

Legumi: alleati della salute e dell'ambiente, ancora poco presenti sulle tavole

# Controsenso Magazine

L'informazione indipendente

Inflammaging: la fiamma silenziosa che erode la salute

HOME

AMBIENTE

BENESSERE ▾

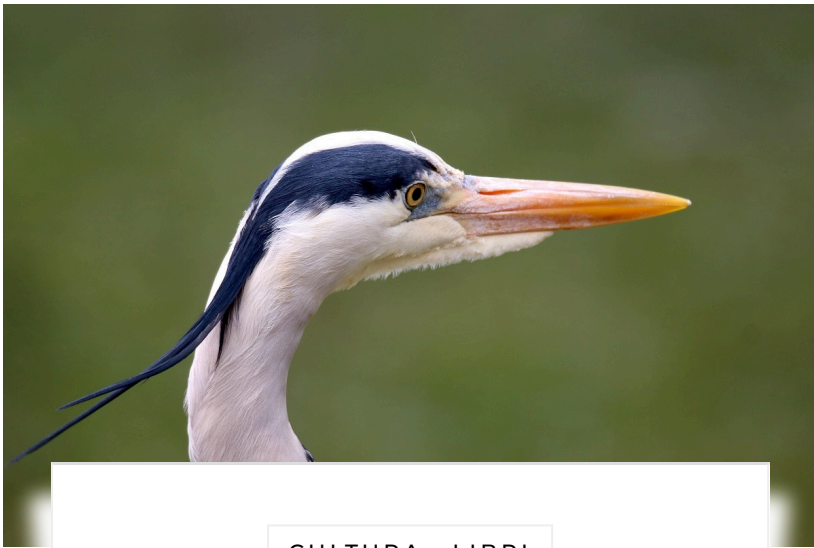
CULTURA ▾

LIFESTYLE ▾

PROGETTO

CONTATTI



CULTURA - LIBRI

## Libri consigliati. III luoghi green di Milano che devi proprio scoprire di Maddalena Stendardi

24 Giugno 2026 - By Redazione

Listen

Tempo di lettura: 3 minuti

**Una guida narrativa e geografica che mappa la Milano verde contemporanea attraverso spazi urbani, parchi, orti condivisi e architetture sostenibili, restituendo un ritratto inedito della**

Come scegliere le scarpe perfette per le escursioni alpine

MY SOUL - UN FILM DI PAOLO SODI PER LAV



My Soul - un film di Paolo Sodi per LAV



00:00

05:28

QUOTE REVOLUTION

Viviamo in un mondo che corre. Dove tutto è "subito", "ora", "velocemente". Ma ci siamo mai chiesti dove stiamo andando così in fretta?

Rallentare non è perdere tempo. È riconquistarlo. È smettere di sopravvivere per cominciare davvero a vivere.

GLI ARTICOLI PIÙ LETTI

cibo, guardare negli occhi chi amiamo senza distrazioni. Quando rallentiamo, torniamo a sentire.

La gratitudine per le piccole cose.

## città oltre la sua superficie metropolitana

Il saggio *111 luoghi green di Milano che devi proprio scoprire* di Maddalena Stendardi si inserisce nel filone delle guide narrative urbane che non si limitano a descrivere i luoghi, ma li interpretano come organismi viventi in continua trasformazione. Milano, spesso raccontata attraverso la lente della moda, del design e della finanza, viene qui riletta attraverso una prospettiva ecologica e sensibile, dove il “verde” non è solo decorazione ma infrastruttura culturale e sociale.

Il libro si muove tra divulgazione e narrazione, offrendo al lettore un accesso diverso alla città, più lento e consapevole, in cui la scoperta dei luoghi coincide con una ridefinizione del rapporto tra individuo e ambiente urbano.

### Cosa leggerai nell'articolo:

[Che tipo di guida è “111 luoghi green di Milano che devi proprio scoprire”?](#)

[In che modo viene raccontato il rapporto tra Milano e il verde urbano?](#)

[Perché questo libro è rilevante per chi studia la città e la sostenibilità?](#)

[Che immagine di Milano emerge dalla narrazione di Maddalena Stendardi?](#)

[A chi può interessare la lettura di “111 luoghi green di Milano che devi proprio scoprire”?](#)

## Che tipo di guida è “111 luoghi green di Milano che devi proprio scoprire”?

Il volume si colloca nella tradizione delle guide urbane tematiche, ma si distingue per l'attenzione quasi “ecopsicologica” con cui viene raccontata Milano. Non si tratta semplicemente

**Legumi: alleati della salute e dell'ambiente, ancora poco presenti sulle tavole**

na spazio per battere senza affanno

**Inflammaging: la fiamma silenziosa che erode la salute**

A volte basta solo rallentare il

**Teoria dei corpi sottili: tra spiritualità antica e nuove ipotesi scientifiche**

### ULTIME DAL PIANETA

**Come scegliere le scarpe perfette per le escursioni alpine**

Cos'è l'algofobia e come superarla

Acquario Civico e Stazione

Urbanistica di Milano: il nuovo

**MY SOUL - UN FILM DI PAOLO SODI PER LAV**

Citta

00:00

05:28

Medicina spaurifica: origini

### QUOTE REVOLUTION

attuale di un'antica disciplina. Viviamo in un mondo che corre. È ossessiva tra gli altri la Medicina Integrata”, “ora”, “velocemente”. Ma ci siamo mai chiesti dove stiamo andando così in fretta?

Rallentare non è perdere tempo. È riconquistarlo. È smettere di sopravvivere per cominciare davvero a vivere.

### GLI ARTICOLI PIÙ LETTI

cibo, guardare negli occhi chi amiamo senza distrazioni.

Quando rallentiamo, torniamo a sentire.

La gratitudine per le piccole cose.

di un elenco di parchi o giardini, ma di un mosaico di spazi che includono orti condivisi, edifici riqualificati, architetture sostenibili e luoghi di sperimentazione ambientale.

L'approccio dell'autrice privilegia la dimensione esperienziale: ogni luogo è presentato come una soglia di accesso a una diversa modalità di vivere la città. In questo senso, il libro si avvicina alle guide contemporanee che reinterpretano lo spazio urbano come ecosistema narrativo.

## In che modo viene raccontato il rapporto tra Milano e il verde urbano?

Uno degli aspetti più interessanti del saggio è la capacità di mostrare come Milano non sia solo una città densamente costruita, ma anche un laboratorio di rigenerazione ambientale. Attraverso parchi storici, nuove aree verdi e progetti di forestazione urbana, il testo evidenzia una trasformazione progressiva del paesaggio cittadino.

### Libri consigliati. La vita segreta delle piante di David Attenborough

La narrazione sottolinea come il verde urbano non sia più un elemento marginale, ma una componente strutturale della qualità della vita. Questa prospettiva si avvicina alle analisi di enti come il Comune di Milano e a studi urbanistici che descrivono la città come una delle realtà europee più attive nella riconversione ecologica degli spazi pubblici.

Perché questo libro è rilevante per chi studia la

**Legumi: alleati della salute e dell'ambiente, ancora poco presenti sulle tavole**  
na spazio per battere senza affanno

**Inflammaging: la fiamma silenziosa che erode la salute**  
A volte basta solo rallentare il

**Teoria dei corpi sottili: tra spiritualità antica e nuove ipotesi scientifiche**

#### ULTIME DAL PIANETA

**Come scegliere le scarpe perfette per le escursioni alpine**  
COSA È L'AIUTO E COME superarla

Acquario Civico e Stazione

**MY SOUL - UN FILM DI PAOLO SODI PER LAV**

00:00

05:28

Medicina spagyrica: origini

#### QUOTE REVOLUTION

attuale di un'antica disciplina  
Viviamo in un mondo che corre.  
erboristica tra alchimia e  
Medicina Integrata", "ora",  
"velocemente". Ma ci siamo mai  
chiesti dove stiamo andando così  
Cerca?

Rallentare non è perdere tempo.  
È riconquistarlo.  
È smettere di sopravvivere per  
cominciare davvero a vivere.

#### GLI ARTICOLI PIÙ LETTI

cibo, guardare negli occhi chi  
amiamo senza distrazioni.  
Quando rallentiamo, torniamo a  
sentire.  
La gratitudine per le piccole cose.

# città e la sostenibilità?

Il valore del libro non è solo divulgativo, ma anche culturale e interpretativo. Ogni luogo descritto diventa un caso studio implicito di sostenibilità urbana, in cui si intrecciano politiche pubbliche, iniziative civiche e progettazione architettonica.

La lettura permette di osservare come la sostenibilità non sia un concetto astratto, ma una pratica quotidiana che si manifesta nei dettagli: dalla gestione degli spazi comuni alla riappropriazione degli ambienti industriali dismessi. In questo senso, il libro dialoga con le riflessioni presenti nella letteratura internazionale sulla green urbanism e sulle città resilienti.

## Che immagine di Milano emerge dalla narrazione di Maddalena Stendardi?

La Milano che emerge è una città stratificata, in cui il cemento e la natura non sono in opposizione netta ma in continua negoziazione. L'autrice non idealizza il contesto urbano, ma ne evidenzia le contraddizioni, mostrando come la presenza del verde sia spesso il risultato di processi complessi di trasformazione sociale.

Questa visione si discosta dalle rappresentazioni più patinate della città e si avvicina invece a una lettura più organica e realistica, in cui la sostenibilità è un processo in divenire piuttosto che un risultato già raggiunto.

## A chi può interessare la lettura di "I luoghi green di

**Legumi: alleati della salute e dell'ambiente, ancora poco presenti sulle tavole**

na spazio per battere senza affanno

**Inflammaging: la fiamma silenziosa che erode la salute**

A volte basta solo rallentare il

**Teoria dei corpi sottili: tra spiritualità antica e nuove ipotesi scientifiche**

### ULTIME DAL PIANETA

**Come scegliere le scarpe perfette per le escursioni alpine**

Cos'è l'algobio e come superarla

Acquario Civico e Stazione

Urbanistica di Milano

**MY SOUL - UN FILM DI PAOLO SODI PER LAV**

Cerca

00:00

05:28

Medicina spagyrica: origini

### QUOTE REVOLUTION

attuale di un'antica disciplina. Viviamo in un mondo che corre. erboristica tra alchimia e Medicina integrata", "ora", "velocemente". Ma ci siamo mai chiesti dove stiamo andando così in fretta?

Rallentare non è perdere tempo. È riconquistarlo.

È smettere di sopravvivere per cominciare davvero a vivere.

### GLI ARTICOLI PIÙ LETTI

cibo, guardare negli occhi chi amiamo senza distrazioni.

Quando rallentiamo, torniamo a sentire.

La gratitudine per le piccole cose.

# Milano che devi proprio scoprire”?

Il libro si rivolge a un pubblico ampio, che va dagli appassionati di urbanistica e architettura fino ai lettori interessati alla scoperta lenta della città. È particolarmente adatto a chi desidera esplorare Milano con uno sguardo diverso, più attento alle dinamiche ambientali e ai micro-spazi che definiscono la qualità della vita urbana.

*Centrale dell'Acqua di Milano: viaggio nel cuore dell'acquedotto cittadino*

La struttura a luoghi rende la lettura flessibile e consultabile, ma allo stesso tempo invita a un'esplorazione continua, quasi meditativa, dello spazio cittadino.

[Cover Image – Immagine di repertorio]



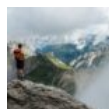
## Redazione

Il Magazine di Informazione senza filtri né padroni. Un progetto corale che arricchisce in chiave propositiva, offrendo spunti per salvaguardare il

Pianeta.



No Comments



## RELATED POSTS



**Legumi: alleati della salute e dell'ambiente, ancora poco presenti sulle tavole**

na spazio per battere senza affanno

**Inflammaging: la fiamma silenziosa che erode la salute**

A volte basta solo rallentare il

**Teoria dei corpi sottili: tra spiritualità antica e nuove ipotesi scientifiche**

## ULTIME DAL PIANETA

**Come scegliere le scarpe perfette per le escursioni alpine**

Cosè l'algofobia e come superarla

Acquario Civico e Stazione

**MY SOUL – UN FILM DI PAOLO SODI PER LAV**

Cerca

00:00

05:28

Medicina omeopatica: origini

## QUOTE REVOLUTION

attuale di un'antica disciplina. Viviamo in un mondo che corre. erboristica tra gli omeopati e Medicina Integrata”, “ora”, “velocemente”. Ma ci siamo mai chiesti dove stiamo andando così in fretta? Cerca

Rallentare non è perdere tempo. È riconquistarlo. È smettere di sopravvivere per cominciare davvero a vivere.

## GLI ARTICOLI PIÙ LETTI

cibo, guardare negli occhi chi amiamo senza distrazioni. Quando rallentiamo, torniamo a sentire. La gratitudine per le piccole cose.

La conquista della Luna: protagonisti e impatto nella storia dell'umanità

15 Giugno 2026

La leggenda dei 36 Giusti: chi sono i Lamed Vav Tzadikim nella tradizione spirituale ebraica

3 Giugno 2026

Chi ha dominato Milano? I poteri stranieri che hanno plasmato l'anima della metropoli lombarda

29 Maggio 2026

### LASCIA UN COMMENTO

Il tuo indirizzo email non sarà pubblicato. I campi obbligatori sono contrassegnati \*

Nome \*

Email \*

Sito web

Commento \*

**Legumi: alleati della salute e dell'ambiente, ancora poco presenti sulle tavole**

na spazio per battere senza affanno

**Inflammaging: la fiamma silenziosa che erode la salute**

A volte basta solo rallentare il

**Teoria dei corpi sottili: tra spiritualità antica e nuove ipotesi scientifiche**

#### ULTIME DAL PIANETA

**Come scegliere le scarpe perfette per le escursioni alpine**

Cos'è l'algofobia e come superarla

Acquario Civico e Stazione

**MY SOUL - UN FILM DI PAOLO SODI PER LAV**

00:00

05:28

Medicina spagyrica: origini

#### QUOTE REVOLUTION

attuale di un'antica disciplina. Viviamo in un mondo che corre. erboristica tra alchimia e Medicina Integrata". Dove tutto è "subito", "ora", "velocemente". Ma ci siamo mai chiesti dove stiamo andando così in fretta?

Rallentare non è perdere tempo. È riconquistarlo. È smettere di sopravvivere per cominciare davvero a vivere.

#### GLI ARTICOLI PIÙ LETTI

cibo, guardare negli occhi chi amiamo senza distrazioni. Quando rallentiamo, torniamo a sentire. La gratitudine per le piccole cose.

**Legumi: alleati della salute e dell'ambiente, ancora poco presenti sulle tavole**

na spazio per battere senza affanno

**Inflammaging: la fiamma silenziosa che erode la salute**

A volte basta solo rallentare il

**Teoria dei corpi sottili: tra spiritualità antica e nuove ipotesi scientifiche**

#### ULTIME DAL PIANETA

**Come scegliere le scarpe perfette per le escursioni alpine**

Cos'è l'algofobia e come superarla

Acquario Civico e Stazione

Copyright © 2024 - 2026 Controsenso Magazine - Privacy Policy

**MY SOUL - UN FILM DI PAOLO SODI PER LAV**

00:00

05:28

Medicina saggia: origini

#### QUOTE REVOLUTION

attuale di un'antica disciplina. Viviamo in un mondo che corre. erboristica tra gli alchimisti e la Medicina Integrata. Dove tutto è "subito", "ora", "velocemente". Ma ci siamo mai chiesti dove stiamo andando così in fretta?

Rallentare non è perdere tempo. È riconquistarlo.

È smettere di sopravvivere per cominciare davvero a vivere.

È ascoltare il respiro, assaporare il cibo, guardare negli occhi chi amiamo senza distrazioni.

Quando rallentiamo, torniamo a sentire.

La gratitudine per le piccole cose.

INVIA COMMENTO

Graceful Theme by Optima Themes