TerraNuova

n. 432 - Dicembre 2026







18 Cucina sostenibile
Chef Chiara Pavan racconta come si può fare

26 Buon appetito!
Dai funghi alle castagne, un menu tutto vegetale per la tavola delle feste

55 Pensando al futuro
Agricoltori per scelta, per il bene del Pianeta

18 In primo piano
Cucina ambientale
Mangiare pensando al futuro
di Claudia Benatti

26 Ricette
Il pranzo di Natale
Ai sapori del bosco
di Marco Fortunato

34 Salute
Influenza e raffreddore
Curiamoli con le terapie dolci
di Alexis Myriel

38 Benessere
L'arte che cura
La scienza conferma: la bellezza fa bene
di Viola Carmilla

42 Ecocosmesi
Sapone fai da te
Per un Natale profumato
di Katia Laudicella

46 Ecoturismo
Scambiamoci casa!
In vacanza risparmiando
di Linda Maggiori

55 Agricoltura
Tornare alla terra
Giovani che hanno scelto di "sporcarsi" le mani
di Valentina D'Amora

60 Verde in casa
Orto bio
Ecco i segreti di una resa super
di Alessio Capezzuoli

64 Insieme
Tartarughe in giardino
Prepariamoci all'inverno
di Beatrice Salvemini

68 Stili di vita
Anarchici digitali
Usare la tecnologia senza subirla
di Valentina D'Amora

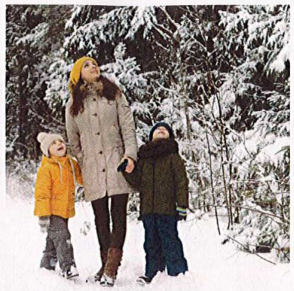
72 Crescere
Giochiamo nel bosco
(anche d'inverno!)
di Beatrice Salvemini

PEFC
PEFC/18-31-379

Certificato PEFC
Questo prodotto è realizzato con materia prima da foreste gestite in maniera sostenibile e da fonti controllate

*Questa rivista è stampata su carta **PRIMA SILK** certificata **PEFC™**.*
*Terra Nuova si trova nel primo gruppo dei 14 **«Editori amici delle foreste»** di Greenpeace e contribuisce a un'**economia solidale** promuovendo circuiti alternativi come i negozi bio (www.negoziobio.info) e le librerie indipendenti.*





68 Liberi di essere
Sfuggire alla "schiavitù dell'online" è possibile

72 Un mondo da amare
Esplorare i boschi è un piacere per grandi e piccoli

Rubriche

6 Km Zero
Verdure, frutta e odori di dicembre
a cura di Viola Zorzi

10 L'eco del mese
Notizie, idee, eventi per vivere l'ecologia tutto l'anno

12 Agroecologia
di Franco Ferroni
Biodiversità: la sfida del 10%

12 Mondo animale
di Margherita Carretti
Il "contagio emotivo" esiste!

13 Erbe selvatiche
di Dafne Chanaz
Il gustoso raponzolo

14 Alimentazione
di Elisa Cardinali
Miele di Manuka
Come sceglierlo, cosa cercare

15 Altre medicine
di Alexis Myriel
Tumore al polmone
L'omeopatia aiuta i pazienti

16 Buoni & bio
Miele di castagno
Marmellata di clementine

52 L'Almanacco di Terra Nuova
Dicembre in giardino e nell'orto, più tutti gli appuntamenti da non perdere
a cura di Viola Zorzi

Diffondi Terra Nuova!



Lavori in un centro di alimentazione naturale? Una bottega del mondo? Hai un punto vendita o un'attività in sintonia con i nostri valori?

Potrai usufruire di interessanti vantaggi di visibilità e promozione

info: 055 3215729 int. 2
distribuzione@terranuova.it



77 Oltre & altrove
Idee, storie, pratiche e letture per allargare la mente

78 STORIE
di Francesco Paniè
Per la terra e i diritti
Alessandra Turco, contadina e attivista

82 PRATICHE
Lottare in consapevolezza
La lezione di Thich Nhat Hahn

86 NUOVE STRADE
di Ilef Sebai
L'arte di stare insieme
Vicini, ma a volte distanti

88 RECENSIONI
a cura di Viola Carmilla
Narrativa & Poesia

91 NOTIZIE SCOMPARSE
Avvelenato dai pesticidi

92 RECENSIONI
Saggistica & Varia

94 LIBRERIE INDIPENDENTI
a cura di Marta Valota

96 RECENSIONI
Bambini & fumetti

99 IL LATO OSCURO
di Michele Bottari
App IO: il dossier in tasca

100 RECENSIONI
Altri nutrimenti
Arte, video, musica, spettacoli e non solo...