

Starbene.it

**NUOVO
SETTIMANALE**

10 NOVEMBRE
2014 - N°31 - 1,50 €

LA TUA ABITUDINE AL BENESSERE

**90
ESPERTI
SOLO PER TE
RISPONDONO
GRATIS**

gravidanza
LE ANALISI PRENATALI
PIÙ AFFIDABILI E SICURE

**BELLISSIMA
CON I CAPELLI
BIANCHI**
TRATTAMENTI E
TRUCCHI PER CHIOME
SEMPRE CURATE

Speciale
DENTI PERFETTI
LE CURE ESTETICHE
PER IL TUO SORRISO

FITNESS VIRTUALE
IN 4 SETTIMANE TI
DÀ RISULTATI REALI!

**Vinci lo stress
e perdi peso**

**CON I CIBI GIUSTI E LA MEDITAZIONE
GUIDATA (gratis su www.starbene.it)**

**PROVATO
PER VOI**

GRISSINI
Ecco i promossi per
qualità e leggerezza

ACNE
GLI ERRORI DA EVITARE
PER FARLA SPARIRE

MONDADORI

+ Alimenti per cani e gatti: APPROVATI DAI NOSTRI VETERINARI



frutta

RACCOGLI QUELLA CHE CRESCE IN CITTÀ

Non assorbe gli inquinanti del traffico. Così c'è chi ne fa scorta e aiuta chi ha bisogno

Hai presente quegli alberi di limoni che abbelliscono le aiuole della rotatoria? E i melograni a lato del viale? È frutta pubblica, cioè di tutti. E a Roma hanno pensato di organizzarsi e raccoglierla. «Vedevo i frutti cadere a terra e marcire: uno spreco oltre che un pericolo per i pedoni», spiega Michela Pasquali, paesaggista e ideatrice del progetto *Frutta urbana* dell'associazione Linaria (linariarete.org).

• Come funziona

La raccolta coinvolge sia i frutteti pubblici, cioè quelli che crescono lungo le strade, nelle aiuole e nei parchi, sia quelli privati, cioè quelli inutilizzati nelle tenute di enti e associazioni dove si entra con un permesso. «Ci aiutano i volontari della Onlus RomAltruista. La maggior parte della frutta viene regalata a mense sociali e banchi alimentari, cioè a chi ne ha bisogno. Il resto viene venduto ai Gas o ai ristoranti a filiera corta, e il ricavato usato per organizzare l'attività». Ti piacerebbe farlo nella tua città? Ricorda che devi sempre informare l'assessorato al verde pubblico. Per consigli e indicazioni pratiche contatta romaltruista.it o fruttaurbana.org (I.C.)

SI PUÒ MANGIARE SENZA PERICOLI

Le polveri sottili si depositano sulla frutta, ma, grazie alla buccia dalla trama fitta, non penetrano all'interno. Basta sbucciare o lavare bene mele, pere, cachi, arance, limoni, melagrane, fichi. I metalli pesanti presenti nel terreno, inoltre, vengono ben filtrati dalle radici.

Corbis: Shutterstock