

Cari Amici,

ci ritroviamo dopo la pausa estiva per riprendere le abituali attività, con la consapevolezza dei tanti impegni che ognuno di noi ha in programma per i prossimi mesi.

In questo numero la Redazione del *Magazine* ha selezionato una serie di articoli, alcuni strettamente legati alla attualità, altri di costume con l'intento di interessare e coinvolgere gli amici-lettori.

Da parte mia propongo una riflessione: quest'anno durante le vacanze ho riletto il "Don Chisciotte" di Cervantes, un romanzo che mi ha ricordato come l'immaginazione spesso alimentata dalla paura genera equivoci. E' stato facile trovare analogie con il nostro tempo:

Don Chisciotte che vede all'orizzonte una schiera di giganti ed è pronto lancia in resta ad affrontarli, si accorge avvicinandosi che si tratta di innocui mulini a vento o che vede in lontananza un gregge di pecore scambiandolo per un pericoloso esercito, ci insegna che solo la conoscenza, la vicinanza riporta tutto alla giusta dimensione e le paure generate spesso da pregiudizi e instillate a scopi strumentali si possono ridimensionare a beneficio di tutta la collettività, del resto "solidarietà" significa "insieme di forze", forze positive.

Nell'incontro con "l'altro" avviciniamoci e conosciamolo senza timore. Un intelligente senso critico ci accompagni nelle nostre azioni e ci aiuti ad avere serenità nei nostri giudizi.

Ringraziandovi per la vostra amicizia, auguro a tutti... buona lettura!

Laura

Francisco Goya: "il sonno della ragione genera mostri"



Il dipinto di Goya denuncia le paure, le superstizioni, i pregiudizi e invita a costruire un pensiero critico che possa rendere liberi di scegliere.

La ragione e la storia dovrebbero servire per dare aiuto ed insegnamento per migliorare il mondo in cui viviamo.

In Questo Numero

L'Africa: il continente del futuro	Silvio pag.2
Inchiesta: il Coltan	Laura pag.5
Notizie dal mondo	Curiosità positive pag.6
A sue spese ristrutturazione locale per Centro Anziani	Silvio pag.7
Un paese dove immigrazione fa rima con integrazione	pag.8
Insieme per l'IFTAR: Fine del mese di Ramadan	pag.9
Emporio della solidarietà	pag.9
Sostenere la povertà: Impegno e cura	
I Buonomini di S.Martino	Laura pag.10
Una giornata qualunque: un autista racconta	pag.11
Riflessioni di Marilena	pag.11
Storie dal nostro ambulatorio medico	dott.Silvani pag.12
Dalle donne per le donne	pag. 13
La leggenda della stella marina	Laura pag. 13
La ricetta di Franca	Franca pag.14
I Progetti in cui siamo coinvolti	pag.15

L'indifferenza

Prima di tutto vennero a prendere gli zingari e fui contento, perché rubacchiavano.

Poi vennero a prendere gli ebrei a stetti zitto, perché mi stavano antipatici. Poi vennero a prendere gli omosessuali e fui sollevato, perché mi erano fastidiosi.

Poi vennero a prendere i cattolici e non dissi niente perché non ero cattolico. Un giorno vennero a prendere me e non c'era rimasto nessuno a protestare

Iscrizione nel monumento dell'Olocausto del New England a Boston (sul silenzio degli intellettuali tedeschi all'ascesa del potere nazista)

Stralcio del sermone del Pastore Martin Niemoller.



CENTRO ASCOLTO DEI BISOGNI



AMBULATORIO MEDICO / INFERMIERISTICO



BANCO VIVERI



MOVIMENTO PER LA VITA



SPORTELLO ORIENTAMENTO SOCIALE

SCUOLA DI LINGUA ITALIANA
SERIALE E DIURNO

TRASPORTO PERSONE



SUPPORTO LEGALE E PSICOLOGICO

L'Africa il continente del futuro

L'Africa! Le ferite del continente africano, le abbiamo davanti agli occhi ogni giorno: carestie, povertà, disuguaglianze, mancanza di assistenza medica, regimi dittatoriali, conflitti, genocidi, campi profughi, attacchi terroristici, rapimenti di massa.

Tutto ciò fa parte dell'Africa, ma l'Africa è molto più

tenzialità rilevante, che permette di guardare al futuro con ottimismo. Qui di seguito una sintesi di quanto Martino Ghielmi riporta nello scritto: **"Il futuro è nero."**, un articolo singolare per contenuti e immagini grafiche, vedere: <https://vadoinafrica.com/il-futuro-e-nero>.

Un territorio vastissimo e ricco di risorse

L'Africa si estende per più di 30 milioni di chilometri quadrati. Gli Stati Uniti e la Cina insieme, valgono circa 9 milioni e mezzo di chilometri quadrati.

Inoltre si stima che racchiuda oltre **il 65% delle risorse naturali dell'intero pianeta** (oro, petrolio, rame, ferro, bauxite, terre rare, non ultimo il coltan (columbine e tantalio: minerali indispensabili per far funzionare i nostri smartphone e per l'industria aerospaziale) ed infine **una risorsa importantissima: la terra coltivabile**. Si stimoano circa 39 milioni di et-



di questo.

Un continente imponente con 54 stati sovrani, un miliardo e duecento milioni di abitanti e oltre duemila lingue differenti, va osservato con una prospettiva differente, rispetto a quanto ci evidenziano i media classici (giornali e televisioni), mentre in verità internet e la stampa minore propongono una visione più approfondita e meno pessimistica.

Alcuni mesi fa, un articolo di Anna Pozzi su "Mondo e Missione" (mensile del PIME), invitava a curiosare il blog (<https://vadoinafrica.com>) di Martino Ghielmi (classe 1985) un entusiasta di questo continente, che nella sua presentazione, riporta: *"Dopo un'esperienza nella consulenza direzionale, inizio a collaborare con ALTIS – Università Cattolica del Sacro Cuore al progetto che, nel 2015, diventa E4Impact Foundation, ente non profit dedicato alla formazione di imprenditori africani."*

E4Impact Foundation è un generoso ed efficace tentativo per dare la giusta dignità ai popoli africani e soprattutto contribuire ad alimentare la crescita economica. Formare giovani imprenditori locali, vuol dire mettere le basi per creare sviluppo con l'uso di risorse native e contribuire a limitare l'emigrazione economica, generatrice di sofferenze grandissime, fisiche, morali, materiali e spesso senza successo.

Il continente africano, sostiene Ghielmi, ha una po-

tari potenziali di terre agricole, di cui oggi solo il 25% è coltivato e il 5% irrigato. La produttività agricola è un terzo di quella asiatica o sudamericana anche a causa della ridottissima meccanizzazione, le lavorazioni sono manuali, senza l'uso di macchine agricole. Ci sono più trattori agricoli nella sola Thailandia che in tutta l'Africa Subsahariana!

Una popolazione giovanissima in crescita vertiginosa

Il numero di abitanti di un paese o di un gruppo di paesi continua ad essere un fattore di potere, la Cina è un esempio.

La giovane età degli africani è una realtà. L'Italia si posiziona al poco invidiabile terzo posto di paese più anziano del mondo con una media di 44,5 anni. L'Africa è giovane con una media di 19,5. Attualmente con i suoi 1,2 miliardi di persone, copre il 16% del totale mondiale, una cifra che dovrebbe raddoppiare entro il 2050, portando la percentuale mondiale al 25%. Secondo un rapporto dell'UNICEF, entro il 2050, il 40% di tutti i bambini sotto i cinque anni vivrà in Africa.

Ogni anno entrano nel mercato del lavoro circa 10-12 milioni di giovani africani, a fronte di non

più di 3 milioni di posti di lavoro disponibili. Da qui l'esodo verso altre nazioni e continenti.

Una popolazione giovane ha una maggiore propensione al rischio, una grande voglia di vivere e vivere meglio. D'altro canto, l'esodo rurale e lo squilibrio tra città e paese, dovuti al boom demografico, costituiranno una minaccia per l'agricoltura e le risorse alimentari. I governi dovranno attuare delle

politiche economiche mirate a mantenere un corretto equilibrio tra la coltivazione della terra e l'urbanizzazione, equilibrio che sembra quasi obbligato per poter nutrire un numero così rilevante di persone.

Una economia in espansione da più di 15 anni.

World economic growth, 2015
(GDP real % change, year on year)

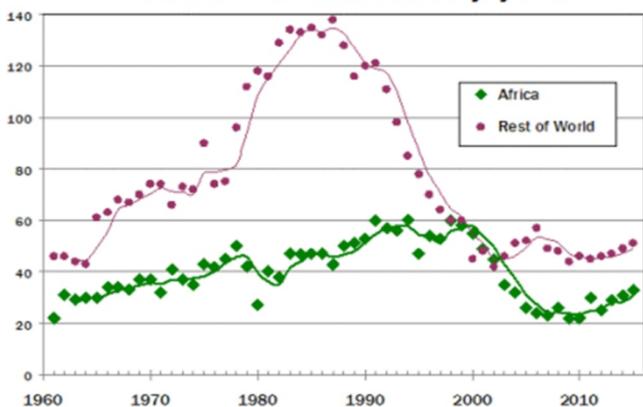


L'intera economia africana vale oggi solo il 3% del PIL mondiale. Allo stesso tempo registra dai primi anni 2000 una costante crescita economica (dal 4 al 7%). Nel 2015 il continente è cresciuto mediamente del 4,6%, un valore superato solo dal 5,7% del Sud-Est asiatico (dati Banca Mondiale). Dal 3% del PIL mondiale, ha tanto da recuperare, ma il trend positivo è continuo.

Meno guerre, meno malattie e più istruzione

Il continente africano come il resto del mondo ha registrato negli ultimi 20 anni una notevole

FIGURE 1: Total Conflict Intensity by Year

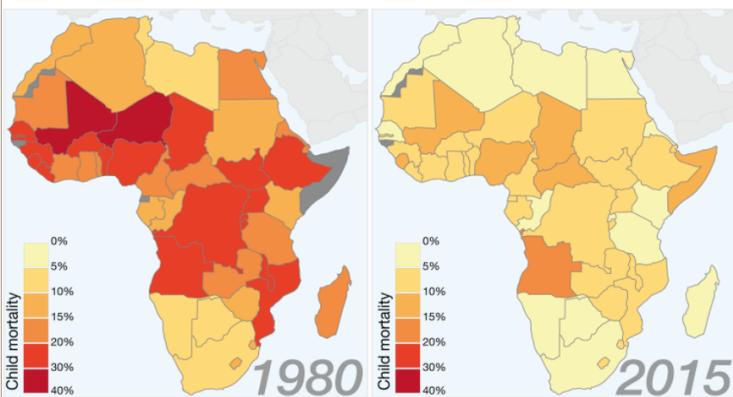


Source: Conflict data from Center for Systemic Peace (2016); Tabulation procedure from Burbach and Fettweis (2014)

Child Mortality in 1980 and 2015

Child mortality is the probability that a newborn will die before reaching the age of 5.

Our World in Data

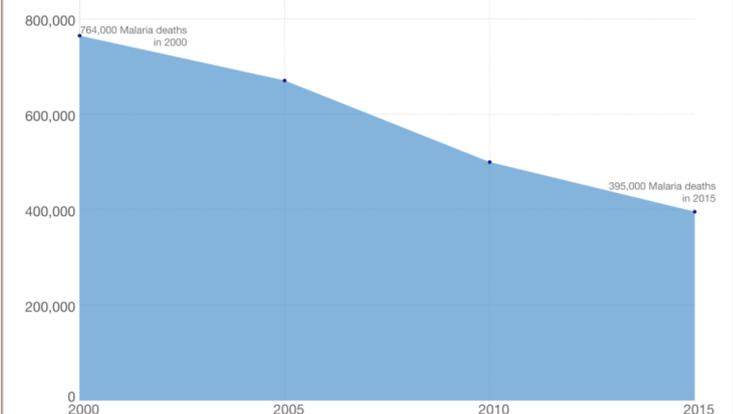


Data source: UN Child Mortality Estimates
This data visualization is part of AfricaInData.org – an Our World in Data project. Licensed under CC-BY-SA by the author Max Roser.

Malaria deaths in Africa, 2000 to 2015

The number of malaria deaths in Africa has declined by 48% since 2000.

Our World in Data



Data source: WHO
This data visualization is part of AfricaInData.org – an Our World in Data project. Licensed under CC-BY-SA by the author Max Roser.

riduzione dei conflitti armati, la conflittualità africana dal 2000 al 2010 era scesa da circa sessanta guerre ad una ventina. Dal 2010 si è ripositionata intorno ai 38 conflitti.

Meno Malattie. La mortalità infantile, entro i primi cinque anni di vita, vede un calo significativo dal 1980 al 2015. In diversi paesi si è ridotta addirittura di 20 punti percentuali.

La morte per malaria dal 2000 al 2015 è passata da 764.000 unità a 395.000 con un calo del 48%.

L'istruzione. La media degli anni di istruzione dal 1950 al 2010 è significativamente migliorata. A metà del secolo scorso solo due paesi avevano un livello di anni di istruzione di quattro e sei anni, mentre nel 2010 restano tre stati nella condizione di analfabetismo. Per otto nazioni continuano a non esserci informazioni a riguardo.

Fonti energetiche a basso impatto ambientale

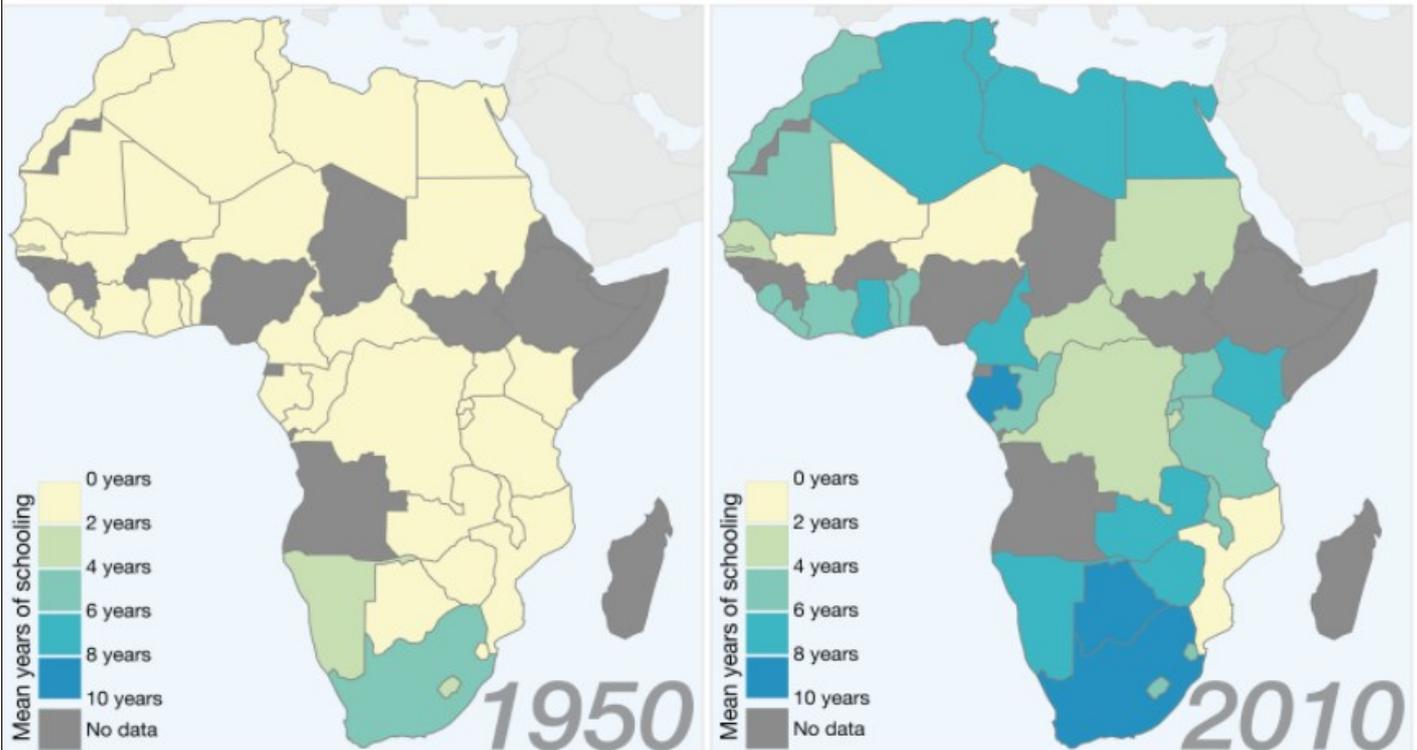
In aggiunta agli indicatori riportati da Martino Ghielmi, va evidenziata la capacità energetica, una componente non trascurabile per lo sviluppo economico.

Oltre 600 milioni di persone, cioè la metà degli africani, non hanno ancora accesso alle fonti energetiche moderne. Escludendo il Sudafrica, il consumo energetico pro capite dell'Africa subsahariana-

Average years of education – 1950 vs. 2010

Shown is the average years of education for the population older than 15

Our World
in Data



Data source: Barro & Lee

This data visualization is part of AfricInData.org – an Our World in Data project.

Licensed under CC-BY-SA by the author Max Roser.

na è pari a 162 kWh / anno, rispetto a una media globale di circa 7.000 kWh.

L'Africa ha importanti risorse energetiche, tra cui 8% delle riserve petrolifere mondiali, il 7% delle riserve di gas naturale, il 4% delle riserve di carbone, il 10% del potenziale idroelettrico, il 17% delle riserve di uranio, il 15% del suo potenziale geotermico, il 38% delle sue risorse di energia eolica e, fatto notevole, **una media di 300 giorni di sole all'anno**. La elevata esposizione solare, l'idroelettrico, l'eolico e il geotermico costituiscono delle importanti fonti di energia a basso impatto ambientale. Molti economisti ritengono che l'Africa sarà in grado di SALTARE alle tecnologie avanzate senza dover seguire il percorso tradizionalmente adottato dai paesi industrializzati. L'esempio è il telefono. L'Africa è passata direttamente all'utilizzo di telefoni cellulari (quasi 500 milioni di utenti su 1,2 miliardi di abitanti). Ma il continente sarà in grado di attuare una strategia di crescita sostenibile e a basse emissioni di carbonio in un momento di crescita delle esigenze energetiche legate alla crescita economica, demografica e urbana?

Come ... arginare una invasione?

In conclusione, il continente africano, vive contesti politici ed economici difficili, una condizione sociale drammatica, nonostante abbia indicatori significativi che potrebbero farlo diventare il continente del futuro.

La ricetta più semplice per affrontare il problema

sembra quella di uno sviluppo economico. Sarà difficoltoso, faticoso, lento, ma sembra l'unica strada percorribile. L'Europa, quella illuminata, dovrebbe battersi per stanziare più fondi indirizzati allo sviluppo economico africano altrimenti la tumultuosa crescita demografica e le condizioni sociali dei popoli africani rischiano di generare un'invasione verso l'Europa, una meta bramata spesso senza speranza. È necessario contrastare il miope egoismo di molti stati europei che si desume dalla minaccia di istituire muri alle frontiere e dal budget (2,4 miliardi nel 2015) stanziato per lo sviluppo africano, mentre la "Bill & Melinda Gates Foundation" ha speso il doppio 5,1. La speranza è che in futuro possiamo assistere a quanto si verifica per il Portogallo, unico paese europeo per il quale si è invertito il flusso migratorio, oggi dalla nazione portoghese alla sua ex colonia.

Allora l'Africa sarà anche il nostro futuro.

Silvio

Link di approfondimento:

<https://vadoinafrica.com>

<http://www.planete-energies.com>

Inchiesta: il Coltan (columbite e tantalio)

Il coltan è un minerale indispensabile per far funzionare i nostri smartphone e per l'industria aerospaziale.

È raro ma la sua estrazione è semplice nel senso che si trova in superficie, non servono tunnel. Si trova in Congo ed in pochi altri Paesi.



Come si estrae lo abbiamo capito ma chi lo estrae? Si parla di manodopera della disperazione che è semplice da reperire, basta razzare e rapire: Il "signore della guerra" che ne gestisce il controllo non investe un centesimo per la miniera, gli uomini, alla stregua di schiavi, estrar-

ranno le pietre con le vanghe e le donne o i bambini le laveranno a mano nell'acqua camminando anche due giorni nella foresta con più di trenta chili sulle spalle.

I metalli (columbite e tantalio) verranno inviati in Cina o in Malesia per essere separati e venduti all'industria high tech. Ad ogni passaggio una tangente arricchirà un militare, un funzionario, un ribelle.

Il Congo è un paese ricco di risorse ma è pieno di schiavi "volontari", uomini, bambini, orfani.

Un rapporto Onu parla di 11 milioni di morti legati al controllo di questo business.

Si citano casi di bambini di 5 anni, di bambine nei bordelli, schiavi per un uovo al giorno.

A chi dare le colpe? All'era coloniale, al post-colonialismo, alla corruzione, al fallimento dello Stato o ai nostri smartphone ed ai missili spaziali?

Una missionaria racconta che in un paradiso ricco d'acqua e piante meravigliose gli abitanti non sono in grado di coltivare o allevare un pollo, sanno solo scavare e nelle miniere si abbruttiscono, si ubriacano, si ammalano, ma spesso sono stati scacciati dalle loro terre e questo è il loro destino.

Il cibo in Congo è carissimo perché importato: uova dallo Zambia, fagioli dalla Namibia, cavoli e mele dal Sud Africa..... Basterebbero delle galline per dare una alternativa.....

Un funzionario Onu invece sostiene che da anni sono quasi scomparse per ragioni politiche le grandi compagnie minerarie che offrivano un certo welfare ai loro operai, forse sfruttati ma la privatizzazione delle concessioni ha distrutto la coesione sociale. Signori della guerra controllano i territori e migliaia di lavoratori sono ridotti in schiavitù "volontaria" perché chi non scava "muore".

Se qualcosa sta cambiando è anche grazie alla recente riforma di Wall Street, la Dodd-Frank Act, che impone di controllare che le materie prime non alimentino i conflitti. Passi avanti ma resta il grande problema del contrabbando.

Una compagnia privata, la Fairphone si vanta di produrre esclusivamente telefonini senza guerra, controllando direttamente tutte le fasi dell'approvvigionamento ed evitando boicottaggi che potrebbero danneggiare l'economia del paese basato sulle miniere.

In forma opposta società cinesi o kazake non quotate a Wall-street ignorano qualsiasi procedura e comprano coltan da chiunque senza curarsi di chi lo ha estratto.

Purtroppo le istituzioni si dimostrano efficienti quando distribuiscono concessioni minerarie a personaggi del potere senza curarsi dei diritti delle persone. In questo caso lo Stato cessa di esistere con il risultato che intere generazioni rischia di essere ridotto in schiavitù.

Il Congo conta 80 milioni di abitanti. Il Pil procapite è di 499 dollari. 3 euro la paga giornaliera dei minatori che vengono impiegati nelle miniere di coltan.

Il minerale è quotato a 123,94 dollari al Kg.

11 milioni di morti causati dai conflitti legati al coltan in africa centrale, di questi sono molti i bambini, anche perché non va dimenticato che il coltan è radioattivo.

Un alito di speranza viene da alcuni programmi organizzati dalle missionarie chiamate "sorelle del Buon Pastore". La gente del posto le chiama "suore che camminano" perché non usano jeep. 180 donne e 10 uomini sono stati aiutati dal Programma Economic Empowerment a creare cooperative agricole a Kowesi, nella provincia di Lualaba. Una goccia ma pur sempre un esempio che se accompagnati, "si può fare".

Laura

NOTIZIE DAL MONDO :

Un po' di curiosità con effetto positivo :

Etiopia : la Croce Rossa ha portato il fieno necessario per prevenire la morte del bestiame degli abitanti dell'Hararage una zona povera e a rischio di desertificazione.

Il fieno è stato consegnato a 1820 famiglie per sfamare il proprio bestiame che stava morendo a causa della siccità

Haiti : La Tyson Foods e Coob-Van Tress, collabora con One Egg per organizzare una fattoria per la produzione di uova. La carenza di cibo ad Haiti è un problema che si sta aggravando. La fame è diffusissima, tanto che centinaia di migliaia di bambini sotto i 5 anni soffre di malnutrizione. Una donazione consistente consentirà di costruire una fattoria che produrrà uova creando allo stesso tempo un modello di Azienda economicamente sostenibile.

Italia : Anche alle Eolie sono arrivati i fenicotteri rosa. Dopo Sicilia, Sardegna e Puglia anche a Lipari il blu si è tinto di rosa per il ritorno dei grandi volativi nella rotta migratoria. Bella notizia per l'ambiente.

India : La banda dei bambini. In hindi si chiama "khazana" (scatola del tesoro) ed è una banca gestita da bambini per tenere al sicuro i soldi dei bambini (in un Paese dove i bambini lavorano con poche tutele). In India la Banca conta oltre 300 sportelli e oltre 10mila "clienti". Per aprire un conto basta solo una rupia e ogni sera i "correntisti" possono andare a

versare i guadagni della giornata. Il supervisore della Associazione Butterflies che gestisce gli interessi sui soldi versati, ha dichiarato : Questi bambini non hanno un posto dove lasciare i soldi e sono spesso imbrogliati o derubati. Qui possono metterli al sicuro.

66 milioni di alberi piantati in 12 ore
Grazie ad una competizione (il Guinness dei primati) 66 milioni di alberi sono stati piantati da un milione e mezzo di volontari nello stato indiano di Madhya Pradesh.

Le piante hanno trovato un nuovo terreno dove crescere. Questo evento segue un'altra piantumazione effettuata nel luglio del 2016 di 50 milioni alberi.

Un beneficio in un Paese che risente degli effetti del cambiamento climatico: dai ghiacciai dell'Himalaya che non riescono più a garantire l'acqua per necessaria al sistema agricolo a città come Nuova Delhi soffocata dall'inquinamento.

La riforestazione è una delle strade per garantire l'aumento di carbonio, oltre al beneficio proveniente da una maggiore forestazione sulla diminuzione delle temperature.

Esempio da imitare.

Curiosità : Tranquilli, secondo elaborati calcoli dei fisici dell'Accademia Cinese delle Scienze, mancano 16.7miliardi di anni all'apocalisse universale.

Gli scienziati lo chiamano il "Big Rip" il grande strappo. Abbiamo però tutto il tempo per prepararci.

In Tunisia, la questione delle donne torna finalmente a riprendersi il suo spazio entrando al centro dell'iniziativa del legislatore con l'approvazione all'unanimità di una legge contro la violenza sulle donne e la parità di genere. È questa la prima sintesi da fare di un **voto storico** per il paese che diventa certamente un precedente ed esempio per tutto il mondo arabo.

E così, vengono alla luce 43 articoli divisi in 5 capitoli per fornire misure efficaci contro ogni forma di violenza o sopruso basato sul genere, con l'obiettivo di garantire alle tunisine rispetto e dignità a partire dall'uguaglianza tra i sessi, anche in ambiente lavorativo. Per metterla in atto si include la prevenzione, la punizione dei colpevoli e la protezione delle vittime.

Altro tema che entra finalmente in campo è quello delle molestie nei confronti delle donne

negli spazi pubblici. Un vero strazio per le donne, non più tollerabile. Con la nuova legge i molestatori per la prima volta vengono multati.

Si cerca dunque di riscrivere una nuova pagina anche nel codice penale cancellando articoli davvero misogini come quello che prevedeva il "perdono" per gli stupratori in caso di matrimonio con la vittima. Un'attenuante presente anche in altri codici penali di paesi insospettabili come il Marocco e che creò scandalo e forte dibattito nel 2012, quando una bambina di nome Amina, si suicidò con il veleno per topi dopo che fu data in sposa al suo stupratore evitandogli il carcere. Ma il suo caso obbligò il parlamento marocchino due anni dopo a cancellare con un nuovo emendamento quell'articolo indegno trasformando Amina in un simbolo per i diritti delle donne marocchine.

(da La Stampa 28/07/2017 : karima moual)

Monte Porzio Catone, a sua spese ristrutturata locale per Centro Anziani

Dopo la cerimonia, il dottor Boni rassegnerà le dimissioni da Consigliere Comunale, per evitare qualsiasi retro pensiero di opportunità politica sul suo operato. Questa storia, rara, quasi incredibile, è una storia vera

Storia d'altri tempi, forse. Storia quasi incredibile, tra le tante che si leggono, si ascoltano, si vedono nel nostro Paese. La storia di Paolo Boni, consigliere comunale a Monte Porzio Catone, borgo dei Castelli Romani, eletto nella lista civica MPC Progetto Comune e delegato alla Salute, Igiene e Agricoltura dal sindaco Emanuele Pucci, è quella di un uomo onesto. Fin qui, la notizia quasi non c'è: uomini onesti sono tanti, finché possono e vogliono. Quel che rende la storia del dottor Boni una storia rara se non unica riguarda quel che ha fatto nell'ultimo anno.

Paolo Boni, classe 1947, una vita da medico al San Giovanni di Roma, pensionato e volontario della Croce Rossa, dopo aver constatato quanto poco potesse fare il Comune per la comunità dei cittadini, dopo aver tentato di aumentare i budget destinati alle necessità sociali e rammaricato di aver potuto realizzare quanto promesso in campagna elettorale, invece di far spallucce, ha agito come pochi avrebbero fatto. **Dato che il centro anziani della cittadina costava al Comune più di 20 mila euro di affitto l'anno, ha deciso di comprare con i suoi soldi un antico ristorante dismesso all'ingresso del centro abitato, lo ha ristrutturato totalmente,** sempre a sue spese, rifacendo finestre, bagni, cucina, impianti di riscaldamento e raffreddamento, fino al restauro di vecchi dipinti, lo ha ri-arredato totalmente – sottolineiamo ancora, sempre a sue spese – e lo ha provveduto di postazioni per pc e proiettore.



I lavori, che ha seguito personalmente, sono durati più di un anno. Tra acquisto e restauro saranno partite dalle sue tasche svariate centinaia di migliaia di euro, ma il dottor Boni non fa cifre, non chiede applausi per ciascun euro speso. Paolo Boni, d'accordo con la famiglia, invece regala il locale, rimesso a nuovo e pronto all'uso, al Comune di Monte Porzio Catone, con destinazione specifica di Centro Anziani, accompagnando l'offerta con una somma in

denaro che consenta il pagamento di alcune annualità di tributi. Uomo di poche parole, Boni, sposato con Daniela Di Giulio, che è venuta a mancare sette anni fa, anche lei medico del Servizio sanitario nazionale, è figlio di un medico condotto, Giovanni, che tutti ricordano come il dottore disponibile a tutte le ore gratuitamente, lo stesso che, in visita ad indigenti, lasciava loro qualche soldo sotto al cuscino e a cui è dedicato oggi l'ambulatorio pubblico comunale, e figlio di Beatrice, insegnante elementare sempre a Monte Porzio Catone, ricordata con affetto e riconoscenza da generazioni di monteporziani, ha vissuto sempre nella sua cittadina con riservatezza ed evitando ogni clamore. Anche in questa circostanza non ha speso una parola per farsi bello del suo gesto.

L'inaugurazione del nuovo Centro Anziani sarà nel pomeriggio del 4 maggio alle 17.

Dopo la cerimonia, il dottor Boni rassegnerà le dimissioni da Consigliere Comunale, per evitare qualsiasi retro pensiero di opportunità politica sul suo operato. Questa storia, rara, quasi incredibile, è una storia vera.

Silvio

LA LEGGENDA DELLA STELLA MARINA

Un uomo d'affari in vacanza stava camminando lungo una spiaggia quando vide un ragazzino. Lungo la riva c'erano molte stelle di mare che erano state portate lì dalle onde e sarebbero certamente morte prima del ritorno dell'alta marea.

Il ragazzo camminava lentamente lungo la spiaggia e ogni tanto si abbassava per prendere e rigettare nell'oceano una stella marina.

L'uomo d'affari, sperando di impartire al ragazzo una lezione di buon senso si avvicinò a lui e disse: "ho osservato ciò che fai, figliolo. Tu hai buon cuore e so che hai buone intenzioni, ma ti rendi conto di

quante spiagge ci sono qui intorno e quante stelle di mare muoiono su ogni riva ogni giorno? Certamente un ragazzo tanto laborioso e generoso come te potrebbe trovare qualcosa di meglio da fare con il suo tempo. Pensi veramente che ciò che stai facendo riuscirà a fare la differenza?"

Il ragazzo alzò gli occhi verso quell'uomo e poi li posò su una stella di mare che si trovava ai suoi piedi. Raccolse la stella e mentre la rigettava gentilmente nell'oceano disse: "Almeno per questa fa la differenza"



Come il giovane anche noi, in Caritas, operiamo sapendo che non potremo salvare tutti coloro che chiedono il nostro aiuto, ma se, parlando con noi, anche solo una persona avrà risolto i suoi problemi, sapremo di aver assolto il nostro compito.

Laura

UN PAESE DOVE IMMIGRAZIONE FA RIMA CON INTEGRAZIONE

L'immigrazione è uno dei problemi più sentiti a livello nazionale e più spinosi da risolvere.

Il modello dei centri di accoglienza si è rivelato non idoneo anche perché riempiti di persone disperate, senza lavoro, con poche speranze e con un alto rischio di delinquere.

L'esempio di alcuni paesi dimostra invece come il business dell'immigrazione può avere esiti positivi e se i fondi vengono gestiti con modalità oneste e avendo come fine il bene comune, può anzi dimostrarsi una grande risorsa.

Vorremmo raccontare l'esempio di S. Alessio un borgo di 357 abitanti in Aspromonte dove è stata adottata una politica vincente per l'accoglienza ai rifugiati.

Il paese ha aderito al sistema di protezione per i richiedenti asilo (Sprar) con un modello nel quale i migranti sono perfettamente integrati nel tessuto sociale ed economico con grandi benefici per la collettività.

Ma in cosa consiste il modello? Per prima cosa la popolazione era stata informata dell'arrivo dei rifugiati e l'adesione al progetto Sprar evidenziando i vantaggi economici ed occupazionali. Infatti i professionisti necessari per la gestione provengono tutti dal paese o dalle zone limitrofe: un medico, un operatore, un mediatore, un insegnante di italiano, uno psicologo e un'assistenza sociale. Una occasione per mantenere le scuole aperte e per creare lavoro. Tutte queste persone hanno avuto la possibilità di rimanere nella loro terra in-



vece di scappare per trovare una occupazione, hanno tutti uno stipendio che spenderanno nelle attività commerciali del paese, altrimenti in sofferenza.

Spendono anche gli immigrati che percepiscono quattro euro al giorno per la spesa e cinquanta ogni due mesi per abiti o altre necessità. Ricevono un contributo mensile dal Comune anche i proprietari degli appartamenti che accolgono gli immigrati, che in questo modo hanno

recuperato case che altrimenti sarebbero rimaste disabitate.

Il sindaco del paese ha dichiarato *"E' un welfare a due facce, per la gente del luogo e per i migranti che vengono accolti. C'è un aspetto umanitario che è prioritario ma non si deve nascondere che esiste anche un ritorno economico per la comunità."*

"Bisogna promuovere una accoglienza fatta di scambio, confronto, arricchimento culturale."

Esaminando l'aspetto occupazionale, a Sant' Alessio gli immigrati lavorano senza essere sfruttati. Non sono destinati a diventare "parassiti sociali" come rischiano alcuni ospitati in altri centri. I rifugiati di S. Alessio vengono impiegati presso le aziende mediante tirocini, che spesso si concludono con una assunzione.

Questa la dimostrazione che la solidarietà paga se gestita in modo corretto e pianificato.

Il ritorno è un beneficio per tutta la Comunità.

L'esempio di questo paese dell'Aspromonte, ma in Italia ne possiamo trovare altri, ne è la dimostrazione.

Laura

Festa delle Associazioni

Sesto, 4 - 7 ottobre 2017

1° compleanno della Casa delle Associazioni

INSIEME PER L'IFTAR

Fine del mese di Ramadan

La sera di giovedì 22 giugno la comunità di Sesto S. Giovanni si è riunita per il nono anno consecutivo, per vivere insieme il momento dell' Iftar, la rottura del digiuno nel mese di Ramadan sacro per i fedeli musulmani. All'evento erano presenti i rappresentanti del Centro Islamico, della comunità cristiana ed alcuni esponenti delle istituzioni locali, il decano di Sesto Don Leone, il responsabile dell'ufficio diocesano Ecumenismo e Dialogo e volontari delle Associazioni sestesi e dei Centri ascolto Caritas.

500 persone che hanno accolto l'invito della comunità musulmana certi dell'importanza di un momento di condivisione: la preghiera vissuta nell'ascolto reciproco, la tavola condivisa, la condivisione del servizio a tavola da



parte di giovani cristiani e musulmani.

Tutto questo frutto di un cammino di integrazione che entrambe le comunità hanno iniziato da diversi anni, spinti dal desiderio di conoscersi e camminare insieme per il bene comune.

In questo momento storico in cui dilaga un certo clima di paura, l'esperienza di Sesto S.G. indica che è possibile promuovere il bene, lavorare sui valori comuni e costruire relazioni in linea con le indicazioni del Vangelo.

Mondo solidale : EMPORIO DELLA SOLIDARIETA'

L'aiuto di Caritas Ambrosiana e CaritasSal per le famiglie in difficoltà

Notizia : Dopo il Refettorio Ambrosiano nato lo scorso anno presso gli spazi in disuso di un teatro in zona Greco come mensa per i senzatetto, ma divenuto anche un centro culturale con eventi che coinvolgono la comunità, Caritas ha aperto un nuovo Emporio della Solidarietà in un quartiere popolare di Milano.

Gli ultimi dati Istat ci indicano che la povertà assoluta in Italia è diventato un dato costante. I numeri mostrano il 12% delle famiglie italiane costrette in condizioni di grave deprivazione che vivono in situazioni di grave indigenza, quella di chi non riesce ad accedere a beni e servizi necessari ad una vita dignitosa.

E' per questo motivo che Caritas Ambrosiana ha deciso di aprire

insieme alla Cooperativa Farsi Prossimo un nuovo Emporio della solidarietà, un Market solidale rivolto a nuclei famigliari in difficoltà. Si tratta di una metodologia alternativa alla distribuzione del tradizionale pacco viveri e funziona con una tessera a punti senza utilizzo di denaro.

All'interno del "Supermercato" le persone vengono aiutate anche a fare una spesa consapevole, evitando gli sprechi.

Tutti gli alimenti messi a disposizione provengono dal recupero di eccedenze alimentari della Grande distribuzione e il contatto diretto con i Centri di Ascolto Caritas aiuta a monitorare la situazione, di condividere obiettivi e consente a tante persone di superare momentanee difficoltà economiche.

Da molti anni la nostra Associazione offre a persone e nuclei famigliari in stato di necessità anche un contributo alimentare, sotto forma di pacchi viveri settimanali o periodici a secondo delle esigenze emerse dai colloqui con le nostre operatrici del gruppo ascolto.

Seguendo il modello che premia l'aiuto anziché l'assistenzialismo, cerchiamo di essere un sostegno per quei bisogni essenziali che sempre più molte persone non riescono a soddisfare. Siamo consapevoli che il nostro apporto rappresenta solo un soccorso temporaneo ma crediamo che possa essere anche un momento di solidarietà che prelude ad un percorso per uscire dalle difficoltà momentanee o dalla precarietà.

Il nostro Servizio "Banco Viveri" può contare sul ritiro di generi alimentari grazie alla convenzione con il Banco Alimentare e, per quanto riguarda i prodotti "freschi", dalla collaborazione con i Supermercati di Sesto S.G. grazie al programma "Lastminute", oltre alla raccolta effettuata in occasione della Quaresima da parte degli studenti

dell'Istituto Salesiani Don Bosco, adiacente al nostro Centro.

Il gruppo "Viveri", una squadra di circa 10 volontari, ben organizzata e molto affiatata è un esempio di condivisione e partecipazione per tutta la Comunità.

Lo scorso anno sono stati distribuiti 1322 pacchi alimentari standard più 36 pacchi denominati "famiglia" in quanto riservati a nuclei famigliari numerosi.

Un pacco standard contiene :

Pasta-Riso-Biscotti-Pomodori pelati-Legumi-tonno-Latte e quando disponibili Olio, Yogurt, caffè e latte.

Il "fresco" ritirato presso Supermercati consiste in frutta, verdura, formaggi, controllati con attenzione prima di essere inseriti nei sacchetti dai nostri volontari.

La tipologia di persone che accedono al servizio è eterogenea e si contraddistingue negli ultimi tempi dall'aumento di famiglie italiane.



SOSTENERE LA POVERTA' : IMPEGNO E CURA

I Buonomini di S.Martino



Affrontando l'argomento della povertà ci si imbatte in tantissime storie umane. Quella che raccontiamo oggi è anche di "costume" e si intitola "I poveri vergognosi".

Chi sono e perché questo appellativo? Andando indietro di 500 anni, la qualifica designava coloro che avendo goduto di agiatezza si erano poi trovati per diverse cause, malattie, crolli finanziari, morti, ridotti in povertà e proprio per la passata condizione economica sentivano il disagio e l'umiliazione di ricorrere alla carità, vergognandosi di chiedere l'elemosina. Nel 1442 nasceva pertanto la Congregazione dei Buonomini di San Martino (fondata da Antonino Pierozzi al tempo di Cosimo de' Medici) ancora oggi attiva nelle provincie toscane per offrire una beneficenza discreta e riservata a tutela della dignità dei bisognosi.

Tuttora, come avveniva nel passato, le offerte sono frutto di donazioni e a Firenze quando le finanze dei Buonomini si esaurivano si accendeva (e si accende tuttora) un lumicino fuori dalla cappella di Piazza San Martino, sede della Congregazione, che avverte di aver bisogno dell'intervento della "provvidenza" (da qui deriva l'espressione toscana "essere al lumicino")

Le regole della Congregazione obbligavano a raccogliere donazioni da chi aveva i mezzi per distri-

buirli nel più assoluto segreto a chi provava vergogna per la propria nuova condizione di miseria.

La Congregazione ha mantenuto l'originaria struttura con 12 componenti a cui si affiancano 6 aiuti, che si riuniscono periodicamente per discutere i casi nuovi e vecchi e per approvare i sussidi da erogare.

In questo tempo denso di solitudine e precarietà tante Associazioni sostengono le povertà e non solo economiche. Anche oggi come nel 1450 ci sono persone e famiglie che hanno goduto di un certo benessere e che si sono trovate improvvisamente a dover chiedere aiuto. Le leggi dell'economia sono spietate, è facile scivolare nei debiti avendo perduto il lavoro o la propria attività, ed è altrettanto difficile dover chiedere senza sentirsi umiliati e sconfitti.

La missione, oggi come ieri, è quella di privilegiare i sussidi che aiutano gli assistiti a risalire la china, aiutando comunque anche quelli che non hanno più la forza, la capacità o la salute per farlo.

La vicenda della Congregazione dei Buonomini è curiosa e dovrebbe essere di esempio alle tante organizzazioni che si muovono nel vasto universo del sostegno alle povertà.

Laura

Pellegrinaggio dell'arcivescovo eletto Mario Delpini nel Decanato di Sesto S. Giovanni



Lunedì

4 settembre

Ore 15:00

**S.ta Maria
Ausiliatrice**

UNA GIORNATA QUALUNQUE UN AUTISTA RACCONTA

Mi sveglio alle 6 per essere pronto alle 7 in Caritas per il primo servizio della giornata.

La mattinata è particolarmente fredda, il Doblò che mi è stato assegnato è proprio l'ultimo, dietro alle altre cinque auto. Libero il mio, tolgo il filo di brina che copre il vetro e finalmente parto: ho in programma tre viaggi. Rosalba mi ha assegnato tre servizi che mi impegneranno tutta la mattina.

Controllo il mio programma: alle 7,15 mi fermo davanti alla abitazione del ragazzo che devo accompagnare al Centro C.D.D.di Cinisello. Il giovane verrà poi riportato a casa nel pomeriggio da un collega.

Rientro a Sesto in tempo per accompagnare una anziana signora all'Ospedale Bassini per una visita medica. Sul piano di lavoro è indicato che deve passare dal CUP per confermare la prenotazione. L'accompagno con la carrozzina e aspetto fino al termine della visita.

Alle 10.30 la riaccompagno a casa e sono pronto per il prossimo servizio. Prima mi fermo in Caritas, devo cambiare il Doblò perché questo serve ad un altro collega.

Approfitto per fare quattro chiacchiere con i colleghi in ufficio e mi rimetto in viaggio.

Il servizio alle 11.30 prevede l'accompagnamento di un signore in carrozzina che per le 12 deve trovarsi all'Ospedale S.Raffaele per un controllo.

Lo aspetto, ma l'attesa si prolunga in quanto il medico è in ritardo con gli appuntamenti.

Quando usciamo sono ormai le 13 passate. Avverto mia moglie del ritardo. Riporto il cliente a casa e finalmente posso rientrare anch'io per il pranzo. Prima però mi fermo in Caritas per registrare i miei viaggi, i km percorsi e il tempo impiegato, per non incorrere nei dolci-ferrei rimproveri di Rosalba e Grazia.

Per oggi il mio servizio di volontariato è concluso.... o quasi perché ricevo una telefonata da Rosalba che mi chiede se posso sostituire nel pomeriggio un collega che ha avuto un imprevisto.

Come dire di no? Penso alle persone che ho aiutato oggi ed a quelle che anche domani mi aspettano e mi sento bene. Ho fatto qualcosa di utile ed il grazie che ho ricevuto mi ha compensato di tutto : della levataccia al mattino, delle attese nelle accettazioni degli Ospedali e della pasta scotta mangiata a pranzo.

Io penso che ogni persona dovrebbe provare la soddisfazione di essere utile anche senza aspettarsi nulla, eccetto il senso di gratitudine che i propri gesti producono.

Domani è un altro giorno, come diceva la bella Rossella..... Presenti !: io ed i miei colleghi siamo pronti.

TRASPORTI 2016

N°viaggi 6564 Km.percorsi 79667

N°persone accompagnate 264

Riflessioni di Marilena

Ho letto tutto di un fiato un racconto delicato, un poco fiabesco ma certamente incoraggiante di Susanna Tamaro, libriccino che ho comperato per 50 cent al nostro mercatino.

Il titolo è "Luisito". La storia racconta di una signora che ad un certo punto della sua grigia esistenza di vedova e sola, una sera trova vicino ad un cassonetto di rifiuti un infreddolito e disperato pappagallo che le cambia la vita.

Finale rocambolesco ma, certamente con una morale che mi ha rinfrancato. Ho sempre creduto nella forza inesauribile degli arcobaleni e dell'a-

more, e credo ancora di più che non vi sia nulla di "occasionale" di ciò che ci accade. La vita è un pentagramma su cui molta musica è già scritta.

Ma un sorriso, una stretta di mano,, uno sguardo gentile, e perché no, una piccola creatura, possono arricchire la melodia e non ci fanno dimenticare di essere infinitesimali ma importanti

particelle di un unico grande disegno cosmico che ci accomuna.

Marilena



STORIE DAL NOSTRO AMBULATORIO MEDICO

IL dott. Silvani, medico dell'Ambulatorio Caritas,

racconta il percorso sanitario di due pazienti con patologie importanti:

Storia di M.A. :

M.A. è un ragazzo egiziano di 34 anni, arrivato in Italia in cerca di lavoro raggiungendo il fratello già da tempo nel nostro Paese. In Egitto ha lasciato la moglie ed una figlia piccola.

Ha sempre lavorato come muratore senza però riuscire ad avere mai il permesso di lavoro.

In ambulatorio è arrivato lamentando febbre, calo ponderale, sensazione di stanchezza.

Alla visita si rilevava un ingrossamento delle linfoghiandole ed essendo portatore di Epatite C contratta in Egitto, è stato indirizzato all'Ospedale Niguarda dove è stato diagnosticato un Linfoma B a grandi cellule, una forma aggressiva in stato avanzato.

A Niguarda è stato preso in carico dal reparto di Ematologia dove sono stati eseguiti 6 cicli di chemioterapia, al termine dei quali è stata documentata una remissione completa di malattia.

Dopo una visita in Egitto al rientro purtroppo è stata riscontrata una recidiva a seguito della quale dopo altri cicli di chemioterapia è stato sottoposto ad autotrapianto di midollo osseo. Questo ha comportato una attenzione particolare alle norme igieniche per prevenire infezioni. Gli amici con i quali convive gli hanno riservato una camera e lo hanno aiutato nell'osservare le indispensabili prescrizioni.

Il nostro Centro ha ben compreso le necessità di un approccio complessivo e tutti gli addetti hanno collaborato non solo fornendo quanto necessario ma anche una vicinanza umana: i volontari dell'accoglienza, dei trasporti, farmaci, indumenti si sono tutti dati da fare.

Soprattutto per i farmaci sia la nostra farmacia interna che la farmacia Giannice ha fornito tutte le medicine indispensabili per le cure.

Da parte mia ho mantenuto e mantengo tuttora stretti rapporti con gli ematologi dell'Ospedale Niguarda che hanno operato con attenzione soprattutto nel rispetto dei rapporti umani.

Purtroppo nonostante queste cure i problemi di M.A. non sono terminati, accertamenti in corso hanno evidenziato che ancora la malattia non è stata sconfitta.

M.A. sarà aiutato a decidere quale percorso seguire, il nostro compito sarà ancora una volta quello di supportarlo in tutte le sue necessità.

Storia di Mohamed:

A Mohamed è stata diagnosticata una forma grave di "linfoma". E' seguito dal reparto di Ematologia di Niguarda indirizzato dopo una visita presso il nostro ambulatorio Caritas.

Mohamed è un ragazzo egiziano di 34 anni in Italia da 5-6 anni. In cerca di lavoro ha lasciato in Egitto una moglie ed una bimba neonata.

In Italia ha lavorato come muratore, senza però ottenere un permesso di lavoro.

Anche per questo paziente la cura del linfoma ha comportato un ciclo di chemioterapia e successivamente un trapianto di midollo.

Mohamed ha ricevuto aiuto da parte nostra ma ha potuto sopportare le conseguenze della malattia grazie agli amici con i quali condivide l'appartamento e che lo hanno sostenuto anche finanziariamente in quanto da tempo non potendo lavorare purtroppo non ha più un reddito.

Mohamed è un ragazzo molto serio, buono, silenzioso che ci ringrazia sempre per l'aiuto che riceve ed il rapporto personale è andato spesso oltre al solito rapporto medico-paziente.

Considerato il quadro clinico personalmente ho lasciato ai medici ospedalieri il compito di comunicare la natura ed i problemi conseguenti la malattia. Il mio compito è quello di monitorare la situazione, tenere i rapporti con l'Ospedale, prescrivere i farmaci ed essergli di aiuto nei momenti difficili, anche ora che la terapia è terminata la prognosi resta incerta.

Resta per Mohamed l'incertezza se restare in Italia o tornare a casa presso la sua famiglia.

Ho la speranza che possa avere la capacità di scegliere quello che è meglio per lui.

Noi siamo sempre pronti ad aiutarlo in ogni necessità futura.

Presso il nostro Ambulatorio medico tante storie si intrecciano, le malattie spesso trascurate per molte cause, la povertà soprattutto, ed ignorate fino a che diventano problemi seri.

Il diritto alla salute sancito anche dalla nostra Costituzione è per noi un dovere etico e di solidarietà. Il rispetto per la persona è prioritario e deve essere assicurato in ogni momento della nostra vita di relazione.

Dott.A.Silvani

DALLE DONNE PER LE DONNE

Spazio Arte – Sesto S.Giovanni

Il 15 giugno siamo state invitate a partecipare ad una piccola festa organizzata per consegnare alle mamme che frequentano i corsi di italiano di Cespi e Caritas alcune copertine confezionate da un gruppo di allieve del Laboratorio creativo solidale di cucito organizzato da Auser Volontariato Lombardia ed Auser Insieme per un progetto finanziato in parte dalla Fondazione Nord Milano.

Anche l'occasione per un incontro tra i volontari impegnati ogni giorno nella difficile ma gratificante attività di aiuto al prossimo.

Nella foto la consegna del manufatto ad una mamma.



Nella foto la consegna del manufatto ad una mamma che ha partecipato con gioia alla festa insieme al suo bambino.

Dalle allieve della nostra scuola

Mi chiamo Christine, abito a Sesto con la mia famiglia, sono in Italia da 2 anni. Sono nata a Il Cairo nel 1987. Sono laureata in Educazione dell'Informazione, dipartimento di Storia. In Egitto ho lavorato come insegnante e come segretaria nell'ufficio della scuola. Il mio sport preferito è il nuoto, mi interessa molto imparare la lingua italiana perché vivo qui. Mia figlia si chiama Cinzia, è nata a Milano, è la mia prima bambina ed è meravigliosa, ha un anno. Vorrei essere una brava mamma, avere un lavoro e prendere la patente. Sono molto contenta di avere una bella famiglia, mi manca tanto l'altra (papà, mamma, sorella fratello). Il mio paese non è come l'Italia, ma spero che migliori.

Mi chiamo Marleny, ho 30 anni, e vengo dal Perù. Faccio l'infermiera presso una famiglia di Briosco da 2 anni. Er me è un'opportunità stare qui in Italia perché sto facendo una bella esperienza: sto imparando una nuova lingua, conoscendo una cultura diversa, ma soprattutto mi sta aiutando a crescere come persona e professionalmente. Mi piacerebbe tanto in futuro lavorare come infermiera in un ospedale nel reparto di pediatria, sposarmi e fare una bella famiglia, poi, col tempo, tornare nel mio paese per una vacanza cost+ potrei abbracciare la mia mamma che mi anca da morire. Sono una ragazza allegra che ancora crede che la speranza è tutto nella vita.

Sono nata in Uruguay tanti anni fa. Vengo da Montevideo. Ho 5 fratelli tutti grandi, ormai. Sono venuta in Italia, paese antico e meraviglioso, perché mia figlia vive qui e mi ha invitato per farmi conoscere le mie nipoti, una di 9 anni e l'altra di 5. Tutte e due sono il "suo sole". L'altro figlio vive in Argentina a Buenos Aires. Sono vedova da 3 anni. Mi piacerebbe viaggiare in tutto il mondo, conoscere gente nuova e costumi diversi. Forse è solo un sogno, però non perdo la speranza che possa succedere. Sono alta, piuttosto grassa però bella nel cuore, mi piace mangiare, adoro i dolci, specialmente al cioccolato. Non mi piace camminare sono sempre stanca. Mi piace l'estate perché vado al mare, ma non l'inverno perché fa freddo e devo stare sempre chiusa in casa. Ora vivo con mia figlia, mio genero e le mie nipoti.

Susanna

La ricetta di Franca

Ricetta per tortiera diametro 22 cm.

Preparazione 5 min.

Cottura: 40 min. a 160°

Ingredienti: 250 g. di farina, 250 g. di acqua,
150 g. di zucchero a velo
8 cucchiaini di caffè solubile, 40 ml. Di olio di mais
1 bustina di lievito per dolci

Procedimento

Per preparare la torta all'acqua gusto caffè forte prima di tutto accendi il forno a 160°.

Mescola in una ciotola gli ingredienti secchi: la farina, lo zucchero a velo e il lievito.

Versa il caffè solubile nell'acqua tiepida, mescola per sciogliere bene, poi aggiungi l'olio di mais e versa tutto negli ingredienti secchi.

Se preferisci puoi utilizzare 250 ml. di caffè espresso al posto di quello solubile!

Mescola energicamente con una spatola fino ad ottenere un composto omogeneo privo di grumi.

Versa nella teglia, inforna e lascia cuocere per 40 minuti.



Come mantenersi giovani in cucina :

Le uniche sostanze che alla luce della ricerca più recente, agiscono in modo efficace contro i radicali liberi sono le vitamine C e E..

La vit.E la troviamo nell'olio extravergine di oliva e nella frutta secca.

Bastano 2-4 cucchiaini di olio extravergine di oliva per assumere 4-8 milligrammi di vit.E al giorno. La vitamina C nei pomodori e nelle patate.

Ricetta per un soffritto anti-radicali liberi :

Ingredienti . Olio extravergine oliva-Sedano-Carote-Cipolle rosse di Tropea e aglio

Scaldare preventivamente la padella, senza aggiungere grassi. Quando il fondo della padella si è scaldato aggiungere l'olio con gli altri ingredienti e il pomodoro. La cipolla rossa di Tropea è l'ideale per i soffritti in quanto ricca di polifenoli. La cottura deve essere breve.

Riapertura della scuola di italiano per stranieri



Come ogni anno sono previste due sessioni: una di mattina per le mamme straniere con i loro bambini che verranno accuditi dalla nostra baby-sitter, e una tardo-pomeridiana per tutti.

Quest'anno abbiamo già circa 100 iscritti, ma il numero è sempre variabile per nuove iscrizioni durante l'anno o per abbandoni dovuti varie ragioni (lavoro, ritorno in patria ...).

Il nostro gruppo di insegnanti è costituito da 8 persone. Alla fine dell'anno gli alunni potranno accedere ai test ufficiali per conseguire il livello A1 o A2 necessario per ottenere la cittadinanza o il permesso di soggiorno.

Scuola "Mamme e Bimbi": Aule Oratorio Don Bosco. Inizio 20 settembre ore 10:00

Scuola serale: via Don Bosco 18. Inizio il 18 settembre ore 16:30

I Progetti in cui siamo coinvolti come Associazione

Bando Fondazione Cariplo "Doniamo Energia"

Presentato da Cooperativa AEI insieme al Comune di Sesto S.G. denominato "In Sesto". Il Progetto si propone di sostenere le "nuove povertà" ed attivare azioni di inclusione socio-lavorative per cittadini e nuclei familiari che si trovino in condizione di fragilità sociale ed a rischio di emarginazione.

La nostra Associazione parteciperà mettendo a disposizione i servizi e le risorse presenti presso il Centro.

Sapere e sapere fare. Libere di costruire il nostro futuro

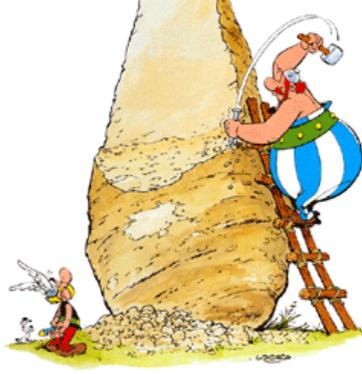
Risposta al Bando di Regione Lombardia, Capofila Comune di Sesto S. Giovanni insieme alla nostra Associazione e ad altri partner selezionati.

Il progetto nasce come naturale conseguenza del precedente progetto "Da Concetta a Sharifa - Donne Migranti di ieri e oggi a Sesto" elaborato e organizzato con successo dalla nostra Associazione all'inizio dell'anno.

Il Servizio Cultura, Pari opportunità e politiche giovanile del Comune di Sesto ha utilizzato la nostra competenza e le nostre risorse per elaborare il progetto che si propone di dare alle donne espulse dal mondo del lavoro uno strumento per un reinserimento sul mercato, grazie a percorsi di formazione grazie ai quali potenziare motivazioni personali e suggerire opportunità.

Volontariando .. A scuola
Il progetto è presentato dalla Associazione Sconfinando

Lavori in corso



di Sesto S. Giovanni per usufruire di un finanziamento della Fondazione Comunitaria Nord Milano al fine di fornire una opportunità di educazione, sensibilizzazione attenzione al diverso o al disagio e promuovere cultura con l'obiettivo di rendere concreto l'incontro tra mondo giovanile e disagio sociale presso le classi di scuola secondaria di Sesto S. Giovanni.

La nostra Associazione è coinvolta nel progetto con l'impegno di collaborare svolgendo una testimonianza presso gli Istituti scolastici (o in Sede) delle attività di volontariato e l'aiuto al prossimo. Il progetto è stato approvato e le attività decorreranno dal mese di Ottobre per concludersi nel mese di Maggio 2018.

Fondo Famiglia Fase 3

Dalla Diocesi di Milano uno strumento a sostegno di persone in difficoltà a causa della perdita di lavoro dovuta alla crisi persistente.

Prosegue il programma approvato alla Fase 3 che si distingue per le caratteristiche di accesso ed ai cambiamenti organizzativi con

inserimento di nuove figure che avranno il compito di definire ed accompagnare i progetti personalizzati di riavvicinamento al lavoro facilitando il raccordo fra i vari soggetti coinvolti (associazioni imprenditoriali, aziende, operatori del fondo)

Come per le versioni precedenti indispensabile l'azione dei Centri di Ascolto e la collaborazione tra gli operatori.

Ritorno Volontario Assistito

Il programma è inserito all'interno del progetto "Ritorno Volontario Assistito di cittadini di Paesi Terzi dall'Italia" finanziato dal Fondo Nazionale 2017 ed implementato dall'OIM fino al 31/12/2017

L'RVA è rivolto a 2500 cittadini di paesi terzi in Italia, regolari ed irregolari in difficoltà e vulnerabili che manifestino il desiderio di tornare nel proprio paese di origine.

Il programma garantisce: organizzazione del viaggio, assistenza nel rilascio dei documenti presso aeroporti di partenza e di transito.

Servizio di accompagnamento per migranti con problemi di salute.

Erogazione di una indennità di prima sistemazione e contributo alla reintegrazione. Monitoraggio in collaborazione con gli uffici OIM (organizzazione Internazionale per le migrazioni) del paese di origine.

Come Associazione e siamo impegnati a suggerire questa soluzione a persone in particolare difficoltà. Attualmente è in definizione grazie al lavoro di Antonella un rientro di un nostro assistito verso il Brasile suo paese di origine.

Statistiche di attività di metà anno 2017

Personae che hanno usufruito di servizi: **1064**

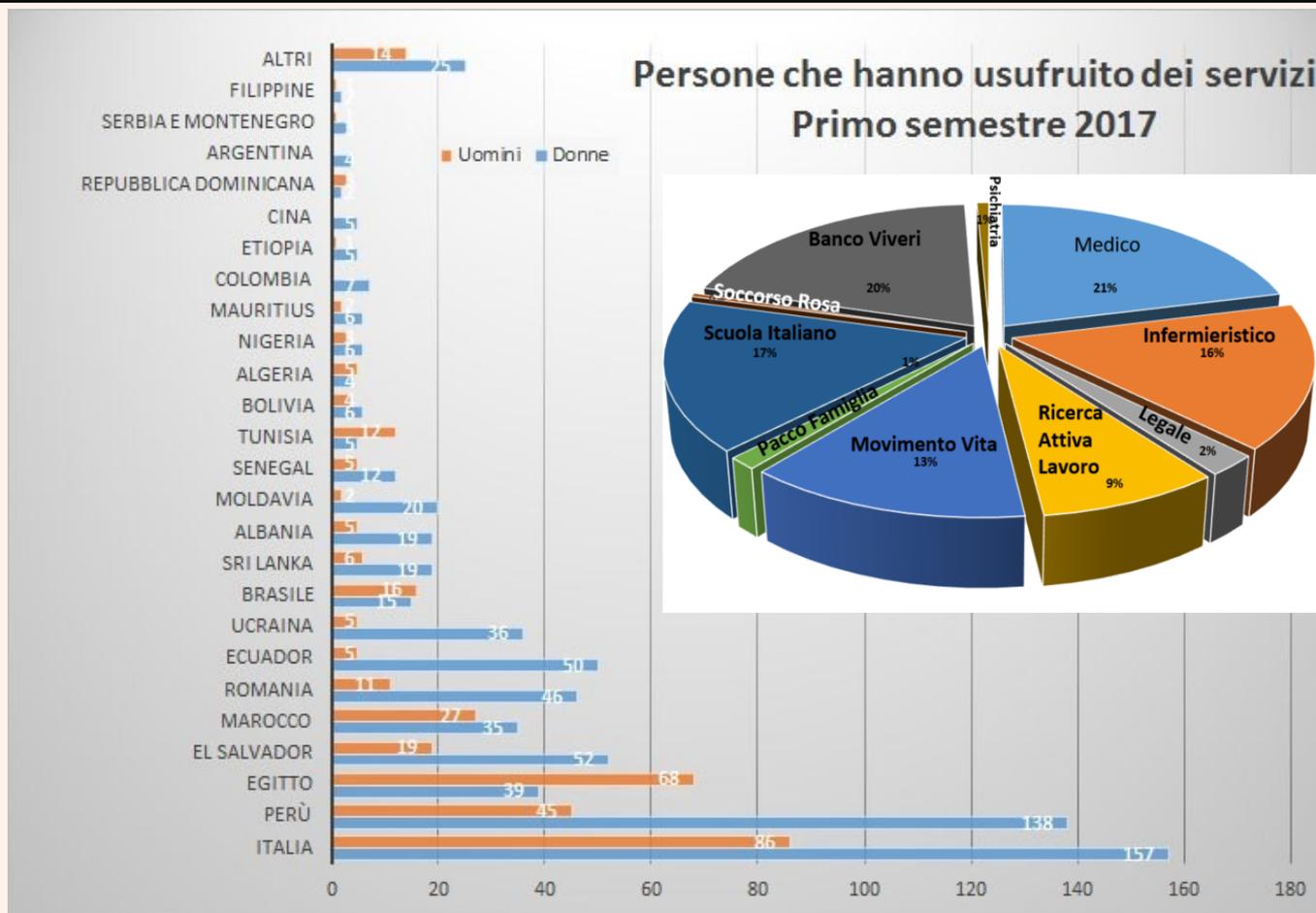
Uomini: **346** Donne: **718**

Totale Prestazioni: **3798**

Personae trasportate: **168**

Viaggi: **3193**

Nuovi Utenti: **535**



Visita il nostro
MERCATINO DELLA SOLIDARIETA'
 Charity Shop

Abbiamo
 Una ricca raccolta quadri: Oli, Acquarelli, Disegni
 Una fornita Biblioteca: Narrativa, Fumettistica,
 Religione, Enciclopedie
 Oggettistica varia: utili e carini per sé e per regali

Tutti i Mercoledì dalle 15 alle 18

sostienici

Puoi donarci il 5% della tua
 la tua buona causa
 dichiarazione dei redditi 2017

94535700150

INSERCI IL CODICE FISCALE DELLA NOSTRA ASSOCIAZIONE - A SISTEMA DEL VOLONTARIATO

Via Milano 415
 20099 Sesto San Giovanni (MI)
 tel. 02 2627982
 associazione@volcaritassal.it
 www.volcaritassal.it

Numeri Precedenti: http://www.volcaritassal.it/php_documents/Cosa_si_dice.php

Scriveteci a
associazione@volcaritassal.it

Visita il nostro sito:
<http://www.volcaritassal.it>

In Redazione:
 Laura Amadini, Valerio Pagliari, Maria Laura