

**1<sup>a</sup>**  
EDIZIONE

*Mangiare è una necessità  
Mangiare intelligentemente è un'arte.  
Francois de La Rochefoucauld*

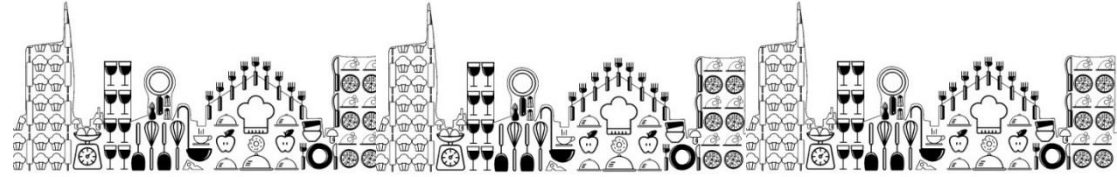
14 - 15 aprile 2018



## **1° Festival Naturale dei Frutti della Terra**

Novotel Milano Nord Ca' Granda - Viale Suzzani 13, Milano - Ingresso gratuito



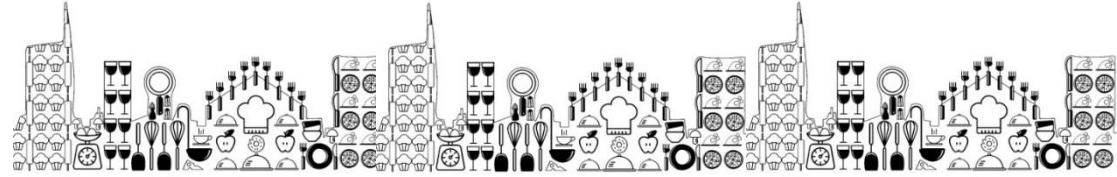


## LA SOSTENIBILITÀ DI UNO STILE DI VITA NATURALE

L'alimentazione Fruttariana, insieme ad altri tipi di alimentazioni tendenzialmente di tipo biologico e mediterraneo, rappresenta un'alternativa di sostenibilità attorno alla quale si basano le scelte alimentari.

La dieta Fruttariana rafforza ulteriormente alcuni principi tipici della dieta vegana come la salvaguardia degli animali, dell'ambiente e della salute. Purtroppo anche intorno all'alimentazione Vegana si è sviluppato un business di aziende che tentano con ogni escamotage di riprodurre i corrispettivi vegani di quasi tutti i cibi a base di carne, pesce e derivati. In questo modo, viene alterata la concezione del palato e viene agevolato il consumismo per nulla etico e sostenibile. Il consumismo che sta alla base del sistema socioeconomico, produce disuguaglianze sociali e bisogni indotti per farci consumare e spendere sempre di più non per il nostro benessere psicofisico ma solo per meri interessi economici.

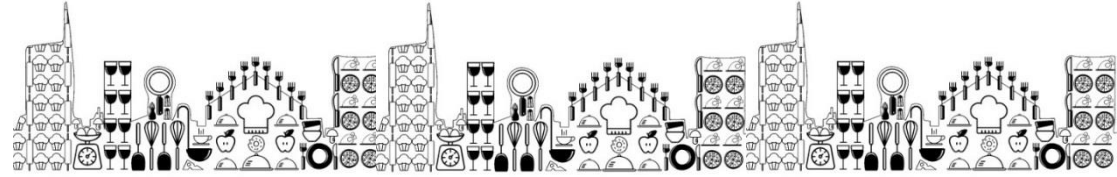
Queste scelte nutrizionali sono totalmente **sostenibili** perché propongono di consumare alimenti adatti alla nostra specie che non contribuiscono a devastare i territori ma, al contrario, li salvaguardano. La maggior parte di questi alimenti può essere prodotta possedendo un orto, ma anche chi non lo ha può acquistare da un fruttivendolo o al mercato ortofrutticolo o direttamente da contadini e produttori (sia direttamente sia attraverso i Gruppi d' Acquisto Solidale) aiutando, dunque, anche i piccoli produttori a Km 0.



**FruttAmaMi - Alimenta l'amore per la vita** è il 1° Festival Naturale dei Frutti della Terra che vuole dare la parola a tutti coloro che si nutrono dei prodotti di Madre Natura, in un libero confronto di idee dove non c'è spazio per dogmatismi, ma solo per la voglia di porsi con curiosità, armonia, rispetto e attenzione, a opinioni differenti e all'ascolto dell'altro, per diventare insieme essere umani migliori, grati per tutti i doni che la Terra ci ha dato, attenti ai dettami della scienza e soprattutto al trionfo di colori, sapori e risorse.

Sarà un evento con vari percorsi, degustazioni, dibattiti scientifici, confronti filosofici, testimonianze e liberi pensieri tra chi ha sposato un'alimentazione naturale, vegetale, fruttaliana, igienista e vegan-crudista, scegliendo esclusivamente la preziosità di frutta, verdura e altri doni della Terra.

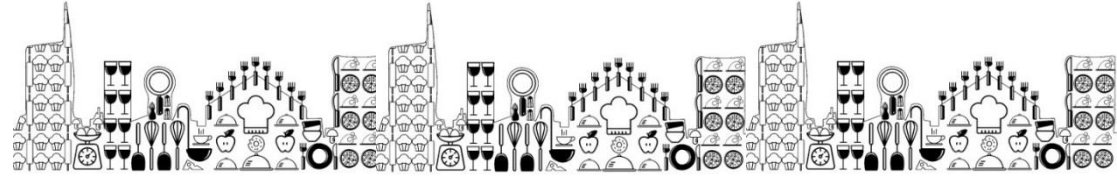
La **mission** è quella di diffondere e far riflettere le persone sulla *salute*, sul *benessere* e sulle conseguenze delle scelte che prendiamo *a partire dalla tavola*.



**FruittAmaMi** si presenta come un'innovativa occasione di incontro e di informazione, sarà l'appuntamento atteso da tutte le persone curiose, rispettose della natura e dell'ambiente, più o meno dedite a stili di vita personalizzati, a volte frutto di un percorso di consapevolezza interiore.

Durante le due giornate, insieme alle svariate proposte culinarie e all'esposizione di prodotti, il cuore del festival sarà determinato da diverse conferenze e dibattiti programmati appositamente per introdurre alcune tematiche: alimentazione, salute, ambiente, etica, economia ed altri temi che saranno strettamente legati ai precedenti menzionati.

Il fine ultimo di questa manifestazione è quello di diffondere nuove forme di alimentazione sostenibile e di sdogmatizzare i pregiudizi verso una nutrizione basata prevalentemente su frutta e verdura.

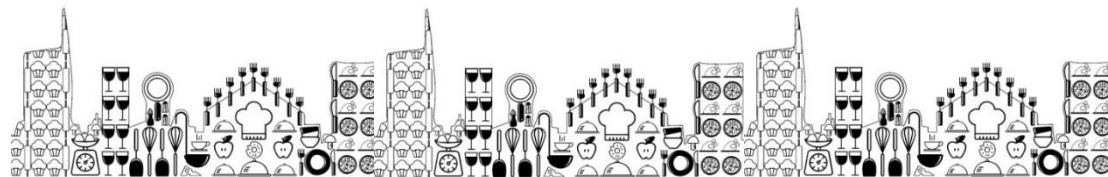


Il **Festival** sarà un punto di inizio, anche mediatico, importante per *diffondere* in Italia l'alimentazione basata sui Frutti della Terra, con *incontri, dibattiti, dimostrazioni, testimonianze di ricercatori e medici, proposte di operatori, prodotti etici, cucina fruttariana, street food, show cooking, spettacoli artistici e musicali.*

Saranno presenti medici, scienziati, nutrizionisti, chef, sportivi, artisti, relatori e ospiti illustri.

La mission di questo progetto è quella di diffondere questi regimi alimentari consoni alla nostra specie e diradare ombre, dubbi e perplessità spiegando e rispondendo ai vari perché sia giusto adottare questi stili di vita totalmente sostenibili.

Si darà, dunque, la possibilità anche ai più diffidenti, di avvicinarsi e di comprendere un'idea di alimentazione antichissima come l'uomo ma, purtroppo, dimenticata ed elusa.



Il Festival si svolgerà presso il **Novotel Milano Nord Ca' Granda** in due giorni, sabato 14 e domenica 15 aprile 2018.

La ristorazione di Novotel realizzerà menù completamente in linea con il tema dell'Evento.

Afflusso previsto durante le 2 giornate: tra 1.500 e 2.000 persone



In collaborazione con:

**NOVOTEL**  
HOTELS & RESORTS



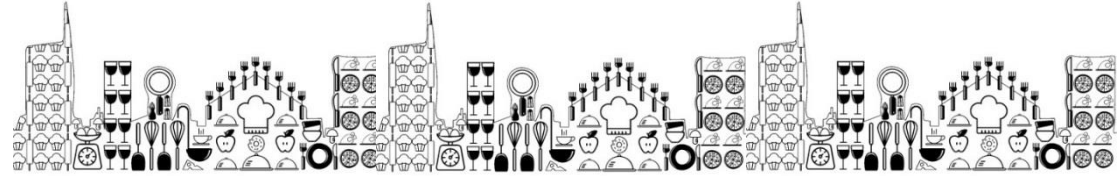
Il **Festival** sarà presente al **Tim Space** (Piazza Luigi Einaudi, M2 Gioia) con un Evento di apertura e presentazione il 5 Dicembre 2017.

Parteciperanno diversi ospiti: giornalisti, personalità del settore, sponsor e gli organizzatori.



In collaborazione con:





## Sapere. Il Sapore del Sapere

Il Festival si avvarrà del supporto di Sapere. Il Sapore del Sapere, un progetto strutturato e articolato che, in modo permanente, coinvolge il pubblico e i “professionisti della salute” - illustri medici, scienziati e ricercatori di fama internazionale - per rispondere alle necessità dell'uomo di costruire uno stile di vita basato sulla consapevolezza che il Sapere e il Sapore sono uniti tra loro da un legame sottile, entrambi elementi.

La manifestazione scientifica-culturale e gastronomica, ideata da Rossella de Focatiis nel 2005, promuove permanentemente su Milano la formazione e l'informazione del pubblico:

*"Il **Sapere**, inteso come attenzione alla salute,*

*e il **Sapore** inteso non solo come nutrizione ma come qualità del cibo.*

*Piacere della tavola e convivialità, sono i cardini sui quali si sviluppa questo viaggio alla scoperta della Cultura e del Gusto nell'ambito dell'Alimentazione, della Salute e del Benessere".*





# Sapere. Il Sapore del Sapere

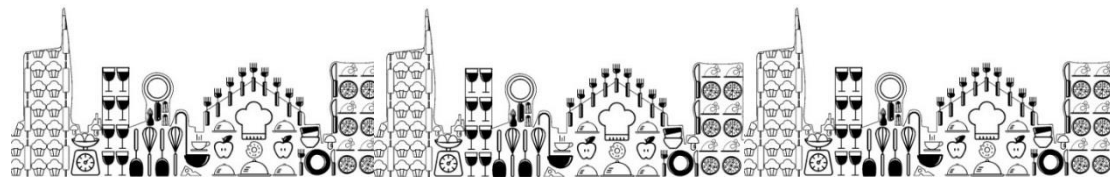
con il Patrocinio di:



ASSOFOOD Milano  
Dettaglianti Ortofrutticoli  
Macellai Milano e Prov.  
Panificatori Pasticceri Milano e Prov.  
ARLE Lombarda Erboristi  
Regionale Lattiero Caseari

Grossisti Fiori e Piante  
Grossisti Vino e Bevande  
Grossisti Ittici  
ANGROFLORA





## Sapere. Il Sapore del Sapere

Partner:





## Sapere. Il Sapore del Sapere

Media Partner:



MEDIA PARTNER DELL'EVENTO

ASSO  VEGAN  
ASSOCIAZIONE VEGANI ITALIANI





## Sapere. Il Sapore del Sapere

Sponsor:





*Grazie per l'attenzione!*

Tel. 02 66115408 - Cell. 335 7970280  
Mail [segreteria@saporedelsapere.it](mailto:segreteria@saporedelsapere.it)

