

→ Autunno 2023



Emergenza climatica?

Bergamo SOSTenibile

Festival della SOSTenibilità



Il 22 ottobre
a Romano

Pagina 18

Primo piano

Settimana della mobilità



Verso città
più vivibili

Pagina 6

Società

Turismo slow



Sicilia
d'entroterra

Pagina 38



Mostra cARToons
Filandone - Martinengo

Pagina 40

Editoriale

La “tempesta perfetta”...non è pioggia

La sostenibilità è al centro di dibattiti, incontri e iniziative, ma serve più chiarezza e impegno da parte dei mezzi di comunicazione

Informazione e sostenibilità sono le parole chiave del nome della nostra testata giornalistica, ma non è un caso che la grafica di infoSOStenibile ponga l'accento su SOS, sigla convenzionale che indica una richiesta di soccorso in situazione di rischio estremo. Che il pianeta fosse sottoposto a forti pressioni che mettono a repentaglio i suoi equilibri, era cosa già ben nota al tempo della fondazione del giornale, ma oggi, a 13 anni di distanza, proporre un'adeguata informazione su questi temi è divenuto ancor più cruciale e soprattutto urgente. È infatti fondamentale comunicare in modo corretto, lanciando segnali di SOS quando necessario, divulgando le molte buone pratiche realizzate o in corso d'opera, ma soprattutto sgombrando il campo da negazionismi e false notizie che nascondono la realtà e non ci permettono di acquisire la corretta consapevolezza e il giusto approccio.

Il termine usato con sempre maggior frequenza, non solo dai climatologi, per definire il contesto è "tempesta perfetta". Questa espressione indica la casuale confluenza di eventi che si traduce in qualcosa

di sbalorditivo e spesso catastrofico. Ebbene, non è difficile comprendere che la guerra, la crisi energetica, i postumi della pandemia e il riscaldamento climatico sono eventi che han-

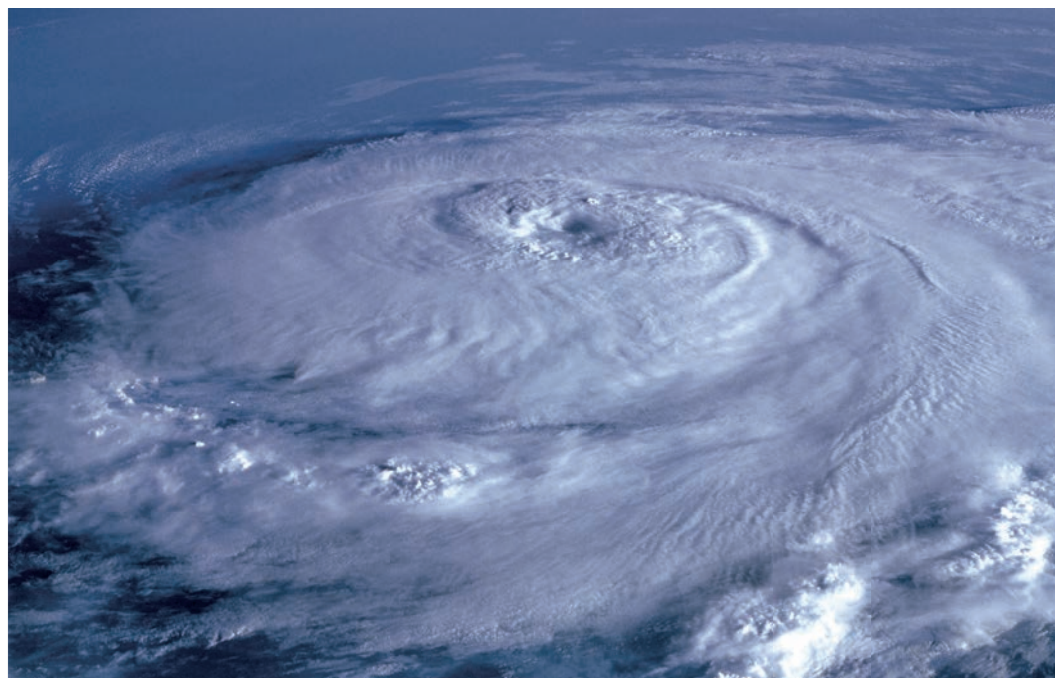
maticamente -che ormai non si chiama nemmeno più "riscaldamento" bensì "emergenza" climatica- viene frequentemente negato o ridimensionato, nonostante le innumerevoli pubblicazioni della

rizzazione delle "fazioni", piuttosto che adoperarsi al fine di informare correttamente evitando di porre sullo stesso livello le semplici opinioni di pochi e i numerosi e corposi studi scientifici

crisi una "catastrofe per l'umanità". Nonostante alcune testate s'impegnino da tempo, come ad esempio il The Guardian, quotidiano che da anni incessantemente ogni giorno dedica spazio al tema. Nonostante i continui appelli accorati che António Guterres, segretario delle Nazioni Unite, non si stanca di lanciare al mondo. E nonostante il bagno di realtà "gentilmente" offerto dalla natura attraverso catastrofi, come inondazioni, siccità, grandinate fuori misura, ondate di calore insopportabili che sempre più spesso flagellano il nostro pianeta.

Anche noi della redazione di infoSOStenibile ci sentiamo parte in causa, ancora più coinvolti e impegnati a dare il nostro contributo per diffondere cultura e informazione su questi argomenti, in particolare dando spazio alle buone pratiche e alle occasioni di approfondimento di qualità che il nostro territorio fortunatamente offre, come i recenti incontri con divulgatori quali Mario Tozzi, Telmo Pievani e Fabio Cicconte di cui parliamo in questo numero. Buona lettura!

Simonetta Rinaldi



no scatenato conseguenze ben maggiori della semplice somma dei singoli effetti. Questo intreccio aumenta esponenzialmente l'urgenza di agire e porre rimedi efficaci e invece il problema cli-

comunità scientifica mondiale. Purtroppo i mass media spesso s'impegnano strenuamente per catturare l'attenzione del pubblico tramite la polemica, la spettacolarizzazione e la pola-

riconosciuti a livello mondiale. Il problema del negazionismo climatico è pesante e serio e continua a persistere nonostante tutto. Nonostante gli scienziati siano concordi nel definire la

Free Press

infoSOStenibile
PERIODICO SUGLI STILI DI VITA E D'IMPRESA SOSTENIBILI



Registrazione:
Tribunale di Bergamo
N. 25/10 del 04/10/2010
Registro stampa periodici

Chiuso in redazione
22 settembre 2023

© Copyright 2020. Tutti i diritti non espressamente concessi sono riservati.

- > Editore
Marketing km Zero Srls
- > Direttore Responsabile
Diego Moratti
- > Caporedattrice
Simonetta Rinaldi
- > Redazione
redazione@infosostenibile.it
Segreteria
- > Francesca Togni - Roberta Spinelli
Progetto Grafico e impaginazione
- > Cinzia Terruzzi
grafica@infosostenibile.it
Stampa
- > CSQ Spa - Erbusco (BS) - www.csqspa.it
- > Pubblicità
Marco Rossi - Tel. +39 335 362358
pubblicita@infosostenibile.it

Hanno collaborato a questo numero:

Sheela Pulito, Erica Balduzzi, Valeria Ferrari, Giorgio Lazzari, Fridays For Future Bergamo, Marta Bello, Rossana Madaschi, Michele Visini

Immagini:

Redazione, pexels, freepik, CC, shutterstock, Cinzia Terruzzi



Recapiti Redazione:

Via G. Zanchi, 22
24126 Bergamo
Tel. +39 035 0514318
redazione@infosostenibile.it

www.infosostenibile.it



Sommario



16

Il futuro è
la mia valle



12

La carta dei consumi
sostenibili di Bergamo



32

Povertà alimentare
Cauto in prima linea

Attualità

EDITORIALE

2 La "tempesta perfetta" ... non è pioggia

PRIMO PIANO

4 Negazionismo? No, grazie

6 Settimana europea della mobilità

8 Codice della strada: lettera aperta di A.Ri.Bi.

Green e Social Economy

10 Bilancio di sostenibilità territoriale A2A

12 La Carta dei Consumi Sostenibili di Bergamo

14 DessBg: nuovi ambiti e prospettive

16 Il futuro è la mia valle. Al via "il cammino dei petali"

17 Gemellaggio: Economia Solidale Trentina e DessBg

Bergamo SOStenibile

18 Festival della Sostenibilità di Romano di Lombardia

21 Seminare Valore, coltivare Comunità

22 Quasi 200 soci per il Dabb

23 Pia: un gioco di squadra per il territorio

24 Mobilità: Bergamo per il Green Deal

26 Tutti in piazza per il clima

27 TEDxBergamo 2023 è "Trame"

28 Quinta edizione di Dirama

30 Festival della Sostenibilità 2023: fotoracconto

Brescia SOStenibile

32 Cauto contro la povertà alimentare

33 La sedia gialla

Cremona SOStenibile

34 Bomboniere solidali e proposte didattiche

Lecco SOStenibile

36 Resinelli Tourism Lab

Stili di vita

SOCIETÀ

38 Sicilia d'entroterra da scoprire

40 cARToons, come nasce un capolavoro

ALIMENTAZIONE & BENESSERE

42 La farmacia dei servizi

44 Quiz alimentare della salute

46 Le ricette / La melanzana



COMUNICAZIONE



MARKETING



EVENTI



EDITORIA



Via G. Zanchi, 22 - 24126 Bergamo
Tel. +39 035.051.4318
info@marketingkm0.it



www.marketingkm0.it

Primo piano

Negazionismo? No, grazie Preferisco informarmi

Anche se l'emergenza climatica viene a volte banalizzata o addirittura negata, capire dove sta la realtà si può

Internet, social media, radio, televisione, convegni, giornali, riviste, libri: sono davvero tanti gli strumenti a disposizione per aumentare la nostra conoscenza e rimanere aggiornati. Allora perché a volte è così complicato selezionare fonti valide, valutare la fondatezza delle informazioni ed elaborare opinioni solide evitando "reazioni di pancia"? In effetti, l'era dell'informazione

e della conoscenza presenta qualche problema. Innanzitutto troppa informazione equivale a nessuna informazione: siamo inondati da stimoli e notizie, ma non possiamo immagazzinare tutto! Per cui dobbiamo tenere presente che la mente sottoposta a sovraccarico di dati, rischia di andare in tilt. Inoltre, spesso ci manca il tempo necessario per cercare, acquisire e selezio-

È importante discernere le semplici opinioni da ciò che invece è sostenuto da basi solide

nare le informazioni e succede anche che certe fonti molto interessanti siano anche troppo specialistiche e richiedano una competenza specifica. A ciò si aggiungono "trappole" come la "distorsione cognitiva", fenomeno studiato dalla psicologia sociale noto come "bias cognitivo", che indica la deviazione dalla razionalità per cui i nostri processi mentali tendono a creare la propria realtà soggettiva, non necessariamente corrispondente all'evidenza, con conseguenti errori di valutazione o mancanza di oggettività di giudizio.

Tre convegni un'unica emergenza

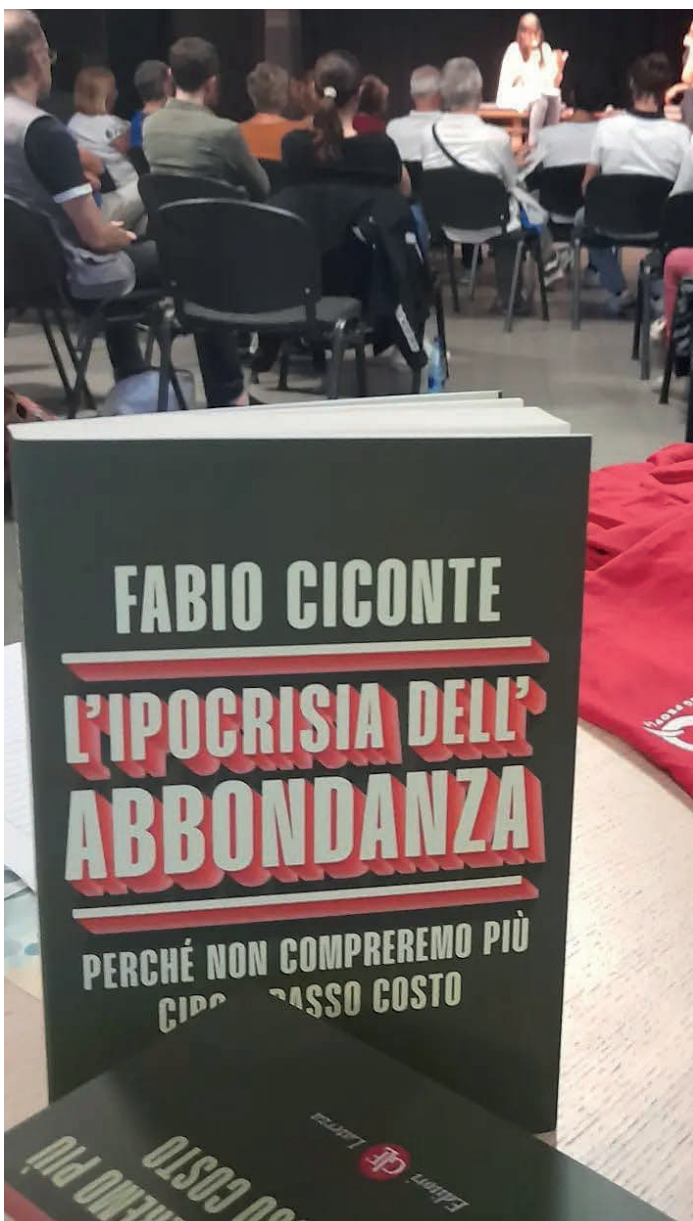
Di questo e di molto altro si è parlato durante tre occasioni particolarmente stimolanti offerte sul nostro territorio. Ci riferiamo a "Art for Planet", convegno tenutosi il 13 maggio nell'ambito del Festival della SOStenibilità, "Sprecare meno, consumare meglio", incontro del 15 giugno organizzato dal DessBg e "Cambiare rotta - Scienza, divulgazione e scelte individuali per affrontare l'emergenza climatica", appuntamento del 16 settembre curato dai Fridays For Future Bergamo all'interno dell'iniziativa "Imagine 2023".

Sebbene transizione, arte, cambiamenti climatici, spreco di cibo possano sembrare argomenti

distanti, sono legati tra loro più di quanto si possa immaginare. Durante l'incontro più recente Telmo Pievani, scienziato impegnato in diversi progetti comunicazione della scienza, Willy Guasti, divulgatore che gestisce il progetto di comunicazione scientifica Zoosparkle, e Silvia Moroni, green influencer esperta di sostenibilità e cibo nota sui social per ParlaSostenibile, hanno dialogato anche sul funzionamento della comunicazione e su come portare informazioni autentiche alle persone, alzando così l'asticella della qualità del dibattito pubblico. In un mondo in cui si dice tutto e il contrario di tutto, bisogna imparare a discernere e se, come diceva Cartesio, il dubbio è l'origine della sapienza, è innegabile che esercitare il dubbio fine a se stesso non porta a niente: è semplice e sterile sospetto.

Quindi, se da una parte quest'estate qualcuno ha detto che "d'inverno fa freddo, d'estate fa caldo..." con l'intento di mettere, appunto, in dubbio il problema climatico, dall'altra parte Pievani ha ricordato che ogni settimana sulle riviste scientifiche vengono lanciati allarmi. Le due posizioni non sono per nulla sullo stesso piano. Infatti, la scienza è unanime nel dire che la situazione è "out of control", cioè fuori controllo, non più governabile: è ormai certo che non c'è più alcuna possibilità di rimanere sotto il grado e mezzo di aumento della temperatura entro il 2030 e, anche se riusciremo ad agire velocemente portando a termine tutti gli obiettivi che l'umanità si è data, non si può più fermare il processo. Se ce la faremo, gli effetti positivi arriveranno solo nella seconda metà del secolo.

Il problema è già qui e ora: Willy Guasti, esperto del mondo animale, ha evidenziato come la fauna da anni ne risenta pesantemente, anche con conseguenze molto evidenti come ad esempio lo sbiancamento dei coralli della barriera corallina. Dello stesso tenore l'intervento del ricercatore Mario Tozzi che, con l'artista internazionale Andreco, ha partecipato al Festival



di maggio a Bergamo. Anche il noto divulgatore ha ribadito che gli scienziati sono ormai tutti concordi riguardo alla questione climatica e ha addirittura dichiarato che si rifiuta ormai di partecipare a dibattiti in cui sono invitati anche scettici e negazionisti climatici, perché non è corretto dare a mere opinioni infondate lo stesso spazio concesso a studi supportati da pubblicazioni verificate e confermate dalla vasta comunità scientifica da anni. La comunicazione deve essere trasparente e completa in mo-

do che, se ci scandalizziamo perché alcune persone hanno messo colorante nero (lavabile) nella fontana della "Barcaccia" in piazza di Spagna, non possiamo non rilevare che è da anni che la stessa fontana, e non solo quel monumento, si sta "colorando" a causa dello smog e degli agenti inquinanti, ben più difficili da rimuovere. Questa ipocrisia di fondo non è stata resa evidente

solamente da Mario Tozzi, anche i relatori degli altri incontri ne hanno fatto menzione. Fabio Ciconte, scrittore ed esperto di agricoltura e filiere alimentari, ospite dell'incontro sullo spreco alimentare, ha infatti parlato di grande ipocrisia riferendosi al rischio alimentare paventato con lo scoppio della guerra in Ucraina, dovuto ai cereali rimasti bloccati in più di 1000 navi.

Nonostante si fosse addirittura parlato di una possibile carestia, dopo lo sblocco delle navi meno del 3% dei cereali è arrivato nell'Africa subsahariana ed è stato utilizzato per le popolazioni. Il resto, il 97%, purtroppo non ha sfamato nessuna persona ma ha soddisfatto il bisogno alimentare degli allevamenti intensivi dei paesi produttori di carne, che alimentano di conseguenza solo le popolazioni più benestanti. E sempre di ipocrisia si tratta quando i prodotti agricoli "imperfetti" non adatti agli scaffali dei supermercati, vengono rifiutati e mandati al macero causando un danno agli agricol-

prodotti, seppur di qualità.

Platee diverse, istanze comuni

Un altro tema emerso dai tutti e tre i convegni è stato il problema di come fare arrivare un'informazione sicura e genuina a un pubblico numeroso e variegato, non solo alle persone già sensibili a questi temi. Sicuramente usare linguaggi e modi comunicativi diversi è utile per raggiungere una platea più ampia. Accoglienza e comunicazione inclusiva verso chi si pone in modo ostile è la strategia di Silvia Moroni che, lavorando tra-

Nelle sue opere artistiche, che sono influenzate dalla scienza e dalla filosofia, anche la natura e i suoi processi hanno un ruolo da protagonista e inoltre sono frutto di percorsi partecipativi di gruppi di ricerca formati da soggetti diversi come istituzioni, società civile, scienziati, attivisti, che si pongono in dialogo.

Numerose anche le azioni virtuose emerse, le iniziative culturali e sociali che tante persone consapevoli e impegnate portano avanti. Diverse sono le basi di partenza e diverso era il pubblico presente agli incontri, ma gli intenti e la visione sono simili. L'augurio è che l'urgenza di que-



tori, che però sono sempre più in difficoltà a garantire il bello aspetto di frutta e verdura a causa di eventi come grandine, siccità o inondazioni com'è successo in Emilia Romagna. Oltre al danno causato dal surriscaldamento climatico, anche la beffa di leggi di mercato che escludono i loro

mite i social, riesce a dialogare anche con un pubblico a volte critico e lontano dai temi legati alla sostenibilità. L'artista Andrea Conte, invece, considera l'arte un linguaggio capace di coinvolgere, far emergere punti di vista "altri" e inaspettati, che possono colpire e stimolare le coscienze.

sto momento storico favorisca l'unione delle forze per fare massa critica e, finalmente, innescare l'energia positiva, necessaria al cambiamento di cui abbiamo bisogno.

■ **Simonetta Rinaldi**

Primo piano



Settimana Europea della Mobilità Per città più vivibili

Dal 16 al 22 settembre 2023 al via la ventunesima edizione della Settimana Europea della Mobilità, con iniziative di sensibilizzazione, risparmio energetico e giornate di

Dal 2002 è un appuntamento importante per chi vuole attivarsi concretamente per una mobilità davvero sostenibile grazie alle tante iniziative realizzate in tutta Europa.

La Settimana Europea della Mobilità è, infatti, ormai giunta alla sua ventunesima edizione e anche quest'anno è stata un'occasione preziosa sia per agire sia per divulgare le tante iniziative virtuose avviate o consolidate dalle amministrazioni di parecchie città europee, impegnate ad aumentare sempre di più la sostenibilità dei trasporti nei centri abitati e, di conseguenza, la qualità della vita dei propri cittadini e dell'ambiente.

Tema 2023: il risparmio energetico

Come ogni anno, la settimana è caratterizzata da un tema centrale su cui riflettere e attivarsi. Per il 2023 è stato scelto il "Risparmio energetico", argomento molto sentito negli ultimi tempi anche a causa dei consistenti aumenti dei costi dell'energia. Ma oltre all'impatto economico, costoso è anche il prezzo da pagare in termini ecologici: i consumi derivanti dalla mobilità urbana hanno, infatti, un peso notevole sulla collettività anche dal punto di vista ambientale tanto che l'obiettivo contenuto nel Green Deal europeo, vale a dire emissioni zero di gas serra entro il 2050, non può che richiedere sforzi notevoli al settore dei trasporti, che in Europa è il secondo settore più inquinante.

Le città che vogliono partecipare alla Settimana Europea della Mobilità possono iscriversi sul sito www.mobilityweek.eu per presentare le proprie iniziative



che devono essere centrate, appunto, sul tema del risparmio energetico, oltre che prevedere almeno uno dei seguenti criteri:

- organizzare una settimana di attività,
- attuare almeno una nuova misura a carattere permanente,
- istituire una "Giornata senz'auto", che deve svolgersi durante la settimana della mobilità.

Quest'anno si sono registrate ben 2681 città da 43 diverse nazioni.

Le amministrazioni cittadine che vogliono attivarsi, possono trarre ispirazione e idee dalla documentazione riguardante le precedenti edizioni, scaricabile gratuitamente dal sito mobilityweek.eu, così come si possono pure scaricare le linee guida tematiche, sei schede in-

formative semplici e chiare pubblicate in varie lingue.

Braga (Portogallo) ha vinto nel 2022 seguita da Sofia e Zagabria

Anche per il 2023 una commissione assegna il "Premio della Settimana Europea della Mobilità" alla città che si sarà maggiormente distinta e che avrà aderito a tutti e tre i criteri citati sopra. Il premio consiste in un video di tre minuti in inglese e in italiano in cui si evidenziano i risultati raggiunti in termini di mobilità sostenibile, che donerà una notevole visibilità grazie alla diffusione garantita dai canali di comunicazione ufficiali della Settimana Europea della Mobilità.

L'anno scorso il Premio è stato

assegnato a Braga (Portogallo), che si è aggiudicata il titolo grazie al suo impegno volto ad aumentare la consapevolezza della cittadinanza a livello ampio, includendo università, imprese locali e residenti. Per realizzare l'evento principale, l'amministrazione ha collaborato con un centinaio di aziende per aprire strade all'uso pedonale e costruire spazi verdi interattivi. Un "Mobility Safari" che ha coinvolto 30 aziende, ha illustrato l'importanza della decarbonizzazione e inoltre sono state organizzate attività adatte a tutte le età per diffondere consapevolezza sui benefici della mobilità sostenibile. Infine, è stata lanciata la prima fase dell'implementazione del servizio di bike-sharing (uso condiviso delle biciclette).

Le altre due città finaliste del 2022 sono state Sofia (Bulgaria) e Zagabria (Croazia). La prima si è distinta per il suo nuovo servizio di trasporto che ottimizza la combinazione tra le esigenze di mobilità dei cittadini e la necessità di ridurre l'impatto ambientale: bus elettrici, un'applicazione mobile su richiesta, corridoi verdi e nuove tariffe più accessibili e puliti, la capitale bulgara sta lavorando al progetto InnoAir, che cerca di ridurre l'inquinamento con misure di snellimento del traffico.

Zagabria invece è stata selezionata per le sue strategie integrate, tra cui la "Zagabria Smart City Strategy", il programma Air Protection 2022-2026 e il Piano d'Azione per la gestione dell'im-

la Mobilità

edizione all'insegna di senz'auto



Impatti: ecco i numeri

Ogni anno il "Report degli Impatti della Settimana Europea della Mobilità" aiuta a comprendere meglio il significato e l'importanza della cultura della sostenibilità legata alla mobilità, anche grazie a una puntuale registrazione dei dati.

Ecco alcuni numeri tratti dal Report 2022:

- 2.989** partecipanti
- 51** stati
- 2.372** settimane di attività
- 13.490** misure permanenti
- 1.184** giorni senz'auto
- 55.4** milioni d'interazioni sui social (#MobilityWeek #EuropeanMobilityWeek)
- 19.869** visualizzazioni del video della Campagna

Novità dell'anno scorso è stata l'istituzione di una menzione speciale a fianco del Premio ufficiale, che è stata assegnata a cinque città dell'Ucraina: Chernihiv, Kamianets-Podilskiy, Lviv, Poltava e Uzhhorod. Nonostante l'aggressione russa, durante la settimana della Mobilità in queste città sono state organizzate attività di aumento della consapevolezza sulla mobilità sostenibile, come la gara ciclistica per portare aiuto umanitario ai piccoli centri locali, l'apertura di vie cittadine all'uso pedonale nel "Giorno senza auto" e i laboratori su strategie urbanistiche.

■ S.R.

Mobility Action Award

Nel 2022 la Commissione Europea ha lanciato un ulteriore riconoscimento: il "Premio Azione Mobilità", che mette in mostra le migliori soluzioni di mobilità sostenibile presentate da organizzazioni della società civile, imprese, ong, associazioni, istituzioni educative, cittadini.

Tra i finalisti del "2022 Mobility Action Award" si è piazzata anche una realtà italiana, la Ar2gether di Roma che si è affiancata alla belga UCB Pharma di Braine L'Alleud, mentre il vincitore del 2022 è stato Metropolia GZM (Polonia), che ha vinto grazie al progetto per trasformare il parcheggio auto dell'università locale in uno spazio verde adatto ai pedoni e a servizio di tutti, che si è avvalso di un processo di co-creazione coinvolgendo professionisti dei settori del trasporto pubblico, dello sviluppo sociale, della mobilità sostenibile e delle politiche urbane.

Top list delle misure permanenti

Gli eventi della Settimana della Mobilità hanno un'importanza strategica ai fini della sensibilizzazione e dell'informazione, ma le misure permanenti che ogni anno vengono implementate sono quelle che permettono di raggiungere risultati in modo stabile. Secondo i dati raccolti, le misure permanenti più "gettonate" sono le seguenti:

- Pedonalizzazione:** miglioramento infrastrutture, aumento delle zone pedonali, estensione delle greenways (itinerari verdi)
- Ciclabili:** miglioramento di reti e infrastrutture per la bicicletta, sviluppo di sistemi pubblici di affitto e condivisione di biciclette
- Accessibilità:** riduzione delle tariffe, creazione di rampe per sedie a rotelle
- Gestione del traffico:** controllo accessi, programmi di riduzione della velocità nelle aree vicino alle scuole

Inoltre: nuove forme di uso e proprietà dei veicoli, punti di carica per veicoli elettrici, azioni educative

patto acustico, che perseguono una transizione digitale ed ecologica con il supporto della mobilità sostenibile. In particolare, Zagabria sta realizzando un per-

corso ciclabile di 122 km verso il confine con la Slovenia, 23 km di superstrada ciclabile verso Dugo Selo e inoltre sono stati condotti studi per espandere le zone

pedonali e prendere sempre più le distanze dal modello di "città auto-centrica".

Primo piano

Codice della Strada

Una riforma controcorrente



Lettera aperta da una ciclista sempre in sella
“Una non svolta per la sicurezza delle biciclette in Italia”

Caro Ministro,

come ciclista appassionata, ho vissuto molte situazioni stressanti sulla strada. Ho spesso avvertito la paura di essere travolta da un camion o un autobus, specialmente quando attraversavo incroci trafficati oppure mi trovo su corsie strette con poco spazio per le biciclette.

La sensazione di vulnerabilità è costante e questo è un aspetto che tutti i ciclisti a Bergamo e non solo condividono. Inoltre, è diffusa una mancanza di rispetto da parte di alcuni conducenti di mezzi pesanti verso i ciclisti: un atteggiamento che può essere dovuto alla mancanza di comprensione delle sfide che i ciclisti affrontano sulla strada. La sensibilizzazione e l'educazione stradale sono fondamentali per migliorare la sicurezza dei ciclisti. E qui viene il punto.

Come Ministero dei trasporti avete deciso di mettere mano al Codice della Strada, ma si sta davvero percorrendo in controsenso la direzione che ci saremmo attesi, perché le nuove norme e regolamentazioni non sono fondate sulla sicurezza dell'utenza debole. Oggi quel che può aiutare sono interventi strutturali, non i divieti, e occorre pensare seriamente agli utenti più vulnerabili. La lettura che si può dare a queste nuove intenzioni è quella di sovvertire i ruoli e così addossare le responsabilità degli incidenti sempre e solo alle vittime. Da sempre come A.Ri.Bi. (Associazione Rilancio Bicicletta) siamo impegnati in ambito educativo a tutela di chi utilizza la bicicletta, tenendo conto della fragilità e invocando misure come ad esempio l'introduzione dell'obbligo del casco, che ci va benissimo perché anche in linea con ragionamenti fondati sui costi sanitari e sociali che derivano dagli incidenti che possono recare gravi lesioni al capo. Questo, siamo certi, non penalizzerebbe l'indotto del mondo bike, ma forse esagerare con misure come l'obbligo di stipula di un'assicurazione, probabilmente sì. Perché non riflettere sul fatto che la maggior parte dei ciclisti è patentata e spesso intestataria di polizze RC della propria automobile? Perché non ragionare con il mondo delle assicurazioni affinché la stessa polizza dell'auto, nel caso in cui il soggetto stia utilizzando un altro mezzo di trasporto virtuoso, non possa intervenire in caso di sinistro, dal momento che effettivamente non usiamo l'auto 365 giorni l'anno per 24 ore? Inoltre, per agevolare la diffusione mezzo di trasporto “bicicletta” in città, erano attese le casette di avanzamento alle intersezioni, cosa che metterebbe in sicurezza il ciclista e che creerebbe meno confusione alla ripartenza dopo il segnale semaforico, invece le casette vengono abolite. Se ci fosse l'intenzione di assistere a meno incidenti e salvare più vite si dovrebbe intervenire sulle tre principali cause di incidenti e collisioni stradali ovvero: velocità elevata dei mezzi di trasporto meno democratici, la distrazione, la mancanza di precedenza agli attraversamenti.

Servirebbe accelerare con l'introduzione dell'obbligo di installazione delle telecamere a circuito chiuso sui mezzi pesanti: a Milano dall'inizio dell'anno abbiamo assistito a una strage e in provincia ad altri due casi. Servirebbe proseguire nella realizzazione delle zone 30 e non abolire gli autovelox urbani, non si può parlare di sicurezza stradale se non si fissano i limiti che di fatto la garantiscono.

La bicicletta è un mezzo di trasporto sempre più popolare in molte città italiane, oltre a promuovere uno stile di vita sano ed ecologico, il ciclismo contribuisce significativamente a ridurre il traffico e l'inquinamento. Tuttavia, si scontentano proprio loro: molti ciclisti in Italia sono delusi rispetto a quanto proposto.

Un'altra importante fonte di scontento tra i ciclisti riguarda infatti la mancanza di infrastrutture sicure e ben mantenute e il non volere proseguire nell'ampliarne il panorama. Molte città continuano a mancare di un'adeguata rete, il che costringe i ciclisti a condividere le strade con veicoli a motore, aumentando il rischio di incidenti. I ciclisti chiedono un maggiore impegno da parte delle autorità locali e nazionali per creare piste ciclabili, corsie dedicate e misure di sicurezza stradale specifiche, oltre al miglioramento del sistema integrato di trasporto. Sostengono che un ambiente più sicuro incoraggerebbe un numero maggiore di persone a scegliere la bicicletta come mezzo di trasporto quotidiano. C'è troppa mancanza di consapevolezza ed educazione e spesso i ciclisti si sentono incompres e sottovalutati dagli automobilisti e dalle autorità. Servono semmai campagne di sensibilizzazione che promuovano il rispetto reciproco: un maggiore livello di comprensione delle leggi del traffico da parte di entrambe le parti può contribuire a ridurre gli incidenti e a migliorare la convivenza stradale. Lo scontento della popolazione ciclistica italiana è palpabile e comprende preoccupazioni legate alla sicurezza, alle infrastrutture e alla consapevolezza stradale.

Per risolvere queste preoccupazioni, è necessario un approccio più ampio e collaborativo tra il governo, le autorità locali e la comunità ciclistica. Solo attraverso un impegno comune è possibile creare un ambiente in cui il ciclismo sia una scelta sicura, sana ed ecologica per tutti i cittadini italiani. Caro Ministro, pensaci! E se vuoi contattarci noi siamo in pista dal 1981: puoi sempre fare un'apprezzata inversione di marcia.

Claudia Ratti
Presidente di A.Ri.Bi.
Associazione per il rilancio della bicicletta
CSI Bergamo

A.Ri.Bi. - Associazione per il rilancio della bicicletta

L'Associazione per il Rilancio della Bicicletta è nata nel 1981 per "studiare le soluzioni atte a sollecitare e favorire l'uso della bicicletta come strumento di svago, di locomozione alternativa urbana ed extraurbana e per promuovere la loro realizzazione". Dopo oltre 40anni molto è stato fatto: sia nelle abitudini dei singoli, che in molti casi si sono resi conto della necessità di cambiare stili di vita, sia nelle scelte politiche e amministrative.

Eppure andare in bici nelle nostre città è ancora difficile, a volte pericoloso, scelta di un numero ancora limitato di testardi e appassionati pedalatori che chiamiamo ciclisti. Per questo Aribi si fa promotore dell'uso della bicicletta per l'utilizzo sia in ambito urbano per piccoli spostamenti sia come mezzo per la pratica sportiva e cicloturistica alla scoperta del territorio.

Con il nostro gruppo tecnico di soci preparati, collaboriamo con istituzioni, enti ed associazioni durante la progettazione e lo studio di nuove infrastrutture per i ciclisti. Con il grup-

po Scuole182, interveniamo in tutte le scuole di ordine e grado diverse, per promuovere in primis la sicurezza da cui ne deriva una educazione specifica su come si deve usare la bicicletta sulla sede stradale. I SI e NO, le pillole di sicurezza, la conoscenza degli strumenti passivi che la garantiscono, gli obblighi per i ciclisti. Talvolta sperimentiamo quanto spiegato, con uscite sul territorio o nelle scuole inferiori, allestendo campetti educativi con un kit che condividiamo con la Polizia Stradale.

A Bergamo siamo partner della Polizia Locale nel progetto Vivibici che ci vede nei parchi cittadini Goisis, Goethe e Campagnola ricevere le classi delle primarie e secondarie cittadine, per sperimentare la guida del mezzo con biciclette o proprie o in dotazione della Protezione Civile, sempre presente. Queste attività sono a titolo gratuito e le svolgiamo in tutta la provincia e non solo. Abbiamo ad oggi tre sedi, Bergamo, Treviglio e Crema e siamo in attesa di conoscere gli sviluppi di un

progetto su Pedrengo, che ci vedrebbe presenti nel nostro amato Parco del Serio. Per i nostri soci e non, organizziamo pedalate di gruppo, mini vacanze in bicicletta alla scoperta delle migliori ciclabili e per scoprire nuove mete turistiche grazie all'utilizzo della bicicletta.

Tra le nostre recenti attività in occasione dell'anno dedicato alla Capitale della Cultura, la nostra prima Ciclostorica, la Trei'n bici vintage, che ha visto 240 partecipanti alla prima edizione, frutto di una grande collaborazione con Team GeroBike e Proloco Treviglio, Avis Treviglio, Distretto del Commercio e Comune di Treviglio, Pianura da scoprire e Regione Lombardia.

Stiamo proseguendo l'esposizione della mostra fotografica "Pedalando e Fotografando" dell'associata Cinzia Manenti che ha fatto tappa a Bergamo, Grumello, Gandosso, Crema, Cavernago, prossimamente a Covo e a Romano, patrocinata come altri nostri eventi da Bergamo Brescia Capitale della cultura e da Regione Lombardia.

Ci attende la consueta Pedalata dei Babbo Natale che sarà come da 14 anni a questa parte il giorno 24 dicembre 2023 e destinerà un contributo economico alla Associazione Nepios, doni per i bimbi della Associazione Amici della Pediatria e doni per gli anziani degenti presso la casa di riposo Carisma reparto Alzheimer.

Oltre a queste iniziative, ci sono convegni organizzati due volte l'anno riguardanti vari aspetti della sostenibilità, interventi presso media locali, quotidiani, media nazionali del settore e la nostra partecipazione a tanti eventi e manifestazioni di comitati locali. Come si intuisce, gli scopi per cui Aribi è nata non si esaurivano certo in scampagnate in sella. Siamo parte della grande famiglia del CSI Bergamo e tutto questa lunga attività è possibile grazie a un Consiglio Direttivo e alla squadra dei volontari che sono davvero insostituibili. Insomma Aribi è una delle corde di una bellissima rete che nel 2023 è arrivata a spegnere 42 candeline.



Green and Social Economy

Ottavo bilancio di sostenibilità territoriale di A2A a Bergamo

La multiutility dell'energia e gestione rifiuti è una delle principali aziende italiane. A Bergamo aumentati gli investimenti con obiettivo la decarbonizzazione dell'e

La transizione ecologica ed energetica passa anche - e non in modo marginale - dalle grandi aziende che lavorano nei settori più esposti ai cambiamenti richiesti per compiere un effettivo passaggio da un'economia basata sulle fonti fossili a un'economia green. Energia, mobilità, gestione dei rifiuti, sono alcuni degli ambiti cruciali che fanno e faranno la differenza rispetto agli obiettivi del millennio. È ormai evidente la necessità e l'urgenza di questa svolta epocale, eppure è sotto gli occhi di tutti come sia difficile smuovere un sistema economico e produttivo consolidato in decenni e decenni di sviluppo incontrollato, per indirizzarlo verso modalità meno impattanti e dannose per il pianeta e per le persone.

Per questo motivo è importante che ci siano sempre più imprese che abbiano il loro core business e la loro fonte di guadagno nello sviluppo di sistemi produttivi ed energetici legati alla sostenibilità, all'economia circolare, a tutte quelle attività che possono sganciarsi dall'uso di carbone, petrolio e gas, che sappiamo essere tra i maggiori fattori di inquinamento e impatto ambientale. Il numero e la dimensione di queste imprese legate a un'economia più green diviene pertanto un elemento trainante per accelerare la transizione, perché è chiaro che se la maggior parte dell'economia rimane vincolata alle fonti fossili, sarà impossibile procedere al cambiamento necessario, pur con tutta la buona volontà di istituzioni e cittadini. Una di queste imprese legate a doppio filo alla transizione energetica è A2A, ormai divenuta una multiutility tra le principali nel panorama nazionale. È sta-

to presentato a giugno l'ottavo bilancio di sostenibilità territoriale di Bergamo che rende conto le prestazioni ambientali, economiche e sociali del Gruppo sul territorio nel 2022 e i piani di attività previsti per i prossimi anni. Un percorso che dura ormai da parecchi anni e sta traghettando la società verso canoni sempre più green.

Tra i punti salienti di questa transizione di A2A, la ricerca del dialogo continuo e del confronto su tematiche specifiche con gli interlocutori del territorio, in molte delle province in cui opera, al fine di condividere e recepire le istanze della cittadinanza, delle istituzioni e associazioni locali nella costruzione di progettualità concrete e su misura, per favorire la diffusione di una cultura della sostenibilità.

Ambiente ed energia

A2A, nella provincia di Bergamo, si occupa di gestione dei rifiuti, reti di distribuzione del gas e dell'energia elettrica, illuminazione pubblica, teleriscaldamento, mobilità elettrica e vendita di energia e calore. Il Gruppo produce energia dagli impianti cogenerativi e dai termovalorizzatori, utilizzando la parte non riciclabile dei rifiuti che viene impiegata per riscal-

dare le abitazioni attraverso la rete di teleriscaldamento. In totale, nel 2022 sono stati generati 82 GWh di energia elettrica - di cui il 90% proveniente dai rifiuti - e 230 GWh di energia termica - di cui oltre la metà prodotta dagli scarti. Nel 2022, la raccolta differenziata nel comune di Bergamo ha raggiunto la quota del 77%, mentre nella provincia si è assestata sul 69,1%, per un to-

tale di oltre 62.000 tonnellate di rifiuti raccolti. Il 100% dei rifiuti urbani raccolti è stato recuperato senza alcun conferimento in discarica: il 75% è stato destinato al recupero di materia e il 25% valorizzato per produrre energia elettrica e calore, riuscendo a evitare più di 38.000 mila tonnellate di emissioni di CO₂. Sono stati potenziati i servizi per la raccolta, attraverso la crescita del

parco automezzi di Aprica che ha raggiunto quota 95 mezzi a basso impatto, di cui 18 al 100% elettrici. Inoltre, sono state riposizionate le isole ecologiche con una veste ancora più innovativa: i cestoni dell'indifferenziata sono ora dotati di un pannello fotovoltaico che alimenta il dispositivo di compattazione del rifiuto. Il teleriscaldamento è uno dei progetti di A2A con maggiore



riale

ane del settore economia



calore venduto, e presso il sito del termovalorizzatore di Bergamo è entrato in funzione un sistema di accumulo termico per conservare l'energia ed essere utilizzata dall'utenza quando è necessaria, fino a un massimo di 160 MWh. È in corso un ulteriore piano di sviluppo della rete del termovalorizzatore in alcuni quartieri della città, che insieme alla posa della dorsale di collegamento Rea Dalmine - Bergamo, porterà a una distribuzione ancora più capillare: nei prossimi 5 anni si stima un incremento fino al 50%, con l'immissione di ulteriori 2,6 milioni di metri cubi. In aggiunta, è in fase di realizzazione un progetto di ricerca con l'Università di Bergamo per identificare e mappare le fonti di calore presenti nell'area, nonché per recuperare in maniera innovativa il calore oggi disperso.

Investimenti sul territorio

Nel 2022, A2A ha supportato la prosperità del territorio, generando valore e promuovendo interventi di carattere sociale, culturale e ambientale. Sono stati destinati circa 31,9 milioni di euro in investimenti infrastrutturali e manutenzione degli impianti (+15% rispetto al 2021). 206 sono i fornitori locali attivati e l'importo degli ordini ha raggiunto 115 milioni di euro, di cui

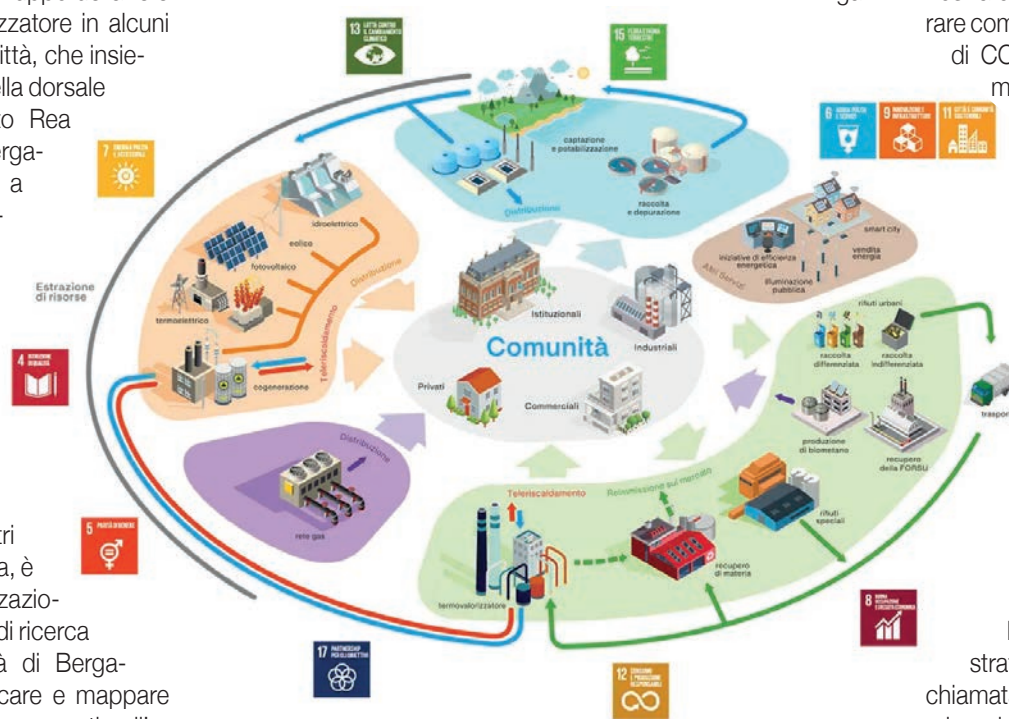
37 milioni a micro e piccole imprese. Favorire la mobilità elettrica è uno dei principali impegni del Gruppo per un'economia low carbon: nello scorso anno sono stati percorsi quasi 5 milioni di chilometri a emissioni zero, grazie a più

di 690mila kWh di energia erogata dalle 37 colonnine di ricarica presenti nella Provincia, che hanno permesso di risparmiare 502 tonnellate di CO2. L'offerta A2A per il segmento residenziale è composta al 100% da energia elettrica verde certificata e sono stati venduti 192 GWh di energia green. In 5 Comuni della Provincia sono stati inoltre sviluppati servizi e tecnologie IoT (Internet of Things): 5 totem interattivi, 60 sensori di smart parking, 85 telecamere, 95 sensori antintrusione, 117 sensori smart bin e 111 antenne wi-fi. Nell'ambito del bando

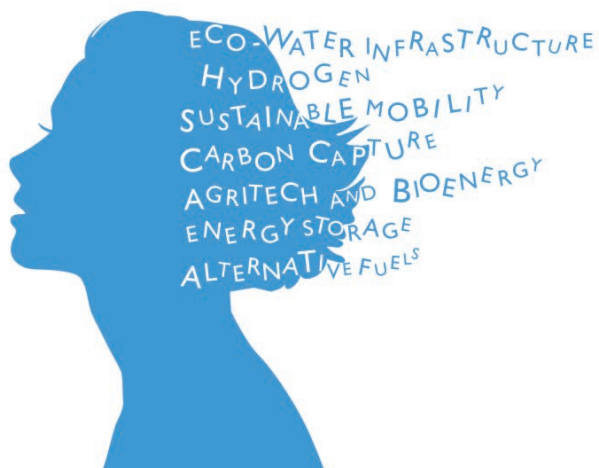
2020-2022 "Doniamo Energia" del Banco dell'Energia Onlus, sono stati complessivamente raccolti 2 milioni di euro, di cui 500.000 messi a disposizione dal Banco stesso. Sono stati erogati 185mila euro di fondi per progetti sociali a Bergamo-

muovendo i vantaggi dell'elettrificazione dei consumi, dell'uso circolare delle risorse, del consumo consapevole dell'energia e della mobilità green" dichiara Renato Mazzoncini, Amministratore Delegato di A2A.

"La sfida dei prossimi anni, per la nostra città, sarà quella di azzerare completamente le emissioni di CO2 e migliorare ulteriormente tutti i parametri ambientali. Bergamo, infatti, è tra le 100 città europee e le 9 città italiane scelte per guidare la transizione ecologica del continente: diventiamo quindi laboratorio del cambiamento e A2A rappresenta un player fondamentale nell'attuazione delle strategie che Bergamo è chiamata ad attuare nei prossimi anni. - dichiara il Sindaco di Bergamo Giorgio Gori -. Consideriamo che dal 2010 la città ha ridotto la produzione di CO2 del 23% e negli ultimi anni il trend di miglioramento dell'aria si è dimostrato costante per quel che riguarda alcuni inquinanti, come il PM10 e il NOX. Sappiamo che dobbiamo continuare così e, anzi, moltiplicare gli sforzi per raggiungere tutti gli obiettivi dell'agenda 2030. In questo senso, la multiutility A2A è un alleato importante per vincere la sfida della Carbon neutrality entro il prossimo decennio".



mo e inoltre, nell'ambito di Bergamo e Brescia - Capitale Italiana della cultura 2023, A2A ha organizzato a febbraio 2023 a Bergamo Light is Life - Festa delle Luci. "Nel 2022 il legame di A2A con Bergamo si è ulteriormente rafforzato: abbiamo aumentato gli investimenti, portandoli a 31,9 milioni di euro, per garantire infrastrutture e impianti efficienti e lavorato per migliorare la qualità dei servizi offerti ai cittadini con soluzioni sempre più innovative. Abbiamo avviato inoltre progetti per favorire la diffusione di una cultura della sostenibilità, pro-

Green and Social Economy

La Carta dei Consumi So

Un documento elaborato con gli attori del territorio attraverso tavoli di confronto tra A2A e i rappresent

Non solo lato azienda, ma anche lato consumatori e cittadinanza: per compiere una transizione verso un'economia meno dipendente da fonti fossili è indispensabile che la cittadinanza, intesa sia come somma di consumatori privati (comprese aziende e uffici) sia come comunità di persone consapevoli e responsabili, partecipi a pieno titolo ai cambiamenti nelle abitudini di vita e di consumo.

Per questo motivo, al fine di rendere efficaci e fruite le soluzioni tecnologiche che vengono messe a disposizione dalle nuove imprese della green economy, una parte importante delle svolte in atto passa anche dal conosce-

re e considerare il punto di vista dei consumatori e dei cittadini, capire le loro esigenze o le loro remore nel cambiare abitudini o nel fare scelte di investimento o spesa di un certo tipo, piuttosto che di un altro.

Quali sono le motivazioni alla base dei cambiamenti nelle scelte di consumo o di acquisto? Quali canali informativi meglio utilizzare? Quali sono le informazioni che sono più utili da comunicare in un contesto di sovrapposizione mediatica di queste tematiche? Come rendere consapevole il cittadino del proprio ruolo rispetto alla complessità della transizione ecologica ed energetica?

Sono alcune delle domande alla base di un confronto che A2A ha sviluppato nel corso dell'ultimo anno chiamando a raccolta una serie di interlocutori della società civile e delle istituzioni, proprio per focalizzare a livello locale una serie di temi e di riflessioni in merito, con l'obiettivo di evidenziare le problematiche e le possibili soluzioni per promuovere un consumo più sostenibile dell'energia.

Sono stati quindi costituiti gli Advisory Board Consumi Sostenibili, che vedono la partecipazione di una diversificata serie di rappresentanti d'interesse mossi da questo comune obiettivo. A2A ha avviato tre tavoli di con-

fronto con gli stakeholder di Milano, di Brescia e di Bergamo: nella bergamasca hanno preso parte ai lavori: Adiconsum, Ance - Associazione Costruttori Edili, Cesvi Fondazione Onlus, Comune di Bergamo, Confindustria Bergamo, Federconsumatori, Festival della Sostenibilità e infoSOSTenibile, Legambiente Bergamo, Università degli studi di Bergamo.

Ne è scaturita una "Carta dei Consumi Sostenibili", che rappresenta un documento di sintesi, che riassume il percorso di ascolto e confronto intrapreso in questi mesi, e di indirizzo verso azioni comuni e concrete da realizzare insieme agli stakeholder.

Gli incontri degli Advisory Board si sono svolti intorno a sei tematiche valutate come utili all'obiettivo: la ricerca di dati per un'analisi di scenario condivisa, l'indagine sulle abitudini di consumo, le soluzioni di mercato esistenti a disposizione di cittadini e imprese, la soluzione offerta dai sistemi di teleriscaldamento e la novità delle comunità energetiche rinnovabili.



Carta dei consumi sostenibili Bergamo



La carta dei consumi in 6 punti

Il primo punto della Carta dei consumi sostenibili riguarda l'esigenza di avere informazioni aggiornate circa l'andamento dei consumi per dedurre degli scenari verosimili. È emerso la necessità a livello locale di raccogliere in maniera capillare dati sui consu-

mi, sul grado di efficientamento e di penetrazione delle nuove tecnologie. Tutti gli scenari analizzati evidenziano una graduale elettrificazione dei consumi energetici, la forte crescita delle fonti di energia e sottolineano di conseguenza l'importanza dell'adeguamento della rete di trasmissione elettrica sia per quanto riguarda il trasporto su grandi distanze sia per i centri urbani con l'installazione di nuove reti di distribuzione e cabine

Stenibili di Bergamo

Bergamasco anti della società civile



elettriche. Gli studi evidenziano anche il ruolo fondamentale che avranno in questo scenario gli impianti di accumulo. Secondo punto fondamentale riguarda il potere delle buone abitudini: da un'indagine a livello sia locale che nazionale, in collaborazione con l'istituto di ricerca SWG, si sono valutati i risultati della provincia bergamasca su scelte e temi quali ambiente, mobilità, comportamenti individuali. Complessivamente

i dati confermano una diffusione della cultura della sostenibilità decisamente superiore alla media nazionale e tra le considerazioni emerse dal confronto con gli stakeholder si sottolinea la necessità di utilizzare canali di comunicazione diversificati per raggiungere tutti gli strati della popolazione, anche quella anziana che non ha consuetudine a utilizzare i canali digitali, ad esempio facendo leva sulle reti di prossimità e di quartiere, oltre

che sulle scuole, con gli studenti che possono efficacemente trasferire le buone pratiche in famiglia. Importante inoltre saper evidenziare le motivazioni e i benefici che possono derivare da comportamenti virtuosi: benefici economici per il singolo e benefici ambientali per la collettività. Altri due temi presi in esame sono stati l'analisi delle soluzioni tecnologiche e non solo, a disposizione rispettivamente dei cittadini e delle aziende, per

la dispersione termica attraverso l'isolamento della superficie esterna «a cappotto» oppure con la sostituzione degli infissi con altri più performanti, nonché l'adozione di impianti più efficienti per il riscaldamento o per il raffrescamento. Importanti sono anche le soluzioni per monitorare i consumi in maniera molto precisa in tempo reale da remoto, utilizzando delle app che possono essere collegate a qualsiasi smartphone.

consumi energetici più sostenibili.

Le valutazioni delle possibilità per i singoli cittadini di ridurre i propri consumi energetici si basano sulle tecnologie di efficientamento oggi presenti sul mercato, che sono riconducibili a interventi di sostituzione delle apparecchiature meno efficienti con quelle di ultima generazione e a interventi strutturali che vengono in aggiunta a quanto già presente: caldaie a condensazione, pompe di calore, per riscaldare e raffreddare gli ambienti in sostituzione dei condizionatori tradizionali, illuminazione LED, elettrodomestici ad alta efficienza, per ridurre i consumi di energia e di acqua.

Per quanto riguarda gli interventi strutturali si possono individuare: impianti fotovoltaici, efficientamento degli edifici in particolare per quanto riguarda

Se molte di queste soluzioni sono adatte anche per le stesse aziende, in particolare per quest'ultime si possono promuovere maggiormente le possibilità legate sia all'installazione di pannelli fotovoltaici sui propri tetti ma a carico di un operatore per la transizione energetica, sia alla possibilità di stipulare contratti di acquisto di energia rinnovabile a medio e lungo termine (fino a 20 anni) tra un soggetto produttore – che possiede l'impianto rinnovabile – e un soggetto acquirente (azienda).

Altro importante tema è il teleriscaldamento, ampliando il sistema degli accumuli, che è una delle soluzioni per rendere più sostenibili le nostre città in quanto riduce le emissioni di CO₂, consentendo di recuperare quel calore disponibile localmente che altrimenti andrebbe disperso. Obiettivo è continuare il progetto di ricerca avviato con l'Università di Bergamo per identificare e mappare le fonti di calore presenti nell'area di Bergamo che possano essere integrate nella rete cittadina.

Infine le Cer, Comunità Energetiche Rinnovabili, sono l'ultima tematica affrontata: una soluzione che necessita di essere ulteriormente sviluppata sulla base dei nuovi decreti attuativi, ma che presuppone anch'essa una rete territoriale che coinvolga attivamente la società civile e le amministrazioni comunali.

Il documento è scaricabile a questo link:

<http://infosostenibile.it/carta-a2a>.

Bergamo SOStenibile

Il DessBg si racconta Nuovi ambiti e prospettive

Dalla confluenza dell'associazione Mercato&Cittadinanza allo spreco alimentare, dall'industria del tessile alla formazione per docenti e studenti

M&Ciao! Saluti in rima

Con l'assemblea del 4 luglio 2023, la storica associazione Mercato & Cittadinanza, con i "mercati agricoli e non solo" di Monterosso, Albino, Alzano e S. Tomè, ha deciso di convergere nel DessBg, sciogliendo l'associazione per confluire nel Distretto dell'economia sociale solidale bergamasca. Un passaggio che segue quello già fatto due anni fa dalla rete di Cittadinanza Sostenibile che va nella direzione della costruzione condivisa e partecipata dello spazio economico, culturale e politico dell'economia solidale. A tutta la grande famiglia di M&C un ringraziamento per quanto fatto e quanto ancora si farà, consapevoli che la storia non finisce, ma continua nella grande casa comune dell'Economia sociale solidale bergamasca. Il coordinamento provinciale del DessBg ha definito a questo proposito l'istituzione della nuova "area filiere corte e mercati", coordinata da Simonetta Rinaldi, che si aggiunge all'area "economia e territorio" e a quella "formazione". In occasione di questo passaggio, un volontario di M&C ha scritto questo bel testo, che condividiamo con tutte e tutti voi.

Tredici anni son passati ad organizzar MerCati, dagli Alpini a Monterosso giù MerCati a più non posso: uno al mese, solamente, ma che attira bella gente!

Tanta strada fatta insieme è il buon frutto di un bel seme che CS ha piantato per far nascere il MerCato: dipingessimo 'sto fatto ne verrebbe un bel ritratto!

Qui finisce l'avventura di M&C, la sua verdura, dei formaggi, il resto e i vini, dei bei giochi coi bambini: suonin pure le fanfare, tutto può continuare!

Quel che c'è alle nostre spalle, tante cose ed anche belle, alimentano la Spes, ora tocca a questo Dess.

Il futuro che ci aspetta lo vedremo qui in piazzetta: nuova gente all'orizzonte o ancor quelli vecchio fronte?

Alla fine dei racconti ecco qui i ringraziamenti fatti a Chi con dedizione sempre sta dietro al bancone, ma anche a tutti i Volontari, Presidenti, Tesorieri e Segretari. Tutti quanti con impegno han sorretto questo Regno!

Robi



Mercato&Cittadinanza nel DessBg decisa lo scorso luglio. Cosa rappresenta questo passaggio?

M&C e Cittadinanza Sostenibile sono state le nostre due madri, la gratitudine verso chi le ha animate negli ultimi quindici anni è tanta, anche per il coraggio di compiere questo passo che rafforza la convergenza delle economie solidali bergamasche e la costruzione di una casa comune.

Ora che succede per i mercati?

Le comunità dei mercati continueranno ad avere la propria autonomia e il DessBg ha istituito una nuova "area filiere corte e mercati" che farà sia da service amministrativo sia da spazio comune per lavorare insieme sul "non solo", ovvero tutte quelle iniziative culturali e sociali che hanno arricchito i mercati in questi anni e che vorremmo condividere anche con altri mercati, come ad esempio quello di Slow Food a Treviglio, quello della Porta del Parco di Mozzo o ancora quello avviato presso il Kilometro Rosso, quando le caratteristiche di fondo siano conformi agli obiettivi dell'economia sociale solidale.

Cosa lascia in eredità M&C?

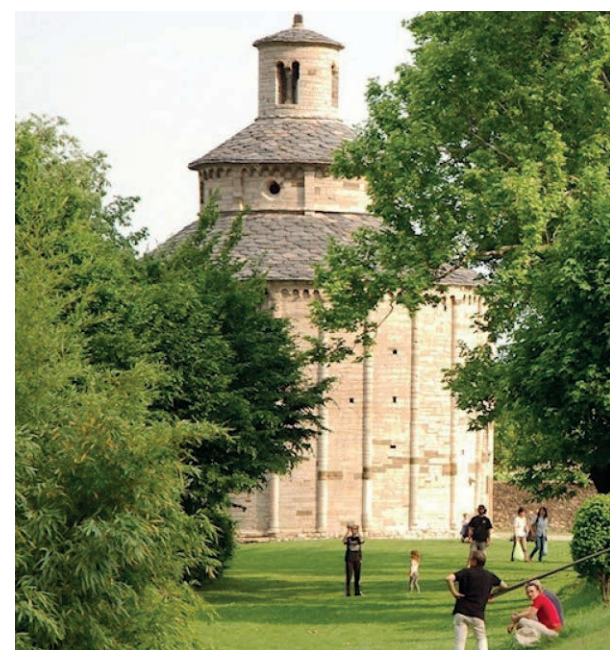
Sicuramente un patrimonio di relazioni e conoscenze immenso senza le quali non si potrebbe nemmeno parlare di economia solidale in bergamasca. Ma ci lascia anche una traccia verso il futuro: il progetto sulla garanzia partecipata.

In cosa consiste?

I Sistemi di Garanzia Partecipata sono di tutela della qualità, orientati localmente. Essi certificano i produttori sulla base di una partecipazione attiva dei consumatori e sono fondati su una base di fiducia, di interdipendenza e di scambi di conoscenze. La ricerca che stiamo promuovendo, "filieri corte, filiere più forti", va proprio nella direzione di raccogliere dati e informazioni qualificate ai fini di sviluppare azioni partecipate e durature nel tempo.

Prima dell'estate avete promosso iniziative sul tema dello spreco alimentare. È un nuovo filone di lavoro?

Sì, è il frutto dell'iniziativa dell'area di lavoro "economia e territori" coordinata dalla vicepresidente DessBg Laura Norbis. L'intenzione è quella di lavorare insieme alle esperienze popolari che si sono aggregate attorno a questo tema, penso alla Dispensa Sociale di Bergamo o alla Quercia di Mamre a Treviglio, dove è iniziato un percorso che ha come obiettivo un "patto



Un anno denso di progettualità e novità significative quello del Distretto di Economia Sociale Solidale della bergamasca. Presidente Matteo

Rossi, facciamo il punto su alcuni di questi percorsi tra nuove prospettive e azioni in continuità. Cominciamo dalla confluenza dell'associazione



interessa particolarmente, sia perché l'industria tessile è tra le più inquinanti e necessita di campagne di pressione per invertire questa rotta, sia perché è un terreno su cui incontrare tantissimi giovani, che partendo da iniziative come gli swap party sanno sensibilizzare i loro coetanei sull'esigenza di nuovi stili di vita e di un nuovo modello di sviluppo.

A proposito di giovani, come va il lavoro con le scuole?

L'anno scolastico 2022/23 ci ha visti impegnati nelle realtà scolastiche di Albino e della Valle Imagna,

due percorsi diversi ma con la stessa attenzione ad offrire agli studenti la possibilità di autorappresentarsi sul proprio territorio sui temi della sostenibilità. Lo spettacolo finale delle ragazze e dei ragazzi del "Romero" è stato di una bellezza unica, mentre ad ottobre a Cepino inaugureremo un percorso a tappe nel bosco, pensato con la scuola, che saprà raccontare delle esperienze trasformative del territorio. Da lì partirà la costruzione di un'agenda 2030 per lo sviluppo montano che porremo all'attenzione delle istituzioni locali. Continuano nel frattempo le nostre proposte formative ai vari istituti e ai docenti stessi, nonché il dialogo con i movimenti come Fridays for Future.

Altre iniziative in cantiere?

Ci piacerebbe promuovere nei prossimi mesi una campagna su "Eticar", l'assicurazione lanciata dal gruppo Caes dedicata agli automobilisti sensibili ai temi dell'economia solidale. Il modo di fare assicurazione di Caes-Eticar fa parte di un sistema valoriale in cui le relazioni economiche e sociali mettono l'uomo e l'ambiente al centro del rapporto e non assecondano le logiche di puro profitto, fornendo prodotti qualificati con un elevato stan-

dard di affidabilità tecnica, sia per quel che concerne l'assunzione del rischio che la liquidazione dei danni.

Il 2024 sarà l'anno delle elezioni comunali in molta parte del territorio bergamasco che si svolgeranno insieme a quelle europee. Come guarda a questi appuntamenti il mondo dell'economia sociale solidale?

Noi speriamo che la politica sia sempre meno subalterna al sistema economico attuale e che ritrovi una propria centralità nel definire politiche pubbliche che mettano al centro la giustizia ambientale e quella sociale, che scelgano di riformare la Politica Agricola Comunitaria a sostegno di tutti gli agricoltori, dei cittadini e dell'ambiente, che credano convintamente in una soluzione diplomatica della guerra scatenata da Putin contro l'Ucraina evitando una pericolosissima escalation. Tutte queste cose le abbiamo dette sia scendendo in piazza sia dialogando con le istituzioni. Lo abbiamo fatto durante le scorse regionali, ottenendo l'impegno di molti candidati, poi risultati eletti, rispetto al sostegno alla legge che riconosce l'economia sociale solidale e che è stata sottoscritta da più di 9.000 lombardi. Continueremo a interloquire lungo questa strada, forti della legittimazione che nel frattempo il movimento dell'economia solidale ha avuto a livello internazionale. Lo scorso aprile, infatti, le Nazioni Unite hanno votato una risoluzione per il rafforzamento delle Ess in tutto il mondo, un atto politico che segue quello dell'Organizzazione per la Cooperazione e lo Sviluppo Economico e dell'Organizzazione Internazionale del Lavoro, oltre che della Commissione Europea, che con il Piano d'azione per l'Economia Sociale adottato a fine 2021 ha riconosciuto formalmente il valore di questo ambito economico.



per il cibo" sull'esempio di quanto realizzato dal Comune capoluogo sulla food policy.

Questa convergenza tra chi lavora per un utilizzo solidale degli scarti e chi opera affinché gli scarti prodotti siano sempre meno, mi sembra abbia un grande valore politico, mettendo insieme due mondi con valori comuni che rischiano di non incrociarsi.

Anche la filiera tessile rientra nelle vostre attività?

Abbiamo collaborato con "Per filo e per sogno" nel rilancio della fiera del tessile sostenibile che si è svolta lo scorso autunno a Paladina. È un filone di lavoro che ci



Bergamo SOStenibile

Il futuro è la mia valle

Al via "il cammino dei petali"

Un'agenda 2030 per la Valle Imagna in un progetto del DessBg per uno sviluppo locale e turistico sostenibile



PROMOSSO DA



Distretto di
Economia
Sociale e Solidale
Bergamasco

IN COLLABORAZIONE CON



IMC
SCUOLA DI CEPINO
OPERA SANT'ALESSANDRO



SOLIDARIUS
ITALIA

CON IL CONTRIBUTO DI



Fondazione
CARIPLO

Il futuro è la mia valle è un progetto, presentato dal Distretto di Economia Sociale Solidale di Bergamo (DessBg) e finanziato da Fondazione Cariplo, che vede al centro il territorio e la comunità della Valle Imagna, a partire dal ruolo dell'Istituto Comprensivo Maria Consolatrice di Cepino e con la collaborazione di Solidarius Italia, piccola impresa di economia solidale sociale del DessBg.

L'intento di questo progetto (Ottobre 2022 - Dicembre 2023), che si muove nel quadro dell'Agenda 2030, è quello di aumentare la consapevolezza e l'impegno civico della comunità verso le sfide ambientali e la

tutela del proprio territorio come leva per uno sviluppo locale sostenibile capace di disegnare un futuro per i ragazzi e ragazze della Valle, con l'obiettivo di for-



mulare proposte concrete che sappiano rigenerare la relazione, anche affettiva, con il territorio e valorizzarne le risorse e la capa-

rità di resilienza.

Docenti e studenti dell'Istituto Maria Consolatrice di Cepino - con il supporto di Solidarius Italia - hanno lavorato nel corso dell'anno scolastico appena concluso alla realizzazione di un'aula outdoor, ma soprattutto alla progettazione di un cammino tematico: il Cammino dei petali. Si tratta di un sentiero ad anello, con 5 tappe, che collega Cepino, Selino Basso, Mazzoleni in un percorso di riflessione e conoscenza della Valle, grazie a contenuti didat-

tici multimediali e di approfondimento realizzati da studenti e studentesse delle classi primarie e secondarie e accessibili trami-

te QR-code. Ispirato all'Agenda 2030, ogni petalo di questo Cammino è un obiettivo da raggiungere, parte di un fiore multicolore di cui prendersi cura. Domenica 8 ottobre 2023, in occasione della festa dei 90 anni dell'Istituto Maria Consolatrice, questo itinerario sarà ufficialmente inaugurato e la Valle Imagna avrà non solo una nuova proposta educativa per tutti e un'esperienza di didattica outdoor permanente aperta alle scuole del territorio, ma anche un'offerta di turismo lento e attivo, dedicata alle famiglie ma non solo. Ogni tappa rappresenta un tema e il percorso potrà arricchirsi, nel tempo, di contenuti e contributi, diventando un cammino partecipato a tutti gli effetti dove trovare informazioni utili, curiosità e cenni di storia sulla Valle.

Il Cammino dei Petali vuol essere infatti un luogo fisico e simbolico

in cui coadiuvare l'impegno di una comunità intera verso il proprio territorio. Il Dess di Bergamo è infatti impegnato, contestualmente e attraverso iniziative culturali e formative e un'indagine sul campo, al coinvolgimento dei diversi attori che animano il territorio: istituzioni locali, associazioni, realtà di economia sociale solidale. L'intento è di raccogliere bisogni, idee, proposte e di redigere insieme, al termine del progetto, un'Agenda 2030 per la Valle Imagna.

L'appuntamento sarà quindi a dicembre con un evento finale che sarà una festa aperta al contributo di quanti - cittadini, produttori, organizzazioni locali e istituzioni - sono convinti che lo sviluppo di un territorio passi per la sostenibilità sociale e ambientale delle azioni di ciascuno e di tutta la comunità.



Economia Solidale Trentina in gemellaggio con il DessBg

I due Distretti a confronto nel contesto della rete nazionale Ries Fondamentale l'alleanza tra reti sociali, enti locali e nuove generazioni

Dopo l'incontro tenuto a Bergamo lo scorso 7 dicembre 2022, ospiti del Presidente della Provincia Pasquale Gandolfi, i rappresentanti bergamaschi e trentini dell'economia sociale solidale sono tornati ad incontrarsi venerdì 21 luglio, con la visita a Trento di una delegazione composta da 9 referenti del DessBg, rappresentanti di età e settori diversi dell'economia sociale e solidale del territorio. Un gemellaggio, quello tra i due territori, iniziato nel 2017, e che continua oggi anche in virtù di un finanziamento da parte della Rete Italiana di Economia Solidale (Ries) che ha riconosciuto la valenza nazionale dello scambio tra le due realtà, sia dal punto di vista delle esperienze pratiche sia da quello dell'elaborazione e del rapporto con i mondi istituzionali e universitari. La mattinata si è svolta presso il palazzo della Provincia Autonoma di Trento, con gli interventi del segretario generale Luciano Galetti, del responsabile del tavolo provinciale Michele Tait, del ricercatore di Euricse, Jacopo Sforzi e di Andrea Fernandez, presidente della commissione ambiente del Comune di Trento. Nata tredici anni fa come progetto sperimentale, l'economia solidale trentina è andata via via arricchendosi nella relazione con il diffuso capitale sociale del territorio e, nel corso del tempo, si è istituzionalizzata dando vita ai distretti, luoghi di relazione tra società civile ed enti locali.

Nel pomeriggio, la prof.ssa Francesca Forno - che ha lavorato per molti anni all'Università di Bergamo e che ora a Trento presiede il corso di laurea in sociologia legata ai temi della sostenibilità e del consumo critico - ha accolto la delegazio-



ne per un confronto con alcune esperienze virtuose, come il recupero in chiave sociale e trasformativa di una stazione dei treni nel Comune di Rovereto gestita dall'associazione La Foresta, vincitrice insieme al Co-

mune di un bando europeo di 4 milioni di euro.

L'esperienza della legge trentina sull'economia solidale trentina nasce nel 2010, subito dopo quella approvata dalla Regione Lazio nel 2009, un percorso

che nel tempo ha visto anche altre Regioni legiferare in questa direzione, in particolare l'Emilia-Romagna nel 2014 e il Friuli-Venezia Giulia nel 2017, mentre in Lombardia la scorsa legislatura si è chiusa con un nulla di fat-

to, nonostante le 9.000 firme presentate nel 2019 a sostegno della proposta di legge.

Le realtà trentina e bergamasca si sono confrontate sulle cinque trasformazioni che stanno riguardando l'economia sociale solidale: il rapporto con le nuove generazioni dal punto di vista dei linguaggi e delle modalità di fare economia trasformativa; il rapporto con la politica e le istituzioni locali; le forme organizzative migliori per tenere insieme la partecipazione alle scelte con l'efficacia delle iniziative; le collaborazioni con le forme di economia più tradizionali che dimostrano comunque attenzione alle modalità dell'economia solidale; l'utilizzo delle nuove tecnologie per sostenere gli scambi commerciali, attraverso, ad esempio, forme di moneta complementare.

“È stata una giornata importante, sia per rafforzare i legami d'amicizia con la realtà economica ed istituzionale trentina, sia per dare sostanza e concretezza allo scambio dello scorso dicembre - dichiara il Presidente del DessBg Matteo Rossi -. In quell'occasione ci eravamo presi l'impegno di proporre alla Provincia di Bergamo un'agenda annuale di temi sui quali collaborare.

In questo senso, in autunno, presenteremo alla Provincia, al Comune e alle istituzioni del territorio la ricerca “Filieri più corte, filiere più forti”, il primo passo di un progetto legato a un percorso di garanzia partecipata con i produttori sostenibili del nostro territorio”.

Primo piano

Festival della SOStenibilità A Romano domenica 22 ottobre

Una giornata di festa e sensibilizzazione aperta a tutti
Scuole, associazioni, laboratori, stand espositivi e produttori km0



**Festival
della Sostenibilità
Romano di Lombardia**



Dopo il successo dello scorso anno, torna nel centro storico di Romano di Lombardia il Festival della SOStenibilità, un'intera domenica dedicata a scoprire, condividere, divertirsi e informarsi, per ritrovare stili di vita più in sintonia con l'ambiente e partecipare a un'economia più rispettosa delle risorse del Pianeta e della qualità di vita di tutti noi.

Dalle 9 alle 19 in piazza Roma e sotto i portici si susseguiranno una serie di incontri, laboratori per grandi e piccini, mercati a km0, esposizioni di associazioni e scuole, servizi della green economy e presentazioni di attività che durante tutto l'anno si svolgono per migliorare la nostra impronta ambientale e climatica. Non c'è una ricetta, non c'è una svolta o un'iniziativa che possa cambiare d'un tratto le cose, ma ci sono tantissime e svariate piccole azioni tra cui scegliere e che ciascuno di noi può mettere in campo, dall'alimentazione alla bicicletta, dalla raccolta differenziata alle energie rinnovabili, dall'attenzione verso la natura e il verde all'economia dei consumi quotidiani, per spendere meglio e selezionare prodotti, vestiti e servizi sulla base della loro qualità e del loro impatto ambientale. L'entusiasmo e la partecipazione delle studentesse e studenti che nel 2022 hanno voluto riportare in piazza il Festival della SOStenibilità per divulgare i risultati e i progetti da loro proposti e sviluppati, saranno protagonisti anche nell'edizione 2023. Grazie all'assessorato all'ambiente e mobilità del Comune di Romano che ha rilanciato anche per quest'anno la manifestazione, ancora più scuole di diverso ordine e grado saranno presenti:



insieme a tante realtà, locali e non solo, la città di Romano di Lombardia darà il proprio contributo alla sensibilizzazione e alla promozione concreta di una transizione ecologica possibile,

che dipende in parte da scelte politiche ed economiche di livello nazionale e internazionale, ma per una parte ancora più significativa dipende dai nostri gesti quotidiani.

Tra novità e ritorni avremo la raccolta dei mozziconi a cura di Plastic Free onlus, che ha avuto notevole successo e - ahinoi - ha "lavorato" e raccolto parecchio, le attività didattiche e i giochi

ginnastica, per il loro riutilizzo in una filiera etica che, riciclando la gomma della suola delle scarpe, crea tappeti antitrauma per palestre o parchi gioco per bambini. Sempre in collaborazione

di G.Eco, gli stand di Legambiente, Dess Bergamo e Gruppi di Acquisto Solidale, che insieme alle scuole proporranno un grande scambio di vestiti usati, "swap party" per dirla in inglese, attività che diverte ma che fa anche benissimo all'ambiente perché la produzione di ogni nuovo capo di abbigliamento, soprattutto di bassa qualità, in realtà è un'attività altamente inquinante, essendo la moda e il tessile uno dei settori più impattanti in assoluto. Per questo motivo quest'anno tra le attività si aggiungeranno anche la raccolta di scarpe da

con la Terza Piuma si organizzerà anche la raccolta tappi di sughero, materiale che può essere riutilizzato per l'edilizia, il cui ricavato viene donato all'associazione Aipd. Pertanto vi aspettiamo domenica 22 ottobre in piazza, tutti con scarpe obsolete e tappi di sughero: da rifiuti a risorse! E l'ambiente ringrazia. Non mancherà il Parco del Serio con i loro apprezzatissimi allestimenti naturali e di arredo urbano all'insegna della natura e del verde, sempre troppo assente nelle nostre città, nonché associazioni come Aribi e Pianura da scoprire per la promozione della bicicletta e del cicloturismo. Greenwashing e finanza etica, piccoli produttori e consumi responsabili condurranno la giornata, mentre per il programma dettagliato si rimanda al sito: www.festivaldellasostenibilita.it



Bergamo SOStenibile

Raccolta rifiuti: ottimi risultati

Piste ciclabili e forestazione urbana

Nella città della bassa dimezzata la frazione indifferenziata Bettinelli: “grazie al sistema puntuale e all’impegno dei cittadini”

Da giugno 2022 il Comune di Romano di Lombardia ha implementato il sistema di raccolta rifiuti porta a porta di tipo “puntuale” per i rifiuti indifferenziati. Un passaggio impegnativo e un salto di qualità importante nella gestione dei servizi ecologici comunali che la città ha colto in maniera positiva e proattiva. Questo sistema permette a Romano di adeguarsi al principio generale ecologico per il quale ogni cittadino deve porsi come obiettivo la riduzione degli sprechi, il riciclo di quello che è riciclabile e il riuso di quello che è riutilizzabile. Questo primo anno, l'introduzione del nuovo sistema e la collaborazione della cittadinanza hanno mostrato la bontà e le notevoli potenzialità a favore dell'ambiente ma anche del risparmio di risorse:

- La produzione generale di rifiuti pro-capite è diminuita, da 282 kg del 2022 a 260 kg del 2023;
- La produzione di rifiuti indifferenziati è diminuita del 47%;
- La differenziazione dei rifiuti di plastica è aumentata del 91%;
- La differenziazione dei rifiuti in carta e cartone è aumentata del 58%.

Risultati che permettono anche di fare economia sul servizio rendendolo più funzionale alle esigenze dei cittadini, senza incidere in maniera importante sulla tassazione: “Abbiamo portato la raccolta porta a porta presso i nuclei cascinali, siamo passati da una raccolta quindicinale di carta-cartone e plastica a una raccolta settimanale e soprattutto abbiamo finanziato la parte non coperta dal PNRR per la riqualificazione dell'isola ecologica “Rasica” – commenta Luca Bettinelli, assessore alla Pianificazione e Riqualificazione Urbana, Gestione del Territorio,



rio, Ambiente e Mobilità -. “Sul tema dei rifiuti c’è ancora molto da fare. Purtroppo quotidianamente ne combattiamo l’abbandono. Viene verbalizzata dalla Polizia Locale una sanzione ogni 2 giorni per tali reati, sanzione che, più di ogni altra, comporta una fase di indagine impegnativa: visione di ore di filmati,

sopralluoghi, analisi. Su questo tema non possiamo però retrocedere, anzi dobbiamo intensificare e accompagnare l’attività di repressione con l’educazione, nelle case e nelle scuole in particolare”.

Oltre alla raccolta differenziata, sono numerosi i settori e le attività che direttamente e indiretta-

mente impattano sull’ambiente e sulla nostra qualità di vita. Non c’è settore in cui non sia necessaria una nuova attenzione per arginare gli effetti dell’inquinamento e dei cambiamenti climatici, con fenomeni estremi sempre più presenti anche alle nostre latitudini. La stessa urbanizzazione ha conseguenze notevoli in questo senso: Romano negli ultimi 20 anni ha conosciuto una crescita mai vista nella sua storia. Il numero di abitanti è aumentato del 25% passando ai 15.600 del 2002 ai 20.600 del 2022. Questo dato è figlio della posizione territoriale strategica della città e dei servizi che la stessa offre.

Al fine di poter risolvere le criticità viabilistiche e di mobilità che tale crescita ha portato, il Comune è al lavoro al Piano Urbano della Mobilità Sostenibile, con l’obiettivo di individuare soluzioni che favoriscano l’uso di mezzi di trasporto sostenibili, che ottimizzino e riducano gli spostamenti verso il centro, lasciando all’esterno il traffico di attraversamento della città. “L’attuazione di alcune azioni del Piano della Mobilità sono già state calenda-

rizzate e alcune di queste sono già in cantiere - spiega l’assessore Luca Bettinelli - nei prossimi mesi vedremo nascere 3,5 km di piste ciclabili, l’inizio del cantiere per il quadrante sud-ovest del ring cittadino, infrastruttura che risolverà i problemi di traffico nelle zone residenziali della parte meridionale della

Città e infine alcune risoluzioni di intersezioni pericolose. Il tutto con l’obiettivo di efficientare gli spostamenti sul territorio con un esito positivo sulla fruibilità della città e sull’impronta ambientale che il traffico veicolare genera”.

Passando al Piano delle Regole e al Piano dei Servizi, in previsione un taglio delle aree edificabili, un aumento della dotazione di servizi, in particolare di tipo sportivo e un aumento delle aree deputate alle compensazioni ambientali. Ancora Bettinelli: “Ci stiamo occupando anche della cura del patrimonio vegetale esistente e stiamo concludendo il censimento di tutte le essenze arboree, prevedendo interventi di manutenzione straordinaria sulle stesse, necessari a causa della siccità che ci ha coinvolto negli ultimi anni. Stiamo acquistando aree per investire sulla forestazione urbana, a breve verrà restituito un bosco di 7 mila mq nella parte meridionale della città e stiamo lavorando con il Parco del Serio per poter ottenere in concessione perenne le aree demaniali a bordo del nostro fiume al fine di poter intervenire valorizzando il patrimonio vegetale e la loro fruizione”.

Politiche ambientali, urbane, di mobilità e di gestione del territorio con cui ogni città e comune dovrà sempre più fare i conti, cercando di integrare le esigenze attuali della cittadinanza in una prospettiva di medio lungo periodo, che limitando il consumo di suolo e risorse, possa mantenere in equilibrio il livello di benessere e di servizi con la tutela dell’ambiente in cui viviamo.

Seminare Valore Coltivare Comunità

A Romano la cooperativa Gasparina di Sopra, a quarant'anni dalla fondazione, prepara il convegno finale del progetto triennale

Tre anni, quattro partner, una rete di 23 enti provenienti dal mondo della cooperazione, della scuola, delle istituzioni. Quattro aree tematiche di intervento: inserimento lavorativo, sviluppo della filiera agricola, educazione



ambientale, valorizzazione del potenziale ecoturistico. E ancora 22 tirocini e 4 contratti di assunzione attivati, 320 ore di educazione ambientale erogate coinvolgendo 40 classi; un progetto

nare Valore, Coltivare Comunità", progetto presentato dalla Cooperativa Sociale Gasparina di Sopra in partenariato con il Parco Regionale del Parco del Serio, la cooperativa sociale agricola MooBaa e Mestieri Lombardia, realizzato con il contributo di Fondazione Cariplo. «In cooperativa Seminare Valore Coltivare Comunità è ormai diventato un riferimento noto, un linguaggio quotidiano e una modalità di lavoro.

Sicuramente questo vuol dire che attraverso le azioni del progetto è stato possibile attivare non solo delle attenzioni ma anche delle prassi - spiega Sara Merelli, responsabile scientifico del progetto -. Quest'anno la cooperativa Gasparina di Sopra compie quarant'anni e provando ad individuare un motto che accom-



pagnasse questo anniversario abbiamo trovato in "Coltiviamo comunità" una buona rappresentazione del percorso che abbiamo compiuto, del nostro impegno a lavorare per una comunità più inclusiva e giusta». Numerose, inoltre, le iniziative che si richiamano al progetto, come la rassegna di cinema all'aperto realizzata nell'am-

bito di Fiumi di Cultura; "Seminare Valore, Coltivare Comunità" resta anche, oltre il termine del progetto, come titolo di indirizzo per uno dei percorsi tematici che il Parco del Serio propone ogni anno nelle scuole. «L'obiettivo del Parco del Serio è quello di trasformare i giardini scolastici in "aule all'aperto" nelle quali poter sperimentare e mettere

in pratica alcune attività in grado di approfondire i temi di Seminare Valore, Coltivare Comunità - specifica Ivan Bonfanti, responsabile area educazione ambientale del Parco -. Nei giardini sono state effettuate piantumazioni di alberi e arbusti autoctoni in grado di attirare uccelli selvatici con le loro bacche e offrire rifugio e un luogo di nidificazione. Sono state costruite casette nido per l'avifauna, sono stati costruiti hotel degli insetti in grado di contribuire alla buona riuscita

di orti didattici». È proprio a scuola che Seminare Valore, Coltivare Comunità sceglie di realizzare la sua tappa conclusiva, il convegno finale, il 14 novembre. La formula sarà quella di un workshop con focus group sui quattro temi centrali del progetto; coinvolgerà alcune classi del liceo Don Milani di Romano di Lombardia oltre a rappresentanze provenienti dalla rete del progetto ed esperti delle quattro tematiche, con l'obiettivo di essere un momento di rilancio affinché la rete continui a lavorare su questi temi e riesca a gettare i semi per una comunità più giusta».

Nel frattempo altri due appuntamenti vedranno la cooperativa Gasparina impegnata nel proporre le proprie attività: la Festa d'Autunno il 15 ottobre all'Orto Botanico e il Festival della SOSTenibilità in programma domenica 22 ottobre nel centro storico di Romano.

Appuntamento il 15 ottobre all'orto botanico e il 22 nel centro storico, mentre il 14 novembre convegno finale con le scuole e gli operatori per continuare a "Seminare Valore, Coltivare Comunità"

di PCTO organizzato in collaborazione con una classe dell'Istituto Superiore Don Lorenzo Milani di Romano di Lombardia, 3.500 ore di manutenzione del verde realizzate nel Parco del Serio e 8 eventi realizzati all'Orto Botanico. Sono in sintesi i numeri e le attività di "Semi-



Bergamo SOSTenibile

Quasi 200 soci per il Dabb Presenti in consulta nazionale

Silvia Cenadelli dell'Istituto Spallanzani nel comitato scientifico nazionale Dalla Regione un coordinamento per i Distretti del cibo

Tutti uniti per promuovere il territorio. Il Distretto Agricolo della Bassa Bergamasca, il più grande d'Italia, si avvia verso i 200 soci con oltre 40 Comuni aderenti. La realtà associativa orobica è entrata a far parte della Consulta nazionale dei Distretti del Cibo ed ora, a livello più locale, si punta anche ad un'organizzazione regionale per intercettare le opportunità dei contratti di distretto.

La Consulta, riconosciuta dal Masaf, è il luogo di rappresentanza dei distretti che operano in ambito rurale e agroalimentare. A contatto con tutte le istituzioni e i soggetti economici e sociali, si propone di valorizzare l'esperienza delle singole organizzazioni rafforzando la capacità progettuale e di iniziativa dei territori, in modo

da arrivare ad una migliore gestione delle risorse disponibili. Le diverse esperienze vengono raccolte, valorizzate e messe in rete per promuovere una



crescita sostenibile tra ecologia ed economia. In questo modo si salvaguarda e tutela il grande patrimonio ambientale, culturale, turistico, paesaggistico ed

enogastronomico rappresentato dal sistema dei distretti agroalimentari, facendo conoscere in Italia e nel mondo il patrimonio immateriale, la ricchezza di paesaggi e le qualità dei territori. Il comparto primario deve sempre più collaborare e coordinarsi con gli altri settori economici, dalla ristorazione all'accoglienza turistica, dalle università agli enti di ricerca. Tra i componenti del comitato scientifico della Consulta nazionale c'è la vicedirettrice dell'Istituto Lazzaro Spallanzani, Silvia Cenadelli. Proprio nella sede del centro di ricerca a Rivolta d'Adda, si sono riuniti nei giorni scorsi il Dabb insieme al Davo, Distretto agricolo Valle Olona e il Distretto Latte Lombardo, alla presenza del consigliere regionale Giovanni Malanchini. «Il Dabb



ha fatto tanta strada ed è oggi la più importante realtà in Italia e anche in Europa – commenta Malanchini, ideatore, promotore e socio onorario del Dabb -. Stiamo lavorando ad una consulta regionale e proprio il 12 settembre, con l'assessore all'agricoltura di Regione Lombardia, ci siamo incontrati con i distretti agricoli regionali per arrivare ad una proposta normativa che li valorizzi, attivando linee di intervento e intercettando le opportunità dei contratti di distretto in modo da garantire una maggiore operatività».




L'obiettivo è insomma quello di portare avanti un coordinamento delle azioni di tutti i distretti del cibo lombardi «in modo da condividere esperienze e progettualità sotto l'egida della Regione, che può essere il punto di riferimento per questo lavoro

di sintesi e programmazione – commentano Silvia Cenadelli e Bortolo Ghislotti, presidente del Dabb -. I Distretti del Cibo vanno incontro alle esigenze di imprese, filiere produttive e territori. In questi primi anni abbiamo proposto ai soci progetti integrati di filiera, di area (Pia), di ricerca e innovazione o di supporto per finanziamenti da destinare agli investimenti aziendali – conclude Ghislotti -. Siamo convinti che da qui in avanti scriveremo pagine importanti per il territorio bergamasco e non solo, grazie a progetti e finanziamenti in grado di aiutare lo sviluppo sostenibile delle aziende e la valorizzazione di tutte le filiere: il Dabb darà il massimo per cogliere qualsiasi opportunità nell'interesse di tutti i soci».

■ **Giorgio Lazzari**

Pia: un gioco di squadra per il territorio

Al via le azioni finali per il Piano Integrato d'Area di oltre 2 milioni di euro promosso dal Dabb a favore di enti pubblici e aziende private

Biosicurezza e Benessere animale tra vecchie e nuove emergenze sanitarie
Azioni di informazione e dimostrazione:
BioAlert
Calendario prossimi eventi 2023

25 Settembre	Visita guidata a un allevamento Bufalino. Dai foraggi alla trasformazione del prodotto finito. Una realtà lombarda d'eccellenza	Evento Dimostrativo
29 Settembre	Benessere dell'allevamento	Evento Informativo
11 Ottobre	Visita guidata a un allevamento totalmente genotipizzato, gestito da giovani allevatori: prima realtà sul territorio italiano	Evento Dimostrativo
20 Ottobre	Visita guidata a un allevamento avicolo moderno, tecnologicamente avanzato e sostenibile	Evento Dimostrativo
27 Ottobre	Benessere dell'allevamento Bovino	Evento Informativo
29 Novembre	Benessere dell'allevamento Suino	Evento Informativo
30 Novembre	Visita guidata a un allevamento suino tecnologicamente avanzato e sostenibile. L'amore per l'ambiente, per i prodotti e per i propri animali	Evento Dimostrativo
18 Dicembre	Benessere dell'allevamento Avicolo	Evento Informativo

Partecipazione all'evento gratuita

Evento Informativo: in presenza presso l'Istituto Spallanzani di Rivolta D'Adda o online tramite piattaforma Webex
Evento Dimostrativo: in presenza presso l'allevamento specifico
 Informazioni dettagliate e schede d'iscrizione relative all'evento verranno comunicate 20 giorni prima dell'evento stesso

Per informazioni e iscrizioni:
Carolina Robustelli - info@istitutospallanzani.it - 036378883 int.210



Il Piano integrato d'area (Pia) del Distretto Agricolo Bassa Bergamasca ha coinvolto amministrazioni comunali e aziende private in un percorso virtuoso che ha permesso di realizzare opere importanti per il nostro territorio: è questo, infatti, uno degli obiettivi primari del Distretto che prosegue la sua opera aggregando più realtà e promuovendo azioni concrete e investimenti. Gli attori che hanno partecipato al Pia sono i Comuni di Treviglio, Pagazzano, Pontirolo Nuovo, Caravaggio, Brignano Gera d'Adda, Bariano, oltre al Parco del Serio. Per quanto riguarda le aziende private, hanno partecipato al Pia le società agricole La Bigliarda di Ceruti s.s., Nozza F.lli s.s., Invernizzi, Nisoli s.s., Leoni Galimberti s.s., Finetti, Ager, la Teresina, Camporosso e Our Dream di Colombo Matteo. Nei mesi scorsi il capofila Dabb, nell'ottica del favorire il completamento dei progetti da parte dei singoli, ha promosso numerosi incontri, comprese azioni

di divulgazione e dimostrazioni sul territorio, rivolte non solo alla cittadinanza delle amministrazioni che hanno partecipato al Pia, ma anche degli abitanti dei comuni limitrofi. I progetti integrati d'area possono essere attivati su tutto il territorio regionale, ad eccezione dei territori "Leader". Il progetto deve identificare un territorio continuo e senza interruzioni, costituito da un minimo di 3 Comuni fino a un massimo di 20 confinanti tra loro. A saldo della rendicontazione, l'importo richiesto per i lavori del Pia della bassa bergamasca supera i 2 milioni e 200 mila euro. «Il progetto integrato d'area ha coinvolto una pluralità di soggetti, che hanno svolto un ruolo attivo per sviluppare una strategia comune, perseguire obiettivi e realizzare iniziative condivise finalizzate allo sviluppo territoriale, economico e sociale di un'area attraverso un accordo tra i partner - commenta Bortolo Ghislotti, presidente del Dabb -. E' stato un lavoro decisamente impegnativo ma altrettanto premiante per il nostro distretto e le realtà collegate tra enti pubblici e aziende private».

Primo piano

Bergamo per il Green Deal Mobilità sempre più al centro

Il capoluogo orobico tra le 9 città che intendono anticipare gli obiettivi europei di emissioni-zero entro il 2050

Anche quest'anno il Comune di Bergamo ha aderito all'iniziativa europea della Settimana della mobilità e ha promosso numerose manifestazioni, dall'inaugurazione di tratti di pista ciclabile a eventi sportivi, incontri e riflessioni sui principali temi della mobilità, a conferma dell'impegno convinto che la città porta avanti durante tutto l'anno.

Durante la Settimana europea della mobilità si sono tenuti convegni, presentazioni di vari progetti, illustrazioni di percorsi ciclopedonali e non sono mancati eventi come VeloNotte Bergamo, una cicloesplorazione notturna in 9 tappe alla scoperta della bergamo bassa, l'ormai consueta Millegradini 2023, camminata culturale turistico-amatoriale-agonistica che prevede anche un percorso sociale denominato "Zerogradini" e occasioni per visitare luoghi di solito chiusi al pubblico come la sala macchine della Funicolare.

Menzione particolare merita la cerimonia, svoltasi il 19 settembre, di consegna dei premi aggiudicati al Comune di Bergamo grazie alla vittoria dell'Urban Award 2022, il premio che l'Associazione Nazionale dei Comuni Italiani (ANCI) conferisce alle città che si distinguono per i migliori progetti di mobilità sostenibile. Nel mese di novembre 2022, infatti, il Comune di Bergamo si è aggiudicato il

prestigioso riconoscimento nazionale, un primo premio figlio delle molte iniziative che la città ha messo in campo per favorire l'utilizzo della bicicletta in città, con campagne di comunicazione ad hoc, agevolazioni, nuove infrastrutture e una sostanziale attenzione ai temi legati alla

mobilità sostenibile grazie alla realizzazione del progetto Bergamo in bicicletta.

"La scelta di una mobilità sostenibile può contribuire considerevolmente al risparmio energetico, tema al centro della campagna della Settimana della Mobilità, oltre a migliorare la

significativi per raggiungere l'obiettivo europeo di emissioni-zero di gas serra entro il 2050, come indicato nel Green Deal europeo. Bergamo è una delle 9 città italiane che intende anticipare tale traguardo e raggiungere la neutralità carbonica entro il 2030 e questo passa anche

utilizzando mezzi di trasporto pubblico locale e lasciando a casa l'auto ogni volta che sia possibile. Queste scelte portano benefici all'ambiente e alla qualità della vita, nonché alla salute dei cittadini che scelgono la mobilità attiva".

UniBg e Atb

Le azioni dell'amministrazione sono ben coadiuvate da altri soggetti locali come ad esempio l'ateneo bergamasco. Infatti, dal 1° agosto 2023 e per i prossimi due anni, UniBg ha confermato il suo impegno a favore della mobilità sostenibile tra i suoi studenti, docenti e dipendenti e per il 10° anno consecutivo ha sottoscritto l'accordo con Atb e Bergamo Trasporti per la mobilità urbana ed extraurbana, garantendo un finanziamento di € 700.000 che permetterà di accedere agli abbonamenti a tariffe ridotte sia per l'utilizzo dei bus

sia, per la prima volta, della bicicletta tradizionale o a pedalata assistita. Inoltre, l'Università ha deciso di concorrere all'applicazione di tariffe agevolate per gli abbonamenti mensili per gli studenti in mobilità internazionale e di favorire l'utilizzo della bicicletta

tramite un abbonamento annuale al servizio di bike sharing BiGi per le biciclette normali e assistite a prezzo agevolato.



vivibilità delle città - sottolinea l'assessore alla mobilità e all'ambiente del Comune di Bergamo Stefano Zenoni -. È necessario compiere sforzi

attraverso un'attività di sensibilizzazione, di cambiamento di approccio da parte dei cittadini, ricorrendo sempre di più a forme di spostamento meno inquinanti, andando a piedi, in bici,



COMUNITÀ ENERGETICHE RINNOVABILI

La **transizione ecologica** è già iniziata: **entra nel futuro!**



SEI INTERESSATO A DIVENTARE PARTE DI UNA CER?

SCANSIONA IL QR CODE,
SCEGLI IL TUO COMUNE E COMPILA
IL MODULO DI ADESIONE NELLO
SPORTELLLO VIRTUALE CERESS

FAI IL PRIMO PASSO
PER **RIDURRE LE BOLLETTE**
ED AIUTARE L'**AMBIENTE**



COS'È UNA CER?

Una **comunità energetica rinnovabile**, ovvero un insieme di cittadini, attività commerciali, artigiani, industriali, piccole e medie imprese che si uniscono per la produzione, **condivisione** e lo **scambio** di **energia elettrica ad impatto zero** prodotta attraverso **impianti di energia rinnovabile**.



CASE PRIVATE



NEGOZI



CONDOMINI



AZIENDE PMI



ENTI PUBBLICI

VANTAGGI



Si produce e si consuma energia pulita:
L'AMBIENTE RINGRAZIA



Incentivi ventennali erogati da GSE:
GESTORE SERVIZI ENERGETICI



Non c'è spreco di energia prodotta



Risparmio economico in bolletta fino a raggiungere
l'autosufficienza energetica



Si crea **sinergia tra pubblico e privato** nella riduzione
dell'impatto ambientale



CERESS
COMUNITÀ ENERGETICHE RINNOVABILI

È UNA SOCIETÀ



Via Carlo Serassi, 21
24124 Bergamo (BG)
info@ceress.it - www.ceress.it
+39 348 524 9640

Bergamo SOStenibile

La Crisi Climatica è già qui Tutti in piazza venerdì 6 ottobre

Fridays For Future invita a partecipare alla manifestazione nazionale perché il tempo sta per scadere e... There is no Planet B

Non è soltanto l'ultimo report dell'IPCC (Gruppo intergovernativo sul cambiamento climatico) in cui si dimostra che abbiamo superato gli 1,1°C di riscaldamento globale, ma ce lo mettono davanti agli occhi nel modo molto più concreto e incontrovertibile anche i drammatici eventi che hanno sconvolto il paese negli ultimi mesi: a maggio l'alluvione in Emilia Romagna, causata da una pioggia che in alcune zone ha superato i 300 mm in 48 ore e a luglio gli incendi che hanno devastato per giorni la Sicilia. Eppure, paradossalmente, sia le istituzioni che l'opinione pubblica sembrano provare sempre meno interesse per il tema e il nostro paese spicca nel panorama internazionale per l'inazione contro la crisi climatica. La politica sembra aver fatto degli enormi passi indietro: lo dimostrano le dichiarazioni esplicitamente negazioniste e antiscientifiche rilasciate da esponenti di spicco del governo, i quali sono arrivati

a sostenere che il riscaldamento climatico non sia causato dall'uomo ma sia legato esclusivamente a cicli naturali. Ora, nel momento cruciale della crisi climatica, il tempo è ciò di quanto più prezioso possediamo; fondamentale è parlare di come attuare un cambio di rotta repentino e invece il centro del discorso sembra essere tornato sul negazionismo.

Nel frattempo gli accordi di decarbonizzazione presi negli incontri internazionali vengono completamente disattesi nella pratica perché le compagnie del fossile italiane di cui lo Stato è il maggiore azionista, cioè Eni (di cui lo stato possiede il 30% di azioni) e Snam (31%), continuano a rimandare la transizione energetica e a investire la maggior parte dei loro ricavi in fonti fossili nascondendosi dietro a una facciata di finta sostenibilità. Anche nel campo del giornalismo il panorama italiano è spesso desolante: mentre nel Regno



Unito il Guardian rinuncia a tutti i finanziamenti da compagnie fossili e il Financial Times pubblica articoli in cui si scrive che il capitalismo non riuscirà a mettere in atto la transizione ecologica in tempo, al contrario in Italia i legami della stampa con la "macchina fossile" sono ancora molto forti, come dimostra il fatto che l'unico giornale a tiratura nazionale ad aver aderito alla campagna di Greenpeace "Stampa libera per il clima" sia il Fatto Quotidiano.

Purtroppo anche a livello locale la situazione lascia molto a desiderare. Bergamo negli ultimi anni ha vissuto - e continua tuttora a vivere - grandi trasformazioni

dello spazio pubblico, sotto la spinta di investimenti privati concentrati sul profitto e progettazioni pubbliche che di certo non aspirano alla giustizia climatica. Diversamente in molte città europee, come Barcellona, Parigi o Bruxelles, vengono messe in atto strategie sperimentali e innovative per pedonalizzare i centri storici, contrastare le sempre più frequenti ondate di calore, incentivare la mobilità sostenibile e rendere più accessibile e conveniente il trasporto pubblico.

La priorità della nostra Regione sembra invece essere quella di continuare a consumare suolo, considerando i 146 milioni di euro che si vogliono investire

nell'autostrada Treviglio-Dalmine, una grande opera che consumerà 144 ettari di suolo verde e servirà unicamente alle grandi aziende della logistica.

Non abbiamo più tempo, riportare l'attenzione sulla crisi climatica è fondamentale per evitare sconvolgimenti ecosistemici irreversibili e disastri ambientali sempre più violenti. Per questo venerdì 6 ottobre manifesteremo nelle piazze di tutta Italia. Scendete in strada e manifestate insieme a noi! There Is No Planet B!

TEDxBergamo 2023 è “Trame” Tessitori di idee, di storie, di vita

**Domenica 8 ottobre 2023 il Teatro Sociale ospiterà l'ottava edizione
Anche quest'anno l'evento sarà carbon neutral e accessibile a tutti**

Nella magica cornice del Teatro della Società, questo il nome originario del Teatro Sociale in Città Alta, ben 9 speaker e 1 performer daranno vita a “Trame”, evento di TEDxBergamo con un tema che celebra l'essere umano e la sua necessità di rimanere sempre in contatto con se stesso, con i suoi simili e con il mondo che lo circonda. Protagonisti del format sono come sempre i talk, della durata massima di 18 minuti, che grazie a un fil rouge narrativo emozionale coinvolgeranno il pubblico, incrociando diversi temi: diritti umani, arte, design, musica, tecnologia, medicina, antropologia, sport e tanto altro. “Il legame con il territorio è fondamentale, il desiderio di rimanere intrecciati con gli spazi che ci circondano, ci ha portati a scegliere per l'ottava edizione un luogo iconico, simbolo di storia, cultura e arte - spiega Giorgio Ghisalberti, organizzatore di TEDxBergamo -. Nell'anno di Bergamo e Brescia Capitale Italiana della Cultura non potevamo non ragionare al plurale. La scelta del tema “Trame” si-

gnifica proprio questo: apertura al molteplice, all'altro da noi, ma che nel noi si riflette e si riconosce. Trame è un ordito complesso, ma che nella complessità del molteplice trova la sua forza e la sua ragion d'essere; ogni filo, ogni storia, ogni vita è unita e legata all'altra e grazie a questa unione si aprono, per tutti noi, nuovi scenari ricchi di sfide e possibilità”.

Domenica 8 ottobre speaker, performer e pubblico diverranno un unico e meraviglioso insieme, in cui tessitori e tessuti, traghettatori e traghettati faranno parte di una storia infinita che ci ha preceduto, che ci muove e ci continuerà a guidare di generazione in generazione, verso un futuro tutto da sognare. L'evento è il contributo di TEDxBergamo al prestigioso palinsesto di Bergamo e Brescia Capitale Italiana della Cultura, due manifestazioni con una visione comune: valorizzare il territorio con il suo potenziale, favorendo nuovi modi di pensare, collaborare e agire, esortando a guardare lontano, verso l'orizzonte e oltre.



Accessibilità e sostenibilità

TEDxBergamo è un appuntamento culturale che ha l'am-

bizione di raggiungere tutti e coinvolgere tutti, per questo sostenibilità e accessibilità sono due aspetti cardine nell'organizzazione. Anche l'ottava edi-



zione di TEDxBergamo, infatti, sarà Carbon Neutral grazie ad Up2You, startup innovativa certificata B Corp che promuove lo sviluppo sostenibile, aiutando persone e aziende a ridurre il proprio impatto ambientale e a frenare il surriscaldamento globale. Il Teatro inoltre ha posti riservati per persone con disabilità motoria, visiva o uditiva; Il pubblico sordo avrà la possibilità di richiedere un tablet personale che gli consentirà di leggere in simultanea tutti i talk, grazie a un sistema di sottotitolazione. Il nostro desiderio è che tutto il nostro pubblico possa godersi appieno i talk dei nostri speaker. Per maggiori informazioni e per riservare il tuo posto per l'ottava edizione scrivi a: info@tedxbergamo.com, indicando le tue preferenze. Per acquistare i biglietti visita il sito web www.tedxbergamo.com, mentre per restare sempre aggiornato segui TEDxBergamo su tutti i canali social.

■ Marta Bello



Al Galletto d'Oro
Pizzeria d'Autore

PRANZI di LAVORO a PARTIRE

da € 9,00

(puoi scegliere tra
CUCINA tradizionale o PIZZA)

Chiuso solo sabato e domenica a pranzo

CURNO (BG) VIA E. FERMI 56 presso c/c Zebra
Tel. 035.61.51.41 - 328.60.92.319
algallettodoro@libero.it

COUPON

RITAGLIA E PRESENTA
QUESTO COUPON, PER TE
10% DI SCONTO*
ALLA CASSA

* la promozione è valida a cena



Bergamo SOStenibile

DIRAMA

Incontro Internazionale di Natura, Relazioni e Cura del Territorio

Dal 16 giugno al 9 luglio si è svolta la quinta edizione del festival Ospite Carlos Nobre, scienziato brasiliano e premio Nobel per la Pace

Presentato da Legambiente Bergamo, il festival Dirama si è proposto di collegare individui, organizzazioni e gruppi già attivi nella ricerca di buone pratiche per il futuro. Creando connessioni e scambi, l'evento ha favorito la scoperta di esperienze di sostenibilità, l'ambientalismo, l'economia e l'ecologia, promuovendo un rapporto armonioso tra la società umana e l'ambiente circostante. Punto focale della quinta edizione l'interconnessione tra le aree naturali della provincia di Bergamo. Diverse Aree Protette e PLIS sono stati scelti per le visite naturalistiche di quest'anno, tra cui la



collaborazione con associazioni ambientaliste locali e gruppi giovanili.

Non sono mancati i laboratori tra i quali due sessioni per l'identificazione delle erbe selvatiche, condotte da Erica del progetto Gli Orsini, un laboratorio di acquerello naturalistico con Simone Ciocca, un workshop fotografico in collaborazione con Spazio Cam e alcune proiezioni cinematografiche al Cinema Conca Verde e all'Arena Santa Lucia. Infine, insieme all'Orto Botanico di Bergamo, è stato organizzato un convegno di rilevanza internazionale con lo scienziato brasiliano e premio Nobel per la Pace Carlos Nobre, per approfondire il tema della crisi climatica e i suoi legami con la regione amazzonica.

Alla sua quinta edizione, Dirama ha avuto il sostegno di Bergamo Brescia capitale italiana



presentazioni di libri, spettacoli teatrali e musicali. Queste esperienze hanno permesso ai partecipanti di imparare, abbracciando prospettive differenti su temi quali l'ambiente, il cibo e la cittadinanza attiva.

Tra gli incontri di approfondimento quello sull'ecofemminismo con la presentazione del libro "Il Femminismo o la morte" di Françoise d'Eubonne con Francesca Maffioli e Luisa Carminati, "cambiamento climatico e le strategie di verde pubblico"

con Giorgio Vacchiano e Mario Carminati, "greenwashing aziendale" con il direttore di Altroeconomia Duccio Facchini. Inseriti nel progetto Re.Act di Legambiente Lombardia quat-



Valle di Astino, il Bosco dell'Allegrezza, i Colli di Bergamo, le zone umide di Grumello al Piano, i Fontanili di Spirano, Canto Alto e Basso, il Bosco Itala a Osio Sotto e il Plis Brembo. Durante le tre settimane, i partecipanti hanno potuto godere di passeggiate guidate alla scoperta della flora e della fauna della provincia, condotte da esperti di botanica, ornitologia e geologia.

Il festival ha proposto attività adatte a tutte le età, tra cui laboratori per bambini, seminari,



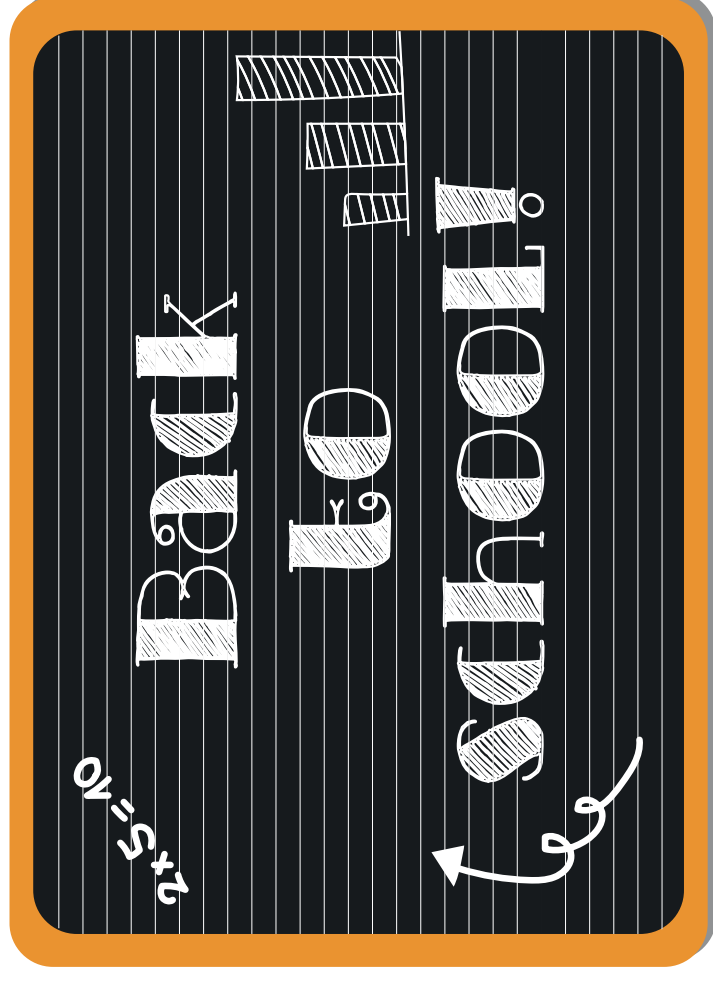
tro incontri rivolti ai giovani, accompagnati da concerti e momenti d'interazione sociale, toccando temi centrali della società contemporanea, come la giustizia climatica e la mobilità, la fast fashion, il greenwashing e la filiera agroalimentare, in

della Cultura 2023, del Parco Regionale dei Colli di Bergamo, di Solarfast e di una rete di collaborazioni con associazioni locali e istituzioni.

Info e foto su: www.dirama.eu

CARTOLOMBARDA
SRL

Ingresso riservato a possessori di P. IVA



Inizia alla grande il nuovo anno scolastico!

*Tutto il materiale scolastico delle migliori marche.
Più di 20.000 articoli a prezzi imbattibili!*

Cordialità e disponibilità qui sono di casa

VIA GRUMELLO 32 - 24127 BERGAMO - TEL. 035.403328 - FAX. 035403337
www.cartolombardabergamo.it - cartolomb.bg@cartolombarda.net

Bergamo SOSTenibile

Fotoracconto Festival della SOSTenibilità 2023

A Bergamo il 13 e il 14 maggio sul nuovo Sentierone Arte e cultura le grandi protagoniste

L'occasione della celebrazione dell'importante ruolo di Capitale Italiana della Cultura ha permesso al Festival della SOSTenibilità di Bergamo di guardare all'arte come espressione di tematiche legate alla contemporaneità e come spunto per nuove proposte e progetti per promuovere la diffusione di una cultura della sostenibilità.

per d'arte ha preso vita direttamente durante il Festival della SOSTenibilità e il risultato è un murales dipinto con vernici ecologiche, a effetto foto catalitico, dall'alto valore simbolico: nell'opera è rappresentato il bisogno delle giovani generazioni di vivere in una città (quella raffigurata è Bergamo) con una maggiore presenza di aree verdi



Guarda la realizzazione del murales: 48 ore in 3 minuti



Street Art e Green Gate

Per farlo, la 12ª edizione si è affidata a moltissime iniziative che hanno trovato il loro simbolo nell'opera di Street Art realizzata direttamente sul Sentierone dalle studentesse e dagli studenti della 2ª O del Liceo Artistico Manzù di Bergamo coordinati da Davide Tolasi, street artist e docente di Urban-design, e dalla Prof.ssa Denise Eusebi. È stata la prima volta nella quale un'o-

e naturali e più "a misura d'uomo". L'urgenza è raffigurata dalla persona che si aggrappa disperatamente, per non sentirsi travolta dal vortice della frenesia e del grigiore.

Se l'opera di Street Art ha rappresentato il segno del presente lasciato dal Festival della SOSTenibilità, il progetto del contest Green Gate vuole essere quello del prossimo futuro. Infatti, sulla scia del portale tecnologico che per tutto il 2023 unisce le città di Bergamo e Brescia (Star-gate), sempre gli studenti del Liceo Artistico Manzù, in questo caso della classe 5I (Prof.ssa Maria Zerillo e Prof. Daniele Ci-



cerco), hanno visto esposti i loro progetti per dotare la città di un portale realizzato con materiali sostenibili.

Tutte le idee proposte dagli studenti hanno impressionato positivamente i numerosi visitatori che hanno deciso di esprimere il loro voto e il progetto uscito vincitore è BeeFree di Cristina Pedrazzini.

Un portale dedicato alle api, insetti fondamentali per il nostro ecosistema, che nei prossimi mesi verrà vagliato per verificare la sua reale fattibilità.

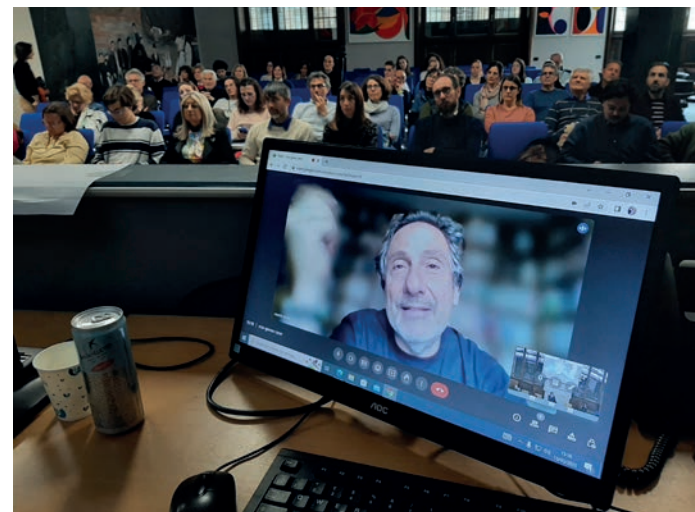
A convegno con Mario Tozzi e Andreco

"Art for the Planet: il capitale della cultura per una transizione ecologica" è stato il convegno tenuto nell'auditorium Olmi della Provincia di Bergamo che ha senza dubbio rappresentato un



momento importante per il rilievo degli ospiti intervenuti: il noto climatologo, divulgatore scientifico e conduttore televisivo Mario Tozzi e Andrea Conte, in arte Andreco, artista, ricercatore e performer ambientale con un percorso artistico che investiga i rapporti tra uomo e ambiente. I due relatori hanno espresso il

loro punto di vista in merito alla necessità di arrivare in tempi brevi a una vera transizione ecologica attraverso azioni concrete. Mario Tozzi ha ribadito come lo sviluppo economico abbia creato un grande disequilibrio nella società contemporanea e di come la transizione ecologica sia l'unica possibilità per



modificare questo disequilibrio, anche in considerazione delle risorse limitate che ci può garantire il pianeta terra. L'artista internazionale Andreco ha mostrato, attraverso l'illustrazione e la spiegazione di alcuni dei suoi progetti più famosi, come l'arte possa essere veicolo fondamentale di divulgazione di questa urgenza.

Tante novità e graditi ritorni

Tutti i visitatori hanno potuto toccare con mano la nuova formula ideata per la manifestazione che, oltre agli espositori della green economy e alle associazioni sempre presenti, nella sua versione 2023 ha introdotto la zona dedicata all'artigianato sostenibile e l'area street food a cura di Mc Maier's Brasserie di Seriate, con proposte di piatti locali e di cucina vegetariana e vegana.

Inoltre, nell'area del Sentierone adiacente al Teatro Donizetti, la BioDomenica di primavera curata dal Bio-Distretto dell'Agricoltura Sociale di Bergamo ha offerto la possibilità di conoscere tanti produttori biologici a filiera corta, degustare specialità tipiche e fare acquisti sostenibili. Per due giorni Piazza Matteotti si è trasformata nella piazza della sostenibilità dove hanno trovato spazio talk, laboratori per bambini e non solo e numerose iniziative per tutti i gusti.

Tra le attività messe in campo c'è stata la parete di arrampicata del Cai di Bergamo che ha offerto ai più curiosi e intraprendenti un primo approccio al mondo del climbing, ma anche i laboratori per i più piccoli dell'associazione Movimente Aps e dell'associazione Benessere Creativo guidata dall'artista bergamasco Emilio Zanguru. Così come molto apprezzati sono stati lo

show cooking "Nutrirsi di Salute" della Nutrizionista-Dietista Rossana Madaschi, il magnifico spettacolo fatto di canto, musica e parole messo in scena dalle giovani artiste e artisti del Coro del Sorriso di Montello e la presentazione dei progetti-scuola del DessBg sulla sostenibilità realizzati dalla classe 5P di Design per la comunicazione visiva pubblicitaria dell'Istituto Romero di Albino (Bg). Naturalmente

sono state proposte, come ogni anno, le attività di associazioni che storicamente collaborano con il Festival come Plastic Free Onlus, l'Orto Botanico di Bergamo e Cooperativa Ruah. Infine, non poteva mancare l'appuntamento ormai consueto con i test drive delle auto elettriche e ibride, possibilità offerta dai concessionari presenti all'evento che hanno esposto gli ultimi modelli delle automobili

sempre più innovative e sostenibili offerte sul mercato. Potete rivivere tutte le altre iniziative della 12° edizione del Festival della SOStenibilità all'interno del video racconto realizzato da due studentesse della classe 3M (Prof.ssa Barbara Mocibob) – Audiovisivo e Multimediale del Liceo Manzù pubblicato sulle pagine Instagram e Facebook del Festival della SOStenibilità.

GRAZIE!

Come sempre d'obbligo i ringraziamenti a tutti coloro che hanno creduto e reso possibile la 12° edizione: in primis le istituzioni del Comune di Bergamo, con l'assessorato Ambiente e Mobilità, la Provincia di Bergamo e il DessBg, che patrocinano e collaborano alla manifestazione, ma anche e i nostri partner principali: Montello SpA e CR Technology Systems SpA che sostengono da anni il Festival così come, Asm Onlus Fondazione Asm - Per la salute dell'infanzia, Fieb - Fondazione Istituti Educativi di Bergamo e Consorzio Bim. Un ringraziamento anche a quelle realtà che

hanno offerto un supporto tecnico fondamentale Mc Maier's Brasserie, Cartolombarda, Traffic Gallery, Crz Edilizia, Grafinvest Ecotopografia, Ressler e Sarco Concessionaria Toyota & Lexus. E ovviamente ringraziamo tutti collaboratori, le scuole, i partner coinvolti e tutti voi, che siete venuti a trovarci in tanti in questi due giorni: rinnoviamo fin d'ora l'appuntamento e l'invito per la primavera 2024. E perché no, volentieri si accettano dall'autunno proposte e progetti sempre nuovi anche da parte di tutti i lettori di infoSOStenibile. www.festivaldellasostenibilita.it

Brescia SOStenibile

Il Cibo: da alimento a strumento di coesione sociale

L'associazione Maremosso di Rete Cauto di Brescia in prima linea contro la povertà alimentare: raggiunte quasi 10 mila famiglie

L'obiettivo è quello di intercettare precocemente e rispondere tempestivamente a situazioni di povertà alimentare: il progetto Dispensa Sociale - Più rete per nutrire una risposta, a cura dell'organizzazione di volontariato Ets Maremosso, è il progetto finanziato da Regione Lombardia nell'ambito del bando Diritto al Cibo per il biennio 2022-2024 che ha come riferimento il territorio dell'intera Provincia di Brescia e che permette di dare continuità alle azioni sperimentate nei precedenti progetti "Più uguale Meno" e "Dispensa Sociale, Più relazioni di qualità = Meno povertà alimentare" che, a partire dall'emergenza Covid-19, stanno portando allo sviluppo di nuove strategie di intervento e nuove modalità organizzative nel recupero e re-distribuzione di beni alimentari.

Più in generale il progetto di cui Maremosso è capofila, mira a sostenere lo sviluppo dell'empowerment della comunità, guidando l'azione di una rete locale che coinvolge una vasta pluralità di soggetti. Al fianco di Maremosso ancora una volta c'è la Cooperativa Sociale Cauto che mette a disposizione la propria competenza professionale, gestionale e normativa sia in tema di eccedenze alimentari, sia in ambito educativo e di inclusione sociale.

Il nuovo progetto "Dispensa Sociale - Più rete per nutrire una risposta" avviato a novembre 2022, agisce fornendo un aiuto alimentare in un contesto di crisi produttiva e povertà crescente. A partire dalle consapevolezza acquisite nei progetti precedenti le nuove risorse permetteranno di rileggere e migliorare il modello organizzativo caratterizzato da un Hub Centrale - la



Dispensa Sociale con sede a Brescia - e da molteplici sedi di distribuzione dislocate in vari punti del territorio provinciale. Questo modello ha permesso, nello scorso biennio, il recupero e la raccolta dei prodotti alimentari nel rispetto dell'equilibrio nutrizionale per 9.766 famiglie e circa 20.500 persone, per un valore complessivo di 6.822.375 di euro di prodotto alimentare re-distribuito e rimesso in circolo anziché diventare spreco e rifiuto.

Le azioni per una risposta di sistema

Grazie alle nuove risorse in campo potranno essere sviluppate nei prossimi due anni nuove tipologie di intervento, mettendo a valore quanto appreso nei precedenti progetti. Il cibo non è solo alimento, ma può diventare anche strumento di coesione grazie al quale aprire un dialogo su altri temi centrali del vivere sociale quali l'abitare, il lavoro, le relazioni familiari. Allo stesso tempo è stato rilevato come in un contesto complesso come

l'attuale, l'unica risposta possibile ed efficace è una risposta sistemica in cui tutti gli attori del territorio - pubblico, privato e terzo settore - costruiscono insieme nuovi percorsi cooperativi di intervento.

Le azioni ipotizzate capitalizzano la rete creata dall'attività quotidiana del servizio di Dispensa Sociale e permettono di rinsaldare quell'agire sistemico proprio del dna di Maremosso. Gli interventi previsti riguarderanno 4 diverse macro aree di attività:

- Consolidare e potenziare il modello organizzativo del servizio di Dispensa Sociale;
- Rafforzare il processo di raccolta dei beni alimentari con particolare attenzione alla qualità della merce re-distribuita;
- Lavorare per l'empowerment della rete rafforzando le competenze tecniche e trasversali delle associazioni e degli enti locali che si occupano di raccolta e distribuzione delle eccedenze alimentari nella Provincia di Brescia;
- Consolidare attraverso attività formative e di sensibilizzazione l'accrescimento di respon-



sabilità e consapevolezza della comunità sul tema dell'alimentazione sana e del contrasto alla povertà alimentare.

"Il progetto vuole rafforzare il concetto di rete perché crediamo che solo agendo uniti e in armonia possiamo costruire delle comunità migliori e il cibo diventa uno strumento per creare coesione e vicinanza, neces-

sari per superare le difficoltà del tempo moderno - afferma Luigi Moraschi, socio onorario di Maremosso -. L'importanza dell'agire in rete sta nell'aumentare le competenze dei volontari e l'attivazione dei beneficiari in un circuito virtuoso che possa costruire un percorso per abbattere le disuguaglianze sociali".



associazione di volontariato
MAREMOSSO

Maremosso è Organizzazione di volontariato - E.T.S. ispirata ai principi di solidarietà, equità sociale ed ecologia integrale. Nasce nel 2001 in seno alla cooperativa sociale CAUTO con cui condivide l'attenzione alla qualità delle cose che si fanno, l'attenzione per le persone e l'attenzione per l'ambiente. L'azione dei più di 100 volontari si trasforma ogni giorno in pacifiche onde di energia in movimento per generare MANualità, REsponsabilità, MONdialità; Sobrietà, SOLidarietà: in una parola "maremosso".

La sedia gialla

Generare Compagnia per generare Comunità



Dall'estate 2023 ha preso il via in alcuni comuni dell'Associazione Terre Basse Bresciane una pacifica invasione di sedie gialle: un'installazione diffusa resa possibile grazie al progetto "Generare Comunità" e alla partecipazione di moltissime persone che hanno permesso il relooking (cioè il rinnovamento dell'aspetto) e la comparsa a sorpresa di 120 sedie gialle (ma che diverranno di più) posizionate nei luoghi più significativi di una comunità: il municipio, la piazza, il parco, la chiesa, la posta, il bar, la parrucchiera, il fornaio, la fermata del bus, la strada. Un'invasione pacifica per rappresentare la vo-

glia di Vicinanza, Compagnia e Comunità.

I primi comuni interessati sono stati Barbariga, Borgo San Giacomo, Corzano, Dello e Lograto, comuni afferenti all'Associazione Terre Basse Bresciane, a cui seguirà, nei prossimi mesi, la partecipazione anche di altre associazioni e comuni del territorio con cui ampliare l'installazione.

Da oggetto inutile e abbandonato, le sedie si trasformano in oggetto di bellezza. Cooperativa Cauto ha ideato e coordinato le fasi di recupero, restauro, realizzazione e collocamento delle sedie. Gli obiettivi dell'iniziativa sono la ricostruzione di una rete di legami tra vicini di casa, cercare di limitare il disorientamento della solitudine, avere il piacere di raccontarsi storie, aneddoti, barzellette e condividere pezzi della propria vita per dare e offrire aiuto. Il grande obiettivo è la ricostruzione passo dopo passo di un "noi", attraverso un'esperienza collettiva.

Da due anni, Fondazione del Castello di Padernello con il progetto "Generare Comunità", insieme all'Associazione Comuni Terre Basse Bresciane, Cooperativa sociale CAUTO, Fondazione Cogeme e Connessioni Impresa Sociale, sta rilanciando il territorio con l'obiettivo di stimolare la creazione di una comunità, oltre che l'adozione di modelli di welfare e di produzione che siano improntati sui principi dell'economia circolare, del riuso e della cooperazione.

Per approfondire:
associazionearemosso.it
www.cauto.it



Cremona SOStenibile

A Cremona Nonsolono, stagione di matrimoni e di ritorno a scuola

Far conoscere anche ai più giovani il mondo del consumo critico Dalla coop Nonsolono bomboniere solidali e proposte didattiche

La cooperativa sociale Nonsolono opera a Cremona e dintorni dal 1995 arrivando a coinvolgere ad oggi 350 soci e 50 volontari, in un contesto generale di riflessione sullo sviluppo sostenibile, sulla giustizia sociale ed economica e sul consumo responsabile. Sono infatti tantissimi i settori in cui, negli anni, l'organizzazione senza scopo di lucro si è inserita: dalla distribuzione di prodotti equosolidali sul territorio cremonese attraverso una fitta rete di negozi biologici, centri estetici, erboristerie e ristoranti, al commercio di prodotti artigianali che rispettano la dignità dei

e convegni di approfondimento rivolti a tutti i cittadini, summer camp etici con laboratori di attivismo e sostenibilità e itinerari di turismo responsabile.

Per i matrimoni

All'interno delle tre Botteghe del Mondo gestite dalla Cooperativa Sociale Nonsolono a Cremona, Viadana e Casalmaggiore, è possibile trovare un'ampia scelta di bomboniere artigianali e confetti a base di zucchero, mandorle e cacao equosolidali. Si tratta di creazioni fatte a mano provenienti da tutto il mondo,

di noiosa della produzione industriale.

Le stesse Botteghe cremonesi ospitano anche articoli di arredamento di altissima qualità provenienti dal Sud del Mondo, indicati per la lista di nozze di chiunque desideri una casa originale e dalla forte personalità, impreziosita dalla sapienza artigiana di culture lontane capaci di soddisfare sia i gusti più tradizionali che quelli degli amanti

dello stile etnico o della contaminazione.

Per le scuole

La cooperativa Nonsolono ritiene che ognuno, sin da piccolo, abbia un ruolo fondamentale all'interno dell'economia e che sia non solo giusto, ma anche necessario sensibilizzare i cittadini di tutte le età a partire dalle generazioni più giovani. Grazie

ai laboratori, bambini e ragazzi possono scoprire come contribuire alla costruzione di un sistema economico più equo e buono per l'uomo e per l'ambiente. Attraverso le proposte interattive i più giovani possono imparare, ad esempio, cosa comporta e come si svolge la filiera di produzione del cioccolato, dalla pianta di cacao alla fabbrica, oppure hanno la possibilità di scoprire il viaggio che il cibo compie per arrivare sulle loro tavole, promuovendo il consumo a km zero. Allo stesso modo i ragazzi delle scuole superiori si possono cimentare nell'analisi dei linguaggi che vengono utilizzati dalle pubblicità per presentare i prodotti e nella riflessione sulle industrie della cosmesi e della moda con le innumerevoli criticità che questi due settori presentano, tra cui il fortissimo impatto ambientale e l'enorme difficoltà di riciclo.

L'auspicio è che, una volta assimilati questi insegnamenti, i ragazzi possano trasmetterli ai coetanei e ai parenti e chissà, riuscire a migliorare le abitudini di consumo di un'intera famiglia.

■ **Valeria Ferrari**



lavoratori, destinati a diventare bomboniere per tutte le occasioni o entrare nelle liste nozze dei novelli sposi più attenti. Inoltre, si impegnano a proporre percorsi educativi per le scuole di ogni ordine e grado, corsi di formazione

oggetti unici e irripetibili, realizzati nel rispetto delle tradizioni artigianali e nel segno di un'estetica contemporanea, mostrando il lato umano in ogni articolo prodotto attraverso storie di riscatto sociale, ben lontani dalla seriali-

Trasformiamo i rifiuti in nuova materia ed energia



Industria del Recupero e Riciclo
Plastica - Fertilizzanti - Energia - Biometano

via F. Filzi 5 - Montello (BG) - Tel. 035.689111 - www.montello-spa.it

Lecco SOStenibile

Lecco: Resinelli Tourism Lab

Due giovani e la scelta di vivere in montagna

È la storia di Sofia e Simone che dal 2020 scoprono l'amore per la montagna (e lavorano a nuove modalità di turismo nelle terre alte lecchesi)

«Resinelli Tourism Lab è nato come risposta al boom turistico vissuto dai Piani Resinelli dopo il Covid e i vari lockdown. È stato un progetto che ha visto la luce man mano, per mettere le nostre competenze al servizio di un territorio che amiamo e per fare in modo che il turismo diventasse un'opportunità per la comunità qui residente, non solo un problema da subire». A parlare è Sofia Bolognini, marchigiana di origine e lecchese d'adozione, che insieme al compagno Simone Masdea dal 2020 vive ai Piani Resinelli, ai piedi del gruppo delle Grigne: fondatori di Resinelli Tourism Lab e fautori di una convivenza possibile (e auspicata) tra residenti e turisti, tra comunità e visitatori delle terre alte, Sofia e Simone sviluppano pro-

getti di accoglienza, di narrazione, di cultura e di condivisione a quota 1300 metri e passa. Con un grande sogno: continuare a parlare di turismo e di territorio in modo innovativo e inclusivo, organizzando sempre più occasioni di scambio e sviluppo sano, sostenibile e diversificato per le montagne lecchesi. Ed è proprio in quest'ottica che dal 16 settembre all'8 ottobre 2023 si svolgerà proprio ai Piani Resinelli la prima edizione di Nat Week al Cubo, evento diffuso dedicato ai nomadi digitali e sviluppato da Nat Working, rete nazionale che si occupa di smart working in luoghi naturali e soprattutto in comunità "resistenti e resilienti", in collaborazione proprio con Resinelli Tourism Lab.

Un turismo da gestire

La storia di Resinelli Tourism Lab e della riflessione innescatasi su come vivere e fruire la montagna in modo rispettoso ed equilibrato tra diverse istanze è cominciata con il primo lockdown, nel marzo 2020. Simone e Sofia a quel tempo erano colleghi e lavoravano per la medesima cooperativa, lui come agronomo e lei in ambito comunicazione e narrazione: ma mentre Simone, lecchese di nascita, viveva stabilmente ai Piani Resinelli già da diversi anni, Sofia aveva alle spalle una vita esclusivamente urbana. L'arrivo del Covid e delle successive limitazioni cambia le carte in tavola: l'annuncio delle chiusure sistematiche porta Sofia a decidere di salire in montagna, ospite di Simone ai Piani Resinelli. È una doppia storia d'amore quella che nasce in quei mesi sospesi: non solo tra i due "sconosciuti colleghi" che si scoprono invece affini e con una visione di vita e lavoro comune, ma anche tra Sofia e la montagna.

«In quelle settimane abbiamo vissuto la Grigna e i Resinelli da soli, perché ovviamente tutti i servizi erano chiusi, e abbiamo potuto sperimentare un'inedita intimità con la montagna» racconta la giovane. «Poi, però, è arrivata l'estate 2020, e con essa l'esplosione del turismo. Tenete conto che i Piani Resinelli non sono il classico "borgo di montagna": sono una località che nasce come turistica, priva di un nucleo di paese ma piena di seconde case che, con la fine del primo lockdown, sono tornate a riempirsi. Nello stesso periodo – continua Sofia – è stata inaugurata anche una passerella panoramica ai Piani Resinelli,

che ha ovviamente aumentato a dismisura il flusso di turisti giornalieri su un territorio fragile, poco strutturato ad accoglierli e già di per sé difficile da amministrare. I Resinelli hanno in totale una sessantina di residenti stabili, ricadono sotto quattro comuni diversi e sono gestiti in convenzione con la Comunità Montana. Di fatto sono una terra di nessuno senza peso politico e l'abbiamo visto nel 2020: ufficio turistico aperto solo pochi giorni l'anno, nessuna disponibilità di materiale informativo o cartografico, nessuna gestione degli arrivi. Sia io che Simone in quel periodo abbiamo toccato con mano quella che abbiamo vissuto come un'emergenza e abbiamo deciso che avevamo competenze da poter mettere a disposizione di un nuovo modo di pensare e costruire il turismo. Così è nato Resinelli Tourism Lab».

Partecipazione, narrazione, cultura

Ma che cosa significa immaginare un nuovo modo di vivere il turismo? Da dove partire? Per Sofia e Simone, il punto di partenza non poteva che essere quello del recupero della memoria del territorio e la sua narrazione: «Conoscere la storia di un luogo e raccontarla significa porre le basi per ricominciare a prendersene cura» spiega Sofia. «La memoria dei Piani Resinelli è sommersa, va cercata nelle storie dei luoghi, nei nomi dei boschi, nelle leggende e nei riferimenti minuti celati qua e là sul territorio. Come Resinelli Tourism Lab, abbiamo iniziato a scavare in questa direzione». Non solo: l'azienda fondata da Sofia e Simone agiva già sul



territorio come infopoint digitale (i turisti vi si riferivano per avere informazioni sui sentieri, sui percorsi e sui servizi locali), così le amministrazioni dei Piani Resinelli hanno deciso di affidare loro anche la gestione fisica dell'ufficio turistico. Una scelta, questa, che si trasforma, di fatto, in un vero e proprio processo di attivazione di comunità dal basso: accanto ai servizi turistici (come il noleggio delle e-bike o la fornitura di materiale informativo), l'infopoint dei Resinelli diventa hub culturale in quota e punto di aggregazione. Si crea uno spazio di booksharing su spinta della comunità locale, si organizzano rassegne ed eventi culturali, presentazioni di libri e passeggiate, si fa rete con i produttori locali e s'inventano nuovi format e nuovi servizi. «Avevamo aperto uno sportello di sostegno gratuito per i giovani che volevano aprire un'impresa in



Montagna

(non solo)



Nat Week al Cubo Non solo smart working

Il format della Nat Week nasce per iniziativa di Nat Working, rete nazionale che promuove settimane di smart working in natura, all'interno di progetti o comunità resistenti, capaci di offrire nuove visioni del territorio. Ed è proprio con questo spirito che Nat Working, insieme a Resinelli Tourism Lab, ha organizzato la Nat Week al Cubo: non solo una settimana ma, per la prima volta, un mese di lavoro e condivisione ai Piani Resinelli, ai piedi delle Grigne. Il programma pensato per la Nat

Week al Cubo è densissimo: va dagli incontri con gli operatori turistici locali alle gite in montagna, dalle degustazioni presso i produttori in quota ai programmi con le università, dalle occasioni di formazione ai momenti di stampo più artistico e di svago. Il programma completo della NAT Week al Cubo con le modalità di iscrizione e tutte le informazioni è reperibile sul sito: info.natworking.eu/natweek-resinellitourismclub/

montagna - raccontano Sofia e Simone - e attivato collaborazioni importanti anche con le università. Il nostro desiderio è trasformare i Resinelli in un polo non solo turistico ma attrattivo anche per l'innovazione e per le nuove tipologie di lavori e viaggiatori che stanno prendendo piede in questi ultimi anni». Nell'ottobre 2022, alla scadenza del mandato per la gestione

dell'ufficio turistico, una battuta d'arresto: nonostante l'interlocuzione con le amministrazioni e gli ottimi risultati in termini di partecipazione e comunità ottenuti sul territorio, dopo un lungo tira e molla l'ufficio turistico viene affidato a un'altra realtà. «Questo non significa che ci fermiamo - spiega Sofia - al contrario! Il lavoro di questi ultimi anni ha dimostrato che il territorio ha de-

siderio di essere vissuto in modo diverso. Il nostro progetto si evolverà sempre di più nel segno della partecipazione culturale, portando sul territorio ospiti ed eventi, puntando su nuove categorie di viaggiatori non "fast" e promuovendo un tipo di turismo che sia sempre più inclusivo e sostenibile, per tutti».

■ Erica Balduzzi

**Sostenibilità è responsabilità. Di tutti.
Costruiamola insieme, mese dopo mese.**

A Lecco infoSOStenibile è distribuito grazie al contributo di:



www.infosostenibile.it

Vuoi contribuire anche tu a costruire un futuro SOStenibile a Lecco? Scrivici a info@infosostenibile.it

Società

Sicilia d'entroterra, turismo slow e pac

Artigiani che mantengono vive le tradizioni, borghi nel cuore interno e montano dell'isola che fanno del turismo lento la propria bandiera



Nella luce bassa del tramonto, le case bianche del centro storico di Scicli si pennellano di festoni di luce color zafferano, i fregi barocchi s'infiammano e tutto l'abitato assume i contorni evanescenti e morbidi della fiaba. La campagna circostante, quadrettata di muretti a secco e dal verde intenso delle enormi chiome dei carrubi, è tutta un frinire di cicale e i Monti Iblei s'allungano morbidi e perlacei verso il Mediterraneo, sfumati nella foschia azzurrina che sale dal mare. Siamo nell'estremo sud della Sicilia, nella provincia di Ragusa che s'affaccia dritta su Malta e su Gozo e che deve la sua fama a due cose soprattutto: al tardo barocco siciliano della Val di Noto, patrimonio dell'Umanità Unesco, e al Commissario Montalbano, che venne girato proprio qui, in queste terre di sole e di vento, sospese tra sviluppo turistico e radici da preservare, tra tradizioni e slanci verso il futuro. Oggi, i Monti Iblei fanno parte di quelle aree interne

siciliane che sempre più spesso diventano meta di chi desidera conoscere una Sicilia autentica, sfuggendo alle definizioni standard e ai cliché di mare-arancini-mandolini per scoprire invece un territorio vivissimo, intenso e sfaccettato.

Esperienze artigiane legate al territorio nei Monti Iblei

«Ciò che ti fa restare qua, in questa fine del mondo, è una cosa sola: la sete. Non solo la passione, non solo l'ingegno. E' la sete, che ti nutre di idee sempre nuove. E di un legame con questa terra che va compreso, va raccontato, va vissuto con tutti i sensi». Vent'anni fa, quando Enrico Russino aprì la sua azienda agricola a Scicli, aveva tutti contro: l'unica cosa che avrebbe potuto coltivare - gli dicevano - erano pomodori e melanzane. Ma lui aveva un'altra idea e il sogno di costruire qualcosa di diverso e di unico: un luogo tut-

to dedicato alle erbe aromatiche e officinali, capperi in primis, e capace di offrire non solo aromi e sapori, ma anche esperienze a tutto tondo. Esperienze di gusto (insieme alla moglie Rita, chef e maestra della cucina), esperienze sensoriali, esperienze di ritorno alla terra e alla natura, esperienze d'arte e cultura.

Oggi, la sua tenuta Gli Aromi è punto di aggregazione culturale, spettacoli nell'anfiteatro affacciato sul mare, laboratorio esperienziale botanico e culinario molto frequentato soprattutto dai turisti stranieri.

Un po' come capita a Ragusa Ibla, cuore vecchio della città di Ragusa, dove tra i vicoli candidi straripanti di fiori e l'ombra cullante del Duomo di San Giorgio sulle case del centro storico se ne stanno accoccolate botteghe artigiane e negozi che recuperano antiche tradizioni, rinnovandole ma senza perderle per strada. «Questo laboratorio l'abbiamo aperto nel 2014», racconta Paola Schembari, che insieme



al marito Peppe è l'anima creativa e pulsante delle Ceramiche Francesco Pistone. «Fino al 2003 abbiamo lavorato a Caltagirone, dove io mi occupavo della decorazione delle ceramiche e Peppe della preparazione e cottura dell'argilla. Poi abbiamo deciso di metterci in proprio, lavorando dapprima in un piccolo laboratorio e poi aprendo i nostri spazi, a Marina di Ragusa e poi qui, a Ragusa Ibla». A muovere la loro attività, spiegano, è soprattutto la passione: per l'artigianato espressione dei luoghi che chiamano casa, per la creati-



esi da scoprire



vità che si intreccia ai simboli del territorio (come i vasi "a testa di moro"), per la possibilità di esprimere il proprio legame con la tradizione.

Ma è anche ciò che capita a Modica, gioiello barocco dalle case bianco latte e dalle esplosioni di buganvillea fucsia a ridosso di muri scalcagnati e vicoli annodati di gradini, dove la tradizione storica del cioccolato si manifesta in botteghe e laboratori che preservano antichi metodi originali di preparazione, come l'Antica Dolceria Bonajuto, la più antica fabbrica di cioccolato in Sicilia.



Madonie di terra e di radici

Radici, innovazione e tradizione sono le parole d'ordine che definiscono anche altri territori dell'entroterra siciliano. Come le Madonie: site a poco più di un'ora di strada da Palermo, ricchissime di biodiversità, mondo montano che – eccezion fatta per l'Etna – conta le vette più alte della Sicilia e borghi silenti e ancestrali innervati da slanci innovativi e a basso impatto, le Madonie sono un cosmo di microcosmi pietrosi e storie che intrecciano passato, presente e futuro.

Un esempio su tutti? Il borgo di Gangi, gioiello color del miele raggomitato come un gatto su una collina, immersa a sua volta in un paesaggio morbido di ginestre, prati e campi coltivati, che ha trovato la sua strada per il ripopolamento e il turismo (lento) grazie alla valorizzazione delle peculiarità del territorio. Ecco allora che sono state promosse iniziative di recupero del centro storico, sono stati ampliati il numero dei musei e delle occasioni di comunità, è stata potenziata l'accessibilità del borgo ed è stata favorita la nascita e il mantenimento di attività commerciali e botteghe artigiane (come il labo-

ratorio del "maestro dei tamburi" Fabrizio Fazio) e la creazione o la rivalorizzazione di reti di sentieri sul territorio. «Siamo riusciti a instaurare un meccanismo culturale virtuoso, nella consapevolezza che la vera ricchezza di un paese è costituita dai suoi abitanti» spiega il sindaco, Giuseppe Ferrarello. «Se siamo riusciti a spiccare il volo e dare nuovo slancio al nostro paese, è perché ci crede anche la comunità». Oggi Gangi fa parte del circuito dei Borghi più Belli d'Italia. Altro paese delle Madonie che ha fatto della vita comunitaria e della ripresa delle sue tradizioni i suoi punti cardine è Petralia Sottana, la "porta d'accesso" al Parco delle Madonie e paese Bandiera Arancione. «Il nostro è un paese di roccia e acqua» spiega il sindaco, Pietro Polito, mentre ci accompagna alla scoperta delle peculiarità del piccolo e vivace abitato. «Le Madonie erano un'antica barriera corallina e oggi ne abbiamo testimonianza nei numerosi fossili che abbiamo ritrovato sul territorio: siamo stati i primi in Europa a creare un Sentiero Geologico Urbano, per scoprire l'abitato sia nella sua storia geologica, sia in quella umana attuale». Anche a Petralia Sottana, l'anima del paese la fanno i suoi abitanti: artigiani come il giovane liutaio Mirko Inguaggiato, che ha scelto di restare anziché costruirsi il lavoro altrove, oppure come il magliaio Antonio Casserà, che realizza coppole variopinte e originali, oppure produttori come Dario Scelfo e la sua famiglia, che nel loro Giardino Museo a Gisa offrono sia ospitalità rurale, sia un piccolo museo dei mestieri madoniti della tradizione.



cARToons come nasce un capolavoro

Mostra d'arte con bozzetti originali della Walt Disney
Dal 6 ottobre al 1 novembre al Filandone di Martinengo (Bg)



Il Filandone, lo storico ex-opificio ottocentesco di Martinengo, sta per essere preso d'assalto da decine e decine di topi. Hanno grandi orecchie nere, i calzoncini rossi e una coda sottile. No, non c'è bisogno di chiamare un'impresa di disinfestazione murina, sono quelli firmati Walt Disney! Proprio così: dal 6 ottobre al 1 novembre, la Pro Loco Martinengo, in collaborazione con la galleria d'arte bergamasca Art Events, organizza una mostra dedicata al magico mondo Disney, per far sognare grandi e piccini con circa 75 bozzetti originali che hanno dato vita ai grandi classici del cinema d'animazione, con personaggi im-

mortali e storie senza tempo. Non solo Topolino, ma anche Paperino, Paperon' de Paperoni e tanti altri personaggi iconici, per l'infanzia e per la società, che da esattamente un secolo danno forma e colore ai sogni. Eh sì, sono passati ben 100 anni di meraviglia! Era il 16 ottobre del 1923 quando un giovane e squattrinato Walter Elias Disney, insieme al fratello e partner d'affari Roy, fondò lo studio d'animazione The Walt Disney Company, una piccola azienda che fin dall'inizio ottenne modesti successi realizzando brevi cartoni animati, per diventare poi il colosso mondiale che tutti conosciamo, trasfor-

mando la propria storia in una vera e propria fiaba a lieto fine. Anzi tutt'ora in corso e in costante evoluzione artistica, sociale e tecnologica. La mostra allestita al Filandone di Martinengo "cARToons, come nasce un capolavoro" si prospetta essere un'occasione irripetibile per celebrare questo importante anniversario, scoprendo e disvelando l'intreccio unico fatto di arte, storia, racconti e magia, grazie ad un'accurata esposizione aperta al pubblico per tutto il mese di ottobre, alle visite guidate disponibili ogni giorno e ai tanti eventi che arricchiscono la speciale mostra d'arte.

Ad aprire il sipario, un concerto che proporrà alcune delle più suggestive colonne sonore dei film Disney, mentre la serata finale è affidata alla musica a 432Hz. Durante il mese approfondimenti per conoscere le versioni originali delle leggende, miti, favole e storie popolari a cui la Walt Disney si è ispirata per i suoi celebri film, mentre non mancheranno gli eventi dedicati ai bambini come le narrazioni Kamishibai a cura della biblioteca comunale e una serata di letture al buio con installazioni luminose. Anche le scuole saranno invitate a partecipare alla mostra con visite guidate ad hoc e laboratori

didattici per stimolare la spontanea creatività degli studenti. E quale modo migliore per farlo se non facendosi ispirare dai disegni degli anni '40 dell'allora giovane Walt Disney?

**Premio Arte Martinengo
Domenica 8 ottobre
2023**

Un vero e proprio evento nell'evento è il concorso nazionale di pittura e scultura Premio Arte Martinengo, giunto alla 28° edizione. Il concorso a premi, che richiama ogni anno numerosi artisti da ogni provincia, si svolgerà per tutta la giornata di domenica 8 ottobre sotto i portici del borgo medievale e terminerà alle ore 18:00 con la proclamazione dei vincitori da parte della Giuria. Quest'anno il tema per la sezione Estemporanea è: "Martinengo, un borgo da favola". Agli artisti che s'iscriveranno a que-



solo. Le opere vincitrici saranno esposte al Filadone per tutta la durata della mostra "cARToons". Info e regolamento sulla pagina www.martinengo.org

Un filo con l'arte contemporanea

Oltre ai bozzetti originali, alle grafiche, alle fotografie e ai manifesti legati alla Walt Disney, comporranno la mostra anche sculture vintage e installazioni luminose prodotte da artisti contemporanei, la cui produzione artistica è stata influenzata dall'universo dei cartoons: Si.Go.Art, Beppe Ranica, Antonio Murgia e Cartoon Maza.

Ma il tuffo nell'arte contemporanea non finisce all'interno delle sale espositive: i visitatori quest'anno potranno ammirare non solo l'imponente edificio emblema dell'archeologia industriale ottocentesca, ma anche un nuovissimo murales di ben 90 metri quadrati eseguito dall'artista torinese Vesod, urban artist di livello internazionale, che a

settembre ha dipinto la propria opera d'arte nelle adiacenze della vecchia filanda, ampliando gli spazi e dilatando il tempo in cui l'opificio martinenghese prosegue nella sua ininterrotta attività di produzione, dapprima tessile, oggi culturale e artistica.

■ **Sheela Pulito**



Info

Dal 6 ottobre al 1 novembre 2023
Polo culturale Il Filadone,
via Allegreni 37, Martinengo (BG)

Tutte le informazioni e il programma degli eventi sono disponibili sul sito web della Pro Loco di Martinengo
www.martinengo.org

Per prenotazioni biglietti e visite guidate:
Tel. 0363/988336
info@martinengo.org

Mostre da non perdere in Lombardia

Quadri come luoghi

Dal 24/09/2023 al 29/10/2023

Bergamo, Brescia – varie sedi
www.pianuradascoprire.it

Six memos for the next millennium

Dal 23/09/2023 al 04/11/2023

Traffic Gallery, via San Tomaso 92 – Bergamo
www.trafficgallery.it

Presente inquieto. Artisti di Bergamo e Brescia nella contemporaneità

Dal 09/09/2023 al 12/11/2023

Bergamo, Brescia – varie sedi
www.aab.bs.it

Plessi sposa Brixia

Dal 09/06/2023 al 07/01/2024

Fondazione Brescia Musei, Via dei Musei, 55 - Brescia
www.bresciamusei.com/

Tutta in voi la luce mia. Pittura di Storia e Melodramma

29.09.2023 – 14.01.2024

Accademia Carrara, Piazza Giacomo Carrara – Bergamo
www.lacarrara.it

Una minima eleganza - Ex libris e piccola grafica dalla Collezione Ferruccio Proverbio

Dal 21/10/2023 al 14/01/2024

Museo civico di Crema e del cremasco, Piazzetta W. T. Gregorj, 5 – Crema (CR)
www.museocrema.it

Yayoi Kusama. Infinito Presente dal 17/11/2023 al 14/01/2024

Palazzo della Ragione di Bergamo, Piazza vecchia 8 – Bergamo
www.theblank.it/

Dal 6 ottobre al 1 novembre 2023

SALE ESPOSITIVE DEL FILADONE, VIA ALLEGRENI 37 - MARTINENGO (BG)



La farmacia dei servizi al servizio del

**A settembre riprendono le attività per mettersi in forma
Ecco come valutare al meglio lo stato di benessere**

Nel periodo estivo, soprattutto durante i soggiorni nelle località balneari o al lago, spesso ci si trova a rendersi conto di "non essere abbastanza in forma". Insomma, per quanto poco importante essa sia, spesso si deve constatare di aver ancora una volta perso la sfida della fami-

gi: quello dell'essere "in forma", dello stare bene, del cosiddetto "wellness" e degli strumenti che le farmacie possono offrire per valutare e monitorare il proprio stato di benessere.

Misurarsi visivamente con corpi più o meno scolpiti, splendidamente risplendenti al sole nei lo-

tiamo agli occhi del mondo, ma è anche la "macchina" che ci consente ogni giorno di vivere la quotidianità, la socialità e che ci consente di affrontare la nostra vita senza limitazioni nel modo migliore possibile: per questo è doveroso prendersene cura.



gerata "prova-costume" e tutto il lavoro svolto durante l'anno in palestre e piscine non ha dato i frutti sperati. È grave? Ovviamente no!

Con questo incipit un pochino scherzoso vorrei introdurre l'argomento da affrontare og-

gi: quello dell'essere "in forma", dello stare bene, del cosiddetto "wellness" e degli strumenti che le farmacie possono offrire per valutare e monitorare il proprio stato di benessere. Misurarsi visivamente con corpi più o meno scolpiti, splendidamente risplendenti al sole nei lo-

Settembre è il classico mese delle ripartenze delle attività fisiche annuali, intraprese con nuovo slancio ponendosi, di anno in anno diversi obiettivi, ma l'unico vero sensato obiettivo deve essere quello di stare bene. Il



lo star bene



sistema migliore è ovviamente quello di avere uno stile di vita attivo, corrette abitudini alimentari e fare attività fisica e sportiva, commisurata alle proprie capacità e al proprio stato di salute, il che risulta molto importante per tenere sotto controllo il peso corporeo, migliorare il proprio metabolismo e attivare al meglio l'apparato cardiocircolatorio e l'apparato muscolo-scheletrico. È fondamentale che l'attività fisica sia regolare per tutto l'arco dell'anno e bilanciata nell'intensità, senza eccessi, soprattutto se concentrati in poco tempo.

A settembre, come ogni anno, ripartiranno le iscrizioni ai corsi del nuovo anno e molti di noi vaglieranno le varie proposte per cercare ciò che più si addice alle prospettive fissate.

Ma come ci presentiamo fisicamente ai nastri di questa nuova partenza? Qual è il nostro stato di salute fisico, a prescindere dal rimando dello specchio in cui ci riflettiamo? In che modo le farmacie possono essere di aiuto?

Questa è stata la molla che ha ispirato l'idea di sviluppare programmi di check-up sfruttando le strumentazioni che la "farmacia dei servizi" mette a disposizione della clientela.

Quando ci chiediamo "come sta il nostro corpo", infatti, il senso della domanda è andare a indagare i principali aspetti che possono darci una prima risposta, come il metabolismo, il peso e l'appartato cardiocircolatorio.

I servizi in farmacia

Molte farmacie nel corso

degli anni hanno arricchito il novero delle strumentazioni disponibili per i pazienti al fine di poter monitorare con costanza e rapidità i parametri che rientrano in queste tre macrocategorie.

Vediamo allora nel dettaglio cosa può offrire la farmacia dei servizi:

Strumenti di autoanalisi (digitopuntura)

- Emocromo completo con formula (Conta dei globuli rossi, dei globuli bianchi – e dettaglio della formula leucocitaria - e delle piastrine, Emoglobina ed Ematocrito)
- Profilo lipidico: Colesterolo totale, Colesterolo HDL, Trigliceridi e Colesterolo LDL
- Glicemia ed Emoglobina glicata

Tra le analisi del sangue più comunemente richieste (metodo di prelievo: digito puntura, sostanzialmente indolore), spicca sicuramente il Colesterolo.

La sola determinazione del livello di Colesterolo totale è ormai noto essere molto poco interessante per valutarne l'impatto reale sulla corretta funzionalità del sistema cardiocircolatorio: giova infatti ricordare che il Colesterolo, in sé elemento fisiologicamente presente nell'organismo e deputato a svolgere funzioni positive e necessarie al suo corretto funzionamento, può creare effetti negativi a livello di circolazione del sangue quando la sua frazione destinata a depositarsi sulle pareti dei vasi sanguigni (il Colesterolo LDL, cioè il cosiddetto "Colesterolo cattivo") supera un determinato valore, inducendo un aumento del rischio di eventi cardiovascolari acuti.

Strumenti per il monitoraggio cardiovascolare

- Misurazione della pressione arteriosa
- Monitoraggio in continuo della pressione (Holter pressorio)
- Elettrocardiogramma a 12 derivazioni
- ECG dinamico delle 24/48 ore

Strumenti per il controllo del peso

- Bilancia Impedenziometrica (BIA):
Peso, Indice di massa corporea (BMI), composizione del fisico in termini di massa magra e massa grassa (e loro relative distribuzioni), percentuale di acqua presente (ed eventualmente trattenuta, a indicare una certa tendenza alla ritenzione idrica), livello di metabolismo basale (ovvero l'apporto calorico minimo necessario per il sostentamento del corpo, a prescindere dalle attività svolte nella giornata: tanto maggiore è la per-

centuale di tessuto muscolare, tanto più alto risulterà essere questo parametro), livello di grasso viscerale (il cosiddetto "grasso attaccato agli organi", indice di un aumentato rischio di sviluppare patologie metaboliche e cardiache).

Quando uno o più tra i parametri fisici e metabolici risulta al fuori dei limiti accettabili, le conseguenze dovranno essere valutate a un livello evidentemente molto superiore rispetto al semplice aspetto fisico esteriore. Resta fondamentale fare attività sportiva e ritrovare un adeguato stato di forma fisica: i parametri forniti dalle analisi consentiranno di delineare un punto di partenza e determinare in modo più adeguato gli eventuali correttivi, sia scegliendo lo sport più idoneo, sia utilizzando integratori, utili a risolvere squilibri metabolici o a incentivare in modo più generale il metabolismo stesso, impigrato da periodi più o meno lunghi d'inattività.

■ Dott. Michele Visini

Farmacia VISINI

**AUTOANALISI
SERVIZI DI TELEMEDICINA**

• Holter Pressorio • Holter ECG • Elettrocardiogramma

**LABORATORIO GALENICO
CONSULENZA ON LINE
COSMESI
PRODOTTI PER L'INFANZIA
PRODOTTI ELETTROMEDICALI**



SANA ALIMENTAZIONE

Vero o falso?

Quiz alimentare della salute

Vuoi scoprire alcuni luoghi comuni o false credenze dell'alimentazione? Rispondi alle domande e poi leggi le risposte nella pagina a fianco



1

Le acque minerali possono essere fonte di calcio

2

Gli edulcoranti aiutano a controllare il peso lungo termine

3

La soia contiene pochi grassi

4

Il consumo medio di sale pro capite è di 5 grammi al giorno

5

Alcune modalità di cottura favoriscono la formazione di sostanze potenzialmente cancerogene

6

Frutta e verdura aiutano a combattere la stipsi

7

Il momento migliore per pesarsi è la mattina

8

Le gallette di riso sono più dietetiche del pane

9

Fare una camminata un'ora al giorno contribuisce a dimagrire

10

La neofobia alimentare è il rifiuto del cibo che non si conosce

 <p>Punto Ristorazione CATERING BANQUETING</p>	<p>Buona cucina, buon prezzo... buon appetito!</p>
<p>Gorle (BG) via Roma, 16 tel. 035.302444</p> <p>info@puntoristorazione.it</p>	 <p>LOCANDA del PUNTO TRATTORIA</p>

Domande

Risposte

1. **Vero.** Le acque minerali, soprattutto a elevato contenuto di calcio (oltre 300 mg per litro) e a basso apporto di sodio, contribuiscono al fabbisogno giornaliero di questo prezioso minerale.
2. **Falso.** Lo hanno dimostrato evidenze scientifiche. Inoltre gli edulcoranti come ad esempio aspartame, acesulfame K, saccarina, non hanno alcun valore nutrizionale e non sono elementi dietetici essenziali.
3. **Falso.** A confronto di altri legumi la soia contiene un'elevata quantità di grassi ma di qualità, preziosi alleati anche per controllare il colesterolo. Attenzione però a non abusarne.
4. **Falso.** Purtroppo è di circa 12 grammi al giorno. Un consumo eccessivo di sale può determinare diverse controindicazioni come ritenzione idrica, aumento della pressione sanguigna, infarto del miocardio, insorgenza di tumori, osteoporosi e malattie renali.
5. **Vero.** Ad esempio la frittura. L'acroleina, sostanza tossica per il fegato, si sviluppa quando l'olio in cui si frigge supera il "punto di fumo" durante la cottura. I più resistenti e che si deteriorano di meno sono l'olio extravergine di oliva e l'olio di arachidi.
6. **Vero.** Questi vegetali apportano principi nutritivi importanti come vitamine di riso sono prive di glutine e si trovano in commercio anche in grammi di prodotto). Le gallette comuni (sempre riferite a 100 kcalorie in più rispetto al pane) La differenza è di circa 100 kcalorie in più rispetto al pane comune (sempre riferite a 100 grammi di prodotto). Le gallette di riso sono prive di glutine e si trovano in commercio anche
7. **Vero.** Preferibilmente a digiuno e dopo essere andati in bagno. In particolare, il peso corporeo può subire variazioni durante la giornata a causa di diversi fattori come l'assunzione di cibi, bevande e l'attività fisica.
8. **Falso.** La differenza è di circa 100 kcalorie in più rispetto al pane comune (sempre riferite a 100 grammi di prodotto). Le gallette di riso sono prive di glutine e si trovano in commercio anche
9. **Vero.** meglio però se a passo sostenuto e se abbinata a un regime alimentare equilibrato che garantisca tutti i nutrienti nella giusta quantità e qualità. Inoltre camminare è utile per la prevenzione oncologica, migliora po essere andati in bagno. In particolare, il peso corporeo può subire variazioni durante la giornata a causa di diversi fattori come l'assunzione di cibi, bevande e l'attività fisica.
10. **Vero.** È diffusa soprattutto tra i bambini che spesso non vogliono modificare le proprie abitudini rispetto ai nuovi cibi che non conoscono. Alcune strategie coinvolgibili nella preparazione di nuove ricette, fai la spesa con loro e proponi gli alimenti "più difficili" a stomaco vuoto.

Valutazione finale

Meno di 3 risposte esatte
Non credere a tutti i falsi miti

Tra 3 e 6 risposte esatte
Ci sono margini di miglioramento

Tra 7 e 9 risposte esatte

Complimenti, hai buone conoscenze

Tutte le risposte esatte
Ottimo, sei un vero esperto!

Rossana Madaschi Nutrizionista

Dietista Punto Ristorazione e

Docente di Scienza dell'Alimentazione

Cell. +39 347 0332740 - info@nutrirsidialute.it

www.nutrirsidialute.it





La melanzana: la “mela dei folli” che porta alla pazzia

Non solo frutta e verdura di stagione

Storia e leggende di alcuni tra prodotti e piatti più gustosi



Se “masticate” un po’ l’inglese, sapete che la melanzana è tradotta nell’inglese americano col nome *eggplant*, letteralmente “pianta delle uova”. Questa definizione, per noi oggi bizzarra, prende origine dal fatto che le prime varietà selvatiche coltivate nel Nord Europa, nello specifico in Inghilterra, probabilmente erano bianche, piccole e a forma di uova, da qui il nome *eggplant* utilizzato ancora oggi negli Stati Uniti.

La terra d’origine della melanzana è però l’India, dove oltre quattromila anni fa gli abitanti di quelle aree la consumavano arricchita con spezie piccanti e dopo averla sottoposta a un processo di conservazione in salamoia. Gradualmente la melanzana si diffuse in tutto il continente asiatico e solo a partire dal XIV secolo, grazie ai mercanti arabi, venne introdotta nell’area del Mediterraneo, prima in Spagna (Andalusia) e quasi contemporaneamente in Italia, iniziando proprio dalla Sicilia, che rimane tutt’oggi una delle regioni italiane con la maggiore produzione di melanzane.

Questo ortaggio per molto tempo non riscosse alcun successo. Del resto, la parola melanzana deriva dall’unione del termine arabo *badingian* e del suffisso *melo*, e indica proprio una “mela insana”.

Chiamata anche “mela dei folli” o “uovo del diavolo”, si riteneva addirittura che gli Arabi l’avessero portata in Europa per avvelenare i Cristiani. La pessima reputazione deriva dalla credenza che il frutto fosse velenoso, causando turbe psichiche e disturbi intestinali. Secondo i medici la consumazione eccessiva di melanzana abbassava l’umore, spingeva alla lussuria, diffondeva la peste, il cancro, l’isteria, l’epilessia e la cefalea.

Credenze popolari esagerate, certo, ma con un fondo di verità. La melanzana contiene la solanina, sostanza alcaloide che, se ingerita, risulta essere tossica con sintomi vari, che vanno dalle coliche addominali al vomito, alla diarrea, alla tachicardia e agli stati d’incoscienza. La solanina tende a disperdersi con la maturazione e con il calore, per tale motivo il frutto della pianta può essere consumato solo previa cottura.

L’esistenza di solanacee oggi commestibili è l’esempio dello straordinario impegno dell’uomo. La melanzana, in origine piena di sostanze tossiche, è diventata commestibile solo con secoli e secoli di mutazioni, selezioni e incroci operati dall’uomo attraverso l’agricoltura. Ma attenzione: anche nelle varietà coltivate oggi solo i frutti della pianta sono commestibili, a differenza delle foglie che contengono un eccesso di solanina.

Proprietà benefiche

Leggera, gustosa, poco calorica, la melanzana ha un basso contenuto in lipidi e calorie (circa 17 calorie per 100 grammi), quindi è consigliata anche nelle diete. L’unica precauzione è di non eccedere con i condimenti per la sua tendenza ad assorbire l’olio. Pertanto, bisogna stare attenti a verificare le modalità di preparazione delle melanzane prima di consumarle, poiché si rischia di ingerire molti più grassi di quel che si pensa.

La melanzana ha anche proprietà diuretiche e depurative indiscutibili, grazie al ricco contenuto di acqua e al basso contenuto di grassi, zuccheri e proteine. Si rammenta, infine, che la buccia contiene delle sostanze particolarmente benefiche per il fegato, il pancreas e l’intestino e che grazie all’elevato contenuto in fibre, ha un’alta capacità saziante.

LA RICETTA ...COMINCIAMO DAL NOME!

Parmigiana di melanzane o Melanzane alla parmigiana?

Tra le dispute gastronomiche del nostro Paese, una di quelle più accese e controverse riguarda la ricetta della parmigiana di melanzane. Dato che la melanzana è stata importata dagli Arabi, tutte le assonanze possibili lasciano propendere per un'origine siciliana. Il termine deriverebbe infatti dalla voce siciliana "parmiciana", ossia l'insieme dei listelli di legno che formano una persiana e che ricorderebbe proprio il sovrapporsi a strati delle fette di melanzana durante la preparazione.

Un successivo sbarco a Napoli come naturale conseguenza del dominio partenopeo sull'isola e un'ulteriore connessione con i Borboni - la dinastia di origine spagnola che prima di entrare a Napoli governava proprio il Ducato di Parma e Piacenza - porterebbe a pensare che siciliani e parmigiani si siano incontrati a Napoli per far nascere questo straordinario piatto.

Quindi, bandito il nome "melanzane alla parmigiana" con cui s'intende cucinare alla maniera dei Parmigiani, l'unica espressione consentita è "parmigiana di melanzane"!



RICETTA: PARMIGIANA DI MELANZANE NAPOLETANA

INGREDIENTI (per 4 persone)

Tempo di preparazione: 1 ora

- 800 gr di melanzane
- 800 ml di passata di pomodoro San Marzano
- 370 gr di mozzarella o fiordilatte sgocciolato tipico campano
- 80 gr di parmigiano
- 1 uovo intero
- basilico fresco in foglie
- 1 cucchiaio di olio extravergine
- 500 ml di olio di semi di girasole per frittura
- sale q.b.

PREPARAZIONE

Prima di tutto ponete la passata in un tegame capiente con un cucchiaio di olio extravergine d'oliva e qualche foglia di basilico. Ponete sul fuoco basso e lasciate cuocere con coperchio circa 30 minuti, girando di tanto in tanto. Salate a fine cottura e lasciate intiepidire.

Nel frattempo affettate la mozzarella e lasciatela sgocciolare bene. Affettate nel senso della lunghezza le melanzane a uno spessore di pochi millimetri.

Friggete le melanzane in abbondante olio da frittura e lasciatele a scolare su carta assorbente finché saranno intiepidite. Prima di assemblare la parmigiana è necessario che gli ingredienti non siano bollenti, altrimenti la mozzarella si scioglie.

Versate un mestolo di salsa sul fondo della teglia e adagiate uno strato di melanzane posizionandole una vicino all'altra senza sovrapporle e senza creare spazi vuoti. Aggiungete poi uno strato di mozzarella e qualche foglia di basilico. Versate di nuovo un mestolo di salsa e cospargete di parmigiano. Ripetete l'operazione seguendo sempre la stessa sequenza per almeno tre strati.

Cuocete la parmigiana in forno a 180° per circa 30 - 35 minuti (il tempo può variare in base al forno). La parmigiana è pronta quando si forma una crosticina in superficie.

Sfornate e lasciate raffreddare un paio d'ore, dopodiché potrete gustarvi la vostra Parmigiana di Melanzane napoletana in tutta la sua golosità!

 Festival
della **Sostenibilità**

infoSOstenibile
PERIODO SUGLI STILI DI VITA E D'IMPRESA SOSTENIBILI



22 ottobre
2023
ore 9-19

 **Festival
della Sostenibilità**
di Romano di Lombardia

INIZIATIVE - INCONTRI - ENERGIE RINNOVABILI
RIDUCO, RIUSO, RICICLO - MOBILITÀ - AMBIENTE
LABORATORI PER GRANDI E PICCINI



Festivaldellasostenibilita



Festivaldellasostenibilita



festivaldellasostenibilita.it