

LE PAROLE BIOINTEGRALI

Dizionario

A Z



**ESSERE BIOINTEGRALE®
SIGNIFICA DARE IL GIUSTO
PESO ALLE PAROLE:
CHE, IN ALCUNI CASI, SI
ARRICCHISCONO DI NUOVI
SIGNIFICATI.**

**ECCO QUELLE FONDAMENTALI,
PER PARLARE UNA LINGUA
DAVVERO SOSTENIBILE.
RIGOROSAMENTE IN ORDINE
ALFABETICO, COME UN VERO
DIZIONARIO.**

FAMIGLIA
CASADEI

Àcqua s. f. [dal lat. *aqua*]. – Risorsa primaria da cui dipendiamo, come l'aria. Sinonimo di nutrimento e rigenerazione, se preservata garantisce vitalità dei terreni.

Ambiente s. m. [dal lat. *ambiens -entis*, part. pres. di *ambire* «andare intorno, circondare»]. – Diventare BioIntegrale® è un'ottima premessa per salvaguardarlo, l'ambiente. Perché la difesa dell'ecosistema comincia da ciascuno di noi.

Ànfora s. f. [dal gr. *amphoréa*, comp. di «da ambo le parti» e «portare»]. – Non c'è vino BioIntegrale® che non sia affinato in anfora. Declinato al plurale, diventa una linea di vini: Le Anfore, appunto.

Ape s. f. [dal lat. *apis*]. – Insetto dell'ordine Imenotteri, è famoso per l'industriosità e l'ingegnosità: come quella dell'agricoltore BioIntegrale®! Diventare apicoltori, inoltre, favorisce la biodiversità di un sano ambiente di coltivazione.

Architettura s. f. [dal lat. *architectura*]. – La lingua BioIntegrale® non parla solo di decaloghi e prodotti, ma di luoghi dove vivere: anche l'architettura, infatti, può essere BioIntegrale®. Qualche suggerimento? Linee elettriche interrato per abbattere l'inquinamento elettromagnetico; caldaie a condensazione; fonti energetiche rinnovabili, come il fotovoltaico...

Biodinamica s. f. [comp. di «bio» e «dinamica»]. – (fisiol.) Disciplina che studia l'aspetto dinamico dei processi vitali sulla base delle leggi della meccanica. Come aggettivo, associato ad *agricoltura*: metodo di coltivazione ispirato alla visione steineriana che considera il suolo e le forme di vita come un unico sistema. Le pratiche agronomiche sono alla base del metodo BioIntegrale®.

Biodiversity friend n. p. [comp. dell'inglese *biodiversity* (biodiversità) e *friend* (amico, alleato)]. – Disciplinare in base al quale

certificare l'indice di biodiversità del proprio ambiente di coltivazione.

BioIntegrale s. m. [der. di «bio» e «integrale»]. – Disciplinare nato negli anni 10 del Duemila che fonde pratiche agronomiche biodinamiche a grande attenzione per la qualità, la bontà e la godibilità del risultato finale. Restituiamo l'agricoltura alla natura!

Biologico agg. [der. di «biologia»] (pl. m. -ci). – Che si riferisce agli esseri viventi. *Agricoltura b.*, metodo di coltivazione con impiego esclusivo di concimi organici e, come pesticidi, di preparazioni naturali (decotti e macerati di erbe, alghe e minerali polverizzati, ecc.) e di predatori naturali (microrganismi, insetti, uccelli).

Capezzàgna «ca-pez-zà-gna» s. f. (pl. -gne). – In testa al filare (*in capezzagna*, appunto), quando cambia verso, l'animale da tiro si ferma, si concentra, s'imposta per ricominciare a lavorare.

Cavallo s. m. (f. -a) [dal lat. *caballus* «cavallo da lavoro, cavallo castrato»]. – Quello da tiro è un valido aiuto in Azienda. Come i nostri Comtois.

Compost *«kòmpost»* s. ingl. [dal fr. ant. *compost*, e dal lat. *compositus*, part. pass. di *componĕre* «comporre»], in ital. s. m. – Prendi gli scarti della potatura (raspi, vinacce, sfalci), aggiungi il letame degli animali che lavorano in Azienda e il gioco è fatto: hai ottenuto il miglior nutrimento per il tuo terreno.

Comtois *«komtuà»* n. p. [dal fr. *comtois*, aggettivo relativo alla Franche-Comté (Contea), regione orientale al confine con la Svizzera].
– Cavallo francese da tiro pesante rapido, brachimorfo, dal mantello sauro o baio, altezza al garrese tra 145 e 155 cm, peso tra i 500 e i 600 kg, criniera folta e coda attaccata bassa. Carattere docile e volenteroso: un alleato preziosissimo!

Concime s. m. [der. di «conciare»]. – Che sia 100%

d'origine naturale, preferibilmente dinamizzato a mano come il cornoletame.

Cornoletame s. m. [comp. di «corno» e «letame», i due elementi di cui è composto]. – No, non è un insulto, ma il concime migliore per nutrire la terra in modo naturale. Inventato da Rudolf Steiner – padre della biodinamica – è fatto con letame di vacca compresso in piccoli corni e interrato per qualche mese, fino a trasformarsi in nobile humus dall'odore di terra e sottobosco.

Decàlogo s. m. [dal lat. tardo *decalōgus*, comp. del gr. *déka* «dieci» e *lōgos* «parola»] (pl. -ghi).
– Bastano 10 mosse per coltivare BioIntegrale®!
1. Creare integrazione tra uomo e animale.
2. Impiegare preferibilmente manodopera o imprese locali.
3. Ridurre i passaggi meccanici sui suoli.
4. Limitare l'intervento dell'uomo sulla pianta.
5. Alimentare il suolo e non le piante.
6. Eliminare gli input chimici di sintesi.
7. Rispettare i principi fondamentali

di biodiversità. 8. Evitare estirpazioni cicliche.
 9. Ridurre al minimo la manipolazione della materia prima. 10. Puntare sempre alla massima qualità di quanto si produce.

Dinamizzare v. tr. [lett. «rendere dinamico»].

– Agitare un prodotto omeopatico per generalizzarne l'efficacia. Ovvero: praticare delle rotazioni in senso orario e antiorario per circa un'ora; attraverso i piccoli vortici ottenuti, gli elementi iniziali si fondono in un'unica sostanza, omogenea e indivisibile.
 Meglio dinamizzare a mano: al bando le alimentazioni elettriche!

Energie rinnovabili [comp. di «energia» e «rinnovabile»]. – Essere BioIntegrale® oggi è il presupposto per vivere bene domani, è prendere adesso provvedimenti che proteggano la natura in futuro, è soddisfare i bisogni di oggi senza compromettere le generazioni di domani. Usare energie che si rinnovino in breve tempo è un ottimo punto di partenza.

Essere v. intr. [dal lat. *esse* (volg. *essere*). – Essere BioIntegrale® è per tutta la vita.

Farro s. m. [dal lat. *far/farris*]. – Seminato per rigenerare i campi di coltivazione BioIntegrali, viene poi sfruttato in cucina per minestre o insalate fredde; macinato, diventa farina, quindi pasta: ricca di proteine e vitamine del gruppo B, dal ridotto apporto calorico.

Figlio s. m. [dal lat. *filius*, della famiglia di *fecundus*, *femina*, ecc.]. – Colui al quale tramandare la propria essenza BioIntegrale®: perché viva in un mondo in cui il rispetto per la vita, l'ambiente, le risorse vitali del pianeta non siano concetti astratti ma concreti modelli di comportamento.

Grado zero s. m. [comp. di «grado» e «zero»]. – Dicesi dell'indice di vitalità di un ambiente di coltivazione alla sua prima valutazione.

Grani antichi [comp. di «grano» e «antico»]. –

Pur avendo una minore resa in campo, l'agricoltore BioIntegrale® preferirà i grani antichi perché più forti (alti, dalle radici molto profonde, spodestano le piante infestanti) e geneticamente integri. Una volta in tavola, poi, si fanno apprezzare per l'alto tasso di nutrienti, per il poco glutine, per leggerezza e digeribilità.

Lieviti indigeni [der. di «lievito» e «indigeno»]. – Un vino che voglia definirsi BioIntegrale® viene fermentato solo con lieviti selvaggi e originari del proprio terroir: lieviti indigeni, appunto.

Lombrico s.m. [dal lat. *lumbrīcus* (pl. -chi)]. – Nome generico dei vermi di terra. Attraverso l'attività digestiva e intestinale (si nutrono di terra) contribuiscono alla formazione dell'humus e all'areazione del terreno vegetale.

Òca s. f. [dal lat. tardo *auca*, da *avīca*, der. di *avis* «uccello»]. – A tener puliti i filari brucando i diversi tipi d'erba possono essere questi palmipedi allo stato brado. Natura al 100%.

Responsabilità sociale s. f. [comp. di «responsabilità» e «sociale»]. – Modello di comportamento BioIntegrale®, da leggere nelle accezioni di *comunità*, *tolleranza*, *sostegno*, *affidabilità*, *consapevolezza*, *coscienza*, *accortezza*.

Sardegna n. p. [Regione dell'Italia insulare (24.090 kmq)]. – Primo luogo in cui il progetto BioIntegrale® non solo ha preso forma ma ha dato ottimi risultati.

Sedda sa figu n. p. [comp. di *sedda* «sella, sommità di una collina» e *figu* «pianta di fico»]. – Nome del vigneto di Olianas che ha ottenuto il massimo indice di vitalità in Azienda: secondo il disciplinare Biodiversity Friend vale ben 155 punti!

Selvaggina (ant. *salvaggina*) s. f. [der. di «selvaggio»]. – Noi BioIntegrali la lasciamo in santa pace, naturalmente: in tavola portiamo il farro, non la lepre!

sóle s. m. [lat. *sōl/sōlis*]. – Sinonimo di *luce*, di *vita*, di *calore*, è la stella attorno alla quale gravita non solo il nostro sistema solare, ma anche il sistema BioIntegrale®. Perché senza sóle non esisterebbe vita.

Sostenibilità s. f. [der. di «sostenibile»]. – È alla base del pensiero BioIntegrale®: ogni comportamento, ogni azione deve essere compatibile con il concetto di *salvaguardia*, a cominciare dalle risorse ambientali.

Sovéscio s. m. [der. di «sovesciare»]. – Sostanza fondamentale per arricchire i suoli di mille sostanze organiche.

Terracotta s. f. (pl. terrecòtte, meno com. tèrre còtte). – Il materiale delle anfore (interrate e no) dove far affinare un vino BioIntegrale®.

Terroir *<terūàr>* s. m. [dal fr., propr. «territorio»]. – Termine francese che indica lo stretto

rapporto tra un prodotto e le caratteristiche del territorio (microclima, suolo...) in cui nasce, si nutre, cresce.

Trattore s. m. [der. di «trarre»]. – Se sei BioIntegrale® meglio farne un uso ridotto, privilegiando quanto più possibile la trazione animale.

Valorizzazione s. f. [der. di «valorizzare», sul modello del fr. *valorisation*]. – In lingua BioIntegrale®, è quella del territorio, a discapito del mero sfruttamento.

Vènto s. m. [dal lat. *vēntus*]. – Che spinga le nuvole in cielo o che porti l'aria del mare o, semplicemente, un po' di frescura; che asciughi dall'umidità o che scuota le fronde, il vento accompagna le nostre giornate BioIntegrati.

Vèspa s. f. [dal lat. *vēs̄pa*]. – Il caratteristico ronzio, assieme al sibilo del vento o al passo cadenzato degli animali da tiro: perfetta

colonna sonora di un ambiente di coltivazione 100% BioIntegrale®.

Vignéto s. m. [dal lat. *vinētum*, der. di *vinum* «vino», incrociato con «vigna»]. – Se aspirate ad un vigneto BioIntegrale®, cominciate dalla valutazione di quanto sia vitale l'ambiente di coltivazione.

Vino s. m. [dal lat. *vīnum* (prob. voce di origine mediterranea, come anche il gr. *oinos*).] – Se BioIntegrale® è meglio. In DCasadei ci siamo già riusciti sia con vini sardi che toscani: diversi i vitigni, uguale la cura con cui li coltiviamo.

Viticultura s. f. [comp. di «vite» e «coltura» (o -coltura)]. – Superare l'approccio della monocultura; assecondare i cicli naturali; salvaguardare la qualità dei suoli: bastano questi e pochi altri accorgimenti per diventare un viticoltore veramente BioIntegrale®.