

Indice

1. C come cibo

Introduzione	7
Dimmi come mangi e ti dirò chi sei	8
Le proprietà degli alimenti	9

2. UOMO E CIBO: LA SCELTA ALIMENTARE DALLA PREISTORIA A OGGI

Quando l'uomo era mangiato	15
Quando l'uomo mangiava	15
Stili alimentari in evoluzione	16
Cibo, favole e leggende	21

3. CIBO NEL MONDO

Da dove viene il cibo?	24
Il mondo che mangia	28
A ognuno il suo cibo	30

4. COSA ACCADRA' AL CIBO

Il futuro del cibo	35
Il cibo del futuro	36
Scelte per il futuro: no allo spreco!	36
I Diritti naturali dei bambini e delle bambine di Gianfranco Zavalloni	38
Per approfondire, ti consiglio la lettura dei seguenti testi	39
E la consultazione dei seguenti siti:	39

Un grazie a ...

Claudia Fachinetti, per il confronto creativo e i momenti di allegria condivisione; ad Alfredo De Girolamo, per la direzione e la guida; a Mauro Rosati per la prefazione; alle Edizioni ETS, per la fiducia nel mio lavoro.