



Dialoghi di Pistoia

I Dialoghi online. Siamo ciò che mangiamo? Dalla teoria alle (buone) pratiche

Un progetto a cura di Laura Filattiera, Elisa Brivio e Giulia Cogoli. Dal 7 maggio on line sei interviste con Dario Bressanini, Maurizio Carucci, Elena Casiraghi, Annalisa Chessa, Giulia Ciccarelli e Sonia Peronaci.

Siamo ciò che mangiamo? Dalla teoria alle (buone) pratiche. Dopo il successo degli scorsi anni, tornano i Dialoghi online. La serie di video-interviste – a cura di Laura Filattiera, Elisa Brivio e Giulia Cogoli – amplia il ricco archivio audio-video della manifestazione ed è disponibile gratuitamente sul sito, sui social e sul canale YouTube del festival.

A partire dal 7 maggio, ogni martedì, giovedì e sabato, sei interviste offriranno spunti di riflessione sul tema dell'edizione 2024: Siamo ciò che mangiamo? Nutrire il corpo e la mente.

Laura Filattiera interroga vari esperti su prevenzione a tavola, alimentazione sportiva, comunicazione del cibo, agricoltura naturale, alimentazione vegetale e chimica degli alimenti. Conversazioni dal taglio molto concreto, per promuovere un'alimentazione sana e passare dalla teoria alle buone pratiche.

Il Programma

7 maggio, Chimica dell'alimentazione | Dario Bressanini: docente di chimica all'Università dell'Insubria, è uno dei divulgatori scientifici più amati e stimati con oltre un milione di follower sui social. Cura su «Le Scienze» la rubrica Pentole e provette, ed è autore di numerose pubblicazioni, tra cui *Fa bene o fa male?* (Mondadori, 2023), in cui sfata miti e false credenze alimentari.

9 maggio, Prevenzione a tavola | Giulia Ciccarelli: nota al pubblico digitale come *Medicina in cucina*, è medico internista specializzata in nutrizione clinica, studiosa di alimentazione e genesi delle malattie infiammatorie, e del rapporto fra cibo e malattie croniche, come il diabete.

11 maggio, Alimentazione e sport | Elena Casiraghi: specialista in nutrizione e integrazione dello sport, insegna teoria e metodologia dell'allenamento all'Università di Pavia. Speaker di *Deejay Training Center* (Radio Deejay) e co-autrice del podcast "Buono a Sapersi", per Cairo ha pubblicato: *L'alimentazione non è competizione* (2020), *I Super Alimenti* (2022) e *Nutri la tua energia* (2024).

14 maggio, Agricoltura naturale | Maurizio Carucci: cantautore, agricoltore e viaggiatore, fa parte del gruppo *Ex-Otago*. Giovanissimo va a vivere nell'Appennino ligure-piemontese dove nel 2012 fonda un collettivo agricolo-culturale *Cascina Barbàn* che, oltre a produrre vino naturale, coltiva ortaggi, cereali e legumi di varietà locali e organizza eventi culturali.

16 maggio, Stile di vita vegano | Annalisa Chessa: è una content creator e si occupa di cucina vegetale e stile di vita sostenibile. In pieno lockdown ha dato vita sui social a *Little Vegan Witch*, profilo nato per raccontare una visione della cucina vegetale e dello stile di vita vegano diverso dall'immaginario comune. È autrice per *Gribaudo* di *Cucina vegetale che spacca* (2023).

18 maggio, La comunicazione del cibo | Sonia Peronaci: storica fondatrice di *Giallozafferano*, è ora volto del sito *soniaperonaci.it* e della sua redazione *Sonia Factory*. Tra le 10 imprenditrici italiane più potenti del web, nel 2019 ha vinto l'*Ambrogino d'Oro* e nel 2022 è diventata una role model per *Barbie*. Conduce, in prima serata su *La7d*, *La cucina di Sonia*.