



PAGINE IN LIBERTÀ

Notiziario bimestrale dell'Associazione Vercellese Giovani Invalidi e Amici di Trino –
Direttore: Marina Boido – Vicedirettore: Alessandro Costanzo – Collaboratori: Gianluca
Milesi, Paola Berzano – Telefono: 0161/1921040 – Sito internet: www.avgiatrino.it – e-mail:
giornalino@avgiatrino.it

Anno 26 Numero 3

Giugno 2021

ECONOMIA NON SOLO CIRCOLARE



**EARTH UN GIORNO
STRAORDINARIO**

NON SOLO ECONOMIA CIRCOLARE

Marina Boido

Economia circolare, termine in voga negli ultimi tempi, è un modello di produzione e consumo attento alla riduzione degli sprechi delle risorse naturali e consistente in condivisione, riutilizzo, riparazione e riciclo di materiali e prodotti esistenti, il più a lungo possibile. Principio cardine di un'economia lungimirante per la salvaguardia dell'ambiente e di conseguenza del nostro futuro.

Essa però non è sufficiente se non va di pari passo con l'attenzione verso l'uomo.

Il rischio è che sull'ondata più emotiva o propagandistica della salvaguardia del pianeta si perda di vista i bisogni primari dell'uomo: uguaglianza, dignità, lavoro, salute, sostentamento per i più disagiati.

Per la realizzazione di una società "civile" il fulcro di ogni scelta politica ed economica deve sempre essere il benessere dell'uomo e del creato. La nuova ondata di economia circolare invece rischia fortemente di dimenticare il grido dei poveri. Sono molte le imprese circolari che non mostrano nessun

interesse né per la povertà né per l'equità salariale, e neanche per la creazione di posti di lavoro. Nei nuovi bilanci ambientali possiamo trovare contabilità meravigliose sul piano circolare che però licenziano migliaia di lavoratori per massimizzare i profitti. Nessuno parla nei manuali di economia circolare della destinazione dei profitti che nascono dal rispetto dell'ambiente. L'economia integrale include anche l'uso dei profitti, le tasse pagate e non pagate, il benessere dei lavoratori e la creazione di lavoro.

Una economia civile e di comunione richiede la capacità di chiamare fratello e sorella l'uomo e la donna, non solo la Terra.



ECOLOGICAMENTE SOSTENIBILE

Marina Boido

Sempre di più la ricerca e la scienza svolgono un ruolo essenziale nella società, collocandosi alla base dell'azione politica: la ricerca entra ogni giorno nelle decisioni dei governi, e obbliga a guardare al futuro con rigore e responsabilità. Per avviarci con decisione verso la neutralità in termini di emissioni di carbonio verso il 2050 e per rafforzare la leadership nelle tecnologie smart e green, sono necessari ingenti investimenti nella ricerca. Non essere all'altezza di queste sfide significa rischiare di compromettere la sostenibilità, la competitività e la prosperità.

Riportiamo di seguito un esempio di ricerca sostenibile.

Sono le scarpe da tennis più vendute di sempre: nate nei primi anni '70, da allora le Adidas Stan Smith hanno percorso le strade del mondo, calcato i red carpet ai piedi dei vip. Adidas lancia Mylo, la prima Stan Smith totalmente

rinnovabile perché realizzata con l'omonimo materiale innovativo ricavato dal micelio dei funghi, cioè la parte filamentosa che ricorda le radici delle piante. A brevettare questa similpelle zigrinata che al tatto sembra cuoio vero tanto è morbida, soffice e facile da lavorare, è stata la Bolt Threads, un'azienda californiana specializzata in biotecnologie e materiali del futuro, già nota per altre invenzioni come microsilks, una seta vegana prodotta in laboratorio. A differenza della pelle di origine animale, non implica l'allevamento intensivo di bestiame, con tutto il dispendio idrico e l'occupazione di terreno che quello richiede; rispetto a quella sintetica, fatta a partire da poliuretano o pvc, non deriva dal petrolio. Inoltre il micelio cresce velocemente, in meno di due settimane, e non ha bisogno di molto spazio, perché si sviluppa in verticale: per coltivarlo è sufficiente



AD ALTA VOCE di Enrico Iviglia

Cinzia Vanni

Enrico Iviglia è un tenore lirico che racconta nel libro la sua vita e la sua carriera artistica. Non si tratta di una autocelebrazione: non vengono raccontati solo i successi, ma anche i problemi della vita quotidiana, gli insuccessi professionali e le difficoltà e i sacrifici che il suo lavoro comporta. Piemontese, di Castell'Alfero, Enrico Iviglia si rivela una persona ottimista che cerca di trovare i lati positivi anche nelle vicende più tristi. Chi lo ha conosciuto di persona può attestare che quello che è scritto nel libro è veritiero. La sua passione per il canto è stata anche osteggiata dalla famiglia, che avrebbe voluto per lui un lavoro più sicuro e tranquillo, ma che poi ha accettato la sua scelta e lo ha appoggiato. Il libro racconta della sua infanzia, della sua giovinezza, del disagio di sentirsi un ragazzo un po' diverso perché non appassionato di calcio, dei problemi con la



scuola superati con la forza di volontà e la tenacia. Di solito si pensa che gli artisti siano persone diverse da noi, che vivono su un altro livello, mentre spesso sono individui normali, che affrontano le difficoltà e i dolori come tutti. Enrico Iviglia si descrive proprio così, come un ragazzo un po' introverso ma curioso, che ha deciso di fare del canto la sua professione e che si è impegnato tantissimo per raggiungere questo obiettivo. La narrazione non nasconde la fatica, i sacrifici fatti, anche i fallimenti, ma quello che gli ha permesso di riuscire nel suo intento è stata la forza di volontà e lo spirito di sacrificio. L'autore stesso scrive di aver voluto pubblicare la sua storia non per gloriarsi della sua riuscita, ma per dire a tutti quelli che vogliono intraprendere un cammino che tutto è possibile, basta volerlo e non scoraggiarsi di fronte ai problemi. Anche quando descrive i suoi

successi non nasconde le fatiche che stanno dietro a una riuscita: il talento è una cosa importante, ma l'esercizio, la costanza, lo studio servono per migliorarsi e per mantenere alto il livello delle prestazioni. La vita di un artista spesso è frenetica, si viaggia molto, occorre memorizzare molti dati (nel suo caso la musica, le parole, la gestualità), ma con la volontà, la tenacia e la passione si può riuscire. E anche quando le cose vanno male si può sempre imparare qualcosa, per ricominciare a lavorare e raggiungere nuovi obiettivi. Oltre al racconto di vari viaggi, concerti ed esibizioni, tra cui un concerto di Ferragosto a Pontechianale di grande successo, Enrico Iviglia racconta anche di altre attività. È una persona curiosa, inoltre è attratto dalla televisione, tanto da partecipare ad alcune trasmissioni (ad esempio "La prova del Cuoco") e da diventare testimonial in uno spot televisivo. Ha inoltre raggiunto un buon equilibrio, che gli permette di vivere una vita da cosmopolita, attraverso gli spettacoli in giro per il mondo, ma nello stesso tempo rimane molto radicato alla sua ter-

ra di origine. Dalle pagine del libro traspare infatti l'amore per il suo piccolo paese natio, per Asti, per il Monferrato, ed è molto legato alla sua famiglia e agli amici di sempre. Ama la campagna ed esprime gratitudine per tutto ciò che ha ricevuto, per l'affetto delle persone a lui care. Cerca inoltre di diffondere la conoscenza dell'Opera anche nei piccoli centri e al di fuori dei teatri, per far capire che la lirica non è un genere di élite, ma può essere alla portata di tutti. Dimostra poi che un artista apprezza anche la buona cucina, la compagnia, le gite che permettono di ammirare posti bellissimi, il lavoro della terra attraverso la cura di un orto. "Ad alta voce" è un inno all'ottimismo: un invito a darsi da fare, a sognare e a lavorare per realizzare i propri sogni. In un mondo in cui molti si lamentano, recriminano, incolpano altri dei loro problemi, è possibile apprezzare ciò che ci circonda, lottare per superare le difficoltà ma anche provare gratitudine per ciò che di bello ci viene dato, perché a tutti viene dato qualcosa, ma spesso non lo si sa vedere. La vita è un cammino, se ci si impegna con costanza i risultati arrivano nonostante i dolori e le difficoltà.

ILARIA BIDINI



Ilaria Bidini insignita dal Presidente della Repubblica Sergio Mattarella con l'Ordine al Merito della Repubblica Italiana. Ha ricevuto questo importantissimo riconoscimento "per il coraggio e lo spirito di iniziativa con cui ha pubblicamente denunciato i fenomeni di bullismo e cyber-bullismo di cui è stata vittima". La Bidini, affetta da osteogenesi imperfetta, una malattia genetica che rende le sue ossa molto fragili, si muove su di una carrozzina elettrica, da

diversi anni combatte in prima linea contro il pregiudizio della gente dopo essere stata vittima di bullismo e cyber-bullismo. Dopo una serie di continue minacce, la donna si è recata alla Polizia Postale per denunciare, mentre sui social ha creato il gruppo "Stop al bullismo e al cyber bullismo" facendosi promotrice di alcune iniziative, quali parlare nelle scuole ai giovani di questo problema. Intanto recentemente la 32enne di Arezzo si è anche laureata presso la facoltà di Scienze della formazione dell'università di Siena discutendo una tesi sul tema del bullismo e cyberbullismo e sul ruolo dell'educazione per sconfiggere questo fenomeno. La neo dottoressa ha chiuso il suo lavoro con una domanda significativa e che tutti spesso ci poniamo: anche il bullo è una vittima? Secondo Ilaria la risposta è sì: anche il bullo, è in fondo una vittima, poiché dalle testimonianze da lei raccolte per realizzare la sua tesi, ha scoperto che spesso si trasformano in bulli quelle persone che hanno in qualche modo avuto un'educazione "sbagliata". Anche e soprattutto per questo motivo resta fondamentale l'importanza della scuola e della lotta e testimonianza di persone e adulti di riferimento impegnati sul campo, "guerriere" coraggiose e splendide come Ilaria. Ciò che rende unica Ilaria, sono state e sono la sua forza e il suo coraggio non solo nel denunciare gli attacchi di bulli e cyberbulli, ma di attivarsi in aiuto di chi subisce e promuovere una cultura di rispetto.



Earth-Un giorno straordinario

Marina

Giovedì 22 aprile, in occasione della Giornata Mondiale della Terra, i canali del digitale terrestre Focus e Rai Premium hanno dedicato la loro programmazione a questo evento. Un evento molto importante perché l'ambiente e la sua salvaguardia riguardano tutti noi. Focus ha trasmesso per tutta la giornata documentari di vario tipo, da come vedono gli astronauti la terra dalla luna, da come ci comportiamo nei confronti del nostro Pianeta, inquinando a più non posso, al traffico, allo smog nelle nostre città ma anche nel mare, dove vengono rinvenuti molti oggetti di plastica, facendo finire molte specie. Se dovessero mancare le api tutta l'agricoltura verrebbe a mancare perché le api non impollinerebbero più i fiori e non verrebbero più le piante. Tra un documentario e l'altro, Focus ha trasmesso esperienze di agricoltura biologica di aziende che lavorano grani di mais pregiati come il "senatore Cappelli". Nel Vercellese una cascina coltiva riso nero senza acqua, un nuovo modo di coltivazione che da alcuni anni si

sta facendo strada. Nel corso della giornata abbiamo avuto modo di riflettere su come si può mantenere in ordine il nostro Pianeta, perché le future generazioni possano usufruire delle bellezze che la natura ci dà, senza la natura l'uomo non può andare avanti. Anche gli animali soffrono, ma anche il clima è cambiato, a causa delle emissioni del gas che stanno distruggendo tutto. La giornata della Terra si è conclusa su Rai Premium con il documentario della BBC dal titolo Earth un giorno straordinario. Con la voce di Diego Abatantuono che ha commentato un giorno dall'Alba al tramonto in vari ambienti, dal deserto al mare, con una narrazione molto bella, come una fiaba, ci ha fatto cogliere le piccole sfumature della natura.





IL SONNO DEL GATTO di Gianluca Milesi

I gatti, si sa, sono tra i più dormiglioni al mondo. Riescono a dormire qualcosa come il 60% delle loro vite, praticamente 16 ore al giorno. Facendo un breve calcolo, un gatto di nove anni è stato sveglio solamente per 3 anni della sua vita! Essendo i gatti degli ottimi cacciatori, hanno una marea di tempo libero prima di mettersi nuovamente a caccia della prossima preda. Se poi parliamo di gatti domestici... beh, loro hanno decisamente vita più facile con le visite alla ciotola. Una giornata tipo, per un gatto, include oltre 15 ore tra vere e proprie dormite e pisolini, dalle 4 alle 6 ore tra pulizia del pelo e gioco ed il restante tempo lo passa a cacciare, mangiare ed andare in esplorazione. Ci sono tre diversi tipi di sonno in un gatto adulto: il pisolino breve, il sonno leggero e quello profondo.

Un gatto che schiaccia semplicemente un pisolino è come in "modalità radar attivo", capace di scansionare l'ambiente pronto a captare ogni piccolo rumore. Il sonno leggero e quello profondo si alternano.

Quando il gatto si mette giù per più di un piccolo pisolino, subentra il sonno leggero per circa una mezzora. Poi, per circa sei o sette minuti, entra nella fase di sonno profondo. Ora il suo corpo è completamente rilassato, piccoli tremolii e spasmi sono assolutamente normali e si può osservarlo mentre sogna.

Dopo il sonno profondo, il gatto adulto torna nuovamente nella fase di sonno leggero per poi eventualmente svegliarsi del tutto. Quando cercate un posto in casa in cui sistemare una cuccia per il gatto, tenete bene in mente che il gatto necessita di calore e sicurezza e che ama i posticini alti e protetti.

E' stato osservato che la posizione in cui solitamente dorme il gatto è strettamente legata alla temperatura che vi è nella stanza. A meno di 13°C il gatto è arrotolato su se stesso con la testa nascosta sotto al corpo. Quando invece la temperatura aumenta il gatto cambia posizione distendendosi. Ad una temperatura maggiore di 21°C il gatto è disteso lungo con le zampe anteriori proiettate in avanti.

EXODUS E GREENPEACE

Alla Fondazione Exodus sono state donate due barche a vela, il Bamboo e la Maria Teresa, su cui i ragazzi hanno modo di sperimentare la socializzazione, la disciplina, lo studio, il mettersi in gioco, il contatto con la natura e il lavoro, infatti i giovani sono anche impegnati nei lavori di officina e nella cura e manutenzione di cui una barca e l'attrezzatura hanno continuo bisogno.

Assistiti dallo skipper - educatore, i giovani si mettono alla prova mentre vivono la straordinaria esperienza della navigazione, che ha per loro una forte valenza simbolica, educativa e terapeutica. Il mare è un incredibile maestro di vita e, oltre a donare la pace e la magia dell'infinito, insegna il rispetto e l'attenzione, la pazienza e la prudenza, il coraggio e la collaborazione.

I giovani impegnati non sono solo gli ospiti della Casa di accoglienza, ma anche gruppi che arrivano da tutta Italia, da scuole, oratori e pure aziende.

Anche quest'anno, insieme a Greenpeace Italia, Bamboo partirà in difesa del mare. A fine giu-

gno la spedizione "Difendiamo il mare" Che vede Greenpeace, la Mammoletta, una delle case di Exodus e i ricercatori dell'Istituto per lo studio degli impatti antropici e sostenibilità in ambiente marino del consiglio Nazionale delle ricerche di Genova, dell'Università Politecnica delle Marche e del Distav dell'Università di Genova, uniti nell'attraversamento dell'Adriatico con l'obiettivo di monitorare la contaminazione di plastica e microplastica e gli impatti del cambiamento climatico nel tratto di mare tra Ancona e Brindisi.

La sensibilità ambientale fortunatamente sta crescendo e molti giovani si attivano per affrontare il problema inquinamento dei mari.

Fa ben sperare.....



FIORI DI ZUCCA di Gianluca Milesi

Estate: la natura ci offre una grande varietà di frutti e verdure, proponiamo i FIORI DI ZUCCA AL FORNO con prosciutto e formaggio, leggeri e gustosi anche senza frittura, morbidi e dal cuore filante, sono facilissimi da preparare, veloci e fatti con pochi ingredienti semplici.

Tempo di preparazione 15 minuti

Tempo di cottura 10/12 minuti

Dosi per 10 fiori di zucca al forno

Difficoltà facile

Costo basso

Ingredienti

10 fiori di zucca grandi

100 grammi di prosciutto cotto

100 grammi di formaggio tipo groviera o fontina

1 uovo

farina q.b.

pangrattato q.b.

olio extra vergine di oliva

sale

Procedimento

Pulire e lavare bene i fiori di zucca sotto il rubinetto dell'acqua, tamponarli con un foglio di carta da cucina e metterli su un tagliere, mettere in ogni fiore un pezzo di formaggio ed una fetta di prosciutto cotto.

In una terrina sbattere l'uovo con un pizzico di sale, ed in un piatto mescolare insieme la farina e il pangrattato.

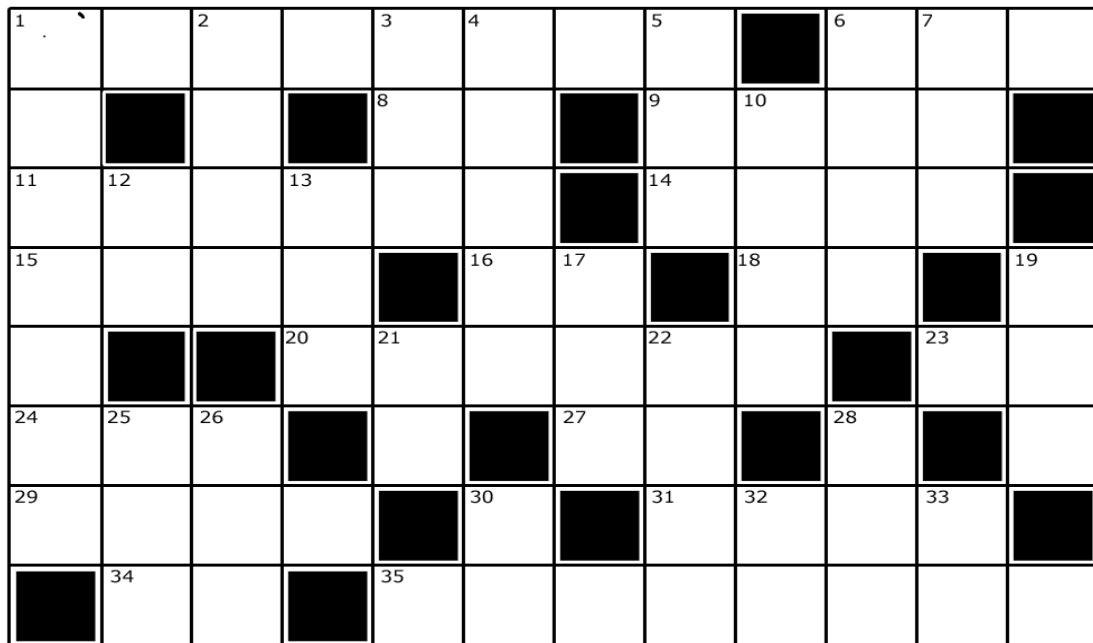
Passare i fiori di zucca prima nell'uovo e poi nella farina e il pangrattato pressando bene specie dalla parte dove abbiamo aperto per mettere il ripieno.

Disporre i fiori di zucca su una teglia foderata con della carta forno, aggiungere l'olio e cuocerli in forno statico, preriscaldato a 175° per circa 12 minuti, gli ultimi 3/4 minuti mettere la funzione del grill per farli dorare, per tempi e temperature regolarsi con i propri forni.



CRUCIVERBA

CRUCIVERBA PER BAMBINI PIANETABAMBINI.IT



ORIZZONTALI:

1. Segna le ore al polso
6. E' attaccato alla lenza
8. Doppie in torre
9. Non accadono quasi mai
11. Malinconico, afflitto
14. Dipingere è un'...
15. Garibaldi è quello dei due mondi
16. Targa automobilistica di Cagliari
18. Pronome di persona singolare
20. E' la nostra patria
23. Contrario di "oi"
24. Sì in inglese
27. Il dittongo di Pietro
29. In Piemonte lo spumante più famoso è della città di...
34. Sigla di Torino
35. Lavorare sodo

VERTICALI:

1. Dove si vende il vino agli avventori
2. Serve per friggere, può essere d'oliva
3. "Orto" senza l'ultima
4. Donna abitante in Grecia
5. La segna l'orologio
6. La gamba è un... inferiore
7. Che sono di mia proprietà
10. Nome della miscela di gas che respiriamo
12. Doppie in carro
13. Dopo il cinque
17. Le ha chi vola
19. Dopo
21. Pronome di seconda persona singolare
22. Il giorno prima di oggi
25. Punto cardinale
26. Fine di questo
28. Principio di Italia
30. Palermo sulle auto
32. Inizio di eccetera
33. Contrario di "re"

Trovate altri cruciverba per bambini all'indirizzo <http://pianetabambini.it/enigmistica/cruciverba/>



SI' VIAGGIARE: Firenze e Milano

Marina

Proseguo i miei viaggi al tempo del coronavirus, visitando le città di Firenze e Milano tramite il programma televisivo trasmesso su Canale5 «Viaggio nella grande bellezza», registrato in primavera durante la prima chiusura, condotto da Cesare Bocci, con la partecipazione di Umberto Broccoli. In questo articolo vi parlerò di Firenze e Milano per ricordare il genio del Rinascimento-: Leonardo da Vinci. Leonardo, nasce a Vinci un paesino della campagna toscana, non avendo conosciuto la madre trascorre l'adolescenza con il nonno e il padre, ed è sempre all'aria aperta, osserva il volo degli uccelli (che diventerà la sua mania) e gli agenti atmosferici. A 12 anni il padre, accortosi del talento del figlio nel disegno, lo porta nella bottega del Verrocchio che lo accoglie insieme ad altri ragazzi. Nella bottega del Verrocchio, oltre a Leonardo avremmo visto Sandro Botticelli, Pietro Perugino, Domenico Ghirlandaio e tanti altri. In quella bottega, non si dipingeva solo, ma si eseguivano lavori di restauro, di oreficeria e scultura,

poiché Verrocchio era un orefice e uno scultore che lavorava per la corte dei Medici. La **palla d'oro** in cima alla cupola del Brunelleschi ha attraversato nei secoli numerose disavventure ma è sempre lì a fare bella mostra di sé. Fu l'orafo e artista Andrea del Verrocchio a progettarela prima e a realizzarla poi a partire dal 1468. Per coronare la lanterna, **il** Verrocchio pensò a una sfera di due metri e mezzo di diametro in rame coperta d'oro. Per riuscire a reperire il rame necessario, il Verrocchio andò fino a Venezia per trovarne di ottima qualità. Appena reperito il materiale di cui aveva bisogno, lo inviò a Firenze in due carichi distinti: un carico di sei pezzi lo inviò nell'agosto del 1469 e i rimanenti due pezzi li spedì nell'ottobre del medesimo anno. Erano quasi 20 tonnellate di rame quelle che furono issate sulla lucerna della cupola il 27 maggio del 1471 ma avevano fatto i conti senza l'oste. Tutto quel metallo lassù in alto sarebbe stato un perfetto attirafulmini. Se ne resero ben presto conto. Il 5 aprile del 1492 un fulmine la colpì rovinando un terzo

della lanterna e provocando il crollo a terra di tegole in almeno cinque punti diversi della cupola. Un danno molto grande che fu quantificato in 5mila fiorini. L'Opera del Duomo pensò di rifare la lucerna per interno visto quanto era rovinata ma poi optarono per sistemare quella rimasta e reintegrare le porzioni mancanti. Quel fulmine fu interpretato come segno di sciagura, quasi annunciasse la morte del Magnifico che sarebbe avvenuta solo tre giorni dopo. Attualmente all'interno della sfera è stato collocato un parafulmini. Ma torniamo a Leonardo, dopo gli anni passati a Firenze, Ludovico il Moro signore di Milano, lo volle alla sua corte. Leonardo si fece scrivere da un amico una lettera nella quale descriveva ciò che sapeva fare, promettendo di inventare ogni sorta di macchina da guerra e di effetto speciale per le feste di corte. Appena arriva a Milano, Ludovico il Moro propone a Leonardo di fargli un monumento equestre per dimostrare la propria potenza, il monumento non verrà mai terminato a causa dell'arrivo delle truppe Francesi in Lombardia. Nel 1494 Leonardo Da Vinci era deluso dall'abbandono forzato del

progetto del monumento equestre a Francesco Sforza, a cui aveva lavorato quasi dieci anni. Quell'anno ricevette però un altro importante incarico da Ludovico il Moro, il quale aveva infatti eletto la chiesa domenicana di Santa Maria delle Grazie a luogo di celebrazione della casa Sforza. Leonardo ci ha lasciato tanti capolavori che possiamo ammirare tutt'ora e che possiamo ammirare in tanti musei e chiese. Sta a noi, ammirarli e conservarli in ottimo stato per tramandarli ai giovani. Il nostro patrimonio artistico è unico, conserviamolo gelosamente.

IMMAGINI SU LEONARDO DA VINCI



Sfera sul duomo di Firenze



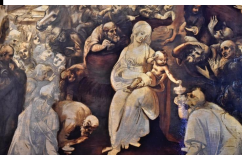
Duomo e battistero di Firenze



Castello Sforzesco di Milano



Cavallo per lo Sforza



Adorazione dei Magi Leonardo



L'Annunciazione Museo Uffizi



Il Battesimo di Cristo



La Gioconda Museo Louvre



Il Cariarmato



L'Ultima Cena



Macchina per il volo



Vita Associativa

Marina

Venerdì 18 giugno, presso i nostri locali, si è tenuta l'assemblea per il rinnovo delle cariche associative per il triennio 2021/2023.

Erano presenti tutti i soci attivi che hanno votato in segreto anche con delega.

Gianluca ha scrutinato e riportiamo di seguito l'elenco dei membri del Consiglio neo-eletto: Alberto Colombo in qualità di presidente

Battistetti Paolo

Ferraro Luisella

Audisio Maria Antonietta

Tricerri Fiorenzo

Podda Gianni.

A tutti i consiglieri auguriamo buon lavoro.