tratta di una ripetizione meccanica di gesti, ma di una evocazione di valori e stili di vita;
- **il ruolo della convivialità** data dall'interazione sociale e dai pasti comuni all'interno di feste e tradizioni;
- **una maggiore consapevolezza alimentare** resa possibile grazie al legame col territorio, alla conoscenza della stagionalità, della biodiversità e della naturalità degli alimenti;
- **una forte identità** che caratterizza tale modello alimentare, espressione storica e culturale del Mediterraneo. Essa è infatti una tradizione alimentare millenaria che si tramanda di generazione in generazione, promuovendo non solo la qualità degli alimenti e la loro caratterizzazione territoriale, ma anche il dialogo tra i popoli.

7.2 I QUATTRO BENEFICI DELLA SOSTENIBILITÀ NEL MODELLO ALIMENTARE MEDITERRANEO

IMPATTO ECONOMICO

Adottare un modello di dieta sana e sostenibile come quello mediterraneo non solo apporta vantaggi per la salute, per la società e per l'ambiente, ma risulta vantaggioso anche in termini economici. Seguendo tale modello alimentare si otterrebbe infatti³³:

- **una riduzione della spesa sanitaria** per via dei benefici in termini di salute che tale modello alimentare comporta;
- **una riduzione della spesa delle famiglie** attraverso il consumo prevalente di alimenti vegetali e di stagione, più economici rispetto a quelli fuori stagione e agli alimenti di origine animale;
- **la valorizzazione delle aziende** grazie alla diffusione del consumo di alimenti tipicamente mediterranei (olio, vino, pasta, pane ecc.), creando reddito e occupazione per le aziende e per i piccoli produttori locali;
- **la valorizzazione del territorio** per via della grande offerta agro-eno-gastronomica. Numerose sono infatti le eccellenze alimentari che presentano un legame indissolubile con il nostro territorio. Si tratta di *prodotti tipici* ottenuti in un particolare ambiente e realizzati secondo metodi tradizionali che gli conferiscono caratteristiche di unicità e di irriproducibilità al di fuori di quello specifico contesto territoriale. Il concetto di "tipicità" di un prodotto, dunque, è legato sia alle caratteristiche strettamente ambientali del territorio, come quelle geografiche, sia a tecniche di produzione tradizionali e a preparazioni gastronomiche specifiche del territorio d'origine.

FIAT LUX ET LUX EST

Le traiettorie di salute
Torino (TO) - 7 giugno 2025

6. SUSTAINABLE DIETS IN THE WORLD: A RESOURCE FOR LONGEVITY

As already demonstrated in the Literature, food habits, the quality of foods and life styles play a crucial role on the health, affecting also people's life expectancy. The average life expectancy in the world is currently higher today, with obvious differences in Countries where poverty affects it significantly; however, the years of life gained are often characterised by illness or disability⁽²⁹⁾, also due to the radical change of food habits and life style, causing related human and economic costs.

Fortunately, there are still some virtuous examples of communities that were not touched by these changes and which boast a higher life expectancy with health compared to the world average, with a high concentration of people over one hundred years old. These are five geographic areas called "Blue Zones"⁽³⁰⁾. The analysis of the food habits of these communities led to collect some information on their diets, despite not being comparable to recommendations based on scientific evidence.



Image: <https://www.bluezones.com/recipes/food-guidelines>

IN HOC SIGNO VINCES



FIAT LUX ET LUX EST

Le traiettorie di salute
Torino (TO) - 7 giugno 2025

IN HOC SIGNO VINCES

Strategie culturali-sociali e terapeutiche per la salute metabolica
Bra, Località POLLENZO (CN) - 22 novembre 2025

Dal globale al locale

Le implicazioni delle nostre scelte alimentari
hanno una portata collettiva
importantissima.



FIAT LUX ET LUX EST

Le traiettorie di salute
Torino (TO) - 7 giugno 2025



ORTI SCOLASTICI

Cosa Imparare a far crescere le piante è un bel modo di connettere le persone con l'ambiente. Il progetto Orti Scolastici Torinesi è stato creato per promuovere l'educazione ambientale e alimentare tra i bambini delle scuole cittadine. Il progetto ha l'obiettivo di realizzare orti scolastici, incoraggiando le buone pratiche in materia di consumo di cibo e di agricoltura, e abituando i bambini a trattare questi argomenti. In questo contesto, il programma vuole coinvolgere non solo gli studenti, ma anche tutta la comunità cittadina, dando la possibilità anche ai genitori di essere direttamente in contatto con professionisti del settore agroalimentare. Questo processo favorirà un consumo più consapevole e insegnerà a scegliere i prodotti alimentari. Il programma mira infatti a diventare uno strumento educativo per modificare il ruolo delle persone trasformandole da consumatori a coproduttori: in particolare, dare la possibilità ai bambini di provare a essere "agricoltori" faciliterà progressivamente in loro la formazione di una crescente consapevolezza sulle conseguenze legate alle scelte di acquisto alimentare. L'approccio considera diverse attività: corsi di aggiornamento per insegnanti, corsi di avvicinamento all'agricol-

tura ecologica sul balcone o in un orto per i cittadini, sperimentazioni di attività agricole e ambientali, progettazione, realizzazione e gestione dell'orto da parte della scuola con il supporto di esperti e della comunità locale.



Chi Città di Torino, Direzione cultura, educazione, gioventù, Area servizi educativi, Settore Verde Gestione, Ufficio Educazione Ambientale, ITER, Cascina Falchera, Condotta Slow Food Città di Torino.

Link www.comune.torino.it/iter/servizi/laboratorio_citta_sostenibile/community_school_garden.shtml



IN HOC SIGNO VINCES

Strategie culturali-sociali e terapeutiche per la salute metabolica
Bra, Località POLLENZO (CN) - 22 novembre 2025



TERRA MADRE/SALONE DEL GUSTO



Cosa Il Salone del Gusto è una delle più importanti fiere internazionali del cibo su scala globale. In coerenza con i principi su cui si basano le attività di Slow Food, tale evento si propone di sostenere da un lato i prodotti alimentari artigianali e sostenibili e dall'altro i piccoli produttori attenti alla salvaguardia delle tradizioni locali e dell'alta qualità dei prodotti. Uno dei più importanti temi della fiera è rappresentato dalla biodiversità culturale e agricola, sostenuta attraverso il progetto Arca del Gusto e ideata con l'intento di promuovere quei prodotti che stanno lentamente scomparendo dalle tavole. Dal 2004 il Salone del Gusto è stato organizzato in concomitanza con la biennale Terra Madre, una rete creata da Slow Food con lo scopo di supportare i piccoli produttori, cercando di dare loro voce e visibilità. L'obiettivo di Terra Madre è quello di sviluppare una consapevolezza diffusa sull'importanza del valore lavorativo dei piccoli produttori e di fornire loro gli strumenti necessari per migliorare le condizioni di lavoro. Il network Terra Madre è attualmente composto da più di 2000 comunità del cibo provenienti da tutto il mondo e raduna gli attori partecipanti attorno a una filiera del cibo con un duplice scopo: favorire la sostenibilità dell'agricoltura, della pesca e dell'allevamento e preservare il gusto e la biodiversità. Il network riunisce accademici, cuochi, consumatori e giovani associazioni cercando di rendere possibile un lavoro congiunto per la creazione di un sistema del cibo sostenibile. Durante i giorni del Salone del Gusto e Terra Madre centinaia di agricoltori e produttori da tutto il mondo si riuniscono a Torino e molti di loro vengono ospitati da cittadini e volontari. Oltre all'esposizione dei prodotti l'evento ospita laboratori, conferenze e workshop a cui partecipano visitatori e produttori. Dal 2014 la fusione tra Salone del Gusto e Terra Madre ha permesso di creare un



unico grande evento. Nel 2016 gli organizzatori hanno modificato l'assetto organizzativo dell'evento, optando per un approccio innovativo che ha voluto rendere l'evento facilmente accessibile al maggior numero di persone possibili, e hanno così aperto le porte dell'evento ai cittadini, organizzandolo in alcune delle più belle zone e strutture messe a disposizione dalla Città di Torino: il Parco del Valentino, il Borgo Medievale, il Palazzo Reale, il Teatro Carignano, il Circolo dei Lettori, gli Atenei torinesi e la Pieggi di Venaria. La scelta è stata vincente in termini di partecipazione della cittadinanza all'evento, dal momento che tale edizione ha chiuso con un afflusso di circa mezzo milione di visitatori, raddoppiando di gran lunga le edizioni precedenti.

Chi Fondazione Terra Madre (fondata da Slow Food, Città di Torino, Regione Piemonte) con il MIPAAF (Ministero delle Politiche Agricole, Alimentari e Forestali).

FIAT LUX ET LUX EST

Le traiettorie di salute
Torino (TO) - 7 giugno 2025

IN HOC SIGNO VINCES

Strategie culturali-sociali e terapeutiche per la salute metabolica
Bra, Località POLLENZO (CN) - 22 novembre 2025



BANCO ALIMENTARE DEL PIEMONTE ONLUS

Cosa

Il Banco Alimentare Piemonte Onlus fa parte delle 21 organizzazioni regionali della più ampia rete nazionale del Banco Alimentare. Banco Alimentare è un'organizzazione non profit di volontari che, dal 1983, distribuisce eccedenze alimentari provenienti dalla produzione agricola, dall'industria alimentare, dalla ristorazione e dai canali di distribuzione di massa a enti di beneficenza che aiutano le persone in difficoltà, fornendo servizi o pasti nelle mense di solidarietà o in altre attività sociali, come comunità d'assistenza.

Nel 2015 il Banco Alimentare del Piemonte ha ridistribuito prodotti alimentari alle strutture caritative della Città di Torino da:

- ◀ progetto Sidiabo, che prevede la ridistribuzione immediata delle eccedenze alimentari cucinate ma non servite nella ristorazione organizzata (mense, mense scolastiche ecc.), e cibo fresco invenduto nei supermercati. Il progetto opera in linea con la legge 155/2003, detta "Buon Samaritano";
- ◀ la grande industria alimentare che dona regolarmente

prodotti invenduti per diverse ragioni (stagionalità, varianti logistiche ecc.), ancora perfettamente commestibili (per esempio conserve di carne, latte, yogurt, burro, formaggio, verdure, pasta secca, riso, pane e simili, dolci, frutta, succhi di frutta, olio, salse e condimenti, zucchero, uova, bevande, alimenti per l'infanzia, farina e molto altro ancora);

- ◀ il progetto "La Giornata della Colletta Alimentare" dove i consumatori possono acquistare prodotti a lunga conservazione nei supermercati e donarli, tramite volontari, alle persone in difficoltà;

- ◀ il progetto "Social Network Food", attivo nel Centro Agroalimentare Torino (CAAT), il più grande mercato per prodotti agroalimentari freschi che comprende 84 gruppi di imprese e grossisti e circa 170 produttori locali delle province di Torino, Cuneo e Asti.

Un'altra iniziativa interessante è la "Cena a mille", organizzata dal 2010 dal Banco Alimentare Piemonte Onlus in collaborazione con la Città di Torino, e con oltre 70 organizzazioni benefiche, al fine di preparare una cena per un migliaio di persone in difficoltà.



Chi Banco Alimentare Piemonte Onlus è un'organizzazione di volontariato senza scopo di lucro che raccoglie e ridistribuisce eccedenze alimentari dalla produzione agri-

cola, industria alimentare e grande distribuzione. L'organizzazione è attiva in tutto il Piemonte.

FIAT LUX ET LUX EST

Le traiettorie di salute
Torino (TO) - 7 giugno 2025

IN HOC SIGNO VINCES

Strategie culturali-sociali e terapeutiche per la salute metabolica
Bra, Località POLLENZO (CN) - 22 novembre 2025

Strumenti utili



FIAT LUX ET LUX EST

Le traiettorie di salute
Torino (TO) - 7 giugno 2025

IN HOC SIGNO VINCES

Strategie culturali-sociali e terapeutiche per la salute metabolica
Bra, Località POLLENZO (CN) - 22 novembre 2025

Grazie per l'attenzione.