



20
NOTIZIE

natural

di Diana de Marsnich



Fioriste, paesaggiste, artigiane green, protagoniste di Orticola. La loro storia è stata raccontata su *Natural style* n. 132.

1 ORTICOLA 2016

UN EDEN FIORITO

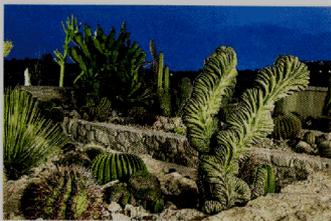
Più di 45 tipi diversi di menta, piante di melograni, fucsie da collezione, erbe officinali e specie insolite come il *Chloranthus* e la *Radbosia*, dalla fioritura spettacolare. Sono solo alcune delle varietà esposte a *Orticola*, la mostra-mercato di fiori, piante e frutti insoliti, rari e antichi ospitata nei Giardini Pubblici Indro Montanelli, a Milano, dal 6 all'8 maggio. Un inno alla natura che richiama appassionati di giardinaggio grazie alla presenza di 160 vivaisti e artisti del verde come l'inglese Alison Grace Martin che con il bambù crea incredibili composizioni geometriche: sfere, cerchi, stelle e spirali geometriche (le sue opere si ammirano nella zona vicino alla fontana). Da segnalare tra le novità di questa edizione, la doppia giuria. Alla Giuria Botanica, che assegna il Premio Speciale *Orticola* ai giovani vivaisti e alle piante più particolari, da quest'anno si aggiunge la Giuria di Stile, composta da amanti delle piante ed esponenti dell'arte e della cultura che premieranno gli arredatori del verde più eclettici, creativi e originali. Ingresso: 10 euro. Info: www.orticola.org

2 **Un frutto benefico**

L'International Symposium on Kiwifruit and Health ha confermato i benefici del kiwi sulla nostra salute. In base alle ricerche di più di 200 nutrizionisti, questo frutto fa bene alla digestione, migliora la funzione metabolica ed è un concentrato di vitamina C.

3 **Le api per la biodiversità**

Il 22 maggio si celebra la Giornata Mondiale della Biodiversità: partecipa al progetto *Bee Active* di Conapi (il Consorzio nazionale apicoltori), per salvare gli insetti impollinatori. Come? Coltiva fiori di tanti colori in giardino e in terrazzo, non usare pesticidi e insetticidi e acquista miele, polline, propoli, pappa reale. Il 90 per cento della produzione di cibo nel mondo dipende da 100 specie vegetali. Di queste, 70 esistono grazie all'impollinazione delle api. Trovi altri consigli su: www.beeactive.it



4 **Un relais tra le spine**

È un giardino delle meraviglie: ospita 30 mila piante di cactus di oltre tremila specie diverse, come l'*Echinopsis*, che fiorisce durante la notte e solo per poche ore, e il *Cissus iuttae* che ha le dimensioni di un albero. Circonda il Garden Cactus B&B, un relais di charme con quattro camere da letto e due appartamenti a Favara (Ag), in Sicilia, a 4 chilometri dalla Valle dei Templi e a 3 chilometri dal mare. www.hebgardencactus.it

5 **La sfida delle tazzine**

Il caffè è una delle coltivazioni più colpite dall'aumento delle temperature e delle piogge, dalle inondazioni e dalla siccità. Supporta i produttori del commercio equo nella loro lotta agli effetti del cambiamento climatico, partecipando alla campagna di Fairtrade *La Grande sfida*. Dal 13 al 15 maggio, bevi caffè certificato: scatta una foto e postala sui social con l'hashtag #Fairtradechallenge, per contribuire a raggiungere il record di 100 milioni di tazze di caffè equo e solidaie consumate. www.fairtradechallenge.org

6 **Tappeti floreali**

Appuntamento a Spello (Pg), in Umbria, il 28 e 29 maggio con le *Infiorate*: gli spettacolari tappeti e quadri floreali ispirati a motivi religiosi realizzati con elementi vegetali in occasione del Corpus Domini. www.infioratespello.it

7 **La salute in piazza**

Il 21 maggio nelle piazze d'Italia torna l'*Oral Cancer Day*, un appuntamento per prevenire il tumore del cavo orale causato da alcol, fumo, papilloma virus, cattiva igiene e una dieta povera di frutta e verdura. E inizia un mese di visite di controllo gratuite negli studi, fino al 24 giugno. Trova il più vicino a casa tua su: www.oralcancerday.it

8 **Il car sharing è elettrico**

"La città da vivere? È solo quella sostenibile". È il claim della campagna *Insostenibile di Share* 'NGO, il car sharing elettrico. Fino al 30 giugno, l'iscrizione è ridotta da 10 a 1 euro, in tutta Italia, e comprende i primi 100 minuti di guida. www.sharengo.it

9 Sulla rotta dei cetacei
Ripartono i *Weekend blu*, le crociere di Ambiente Mare per avvistare i cetacei e contribuire alla loro salvaguardia. Si parte da Portoferraio, sull'Isola d'Elba, e si fa tappa a Porto Azzurro o a Marciana Marina. Ogni partecipante è parte attiva degli avvistamenti, raccoglie i dati e collabora alla vita di bordo. www.ambientemare.org

10 A Treviso con i grandi chef
Appuntamento dal 14 al 16 maggio nell'ex Filanda Santa Lucia di Piave (Tv), con i grandi chef della cucina italiana. Da Davide Oldani a Giancarlo Vissani, sino a Gualtiero Marchesi e al maestro della pasticceria Iginio Massari, saranno tutti impegnati in un racconto culinario tra eccellenze regionali, vini, cibo di strada, show cooking e dibattiti. Nato da un'idea di Davide Paolini *Gourmandia. Le Terre Golose del Gastronauta* è una tre giorni dedicata al cibo di qualità. Entrata: 10 euro. www.gourmandia.gastronauta.it



11 Uno stage per tutte le età
Prendere consapevolezza del proprio corpo, imparare ad affrontare le nuove circostanze della vita come l'arrivo della pensione. Sono alcuni dei temi affrontati dal 19 al 22 maggio al *Montebelli Agriturismo e Country Hotel* di Caldana (Gr), in Toscana, con lo stage aperto agli over 65 per migliorare la qualità della vita. Guidati da coach diplomati allo Strozzi Institute, in California, specializzato in Leadership e Coaching somatico, gli ospiti si cimenteranno anche con sessioni di pittura, disegno e passeggiate a cavallo. www.montebelli.com

12 Posidonia, l'erba antiage
Protegge le coste e l'ecosistema marino. Regina dei mari, la posidonia oceanica è anche una preziosa alleata di bellezza: ha proprietà anti-età, è antiossidante ed elasticizzante. In collaborazione con la Riserva marina delle isole Egadi e l'Istituto di biologia marina di Trapani, è nata *Maressentia*, una linea cosmetica a base di questa pianta marina: vegana, dermatologicamente testata e nichel free. www.egadicosmetici.it

13 Tesori del Rinascimento
Capitale italiana della Cultura 2016, Mantova organizza una serie di percorsi per scoprire i suoi tesori. Imperdibile quello nel centro storico tra le corti interne di Palazzo Ducale, che attraversa il ghetto ebraico fino a piazza Sordello. E con la *Mantova card* (20 euro, valida 72 ore), puoi visitare 15 musei e usare bus e bici pubbliche. www.mantova2016.it

14 Un'iniziativa "dolcissima"
Il 21 e 22 maggio Telethon torna in piazza con i *Cuori di biscotto*, i canestrelli a forma di cuore. Un'iniziativa per supportare la ricerca sulle malattie genetiche rare. www.telethon.it

15 Una sauna da brividi
La criosauna sfrutta il potere rigenerante del freddo. Bastano 3 minuti a -150 °C per rallentare l'ossidazione e il processo di invecchiamento. Provala all'Hotel Swiss Diamond di Lugano. www.diopsidemedspa.ch

16 Spezie brucia grassi
Vuoi arrivare preparata alla prova costume? Affidati alle spezie: cannella, cumino e curcuma contrastano l'accumulo di grassi e stimolano il metabolismo.



Sopra: un lodge del Taj Safaris Baghvan, che prende il nome dalla tigre del Bengala e il Banjar Tola sul fiume Banjar (a sinistra).

17 IN INDIA IL TURISMO DI LUSO È SOSTENIBILE

ALLA SCOPERTA DELLA GIUNGLA DI MOWGLI

Un viaggio da sogno sulle orme di Mowgli, il personaggio uscito dalla penna di Rudyard Kipling, l'autore del celebre classico *Il libro della giungla*. È quello proposto in India da Taj Safaris, la catena alberghiera di lusso che contribuisce alla salvaguardia delle specie animali a rischio di estinzione e protegge la cultura locale supportando *Born Free Foundation*, un'organizzazione benefica che promuove il turismo sostenibile. Accompagnati da guide

locali, si va nei parchi nazionali Pench e Kanha, nel Madhya Pradesh, la regione indiana che ha ispirato il capolavoro di Kipling. E con il pacchetto *Mowgli's Trails* si soggiorna nei lussuosi lodge Taj Safaris Baghvan, nel Pench National Park, e Banjar Tola, nel cuore del Kanha National Park, partecipando a safari in jeep, visitando villaggi locali e assaggiando piatti tipici. A maggio, prezzi da 399 euro a notte, inclusi pasti e gite. Le tariffe, nel dettaglio, sul sito: www.tajsafaris.com

18 A MILANO, LA BANCA DEL LATTE

È stata inaugurata alla Clinica Mangiagalli di Milano grazie al contributo di Esselunga e dei suoi clienti. La Banca del "Latte Umano Donato" aiuterà i prematuri della Terapia Intensiva Neonatale. www.nutrici.it

19 100 BORGHI AL CASTELLO

Sabato 14 e domenica 15 maggio, i borghi Bandiera Arancione, il marchio di qualità del Touring Club, presentano le loro specialità gastronomiche e i prodotti di artigianato a *Exploring Bandiere Arancioni*. Un percorso ideale attraverso le regioni d'Italia al Castello Sforzesco di Milano. www.bandierearancioni.it

20 LA VIA CRETESE

È lunga 500 km e si percorre in 28 giorni, nell'isola di Creta. Parte da ovest, dalla spiaggia di Kato Zakros, e arriva fino a est, al monastero di Chrisoskalitisa, a picco sul mare. Ripristinata dal lavoro di volontari di tutto il mondo si percorre macinando circa 20 km al giorno. camminacreta.wordpress.com