

# SEMI DI SOSTENIBILITÀ

Il sostenibile in zona 3, Milano

Lo scopo di questa mappa è quello di segnalare alcune **realità virtuose** presenti nella **zona 3** di **Milano**, territorio di riferimento del progetto **Semi di Sostenibilità**. L'elenco è stato redatto senza alcuna presunzione di esaustività, ma con attenzione alla **qualità**: tutti i posti selezionati, ciascuno a proprio modo, si impegnano attivamente nel diffondere e incentivare uno **stile di vita sostenibile** e un **consumo consapevole**, promuovendo l'utilizzo di **prodotti naturali**, realizzati **senza danneggiare gli ecosistemi**, e ponendo particolare attenzione alla **provenienza** e alle **caratteristiche specifiche delle merci proposte**.



## SEMI DI SOSTENIBILITÀ

Percorsi di orticoltura urbana per migliorare la qualità ambientale

info@istituto-oikos.org  
www.istituto-oikos.org



Istituto Oikos è un'organizzazione no profit che opera in Europa e nei paesi in via di sviluppo per promuovere la tutela della biodiversità e l'utilizzo sostenibile delle risorse naturali, come strumenti di lotta alla povertà. Per maggiori informazioni sulle attività di Istituto Oikos: [www.istituto-oikos.org](http://www.istituto-oikos.org)

Realizzato da



In collaborazione con



Con il contributo di



M-design.it

# MAPPA SOSTENIBILE ZONA 3 MILANO



Percorsi di orticoltura urbana per migliorare la qualità ambientale

alimenti che articoli per la pulizia della casa e per il benessere psico-fisico, dove trovare sia origine interamente naturale.

## SUPERMERCATO I BANCHI DEL SOLE

Catena di supermercati specializzati nella vendita di prodotti alimentari biologici e naturali, nata nel 1992 e oggi presente in tutte le principali città italiane. Ha contribuito nel diffondere su larga scala la cultura dell'alimentazione sana e del consumo consapevole.

## NATURASI

compresso l'ambiente. L'acquisto diretto dai produttori, questa forma di distribuzione tutela tutti i soggetti coinvolti, ma anche spezie, prodotti d'erboristeria e libri di cucina e di medicina naturale. Incentivando la produzione artigianale, questa forma di distribuzione tutela tutti i soggetti coinvolti, Lombradia. Vi si trovano prodotti biologici certificati di ortofrutta, formaggi, vini, miele, olio, conservati, pane, biscotti, pasticceria lombarda come la carne e le uova d'oca, Farmers' market biologico promosso dall'Associazione Verdi Ambiente e Società - VAS

## BIO MERCATO MANGIASANO

chimiche e di sementi manipolate geneticamente. Incentivare un nutrimento sano, che escluda alimenti realizzati tramite l'utilizzo di sostanze

## IL PAPAVERO

Offre un'ampia scelta di cibi macrobiotici, integrali, di alimenti per celiaci e una rinomata linea piccolo mercato, rendendolo uno dei principali punti di riferimento della zona per chi ama

## IL MERCATO VERDE

L'attenta e vasta selezione di prodotti che riempiono gli scaffali di questo vero e proprio chi se ne nutre. tipicamente italiana. Grande impegno è posto nel ricostruire il legame tra la terra, i suoi frutti e

## COOPERATIVA MENSANA

Cibo biologico e cultura alimentare cooperativa Mensana sostiene e promuove allo scopo di valorizzare varietà e tradizioni biologico è associata al rapporto diretto con i produttori, piccole realtà virtuose che la

## ALMABRA/MENS@SANA

La catena di gastronomie naturali Mens@Sana e il laboratorio in cui vengono preparati gli alimenti distribuiti nei punti vendita, nascono nel 2003. La loro filosofia è quella di riabborare

## MENS@SANA

La gastronomia naturale dedicata a chi soffre di intolleranze alimentari, oltre che a tutti coloro che desiderano nutrirsi in

## ALIMENTARI



## ALTRO

Storica erboristeria attiva dal 1944 e oggi gestita da due appassionati farmacisti ed erboristi sono sempre accompagnati da suggerimenti volti a migliorare l'equilibrio fisico attraverso semplici ricette d'erbe, in armonia con ciò che offre e insegna la natura stessa.

## ERBA E SALUTE

lavorazione del tessuto. trattamenti industriali che danneggiano l'ambiente naturale sia in fase di coltivazione che di scelta dei materiali e modalità produttive che escludono l'impiego di fibre sintetiche e di possibilità di un ritrovato contatto con la natura anche attraverso ciò che si indossa. Lo fa pianeta scegliendo capi e tessuti a basso impatto ambientale. CANVAS vuole offrire la

## CANVAS Fibre naturali

Piccolo negozio di vestiti in fibre naturali nato dal sogno di contribuire alla salvaguardia del

## GRANAGLIE

Aperto dal 1998, propone unicamente cibi biologici e offre una vasta gamma di prodotti freschi e ortofruticoli. Grande cura è posta nel selezionare alimenti italiani direttamente da

## MAGNOSTO

conoscere il valore dei cibi, di aiutarli nella scelta e di migliorarne le abitudini alimentari. aziende agricole biodedicate di fiducia e nel dialogare con i consumatori con l'obiettivo di far

## ORTO E GUSTO

Servizio di consegna a domicilio di frutta e verdura biologica e prodotti a filiera corta, caratterizzato dalla partecipazione dell'opzione Pick&Pay, che permette di ritirare e pagare al

## SUGARFREE

Dolci come una volta Questa piccola e accogliente pasticceria offre una varietà di delizie da forno dolci e salate, tutte

## MAMMA NATURA

Offre solo prodotti cosiddetti "alla spina", ossia privati di packaging e pubblicità e venduti sfusi, al peso. Eliminando il superfluo vuole proporre al mercato un nuovo stile di vita, basato sulla

## DAINA'S ESTETICA & BENESSERE

Si riunisce la sera ogni primo giovedì del mese e acquista solo prodotti biologici. L'inserimento di nuovi soci è previsto solo nel mese di settembre. I soci auspicano la nascita di nuovi gas in zona e sono disponibili ad un tutoraggio attivo.

## GAS Feltre

GAS piccolo e in fase di rodaggio. Aperto a nuovi soci

## GAS e luce

Aperto a nuovi soci

## GAS Lola

Aperto a nuovi soci

## GAS Mami Milano

Aperto a nuovi soci

## GAS Leone

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Lambrate

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Dem

Aperto a nuovi soci

## GAS Città studi

Aperto a nuovi soci

## GAS Mami Milano

Aperto a nuovi soci

## GAS Lola

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Leone

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Lambrate

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Dem

Aperto a nuovi soci

## GAS Città studi

Aperto a nuovi soci

## GAS Mami Milano

Aperto a nuovi soci

## GAS Lola

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Leone

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Lambrate

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Dem

Aperto a nuovi soci

## GAS Città studi

Aperto a nuovi soci

## GAS Mami Milano

Aperto a nuovi soci

## GAS Lola

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Leone

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Lambrate

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Dem

Aperto a nuovi soci

## GAS Città studi

Aperto a nuovi soci

## GAS Mami Milano

Aperto a nuovi soci

## GAS Lola

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Leone

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Lambrate

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Dem

Aperto a nuovi soci

## GAS Città studi

Aperto a nuovi soci

## GAS Mami Milano

Aperto a nuovi soci

## GAS Lola

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Leone

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Lambrate

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Dem

Aperto a nuovi soci

## GAS Città studi

Aperto a nuovi soci

## GAS Mami Milano

Aperto a nuovi soci

## GAS Lola

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Leone

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Lambrate

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Dem

Aperto a nuovi soci

## GAS Città studi

Aperto a nuovi soci

## GAS Mami Milano

Aperto a nuovi soci

## GAS Lola

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Leone

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Lambrate

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Dem

Aperto a nuovi soci

## GAS Città studi

Aperto a nuovi soci

## GAS Mami Milano

Aperto a nuovi soci

## GAS Lola

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Leone

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Lambrate

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Dem

Aperto a nuovi soci

## GAS Città studi

Aperto a nuovi soci

## GAS Mami Milano

Aperto a nuovi soci

## GAS Lola

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Leone

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Lambrate

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Dem

Aperto a nuovi soci

## GAS Città studi

Aperto a nuovi soci

## GAS Mami Milano

Aperto a nuovi soci

## GAS Lola

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Leone

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Lambrate

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Dem

Aperto a nuovi soci

## GAS Città studi

Aperto a nuovi soci

## GAS Mami Milano

Aperto a nuovi soci

## GAS Lola

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Leone

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Lambrate

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Dem

Aperto a nuovi soci

## GAS Città studi

Aperto a nuovi soci

## GAS Mami Milano

Aperto a nuovi soci

## GAS Lola

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Leone

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Lambrate

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Dem

Aperto a nuovi soci

## GAS Città studi

Aperto a nuovi soci

## GAS Mami Milano

Aperto a nuovi soci

## GAS Lola

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Leone

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Lambrate

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Dem

Aperto a nuovi soci

## GAS Città studi

Aperto a nuovi soci

## GAS Mami Milano

Aperto a nuovi soci

## GAS Lola

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Leone

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Lambrate

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Dem

Aperto a nuovi soci

## GAS Città studi

Aperto a nuovi soci

## GAS Mami Milano

Aperto a nuovi soci

## GAS Lola

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Leone

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Lambrate

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Dem

Aperto a nuovi soci

## GAS Città studi

Aperto a nuovi soci

## GAS Mami Milano

Aperto a nuovi soci

## GAS Lola

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Leone

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Lambrate

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Dem

Aperto a nuovi soci

## GAS Città studi

Aperto a nuovi soci

## GAS Mami Milano

Aperto a nuovi soci

## GAS Lola

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Leone

Iscrizioni chiuse per il momento

## GAS Lambrate

I