



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

# Dialoghi di Pistoia

*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.

## **Pagina 2 di 3**

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 agricolturale 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).

**Pagina 3 di 3**

**18 maggio**, La comunicazione del cibo | Sonia Peronaci: storica fondatrice di Giallozafferano, è ora volto del sito [soniaperonaci.it](https://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.