

Estate 2025

Rilancio SOStenibile

Una voce cooperativa per
un'informazione
attiva e propositiva

Bergamo SOStenibile

Parchi in città



Intervista a
Oriana Ruzzini

Pagina 18

Primo piano

Mondo: a luglio Overshoot Day



Peggiora il
debito ecologico

Pagina 6

Green economy

Soci e servizi in forte crescita



Il Sole e la Terra
Assemblea annuale

Pagina 14

Società



- Scuole dell'infanzia Fieb
- Lab di giornalismo ambientale all'I.C. di Abino
- Scuola nel bosco

da Pagina 34

Sommario



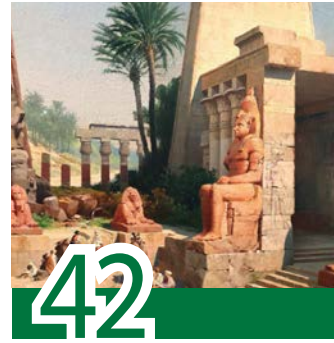
8
Città europee
contro il caldo



20
XXI Fiera del
Parco dei Colli



16
Ludobus Giochingiro
compie 20 anni



42
Mostra a Crema
Il fascino dell'Egitto

Attualità

EDITORIALE

3 Cambiamo narrazione

PRIMO PIANO

- 4 InfoSOstenibile (si) rilancia
- 6 Overshoot Day: il futuro finisce in anticipo
- 8 Estate 2025: caldo record

Green e Social Economy

- 10 Imprese in rete per la sostenibilità
- 13 In rete con Fondazione Flander Italia ets
- 14 Il Sole e la Terra: Soci e servizi in crescita
- 16 Ludobus Giochingiro

Bergamo SOstenibile

- 18 Intervista all'assessora Oriana Ruzzini
- 20 XXI Fiera del Parco dei Colli
- 22 BonatESS Sopra, successo per Resistenza Oggi
- 24 Integrazione sociale a Ponte S. Pietro
- 25 La Sagra degli Gnocchi Ripieni
- 27 Dirama, Ecologie in Movimento

Brescia SOstenibile

- 28 Cauto: Ore Solidali tra colleghi
- 29 Ciò che c'è dietro a una cassetta di cibo

Stili di vita

SOCIETÀ

- 31 È ora di piantarla! Laboratorio a Le Due Torri
- 32 Il cibo è politica. Serata con Fabio Ciconte
- 33 La filiera del tessile Per Filo e per Sogno
- 34 Fieb e le due Scuole dell'Infanzia
- 36 Oceania, scuola parentale in natura
- 37 Laboratorio di giornalismo a scuola

ARTE IN MOSTRA

- 42 L'Egittomania invade Crema

ALIMENTAZIONE & BENESSERE

- 44 Caldo in arrivo: quale integrazione
- 46 Quiz - Scopriamo le "verdure di mare"
- 47 La ricetta: Morbidelle dorate al profumo di mare

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
1 giugno 2025

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

Editore
Soc. coop. infoSOstenibile
Direttore Responsabile
Diego Moratti
Caporedattrice
Simonetta Rinaldi
Redazione
redazione@infosostenibile.it
Progetto Grafico e impaginazione
Cinzia Terruzzi
grafica@infosostenibile.it
Stampa
CSQ Spa - Erbusco (BS) www.csqspa.it
Concessionaria di pubblicità
Soc. coop. infoSOstenibile
Diego Moratti Tel. +39 328 7448046
Simonetta Rinaldi Tel. +39 347 9303786

Hanno collaborato a questo numero:

Nicola Cremaschi, Valeria Ferrari, Rossana Mada-
schi, Laura Norbis, Chiara Perico, Sheela Pulito,
PierMauro Sala, Michele Visini, la classe 2 A dell'I.C.
Solari di Albino

Immagini:

Redazione, pexels, freepik, CC, AI, Cinzia Terruzzi



Recapiti Redazione:

Bergamo
Tel. +39 328 7448046
redazione@infosostenibile.it

www.infosostenibile.it



Cambiamo narrazione

Il potere di de-formare la realtà con le parole
InFormAzione: informare, formare, attivare

Informazione, formazione, azione. È tutto contenuto nella stessa parola, una sequenza di concetti, logicamente allineati ma, nella realtà, consecutivi.

Prima ci si informa, o spesso si subisce l'informazione che passa per la maggiore.

Poi ci si forma: le informazioni apprese le organizziamo, le sedimentiamo, ci formiamo un'opinione e, se siamo aperti, ci confrontiamo e alla fine ci formiamo una visione del mondo.

Infine l'azione, che però - attenzione - può essere anche la "non azione": sulla base di quanto appreso e della visione che ci siamo formati, agiamo di conseguenza; il che vuol dire che possiamo sia attuare un cambiamento, intraprendere un'iniziativa, compiere un gesto, oppure possiamo non agire, rimanere indifferenti e mantenere una sorta di continuità rispetto a tutto quello che già si fa, semplicemente perché non si ravvedono motivi né motivazioni sufficienti per modificare i propri comportamenti o atteggiamenti.

È questa stessa logica, vista al contrario, che probabilmente sta alla base dell'accanita ma robusta e costante disinformazione che pervade il nostro mondo, un'informazione sempre più dipendente dalla semplice astratta "comunicazione" e sempre meno filtrata dal mondo reale, dalla verifica delle affermazioni e dal confronto con dati e numeri concreti, completi, contestualizzati.

La disinformazione porta a de-formare la realtà, che a sua volta porta a dis-attivare le persone e la società. Se non si vedono soluzioni, prospettive, percorsi, perché attivarsi? Se tanto non cambia mai nulla, perché agire? Se c'è tanta confusione, incertezza, contrasto, come è possibile com-

prendere la realtà, le sue dinamiche, la sua complessità?

Anche la stessa confusione alimenta la de-formazione della realtà e non ne consente un'analisi serena, scientifica, distaccata.

Come dunque motivare ad agire e cambiare i propri comportamenti, ma soprattutto, come motivare le persone a cambiare gli altri, la società, le isti-

formare correttamente deve diventare un'ossessione pari a chi ripete in continuazione semplici slogan e banalizza una realtà inevitabilmente complessa. Non è vero che non c'è mai cambiamento, che non c'è progresso nell'evoluzione delle società umane.

Non è assolutamente vero che tutto è uguale, nel mondo, nelle diverse nazioni, all'interno dei nostri stessi co-



tuzioni, le abitudini sociali, o almeno a provarci?

Cambiare la narrazione è il primo passo.

Cambiare una narrazione tutta volta al negativo, che non mostra soluzioni, che non crea motivazione è divenuta una priorità indifferibile.

Occorre continuare a ripetere dati, numeri, riscontri, tendenze verificabili: in-

muni. È vero il contrario: ogni cosa fa invece la differenza, ogni gesto, ogni voto, ogni azione può innescare, presto o tardi, singolarmente o sommata ad altre azioni, grandi cambiamenti, che quando maturano condizioni favorevoli e si inseriscono su un terreno già preparato possono portare addirittura enormi mutamenti e rivoluzioni epocali.

La disinformazione porta a de-formare la realtà, che a sua volta porta a dis-attivare le persone e la società

L'attualità, ma anche la storia, ci insegnano come un numero ristretto di persone e di potenti realtà siano in grado di condizionare la visione e l'interpretazione del mondo agli occhi di molte altre persone e di portare di conseguenza i pensieri e le azioni verso una direzione piuttosto che verso un'altra.

Perseverare tutti insieme nel raccontare una realtà di fatti, di numeri, di confronto fra persone e opinioni e mostrare quanto valore positivo, quanto cambiamento c'è stato e ci sarà nella società, quanti diritti abbiamo conquistato, quanto benessere abbiamo acquisito, quanto progresso abbiamo conseguito, quanta qualità di vita abbiamo guadagnato rispetto anche solo a qualche decennio fa è l'unico modo per motivare e mostrare che il cambiamento è possibile, che un altro mondo è possibile e che questo percorso è positivo e addirittura stimolante.

Abbiamo oggi raggiunto condizioni e traguardi probabilmente impensabili per le generazioni precedenti. Sono state combattute lotte, innescati cambiamenti e progressi, inventate soluzioni e tecnologie nemmeno immaginabili in precedenza.

Eppure tanti di questi traguardi sono stati raggiunti per merito di chi - vale la pena di ribadirlo - non si è rassegnato alla falsa narrazione che tanto non sarebbe cambiato nulla.

InfoSOSTenibile (si) rilancia Dopo 15 anni l'avventura procede con una nuova forma

Nasce la società cooperativa infoSOSTenibile, un nuovo soggetto editore di questa testata giornalistica, all'insegna dei valori della cooperazione e condivisione

Il percorso è stato lungo, ma ora eccoci qua: la nuovissima "società cooperativa infoSOSTenibile" è finalmente nata e, a partire da questo numero, è a tutti gli effetti la nuova proprietaria ed editrice della rivista che state leggendo. La testata giornalistica fondata ormai 15 anni fa, precisamente a novembre del 2010, dall'iniziativa di Marco Rossi e Diego Moratti, fu antesignana dell'attenzione alle tematiche della sostenibilità che allora non erano affatto al centro della proposta dei mass media e, ancor meno, erano il tema principale di una testata. Il rapido sviluppo l'ha portata ad essere un mensile diffuso e apprezzato, dapprima in bergamasca e successivamente anche nelle province di Brescia, Cremona e Lecco.

In questi anni di intenso lavoro, ha attraversato sfide gestionali ed economiche, superato crisi generali e di settore e, nel tempo, il ventaglio di attività che la redazione di infoSOSTenibile ha iniziato a coprire si è ampliato, divenendo divulgatore, ma anche organizzatore di eventi a tema sostenibilità, elaborando progettualità per scuole, comuni e aziende o istituzioni, sia come partner nella comunicazione, sia come realtà competente per realizzare progetti di varia natura e complessità, grazie al ricco patrimonio fatto di consolidate relazioni con lettori, istituzioni, associazioni, aziende e realtà di ogni tipo, con cui negli anni si sono attivate collaborazioni e rapporti. In seguito ai due anni di crisi pandemica la periodicità della rivista si è assestata a quattro uscite annuali (praticamente una edizione ad



ha continuato a riconoscere il valore di essere una testata di riferimento, ormai ampiamente conosciuta.

Aprile 2025 Nasce la cooperativa infoSOSTenibile

Preso atto che uno dei due soci fondatori della rivista da qualche tempo aveva manifestato la volontà di occuparsi di altro e pertanto di non essere intenzionato a proseguire nello sviluppare questo ramo d'azienda della società Marketing km Zero, il direttore Diego Moratti, insieme con la caporedattrice Simonetta Rinaldi e la designer grafica Cinzia Terruzzi, tutti e tre liberi professionisti che da parecchi anni collaborano proficuamente e insieme realizzano la quasi totalità del lavoro che porta alla redazione del giornale, hanno voluto raccogliere

e rilanciare l'eredità di infoSOSTenibile, procedendo a fondare una cooperativa di proprietà dei tre soci lavoratori. In realtà la collaborazione era iniziata ben prima dell'impegno nella redazione del giornale: i tre soci sono attivi e attivisti e da sempre lavorano con vari soggetti del territorio che si occupano di ambientalismo, consumo critico, turismo sostenibile, agricoltura biologica, ecc., insomma gli ambiti che rientrano appieno nella sfera dell'economia sociale, solidale e della sostenibilità. Per questo motivo la prima domanda è stata quella relativa a quale forma aziendale scegliere: "volevamo essere coerenti anche nella forma, oltre che nella sostanza. In modo naturale e quasi ovvio, abbiamo da subito pensato a costituire una cooperativa basata su principi di mutualità e solidarietà, dove la partecipazione orizzontale è garantita e i processi decisionali

condivisi; un'impresa a forte valenza sociale dove il profitto è sì importante, ma non è l'unico o il predominante scopo dell'attività lavorativa" affermano i tre diretti interessati. La Società infoSOSTenibile da poco fondata è infatti una cooperativa di produzione e lavoro, retta e disciplinata secondo il principio della mutualità senza fini di speculazione privata e ha per scopo quello di perseguire in forma mutualistica l'autogestione dell'impresa. Per l'avvio della società naturale è stato il ricorso alla consulenza e sostegno di Confcooperative Bergamo e alla competenza del suo Centro Servizi Aziendali Coesi.

Ed eccoci qui

"Avendo lavorato per tanti anni in aziende "tradizionali" dove il perseguimento del maggior profitto è lo scopo centrale della attività e l'organizzazione è verticistica, ho accolto con entusiasmo l'ipotesi di costituire una cooperativa - spiega Simonetta Rinaldi, caporedattrice e presidente della società cooperativa infoSOSTenibile -. Il lavoro non è un ambito secondario nella vita di una persona e il fatto che sia un'attività appassionante, creativa, che risponda ai propri principi e che sia condivisa con altre persone, mi permette di aggiungere un tassello in più al desiderio di costruire un mondo migliore".

Cinzia Terruzzi, responsabile grafica, racconta: "In questa nuova avventura cooperativa, ognuno di noi porta un contributo unico: Simonetta e Diego rappresentano l'elemento organizzativo e strutturale indispensabile, una presenza solida che tiene insieme il progetto. Io invece cerco il modo

della sostenibilità mi appartengono da sempre: sono attivista di Legambiente e collaboro con scuole e realtà del territorio per diffondere consapevolezza e buone pratiche. Dare forma e visibilità a contenuti che parlano di futuro, di rispetto per il pianeta, di nuovi modelli di vita e d'impresa è una responsabilità,

"Come direttore responsabile e fondatore della testata giornalistica fin dal 2010, sono felice di poter continuare questo progetto editoriale che ormai rappresenta un pezzo importante di storia personale e professionale, ma anche un patrimonio di relazioni, contatti, lettori, riferimenti istituzionali

e imprenditoriali che possono continuare a crescere e svilupparsi in sinergia con il territorio e la comunità di cui raccontiamo e di cui siamo parte attiva nel percorso di conversione ecologica della società - dichiara Diego Moratti, che continua nella sua carica di direttore responsabile -. Sono enormemente grato a Simonetta e Cinzia per aver raccolto e rilanciato insieme a me questa importante ma impegnativa eredità e credo fermamente che essendo da anni uno staff di lavoro già rodato e affiatato, l'apporto di ciascuno di noi, ciascuno nel proprio ruolo, ma in completa sintonia quanto a visione e passione verso i temi della sostenibilità possa solo che far crescere e approfondire il legame



migliore per trasformare idee in immagini, per organizzare i testi, per creare grafiche che rendano i contenuti più chiari, leggibili e coinvolgenti. All'interno della cooperativa, ogni parere ha lo stesso peso e tutte le opinioni vengono ascoltate: questo rende il lavoro condiviso davvero stimolante e gratificante. In particolare, sento molto forte l'importanza del giornalismo ambientale. I temi

ma anche un'opportunità creativa bellissima. Comunicare la sostenibilità significa anche renderla accessibile, leggibile, concreta. E in questo, la grafica gioca un ruolo fondamentale. D'altronde, come dice qualcuno: un graphic designer usa colori, lettere e immagini per aiutare le persone a capire meglio le cose. E noi, insieme, con infoSOSTenibile cerchiamo di farlo ogni giorno."

del giornale con il mondo e le realtà dell'economia sociale e solidale ma anche con un pubblico di lettori che vorremmo sempre più ampio, informato e concretamente attivo e partecipe alla causa della sostenibilità".

**Simonetta Rinaldi
Diego Moratti
Cinzia Terruzzi**

"Un giornale che è fedele al suo scopo si occupa non solo di come stanno le cose, ma di come dovrebbero essere"
Joseph Pulitzer

ogni stagione) ma non è diminuito il suo apprezzamento e la sua ricerca da parte dei tanti affezionati lettori nei numerosi punti di distribuzione ancora attivi. Inoltre, il mondo dell'Economia Sociale e Solidale, delle istituzioni e dell'imprenditoria green



Overshoot Day

Il giorno in cui il futuro finisce in anticipo

L'umanità consuma entro luglio tutte le risorse rigenerate dal pianeta in un anno
Il debito ecologico si traduce in crisi climatica e costi economici e sociali

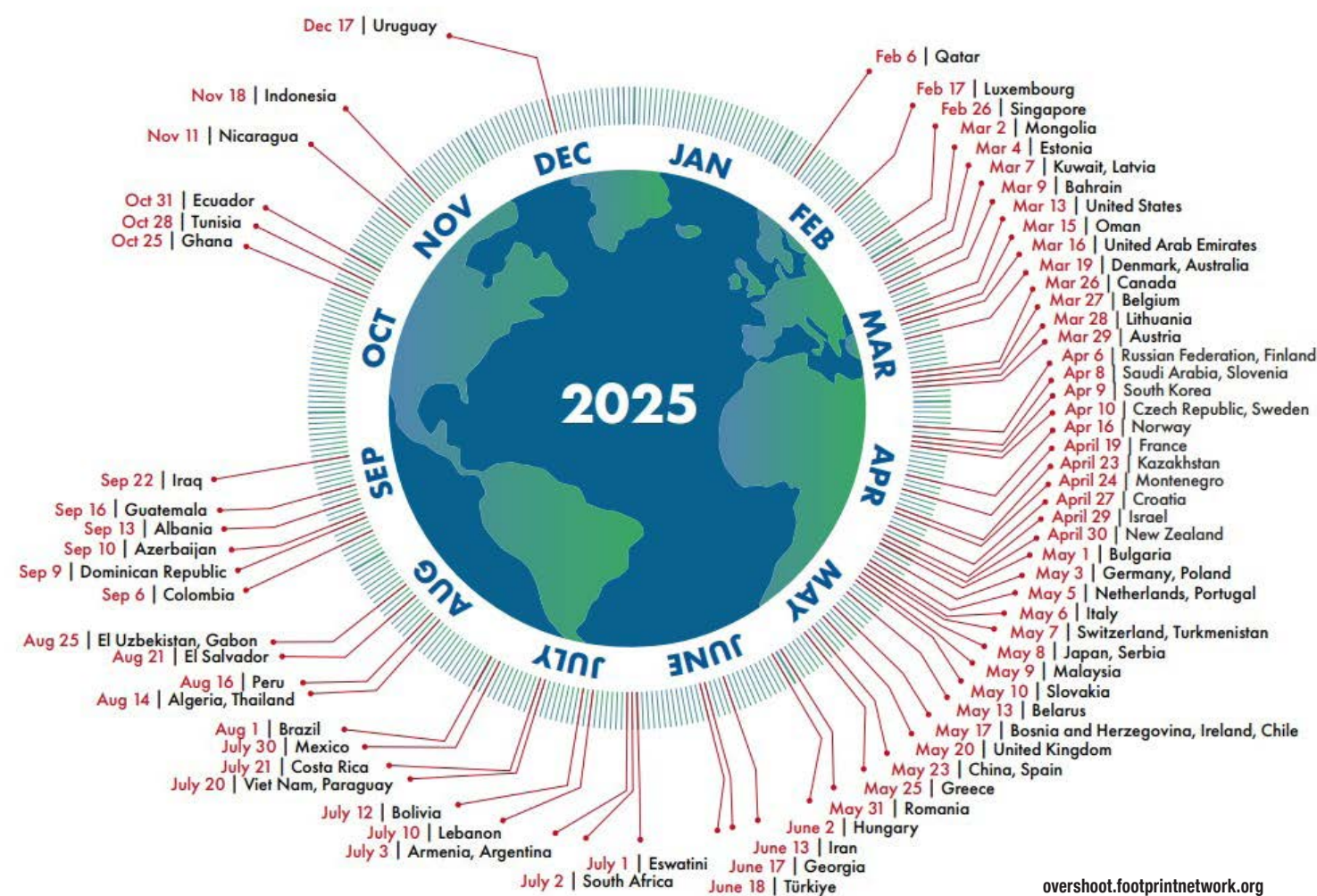
Ogni anno, in un giorno preciso, l'umanità consuma tutte le risorse naturali che il pianeta è in grado di rigenerare in dodici mesi. Quel giorno ha un nome: Earth Overshoot Day. Da quel momento in poi viviamo a debito ecologico, come un'azienda che brucia il capitale accumulato anziché vivere del proprio reddito. È una scadenza simbolica e concreta allo stesso tempo, che ci ricorda quanto la nostra economia sia in squilibrio con i cicli naturali della Terra.

L'Overshoot Day è calcolato dal Global Footprint Network, che ogni anno analizza la nostra impronta ecologica complessiva confrontandola con la biocapacità del pianeta, ovvero la sua capacità di rigenerare risorse e assorbire i nostri scarti, a cominciare dalle emissioni di CO2.

Nel 2025 l'Overshoot Day globale, secondo le stime, cadrà il 24 luglio, ma la data ufficiale globale viene annunciata il 5 giugno, in occasione della Giornata mondiale dell'ambiente. Significa che in poco meno di sette mesi la popolazione mondiale ha consumato più di quanto la Terra possa offrire in un intero anno. Un dato che fotografa una crisi ambientale strutturale: stiamo consumando le risorse 1,75 volte più velocemente di quanto la natura riesca a rinnovarle.

Country Overshoot Days 2025

When Earth Overshoot Day would land if all the people around the world lived like...



overshoot.day

Italia in debito dal 6 maggio 2025

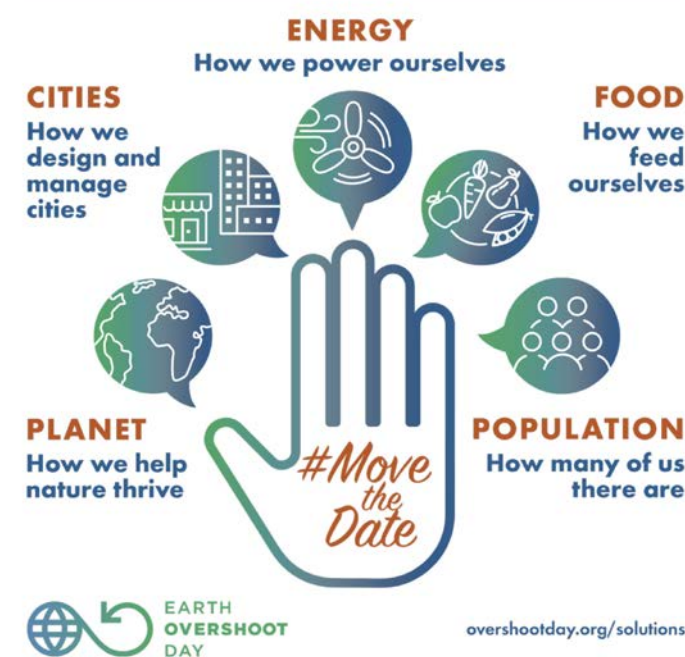
Ma c'è un altro dato che dovrebbe preoccuparci ancora di più: il Country Overshoot Day, cioè la data in cui una singola nazione esaurisce il proprio "budget ecologico" se tutti gli abitanti del mondo vivessero come i cittadini di quel Paese. In Italia nel 2025 l'Overshoot Day è caduto

il 6 maggio (<https://economycircle.com/overshoot-day-italia-2025-impronta-ecologica/>). È come dire che, se tutta l'umanità adottasse lo stile di vita medio italiano, ci servirebbero più di due pianeti per sostenere i nostri consumi. Guardando agli ultimi anni, il trend non è incoraggiante. Nel 2018 l'Italia aveva esaurito le risorse il 15 maggio. Nel 2020,

complice il rallentamento dell'economia per la pandemia, l'Overshoot Day italiano era slittato al 14 giugno, un piccolo segnale positivo. Ma negli anni successivi la data è tornata ad anticiparsi a maggio: 13 maggio nel 2021, 15 maggio nel 2022 e anche nel 2023, per finire con l'ulteriore anticipo al 6 maggio di quest'anno. Questo slittamento non è lineare, ma mostra una tendenza di

fondo: nonostante i proclami, non stiamo per niente riducendo la nostra pressione sugli ecosistemi, anzi. Ogni giorno di anticipo è un pezzo di futuro che ci mangiamo. Stiamo impoverendo i suoli, prosciugando le risorse idriche, esaurendo le riserve di biodiversità e aumentando la concentrazione di gas serra nell'atmosfera. Le generazioni future, ma gli ef-

#MoveTheDate



fetti sono già evidenti ora, ereditano un pianeta più fragile, più instabile, con meno risorse a disposizione e più rischi climatici da affrontare.

Il debito ecologico non è un'astrazione: si traduce in alluvioni, siccità ed eventi estremi più frequenti, in insicurezza alimentare, nella perdita di territori abitabili e produttivi, nella crisi della biodiversità, nel degrado degli ecosistemi che ci forniscono aria pulita, acqua potabile e fertilità dei suoli. È un debito che non può essere ripagato in moneta, ma solo cambiando modello.

Cosa possiamo fare per invertire la rotta

La buona notizia è che la

data dell'Overshoot Day può essere spostata avanti. Secondo il Global Footprint Network, basterebbe ritardare la data di quattro giorni ogni anno per tornare in equilibrio con il pianeta entro il 2050. Ma per farlo serve un cambiamento profondo e collettivo.

A livello sistemico, servono politiche pubbliche che incentivino la transizione ecologica, investimenti nella mobilità sostenibile, nella riqualificazione energetica degli edifici, nell'economia circolare, nella conversione agroecologica. Serve un nuovo patto tra economia e ambiente, che metta al centro i limiti del pianeta e la giustizia intergenerazionale. Ma anche le scelte individuali contano. Usare meno l'auto e più i mezzi pubblici o la bicicletta, limitare lo spreco di energia

CHE COS'È L'IMPRONTA ECOLOGICA?

L'impronta ecologica misura la quantità di risorse naturali che un individuo, una comunità o un Paese consuma per vivere: cibo, energia, trasporti, beni di consumo, uso del suolo, assorbimento delle emissioni di CO2. Si esprime in ettari globali (gha) e viene confrontata con la biocapacità della Terra, cioè la capacità degli ecosistemi di rigenerare quelle risorse e assorbire gli scarti. Se l'impronta ecologica supera la biocapacità, si entra in debito ecologico: è ciò che succede ogni anno dopo l'Overshoot Day.

CHI CALCOLA L'OVERSHOOT DAY?

Il Global Footprint Network è un'organizzazione internazionale di ricerca, fondata nel 2003 da Mathis Wackernagel (l'inventore del concetto di impronta ecologica) e da altri scienziati ambientali. Il suo obiettivo è misurare l'impatto delle attività umane sul pianeta e promuovere un'economia compatibile con i limiti ecologici della Terra.

Ogni anno il Network pubblica i dati aggiornati sull'Overshoot Day globale e sui Country Overshoot Days, utilizzando indicatori come l'impronta ecologica e la biocapacità. I suoi rapporti sono utilizzati da governi, istituzioni, scuole e attivisti per orientare politiche e sensibilizzazione ambientale.

Sito ufficiale: www.footprintnetwork.org

HALF the Earth's biocapacity is used TO FEED US



WE WOULD #MOVETHEDATE OF EARTH OVERSHOOT DAY

32 DAYS



IF WE

- prevent food loss and food waste
- prefer plant-based foods
- adopt agroecological and regenerative practices.

These contribute to healthy, sustainable, and affordable diets for all.



e acqua, scegliere prodotti locali e di stagione e ridurre il consumo di carne e prodotti animali, ridurre l'acquisto di beni superflui, allungare la vita degli oggetti, sono tutti gesti che, moltiplicati per milioni di persone, possono avere un impatto reale.

L'Overshoot Day non è solo una data sul calendario: è un termo-

metro della nostra civiltà. Ogni giorno in più guadagnato è un segnale di speranza. Ma per costruire un futuro in cui non si viva più a debito ecologico, serve che questa speranza diventi visione, e la visione si trasformi in azione.

■ Nicola Cremaschi

ESTATE 2025: caldo record

Come le città europee si stanno preparando ad affrontare l'estate più calda di sempre

“Quella di quest'anno sarà l'estate più calda mai registrata”. Sono anni che i notiziari ne parlano, alzando sempre di più l'asticella delle temperature e le mappe previsionali aggiornate a maggio 2025 del Centro europeo per le previsioni meteorologiche a medio termine non promettono nulla di diverso, sottolineando che, quella di quest'anno, sarà un'estate estremamente calda per l'Italia, con temperature sopra la media da giugno a ottobre.

Si inserisce nel panorama meteorologico europeo anche la possibilità concreta dell'instaurarsi di una Heat Dome, o “cupola di calore”. Questo fenomeno atmosferico previsto tra luglio e agosto, vede un campo di alta pressione che si stabilizza e tende a scaldare ulteriormente l'aria per compressione, intrappolandola nei bassi strati e impedendo l'ingresso di correnti fresche. Un'ondata di caldo persistente attende lo stivale con temperature massime anche di 44-45°C nelle regioni settentrionali e “notti tropicali” anche in città costiere come Napoli, Bari, Palermo e Cagliari dove si registreranno temperature minime superiori ai 24-25°C. Le peggiori cupole di calore mai registrate in Italia sono state quelle di luglio 2003 e agosto 2023, con picchi di 48,2°C in Sicilia.

Nel frattempo il cambiamento climatico non accenna ad arrestarsi e, per quanto ognuno possa cercare sollievo lontano dalle città e dai centri urbani, questi ultimi sono i primi che ne soffrono, dopo i boschi che man mano stanno scomparendo a causa degli incendi sempre più frequenti, dei ghiacciai

di dimensioni sempre più ridotte e della barriera corallina sempre meno colorata

Alcune soluzioni

Insieme al cambiamento climatico, altri fattori concorrono a far percepire le città più calde. Fra tutti, la cementificazione e la conseguente mancanza di alberi che abbassino le temperature e garantiscano ombra ai passanti, la circolazione ancora alta di auto nei centri urbani che

Bordeaux, Francoforte e Barcellona

Queste tre città, ad esempio, hanno scelto la stessa via: coprire i binari dei tram con l'erba. Il ferro che compone i binari si scalda molto velocemente sia a causa del sole, sia a causa dell'attrito provocato dal contatto con i treni che corrono sulle rotaie ad altissime velocità; inoltre, il ferro non assorbe il calo-

temperature realizzati con il sistema ERS (Embedded Rail System), che prevede l'uso di elastomero, un materiale flessibile. I binari sono stati poi incassati all'interno di una fessura nel manto stradale e fissati con un sistema di ancoraggio che ne impedisce il movimento e la deformazione. Questa soluzione, oltre ad avere ben oltre i 35°C.

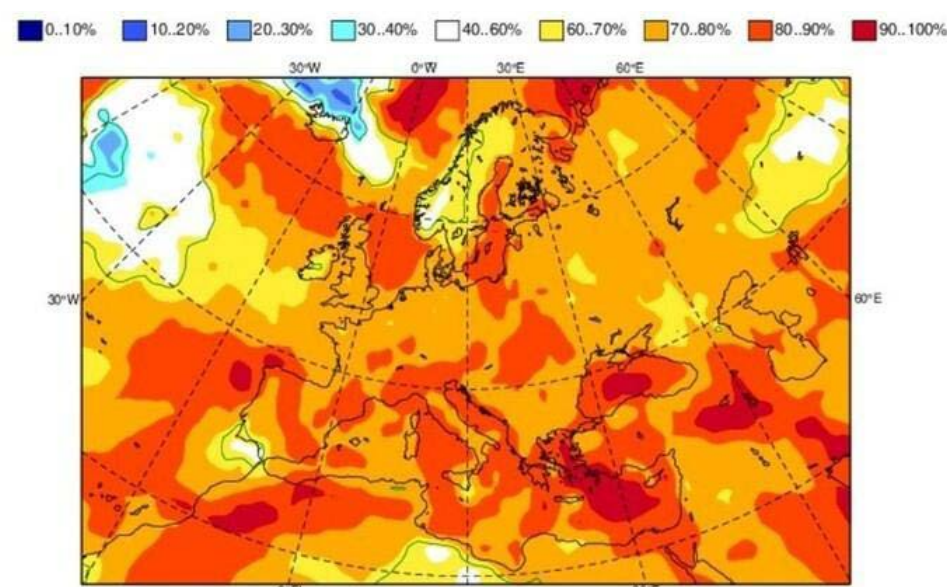
Il progetto ha posto in essere un'ampia rete di parchi pubblici che permettono alla maggior parte dei residenti nell'area urbana della capitale francese di raggiungere una di queste aree verdi in meno di sette minuti. Utilizzando un'app gratuita che sfrutta la geolocalizzazione del cellulare, i cittadini possono trovare l'“Isola di freschezza” più vicina a loro e ricevere consigli per proteggersi dal caldo. Allo stesso modo, anche la capitale spagnola ha in cantiere un ambizioso progetto: il “Bosque Metropolitano”. Una cintura verde lunga 75 km e composta da più di un milione e mezzo di alberi che contribuirà al riequilibrio della città, alla riduzione delle emissioni di CO2, al ripristino ecologico e paesaggistico delle aree degradate e all'aumento dell'offerta di percorsi pedonali e ciclabili sia per i residenti che per i turisti.

Dalla Grecia alla Puglia

Tetti verdi e pareti bianche. In sintesi è la strategia adottata in Grecia, dove ad Atene il sindaco incoraggia i cittadini a piantare fiori e piante nelle loro case in modo tale che il calore del sole venga assorbito dalla vegetazione.

Parigi e Madrid

Altri sistemi grazie ai quali le città europee stanno cercando di portare sollievo ai propri abitanti mettono al centro il verde, come la realizzazione di “Isole di freschezza” a Parigi, dove le



Possibilità di temperature sopra la media a luglio 2025

riscaldano l'ambiente e impattano sulla qualità dell'aria con i loro gas di scarico, la presenza di fabbriche a ridosso dei centri abitati e la coltre di smog che trattiene al suolo tutto il calore prodotto dalla città. Le città stanno correndo ai ripari vagliando soluzioni che permettano ai loro abitanti di resistere a questo insieme di fattori che rendono i centri urbani invivibili in questo periodo dell'anno.

re ma lo riflette. La soluzione adottata dalle tre città permette di raffreddare l'area circostante attraverso la traspirazione, fornisce l'habitat per gli insetti e riduce le vibrazioni dei tram. In aggiunta, la vegetazione consente un maggiore assorbimento dell'acqua piovana che con le sempre più frequenti inondazioni improvvise sta creando non pochi problemi. Per migliorare la qualità dei trasporti, i binari sono



“Oltre al cambiamento climatico, ci sono anche altri fattori che aumentano la precezione del caldo in città”

Dalla terraferma alle isole Cicladie e a quelle del Dodecaneso, le case bianche attirano da sempre turisti da tutto il mondo per la loro bellezza ma non tutti ne conoscono i benefici.

Dipingere di bianco le pareti e i tetti delle case è sempre stata una strategia per riflettere la luce del sole e abbassare le temperature interne; ma gli ingegneri della Purdue University, negli Stati Uniti, hanno recentemente sviluppato una vernice

bianca capace di riflettere ancora di più i raggi del sole, rendendo le case circa 4,5°C più fresche di giorno e quasi 10°C di notte.

Lo stesso metodo è stato implementato anche in Italia sin dal XIV secolo con i trulli di Alberobello, Locorotondo e altre località pugliesi.

Le particolari costruzioni, oltre al colore bianco, hanno adottato altri sistemi di isolamento termico come la forma conica e la costruzione a secco con pietra calcarea, che creano una camera d'aria in grado di assorbire gli sbalzi di temperatura e mantenerla stabile all'interno in tutte le stagioni, contribuendo così a ridurre consumo energetico ed emissioni, oltre a renderli un modello di architettura bioclimatica.



Vienna e Copenhagen

Più a nord, la città di Vienna ha installato un sistema di nebulizzatori di brina a disposizione della popolazione, che vengono attivati al raggiungimento di temperature molto elevate, posizionati in zone aperte con piante e alberi per permettere alla vegetazione di assorbire l'umidità. Ancora più a nord, Copenhagen ha optato per il “teleraffreddamento”, un sistema di raffreddamento che utilizza una risorsa sostenibile, abbondante e locale per raffreddare l'acqua: il mare.

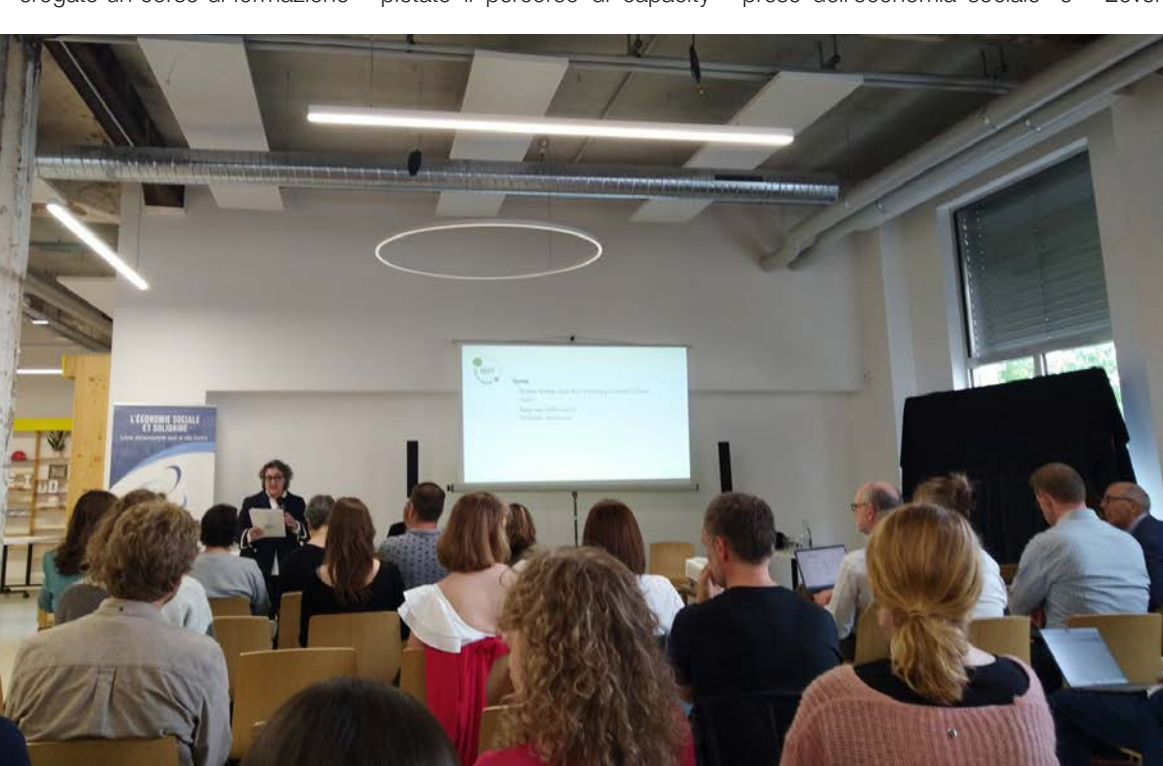
Skills for Transition Imprese in rete per la sostenibilità

Con Coesi e Confcooperative a Strasburgo per rafforzare ecosistemi territoriali che facilitino la transizione verde delle imprese dell'economia sociale

La transizione ecologica in economia, come nella totalità delle attività umane, è un imperativo che condiziona già da anni la direzione delle imprese e della società tutta e questa tendenza non può che continuare ad accrescersi nei prossimi anni. E questo non per una scelta autolesionista ambientalista, come vorrebbe una narrazione contraria che purtroppo ha raggiunto i vertici istituzionali internazionali, bensì perché è un dato di fatto

che le risorse planetarie su cui è basata l'economia di questi ultimi secoli stanno via via esaurendosi, o comunque hanno un costo di utilizzo sempre maggiore. Gioco-forza, le aziende più lungimiranti si stanno muovendo con vigore verso la sostenibilità del proprio assetto economico, perché hanno compreso che, per stare sul mercato e nel contesto di un utilizzo intelligente delle risorse del pianeta, questo aspetto sarà decisivo su chi sarà veramente competitivo in un prossimo futuro. Se per alcune realtà aziendali solide e im-

merse appieno nell'evoluzione tecnologica e nella transizione digitale ed energetica la possibilità di avviarsi in questo percorso è soprattutto una scelta imprenditoriale, per realtà più piccole e con ambiti meno direttamente esposti a queste sfide globali risulta fondamentale la presenza di un sistema territoriale che fa-



sulla sostenibilità e transizione green, finalizzato a sostenere gli enti dell'economia sociale a promuovere modelli di business a basso impatto ambientale, misurare le proprie performance ESG (Environmental, Social, Governance) e apprendere come comunicare i propri sforzi in modo più efficace, raccogliendo

dati e diffondendo i risultati a un pubblico più ampio. Inoltre il progetto offre alle realtà che hanno completato il percorso di formazione l'opportunità di accedere a un contributo a fondo perduto a sostegno di un progetto pilota di transizione ecologica. Ad oggi 18 micro e piccole imprese dell'economia sociale e 24 cooperative sociali di medie dimensioni della provincia di Bergamo hanno completato il percorso di capacity

building. Le cooperative aderenti al percorso sono state invitate a partecipare all'evento finale del progetto SKI.F.T. che si è tenuto a Strasburgo, in Francia, una delle due sedi del Parlamento Europeo. Da Bergamo, con Csa Coesi, hanno partecipato al seminario le cooperative sociali Barone Rosso e Solaris,

L'incontro con la rete europea e internazionale

il consorzio Solco Città Aperta, l'associazione Asd Virtual Life e anche la nostra neonata Cooperativa Infosostenibile.

L'evento ha avuto l'obiettivo di condividere i principali risultati del progetto SKI.F.T. nei vari Stati aderenti e di presentare gli strumenti concreti e le buone pratiche per la transizione verde messi in campo nell'economia sociale dei singoli Paesi. Altro obiettivo dell'incontro è stato discutere di come favorire gli attori dell'economia sociale nei processi di transizione verde, attraverso la creazione di partenariati locali e quadri politici favorevoli, che includano meccanismi di co-costruzione delle politiche pubbliche, come già avviene in alcune città europee dove è prevista la partecipazione istituzionale, periodica e organizzata delle realtà dell'economia sociale del territorio. Infine questi incontri sono momenti ideali per offrire l'opportunità di uno scambio diretto di esperienze e competenze tra imprenditori dell'economia sociale, organizzazioni di supporto all'economia sociale, autorità locali e regio-

nali e accademici provenienti da diversi Stati membri europei, nonché rappresentanti di organizzazioni europee e internazionali. A loro si sono unite micro e piccole imprese dell'economia sociale provenienti da Danimarca, Grecia, Italia, Malta, Polonia e Spagna, tutte beneficiarie di finanziamenti diretti nell'ambito dell'iniziativa SKI.F.T., cofinanziata dal programma europeo Cosme-Smp.

L'evento ha avuto l'obiettivo di condividere i principali risultati del progetto SKI.F.T. nei vari Stati aderenti e di presentare gli strumenti concreti e le buone pratiche per la transizione verde messi in campo nell'economia sociale dei singoli Paesi. Altro obiettivo dell'incontro è stato discutere di come favorire gli attori dell'economia sociale nei processi di transizione verde, attraverso la creazione di partenariati locali e quadri politici favorevoli, che includano meccanismi di co-costruzione delle politiche pubbliche, come già avviene in alcune città europee dove è prevista la partecipazione istituzionale, periodica e organizzata delle realtà dell'economia sociale del territorio. Infine questi incontri sono momenti ideali per offrire l'opportunità di uno scambio diretto di esperienze e competenze tra imprenditori dell'economia sociale, organizzazioni di supporto all'economia sociale, autorità locali e regio-

politici e altri stakeholder provenienti da altri Stati. Dal punto di vista delle istituzioni e delle reti internazionali, queste occasioni sono la base per elaborare prospettive per future azioni politiche a diversi livelli, tant'è che il programma ha sempre visto la presenza di autorità locali ed europee che hanno partecipato ai lavori e al confronto aperto. Significativo lo stesso luogo dell'evento, che è stato ospitato da Kaleidoscoop, un "luogo transfrontaliero in cui vivere e lavorare", emblematico della transizione verde, sociale ed economica di Strasburgo, sul confine tra Francia, Germania e la vicina Svizzera. Confcooperative Bergamo e il proprio Centro Servizi Csa Coesi, con la collaborazione del Dipartimento di Scienze Aziendali dell'Università di Bergamo hanno infine organizzato un laboratorio multistakeholder di ricerca-azione sulla sostenibilità sulla misurazione delle performance ESG nelle imprese cooperative, in programma il 6 giugno presso Palazzo Bazzi-Rathgeb a Bergamo.

Modelli economici più equi e partecipativi

“Grazie al progetto SKI.F.T., le cooperative partecipanti al seminario hanno avuto l'opportunità di conoscere da vicino realtà locali attive nell'economia sociale, in particolare nei settori dell'economia circolare, della cultura, della mobilità sostenibile e delle filiere agricole. Hanno inoltre incontrato micro e piccole imprese impegnate nella transi-

Modelli economici più equi e partecipativi

zione verde, provenienti dalla Francia, da altri Stati membri dell'Unione Europea e dal Regno Unito - spiega Elena Scanferla, responsabile del progetto -. Durante gli incontri a Strasburgo, abbiamo portato l'esperienza dell'ecosistema bergamasco per rafforzare alleanze transnazionali e favorire lo scambio di buone pratiche: dalla transizione ecologica delle imprese sociali al ruolo strategico delle città nella promozione di modelli economici più equi e partecipativi. Sono stati tre giorni intensi di dialogo, confronto e visioni condivise tra istituzioni locali, società civile e innovazione sociale”.



Una sottolineatura di un'accezione della parola “competitività” in chiave leggermente diversa da quanto spesso associato a questo concetto a livello economico e istituzionale mainstream viene da Giuseppe Guerini, Presidente Cecop - Cicopa Eu-

rope, intervenuto a Strasburgo: “Siamo tutti chiamati a contribuire all'aumento della competitività e le imprese cooperative sono pronte a fare la loro parte. Tuttavia, è fondamentale chiarire che per noi la competitività non si riduce a una dinamica di concorrenza di mercato, oggi

Quali sono gli obiettivi dell'economia circolare?



la competitività è multidimensionale e non riguarda semplicemente l'affermazione di un'impresa su un'altra, ma include la dimensione delle comunità locali, quella delle competenze delle persone, dei sistemi politici e dei sistemi sociali. Le cooperative di lavoro e le cooperative

i settori economici e industriali. In questa prospettiva le alleanze locali e internazionali sono fondamentali, non possiamo sopravvivere senza queste reti, per essere presenti e influenti a tutti i livelli”.

sociali sono sempre state consapevoli che la competitività senza la qualità della vita delle persone significa legge della giungla selvaggia. Se l'Europa non vuole essere sopraffatta - continua Guerini - deve scegliere la strada di una competitività che sappia anteporre al profitto le persone e quei valori di democrazia e partecipazione che hanno contribuito a definire i tratti distintivi del sistema economico europeo. L'economia sociale può svolgere un ruolo strategico per mantenere la competitività e allo stesso tempo la democrazia in tutti



GLI AMICI DI INFOSOSTENIBILE

Unisciti alla rete dei nostri partner
per un'informazione più sostenibile



Az. Agricola Il Faggio
Via del Cereto
24021 Dossello di Albino (BG)
+39 035 772485
+39 342 1965509
info@agriturismoilfaggio.com



inclusivi per natura

info e prenotazioni su whatsapp: 338 611 0826
bopoponteranica.it



Produzione e vendita al dettaglio
di abbigliamento sportivo

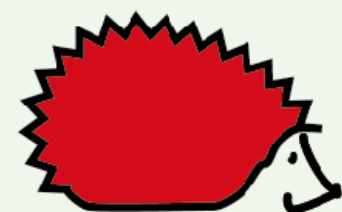
Via Don Vavassori, 1 - 24027 - Nembro (BG)
Tel. +39 035 52 08 49
E-Mail: info@grandegrimpe.it



infoSOstenibile

il tuo partner
per la comunicazione

Contattaci:
info@infosostenibile.it
cell. e whatsapp 328 7448046



Parco del Colli
di Bergamo



pizzeria: via Mazzini 78 - Albino

Scarica la nostra app:



Android



Apple

GREEN SOCIAL ECONOMY

13

Comunità Energetiche Rinnovabili In rete con Fondazione Flander Italia Ets

In tutta Italia una rete di CER territoriali con configurazioni dedicate
alla propria città. Piccinini: “Riduzione di costi per Comuni, aziende e privati”

Ai tanti vantaggi che ci sono per i comuni, le imprese e i cittadini che vogliono costituire una Comunità Energetica Rinnovabile, si profila l'aggiunta di un'ulteriore opportunità che potrebbe entrare in vigore nelle prossime settimane, grazie al decreto firmato dal ministro dell'Ambiente e della Sicurezza Energetica, Gilberto Pichetto, che introduce importanti novità e allarga il perimetro dei beneficiari dei contributi: prima fra tutti la possibilità di finanziamento fino al 40% a fondo perduto degli impianti fotovoltaici che rientreranno nelle CER, anche per i comuni sopra i 5mila abitanti (e fino a 50mila abitanti). Naturalmente il decreto prima di entrare in vigore deve essere vagliato dalla Corte dei Conti per essere effettivo; in ogni caso, ultimato l'iter di approvazione, questo provvedimento potrà portare concreti benefici a un numero elevato di comuni e cittadini italiani, prima esclusi da questa agevolazione. Difatti i comuni con popolazione fino a 50mila abitanti rappresentano la maggioranza di tutti i comuni italiani, che potranno avvalersi di questa opportunità.

Gianluigi Piccinini, presidente della Fondazione Flander Italia Ets, che ora opera in tutto il territorio nazionale con la peculiarità di essere una rete indipendente, pensata per cittadini e aziende di ciascuna comunità, commenta: “Se il decreto verrà approvato definitivamente, si amplierà di molto

la platea di cittadini, imprese e Amministrazioni comunali che potranno avvalersi di contributi a fondo perduto fino al 40% dei costi degli impianti fotovoltaici che rientreranno in una Comunità Energetica Rinnovabile. Ricordiamo - continua Piccinini - che le Comunità Energetiche e i Gruppi di Autoconsumo già ora assommano una serie di vantaggi economici, ambientali, ma anche di valore per la propria comunità: l'obiettivo di Fondazione Flander Italia è proprio quello di essere uno strumento che faciliti la creazione di CER, ideate per ottimizzare la produzione e il consumo dell'energia rinnovabile in un territorio. Per questo motivo tutti i cittadini aderenti, sia produttori che consumatori di energia condivisa, beneficiano di incentivi economici ventennali con conseguenti risparmi in bolletta, mentre una quota di contributi va ad alle-

viare casi di povertà energetica della propria città. Senza contare che a beneficiare alla fine è soprattutto l'ambiente grazie alla riduzione del consumo di fonti fossili, a vantaggio delle fonti rinnovabili, distribuite sul territorio e non dipendenti da Paesi esteri”. Rispetto alle problematiche che molti comuni trovavano nel costituire un'associazione ad hoc per realizzare una Comunità Energetica nel proprio territorio, che richiede responsabilità economiche, civili e penali a carico dei sindaci o dei referenti territoriali, la soluzione proposta dalla Fondazione Flander ha riscosso vasti apprezzamenti e, dobbiamo dire, parecchie imitazioni: “Con la soluzione che abbiamo ideato, ogni comune può aderire alla Fondazione Flander Italia, che ha una cornice giuridicamente definita, con un presidente e legale rappre-

I VANTAGGI

I benefici di aderire a Fondazione Flander Italia ets

- Adesione gratuita in una comunità energetica rinnovabile già attiva sul tuo comune
- Riduzione dei costi energetici
- Benefici ambientali e sociali
- Supporto tecnico e organizzativo

Per entrare a far parte della Fondazione Flander Italia E.T.S. e sostenere un futuro energeticamente sostenibile, scrivi o consulta il sito web con tutte le informazioni

cell. 338 2265382 / 348 5249640
info@fondazioneflanderets.it
www.fondazioneflanderets.it



sentante a cui fanno capo tutte le eventuali responsabilità, pur consentendo a ciascun comune di mantenere una configurazione territoriale autonoma, un proprio regolamento e una propria identità - spiega ancora Gianluigi Piccinini - Si semplificano così di molto la burocrazia e le responsabilità a carico di un'amministrazione comunale, dal momento che ogni Cer dovrà in ogni caso rispondere per i successivi 20 anni degli incentivi economici che il Gse deve erogare”.

Cooperativa Il Sole e la Terra Soci e servizi in forte crescita

All'Assemblea annuale presentato il Bilancio sociale 2024: aumentano spazi e attività, ma al centro restano sempre la solidarietà e il rispetto per ambiente e lavoro

Numeri, soci e fatturato in costante crescita e un dibattito aperto su come continuare a garantire un positivo connubio fra una robusta sostenibilità economica e i principi di solidarietà, partecipazione e consumo critico, valori che fin dalla fondazione nel 1979 rappresentano la mission della cooperativa Il Sole e la Terra.

Veramente lusinghiero e colmo di risultati concreti il bilancio sociale 2024, presentato dal Consiglio di amministrazione della cooperativa, presieduto da Claudio Merati, che ha sintetizzato in slide e percentuali l'attività e i progressi di un intero anno.

Solido lo stato patrimoniale e la situazione economica della cooperativa, con un fatturato che supera i 6 milioni e 700 mila euro, con un aumento dei ricavi nel 2024 di ben 781 mila euro.

A questo dato si affianca una decisa crescita del numero di soci "attivi" (con almeno uno scontrino nell'ultimo anno) che sono passati negli ultimi due anni da 6.155 a 7.146, quasi 1000 in più, di cui ben 543 soci acquisiti nel 2024.

Si faccia attenzione: fatturato e numero di soci attivi non sono solo una questione economica o commerciale, perché, se una mission della cooperativa è fornire cibo sano a più persone possibili e sostenere un'agricoltura di qualità, a prezzi accessibili per chi acquista e con costi sostenibili per chi produce, allora ne consegue che l'aumento dei clienti e delle vendite significa che sempre più famiglie stanno accedendo a un'alimentazione di qualità e che molti

produttori hanno nel punto vendita di Curno un valido sbocco di mercato. Un'opportunità resa possibile grazie al lavoro messo in campo dalla cooperativa a favore dei numerosi associati che ogni giorno frequentano il



negozio, i quali diversamente troverebbero difficile usufruire di un simile accurato servizio di selezione, certamente non disponibile nel resto della media e grande distribuzione.

Detto questo, è in ogni caso ben chiaro agli amministratori che l'obiettivo della cooperativa, come da Statuto, non è la finalità di lucro; al contrario, la solidità economica rappresenta uno strumento funzionale ad aumentare opportunità e servizi per i soci: dall'educazione alimentare all'informazione, dalla socialità ai valori solidali e mutualistici. "Questi numeri così ragguardevoli non devono di-

stoglierci dai valori fondanti della nostra storica realtà che, lontana da finalità speculative, intende promuovere il più possibile i principi di solidarietà, di rispetto del pianeta e delle persone che lo abitano e che ci lavorano, la

così come il sostegno a realtà che operano a livello nazionale e internazionale, come Emergency, ResQ Save the People e Isrec Bergamo - movimento per le donne. Accanto all'ampliamento degli

"Importante è l'attività di sostegno solidale a progetti legati al territorio in cui la cooperativa è inserita, così come il sostegno a realtà che operano a livello nazionale e internazionale, come Emergency, ResQ Save the People e Isrec Bergamo - movimento per le donne"

ficoltà, dovuta forse al cambio di stili di vita e della sempre più precaria situazione economica dei giovani: su questo punto c'è sicuramente un'attenzione di fondo da parte di tutti per trovare strade di coinvolgimento e partecipazione e continuare questo percorso della nostra cooperativa, impegnativo ma entusiasmante e prezioso, per tante famiglie, per tanti produttori e per una sintonia con il nostro pianeta: missione, di nome e di fatto, della cooperativa "Il Sole e la Terra".

Il Bilancio sociale 2024

Entrando nel merito del bilancio sociale, presentato e votato all'unanimità all'assemblea dei soci di giovedì 22 maggio 2025, tra le attività caratterizzanti il 2024 si annovera l'aumento della dotazione spazi del negozio, della cucina e degli uffici, il conteni-

mento dei consumi energetici e la promozione della Comunità Energetica Rinnovabile di Curno e inoltre un investimento particolare nell'aggiornamento dei canali di comunicazione, con oltre 5600 follower su Facebook e 2000 visualizzazioni di post o di video realizzati dal personale stesso. A seguire verrà rinnovato anche il sito web.

Sono continuate inoltre le Campagne contro il caro-vita, con la riduzione dei costi di alcuni prodotti primari come olio, riso, pane, frutta, verdura e cereali.

Aumento di spazi, clienti e attività significa di conseguenza au-

mento del personale, con due nuove assunzioni per un totale di 28 dipendenti, di cui 26 contratti a tempo indeterminato e 2 a tempo determinato. Nel dettaglio la crescita del fatturato si manifesta costante dal 2020 (5 milioni 188 mila euro) al 2024 (6 milioni 700 mila euro), con un vero balzo pari a + 781 mila euro nell'ultimo anno. Da sottolineare che tutti i reparti hanno avuto un incremento delle vendite rispetto al 2023 e in generale sono stati emessi più scontrini dell'anno precedente, con un incremento del 9,59%.

In forte crescita anche il risto-

ro: nel 2024 sono stati serviti 37.496 vassoi, rispetto ai 33.285 del 2023, con un incremento del 12,6%. È stato quasi raggiunto il massimo della capacità operativa, che ha comportato in alcune giornate dei tempi di attesa elevati: una situazione che viene monitorata per assumere eventuali provvedimenti al riguardo.

I fornitori della cooperativa sono ben 380 per 9.064 referenze, in aumento rispetto al 2023. Il numero elevato dei prodotti fa della cooperativa un punto vendita particolarmente specializzato e qualificato in grado di soddisfare le esigenze dei soci coniugando qualità e convenienza. Dove possibile si fa riferimento a fornitori diretti, aziende agricole e artigianali di trasformazione, che costituiscono oltre il 55% dei fornitori. Circa il 10% dei fornitori sono bergamaschi, soprattutto aziende orticole e vinicole.

■ **Diego Moratti**



Nel 2024 sono stati serviti **37.496** vassoi, rispetto ai **33.285** del **2023**, con un incremento del **12,6%**

IL PERSONALE

I lavoratori della cooperativa al 31/12/24 sono **28** (comprese due nuove assunzioni):

- 1 coordinatore di negozio**
- 4 addette al servizio soci (cassiere)**
- 4 reparto ortofrutta**
- 2 reparto fresco-self**
- 4 reparto secco**
- 1 erboristeria**
- 3 banconisti**
- 5 cucina**
- 4 ufficio amministrativo**

19 a tempo pieno e **9** a tempo parziale, **26** contratti a tempo indeterminato e **2** a tempo determinato.

La componente femminile è pari a **17 (60,71%)** e quella maschile è pari a **11 (39,29%)**.

Continuano i tirocini, gli inserimenti lavorativi e i tirocini scolastici

Ludobus Giochingiro Perché il gioco è una cosa seria

La ludoteca viaggiante della cooperativa Alchimia festeggia la lunga storia della sua attività con la Carovana del gioco

Se vi piace giocare, quest'anno avete una carovana di occasioni per farlo!

La ludoteca viaggiante "Ludobus Giochingiro" compie 20 anni e per festeggiare ha pensato di organizzare un viaggio di 20 tappe, chiamato la "Carovana del gioco", che sta portando in giro per la Lombardia tanti giochi, risate e fantasia. Partita il 3 maggio, la Carovana si sposta in luoghi come piazze, parchi e oratori per animare fantastiche giornate all'insegna del divertimento all'aria aperta. Gran finale il 20 settembre sul Sentierone a Bergamo, con la premiazione del concorso: "Viaggiatore del gioco".

Il gioco non è solo divertimento

Il Ludobus è nato nel 2005 con il sogno di portare il gioco libero ovunque, farlo vivere e respirare, trasformando ogni luogo in un universo di gioco, incontro e meraviglia grazie ai suoi animatori professionisti che curano le attività oltre alla produzione e manutenzione delle attrezzature, principalmente in legno e materiali naturali. Ma l'iniziativa non si pone "semplicemente" l'obiettivo di far trascorrere qualche ora lieta a grandi e piccini: intende anche sostenere la naturalità del gioco e garantirne il diritto, restituendo a questa attività una posizione importante nella crescita dell'individuo per il suo valore formativo, educativo, relazionale e comunitario. Inoltre, favorisce la trasmissione della memoria e della cultura ludica, attraverso la riscoperta e rielaborazione di giochi tradizionali e la ricerca e



la sperimentazione di nuove forme ludiche. Infine, non di secondaria importanza è la possibilità offerta alle comunità di riconquistare spazi cittadini, vivendo, sia pure in modo estemporaneo, il cambiamento della propria città in una chiave ludica e aggregativa.

Dopo 20 anni ancora si gioca

In 20 anni di attività il Ludobus ha "macinato" una quantità incalcolabile di chilometri, visitato più di 100 città, incontrato oltre 30.000 bambini e famiglie che

hanno giocato, ma hanno anche riso e sorriso, corso, inventato, si sono messi alla prova, usato il corpo, l'astuzia e la collaborazione, riscoprendo il piacere di stare insieme e vivere gli spazi pubblici. Oggi il Ludobus Giochingiro, che aderisce all'associazione nazionale dei ludobus e delle ludoteche "Ali per giocare", rappresenta un punto di riferimento nel panorama italiano del gioco educativo itinerante, con una storia ricca di innovazione e un forte impegno verso la promozione della libertà di gioco nei contesti urbani e il benessere



delle nuove generazioni.

Concorso in 20 tappe

Ogni appuntamento della "Carovana del gioco" è gratuito, aperto a tutti e pensato per far vivere ai bambini e alle loro famiglie un momento unico e celebrare nel migliore dei modi la lunga storia del Ludobus. Le tappe si concluderanno con il gran finale: una festa memorabile che si terrà il 20 di settembre sul Sentierone a Bergamo. Chi avrà partecipato al concorso "Viaggiatore del gioco" e

avrà giocato almeno 5 volte in 5 piazze diverse, esclusa la festa finale, avrà la possibilità di essere tra i 100 bambini e bambine che riceverà una sorpresa. Basta cercare il QR Code di ogni fermata all'arrivo in piazza, inquadrarlo e registrare la presenza. Se ci saranno più di 100 giocatori premiabili, verrà stilata una classifica in base al numero di tappe frequentate e alla partecipazione attiva ai giochi proposti, quindi più si gioca, più possibilità si hanno.

■ **Simonetta Rinaldi**

LUDOBUS

GIOCHINGIRO

GIUGNO 2025

Dom 1 pom. Brescia
Parco Pescheto

Sab. 14 pom Bergamo
Parco della Trucca

Dom 15 mat e pom Bergamo
Parco della Trucca

Mer 18 sera Bonate Sopra (BG)
Fraz. Ghiaie, Oratorio

Sab 21 dalle 16 alle 19,30
Torre Boldone (BG)
Coop. Aretè

Dom 22 h. 16-20 Rho (MI)
Festival Circonferenze

Sab 28 pom Bonate Sopra (BG)
Parco Aldo Moro

Scopri le date successive sui nostri social e sul sito coopalchimia.it



UN PROGETTO DI COMUNITÀ

Ludobus Giochingiro è un'attività della cooperativa Alchimia. Non si tratta solo di una ludoteca viaggiante, ma di un vero e proprio progetto di comunità, un'invasione gioiosa degli spazi pubblici, un invito a riscoprire il piacere di incontrarsi e costruire relazioni attraverso il gioco. Per restare aggiornati sulle tappe basta visitare i profili social di Ludobus Giochingiro oppure il sito www.coopalchimia.it, dove verrà anche pubblicata la classifica completa del concorso "Viaggiatore del gioco", che sarà resa pubblica il 20 settembre in occasione del gran finale sul Sentierone di Bergamo.



Parchi e aree verdi Bergamo sempre più green

L'assessora Oriana Ruzzini: “La transizione ecologica deve permeare ogni attività amministrativa. Il verde urbano migliora sia l'ambiente che la qualità di vita dei cittadini”

È passato quasi un anno dall'insediamento della nuova amministrazione comunale della città di Bergamo e seppur in un'ottica di continuità di visione e di progettualità con le amministrazioni precedenti, l'assessorato alla transizione ecologica, ambiente e verde, affidato a Oriana Ruzzini, presenta alcune novità che vanno a integrare i tanti progressi e realizzazioni compiute in questi mesi. Innanzitutto le aree di competenza toccate dall'assessorato hanno riunito in modo significativo tre deleghe prima suddivise: transizione ecologica, ambiente e verde; il settore mobilità invece viene scorporato e fa ora capo ad un assessorato specifico. Un'occasione per focalizzarsi maggiormente su alcune attività, come i parchi e il verde urbano, ma sempre con la volontà di lavorare a stretto contatto con tutti gli altri settori e “colorare” di verde ogni ambito, essendo la transizione ecologica un orientamento che deve permeare qualsiasi aspetto dell'attività umana e, di conseguenza, dell'attività amministrativa.

Inaugurato il Giardino della Pace

Numerose - dicevamo - le azioni e i progetti realizzati in questi mesi e altrettanto lo sono quelli in programmazione, che oltre a toccare diverse zone e quartieri della città, sono molto diversificati anche in termini di tipologia di intervento. Tante le aree verdi riqualificate, i parchi, le aree urbane rigenerate, frutto di un lavoro di collaborazioni con le reti di quartiere e le associazioni del territorio. La più recente in ordine di tempo è il Giardino della Pace



a Campagnola, un'area verde rinominata e completamente riqualificata dall'Amministrazione Comunale per sottolineare l'alto valore simbolico del tema della pace e dell'uguaglianza. Questo

spazio verde fonde armoniosamente natura e memoria storica. La riqualificazione ha previsto la rimozione delle vecchie superfici in asfalto e la creazione di una nuova area centrale con

percorsi a forma circolare che richiamano il simbolo della pace. All'interno di quest'area sono stati piantumati esemplari di ulivo e posizionati tavoli e panche per momenti di relax e lettura.

La manutenzione ha coinvolto anche alberi e arbusti, con interventi mirati di potatura e la sostituzione della siepe di confine, oltre a nuove piantumazioni che includono specie sopravvissute agli attacchi atomici di Hiroshima e Nagasaki, a simboleggiare la resilienza e la speranza. Il parco è stato ulteriormente impreziosito da totem metallici che raccontano le figure storiche più significative nell'affermazione della pace e dei diritti umani e gli organismi e le carte che la tutelano. Tra queste Bertha Von Suttner, prima donna a ricevere il Nobel per la Pace, Gandhi, Papa Giovanni, Onu e Nelson Mandela, la Costituzione Italiana. A completare la trasformazione, nuovi arredi in metallo con la scritta “PACE” rafforzano l'identità del giardino, mentre l'installazione di una rastrelliera incentiva l'utilizzo della bicicletta, promuovendo la mobilità sostenibile, per un costo dell'intervento pari a 182.000 euro.

Parco Goisis Sport e socialità

Inaugurato nelle scorse settimane anche il nuovo parco esperienziale Goisis, dopo un intervento che ha completamente riqualificato la precedente area sportiva con l'obiettivo di promuovere l'attività fisico-motoria all'aperto, incentivare la socialità del quartiere e migliorare la fruizione degli spazi verdi urbani. Il progetto ha previsto il rifacimento integrale della struttura sportiva esistente, con la realizzazione di un campo polivalente, un campo da pallavolo e un'area attrezzata per il workout, a disposizione di giovani, famiglie e sportivi.



Le opere includono anche una serie di interventi a carattere ambientale: implementazioni vegetazionali con funzione ecosistemica, pensate per schermare l'area e contribuire alla riduzione dell'inquinamento atmosferico e acustico. La scarpata realizzata per livellare l'area gioco - in precedenza in pendenza - è stata rivestita con piante tappezzanti, e lungo il confine con la superstrada è stato messo a dimora un filare di carpini. L'investimento complessivo per la realizzazione del Parco Esperienziale Goisis ammonta a 300 mila euro. “La riqualificazione del verde e dei parchi è centrale per l'attività di questo assessorato per le positive ricadute sia sull'ambiente che sui cittadini stessi, sulla loro socialità e qualità di vita - spiega l'assessora Oriana Ruzzini -. Oltre alla recenti inaugurazioni del Giardino della Pace e del Parco Goisis sono stati numerosi i par-

chi sistemati o riqualificati nei mesi scorsi, tra cui ricordiamo il parco Ardens, i Giardini della Fara con la scalinata panoramica, il Boscobello a Monterosso,

i Giardini di piazza Varsavia, gli Orti di via Curie. Prossimamente invece giungeranno a completamento altre aree come il Parco Ermanno Olmi e il parco

di via Lombardia a Redona. Altra importante attività - continua Ruzzini - è l'aumento del 200% (per un totale di circa 200mila mq) delle aree a sfalcio ridotto, ovvero sfalciate 2 o 4 volte l'anno anziché 9, con benefici per la

museo Caffi che monitorerà e farà la statistica sulla microfauna”.

Ecologia e rifiuti

Anche in tema di ecologia e raccolta differenziata molti sono i



biodiversità, l'incremento della microfauna e delle api in particolare, tant'è che non sfalciamo dove ci sono situazioni di flora interessanti. Per questo motivo ci facciamo aiutare dal FAB (Gruppo Flora Alpina Bergamasca), che ringraziamo, ed abbiamo avviato una collaborazione con il museo Caffi che monitorerà e farà la statistica sulla microfauna”. Questi investimenti sono stati eseguiti grazie a fondi del Pnrr, lo stesso dicasi per la realizzazione nello specifico di ecoisole interrate, utili soprattutto nei luoghi con più attività commerciali (dove si producono più rifiuti). Sempre dal Pnrr vengono i fondi per il nuovo centro di raccolta differenziata e il nuovo centro riuso, che saranno di proprietà comunale. Infine, in aggiunta all'Ecovan, sono stati previsti nei vari quartieri della città 60 punti di raccolta fissi per i Raee (Rifiuti apparecchiature elettriche ed elettroniche) e 50 contenitori per olio esausto.





XXI Fiera del Parco dei Colli tra laboratori e tradizioni rurali

In occasione della Giornata Europea dei Parchi, migliaia di persone hanno partecipato alle tante iniziative organizzate dal Parco dei Colli di Bergamo

Una giornata di festa, tra cultura rurale e tradizioni contadine, ha animato la valletta di Valmarina e il suo antico monastero benedettino, cuore del Parco dei Colli di Bergamo. La ventunesima edizione della Fiera del Parco, che si è svolta l'ultima domenica di maggio, ha registrato un'ampia partecipazione, offrendo ai visitatori un'occasione preziosa per riscoprire l'identità agricola e paesaggistica del territorio. L'iniziativa, organizzata in occasione della Giornata Europea dei Parchi, ha richiamato migliaia di persone – bambini, adulti, appassionati e operatori del settore – grazie a un ricco programma che si è sviluppato a partire dalle 9, per concludersi attorno alle 18.

Premiata la campionessa del Concorso Razza Bruna Alpina

“Pineta” è la regina

Come da tradizione, cuore dell'appuntamento è stato il Concorso della Razza Bruna Alpina, uno dei momenti più attesi dagli allevatori della zona e da chi ha voluto riscoprire il mondo dell'allevamento e delle produzioni zootecniche locali. Anche quest'anno la competizione ha riunito numerosi esemplari selezionati, presentati dalle realtà agricole del territorio del Parco. A conquistare la fascia di campionessa della manifestazione è

stata “Pineta”, dell'azienda I Fienili di Mussetti Alessandro di Sorisole, premiata nel corso della mattinata alla presenza dei rappresentanti del Parco. Il titolo di riserva campionessa è andato a “Valentina”, dell'azienda Cometti Antonella – sempre di Sorisole

della stessa azienda agricola. Menzioni d'onore alle reginette “Luna” di Renzo Silini di Villa d'Almè, “Angela” dell'azienda agricola La Fiorita di Nives Valassi che si aggiudica anche la gara di mungitura con il miglior risultato di Alex Lanfranchi.

persone di tutte le età, con particolare attenzione ai più piccoli. I laboratori didattici hanno permesso ai bambini di sperimentare alcune attività tipiche della tradizione contadina, come la mungitura o la preparazione di prodotti artigianali, accompa-

Il presidente Oscar Locatelli: “Giornata di festa, alto l'interesse verso la riscoperta delle tradizioni agricole”



– che si è distinta anche con altri capi. Il riconoscimento per la migliore mammella è stato assegnato ad “Angela”, dell'azienda La Fiorita di Valassi Nives, situata tra Sorisole e Almè. Reginetta “Fiore” di Cometti Antonella di Sorisole, sua riserva “Serena”

Un programma variegato

Accanto alla storica competizione bovina, la Fiera ha offerto un articolato calendario di iniziative pensate per coinvolgere

gnati da personale qualificato in un clima di gioco e apprendimento. Grande interesse ha suscitato anche il laboratorio sensoriale promosso da Slow Food, che ha proposto un percorso alla scoperta della biodiversità ali-

mentare locale, stimolando nei partecipanti la curiosità verso i sapori autentici e le produzioni a filiera corta. A fare da cornice, i mercatini con prodotti agricoli a chilometro zero e gli stand delle aziende del territorio, che hanno esposto formaggi, salumi,



sentito a tutte le realtà del territorio che hanno partecipato, a chi ha contribuito a costruire un evento che, anno dopo anno, si conferma come uno degli appuntamenti più sentiti della nostra comunità». La manifestazione è stata promossa dal Parco dei Colli di Bergamo con il patrocinio della Provincia di Bergamo, del Comune di Bergamo e dei Comuni di Torre Boldone, Ranica, Ponderanica, Sorisole, Villa d'Almè, Almè, Paladina, Valbrembo, Mozzo e Berbenno.

MERCATO AGRICOLO

confetture, miele, pane, vino e altri prodotti della terra, valorizzando l'agricoltura sostenibile, radicata nei luoghi e attenta alla qualità.

Visite guidate e musica

Le visite guidate al Monastero di Valmarina e ai boschi circostanti hanno rappresentato un'occasione preziosa per esplorare il patrimonio naturalistico del Parco, grazie al supporto di guide esperte e volontari. I visitatori hanno potuto scoprire scorci suggestivi, percorsi e testimonianze storiche spesso poco conosciute, contribuendo a rafforzare il legame tra cittadinanza e territorio. Non sono mancati momenti di intrattenimento mu-

sicale, come l'esibizione della coinvolgente Caravan Orkestar, che ha animato il pomeriggio con suoni festosi e atmosfere popolari. E ancora spazi di approfondimento culturale come il convegno “Minerali nelle Prealpi Orobiche”, pensato per raccontare la ricchezza geologica e ambientale delle nostre montagne.

Giochi antichi e mobilità dolce

Nel corso della giornata, i bambini (e non solo) si sono potuti cimentare nei giochi di altri tempi: come il tiro alla fune e la corsa con i sacchi. È stato possibile anche cavalcare pony e cavalli, accarezzare tanti altri animali, come pecore, capre e mucche.

A completare l'offerta, il servizio di assistenza biciclette curato da Fiab Pedalopolis ha incentivato una mobilità dolce, promuovendo l'uso della rete ciclopedonale del Parco: in molti, infatti, hanno accolto l'invito a raggiungere la fiera in sella alla propria bicicletta, approfittando della bella giornata di sole.

Cultura rurale

«Ancora una volta, la risposta del pubblico ha dimostrato quanto siano vivi l'interesse verso la cultura rurale e il desiderio di riscoperta della tradizione contadina delle nostre colline – commenta Oscar Locatelli, presidente del Parco dei Colli di Bergamo – Un ringraziamento

**Appuntamento tutti i sabati in Valmarina
Prodotti direttamente dai coltivatori e spesa sostenibile**

Ogni sabato mattina, nella rigogliosa cornice di Valmarina, si rinnova l'appuntamento con il Mercato agricolo del Parco dei Colli di Bergamo. Dalle 9 alle 12.30, l'ex monastero benedettino e la valletta circostante accolgono le bancarelle dei produttori locali, dove è possibile trovare il meglio delle specialità del territorio: frutta e verdura di stagione, formaggi artigianali, pane fresco, salumi, miele, conserve e altri alimenti genuini. A caratteriz-

zare l'iniziativa è il rapporto diretto con gli agricoltori, che offrono ai visitatori anche l'opportunità di conoscere da vicino le pratiche di coltivazione e trasformazione. Il mercato promuove un consumo consapevole e sostenibile, valorizzando la filiera corta e l'agricoltura a chilometro zero. Un'occasione concreta per sostenere l'economia locale, incontrare chi lavora la terra con passione e riscoprire i sapori autentici delle colline bergamasche.



BonatESS Sopra Successo per Resistenza in festa

Economia Sociale Solidale (ESS) e Resistenza Oggi hanno caratterizzato una settimana di incontri ed eventi per la pace e per un'economia di giustizia

È stata un grande successo l'iniziativa organizzata dal Comune di Bonate Sopra insieme al DessBg, distretto dell'economia sociale e solidale bergamasca, dal titolo "Resistenza oggi: dalla memoria all'impegno per la pace, contro il razzismo, per un'economia di giustizia", che si è svolta nel mese di aprile, in occasione del 75° anniversario della Liberazione italiana dal nazifascismo. La rassegna si è aperta con l'incontro dedicato al tema del riciclo tessile, durante il quale l'esperto Alberto Saccavini, insieme alla vicepresidente del DessBg Laura Norbis, ha spiegato alla cittadinanza i rischi legati alla fast fashion, la complessità del sistema moda e l'indifferibile necessità della sua transizione ecologica. "Memoria di un testimone di pace, nel ricordo di Giorgio La Pira" è stata la traccia sulla quale, durante la seconda serata, il professor Massimo De Giuseppe ha tracciato il profilo dello storico Sindaco di Firenze, sulla base del libro "La diplomazia delle città", spingendo gli enti locali ad impegnarsi fattivamente per la promozione di una cultura di pace.

In occasione della giornata del 25 aprile, oltre all'incontro promosso dalla Pro Loco dal titolo "Dall'esaltazione del ventennio all'incubo della realtà", l'Amministrazione ha promosso due manifestazioni, nel capoluogo e nella frazione Ghiaie, durante la quale il sindaco Matteo Rossi ha tenuto un discorso anche per ricordare la figura di Papa Francesco, scomparso proprio

in quei giorni. "L'ottantesimo della lotta di resistenza e di liberazione - ha dichiarato Rossi - si incrocia in questi giorni con il lutto del mondo intero per la scomparsa di Papa Francesco, guida sicura in anni duri, diffi-



cili e incerti. Delle sue parole ci siamo nutriti, vedendo riaccendersi la speranza per un altro mondo possibile, che oggi, pur nella tristezza e nella solitudine, sentiamo la responsabilità di far vivere. Grazie, Papa Francesco, per il tuo fermo e costante impegno contro la guerra e la peste delle armi che la alimenta. Grazie per averci spronato ad una nuova economia contro un modello di sviluppo che uccide la madre terra ed è ingiusto alla radice. Per averci ricordato che i migranti non sono un pericolo ma sono in pericolo. Per averci insegnato a non giudicare, a costruire ponti e abbattere muri e che l'indifferenza è il più grande peccato del nostro tempo".

Il tema della Pace non poteva non affrontare la grande questione delle migrazioni: insieme ad Acsc, l'associazione

scalabriniana di cooperazione internazionale, è stata presentata una mostra che ha portato in evidenza il dramma della rotta balcanica, proponendo ai cittadini di immergersi in quella dimensione attraverso il labora-

buone pratiche in tema di sostenibilità nate dalla collaborazione con Aprica, Ruah e con una cittadinanza coinvolta.

Il sindaco Matteo Rossi "Un altro mondo è possibile"

Tracciando un bilancio delle iniziative, nel quadro di una situazione internazionale nella quale risulta importante il ruolo degli attori locali, il sindaco Matteo Rossi commenta così il percorso costruito con diverse realtà associative comunali e sovracomunali: "Siamo in un tempo in cui la storia ha ripreso a correre velocemente, spinta da potenze e ideologia destituenti, che partono dalla



torio "The game".

La Fiera del tessile solidale ha chiuso questo ricco programma con un'edizione dedicata al riciclo e riuso che ha visto un grande afflusso di partecipanti. Durante la giornata l'Amministrazione ha presentato le tante

contestazione dell'ordine internazionale, mettono al centro la prevaricazione, l'unilateralismo, il dominio del tecnico e del tecnologico contro ogni orizzonte collaborativo. Una spinta che si rivela almeno in tre forme: la contestazione dei confini terri-

toriali, come avviene in Ucraina e come avviene a Gaza; la contestazione delle regole del commercio e della conversione ecologica, come sta avvenendo con la guerra commerciale dei dazi e la messa in discussione dei patti internazionali sulla lotta al cambiamento climatico; la contestazione dei principi dello Stato liberale, mettendo in discussione le libertà, i diritti umani e i diritti civili. Non sono cose che stanno accadendo per caso, sono dinamiche mosse da profonde ideologie e da un rinnovato nazionalismo che mette al centro del discorso pubblico la competizione, l'uso della forza, il riarmo, la guerra. E allora, aver detto insieme "Resistenza oggi" ha avuto il significato, ancora una volta, di scegliere da che parte stare. Essere partigiani. Contrapporre alla deriva bellicista, autoritaria, negazionista, la centralità del dialogo, la salvaguardia del pianeta, la giustizia sociale, la scelta preferenziale per gli ultimi, le libertà civili. Le persone. Ed è proprio per questa attenzione alla persona umana che oggi anche molti non credenti si riconoscono nella testimonianza di Papa Bergoglio, così come tutti ci riconosciamo nei principi fondamentali della Costituzione Repubblicana, che quei valori li contiene tutti. Il ruolo dei Comuni non può essere, in questo contesto, qualcosa di neutro o semplicemente amministrativo, ma un presidio fondamentale per costruire dal basso un altro mondo possibile".

A Bonate Sopra infoSOSTenibile in distribuzione



Per un'informazione green sempre a portata di mano

InfoSostenibile e Comune di Bonate Sopra hanno inaugurato un'importante collaborazione. All'ingresso del Municipio si possono infatti trovare gli espositori con le copie gratuite del periodico InfoSOSTenibile, che sarà presente in distribuzione anche negli esercizi commerciali che ne faranno richiesta. Questa collaborazione rafforza l'opportunità per i cittadini di informarsi e approfondire i tanti temi relativi all'ecologia, all'economia circolare, al cambiamento climatico, agli stili di vita e alle buone pratiche presenti sul territorio. Con la consapevolezza che per la conversione ecologica è fondamentale il ruolo delle comunità locali e l'alleanza tra le istituzioni e il mondo dell'informazione.

sabato 18 luglio OTTOCENTO

Omaggio a Fabrizio DeAndrè e raccolta fondi per Gaza

L'impegno del Comune di Bonate Sopra per la pace e a sostegno delle popolazioni coinvolte dai conflitti continua con una serata di musica e solidarietà per la martoriata popolazione di Gaza. Il Comune, che aderisce agli enti locali per la pace, parteciperà alla Marcia Perugia-Assisi del prossimo 12 ottobre 2025 insieme ai propri cittadini, in particolare ai giovani, per ribadire l'impegno ad essere donne e uomini europei, costruttori e costruttori di un mondo di pace,

affini allo spirito di Ventotene, convinti che quel sogno europeo sia ancora quello di cui oggi c'è bisogno. Durante la serata del 18 luglio in occasione dell'esibizione del rinomato gruppo Ottocento con il suo omaggio a Fabrizio DeAndrè (ore 21, area feste in via Salvo D'Acquisto) verranno raccolti fondi in solidarietà alla popolazione di Gaza, in collaborazione con Emergency, per offrire un aiuto concreto e contribuire ad affrontare l'emergenza umanitaria.

Concerto per la Pace

Raccolta fondi per Gaza

OTTOCENTO



OMAGGIO A FABRIZIO DE ANDRÈ

Bonate Sopra
area feste
via Salvo D'Acquisto

18 luglio ore 21

Verso la marcia Perugia-Assisi del 12 ottobre

Coesione e integrazione sociale

Si parte dalla scuola dell'Infanzia

A Ponte San Pietro attraverso eventi e laboratori si coinvolgono le seconde generazioni. Dal 19 giugno proiezioni con dibattito aperte a tutti

Il comune di Ponte San Pietro nell'isola bergamasca, come altri dotati di un nucleo storico consistente e non ancora completamente rificcato, vive un duplice fenomeno: lo svuotamento delle più antiche attività commerciali, con il conseguente ritirarsi delle occasioni di socialità tradizionali, e l'insediamento di una nuova tipologia di cittadinanza a forte differenziazione etnica e culturale, spesso economicamente svantaggiata. Questo genera il rischio della disgregazione del tessuto sociale e del crearsi di sacche non comunicanti tra loro né con le istituzioni, ed esposte al rischio di vari gradi di povertà, in particolare educativa. In tale contesto la Scuola dell'Infanzia del centro intercetta e in buona misura anticipa il cambiamento in atto. Basti dire che tra gli iscritti al corrente anno scolastico sono rappresentate 14 diverse nazionalità. La Scuola si trova quindi in una situazione molto favorevole per contribuire all'armonico sviluppo della comunità e alla prevenzione di fenomeni di mancata o difficile integrazione, specie nelle fasce d'età giovanili.

"Sono queste le condizioni che ci hanno stimolato - aggiunge Serena Bordogna, coordinatrice della Scuola - a dar corpo a un progetto per promuovere la conoscenza, la comprensione e l'apprezzamento delle diverse culture presenti nella nostra scuola. Ma per poi estenderlo alla comunità, facilitando l'integrazione e la coesione sociale tra i bambini e le loro famiglie, con l'obiettivo particolare del coinvolgimento dei "fratelli e sorelle maggiori", adolescenti o giovani adulti, le cosiddette "seconde generazioni". Abbiamo chiamato il progetto "Laboratori di comprensione interculturale per le seconde generazioni". In esso si prevedono Laboratori di cucina internazionale, Laboratori artistici e musicali, Racconti dal mondo, Eventi culturali tematici, Esposizioni culturali, e infine un Ciclo di proiezioni di film sulla condizione giovanile, in collaborazioni



sociologo di chiara fama e dell'amministrazione comunale - di relazioni sentimentali e famiglia.

Il calendario è il seguente:

giovedì 19/6 proiezione di "la Bicicletta verde";

giovedì 26/6 proiezione di "Ali ha gli occhi azzurri", a seguire dibattito e testimonianze dirette di alcuni ragazzi di Ponte, con il sociologo **Aldo Bonomi**;

giovedì 3/7 proiezione di "La Classe";

giovedì 10/7 proiezione di "Prendi il volo", a cui seguirà un momento di convivialità e poi la proiezione di "Bangla".

con Lab80, storica cooperativa di servizi cinematografici di Bergamo."

Moroni Film Festival

L'iniziativa a maggior rilievo esterno e potenzialmente più aperta alla partecipazione dei ragazzi e delle ragazze è il ciclo di proiezioni intitolato "Moroni Film Festival": quattro serate a tema sulla condizione giovanile, con proiezione, discussione e convivialità, per parlare, rispettivamente, della condizione delle ragazze, di scuola e lavoro, della conquista dell'identità - con la presenza di un

Gli eventi avranno luogo presso la sede della Scuola per l'Infanzia Principessa Margherita (Moroni), in via Rampinelli, 11, a Ponte San Pietro (BG), a partire dalle ore 20,45 (la serata del 10/7 inizia alle 18). L'iniziativa è sostenuta finanziariamente da Fondazione Istituti Educativi Bergamaschi, Amministrazione Comunale di Ponte San Pietro e da un partner commerciale, il Consorzio Distributori Alimentari con sede ad Agrate Brianza (Mb) e vede la partecipazione di Lab80 per la selezione dei titoli e l'introduzione ragionata alle proiezioni.

www.infosostenibile.it

Numero 111 - Estate 2025

Convivialità, natura e buon cibo alla Sagra degli Gnocchi Ripieni

Compie 15 anni l'ormai tradizionale appuntamento dell'estate albinese ideato dalla Trattoria Moro

Nata nel 2010 per festeggiare il 50° anno dell'attività della Trattoria Moro, la sagra è diventata nel tempo uno degli appuntamenti fissi della stagione estiva, non solo della città di Albino.

Fin dalla prima edizione l'iniziativa ha riscosso l'apprezzamento dei concittadini, che già ben conoscevano il locale storico situato nella frazione di Desenzano, ma pian piano la fama della Sagra si è ampliata fino ad attirare estimatori provenienti anche da fuori provincia di Bergamo.

mio nonno Antonio - racconta Marta Moro - che ha poi passato il testimone a mio padre Gigi, ancora oggi nostro importante punto di riferimento, e a mia madre Meri". La presenza attiva dei genitori, però, non ha impedito alla nuova generazione di entrare a pieno titolo nella gestione del locale portata avanti con la stessa competenza e passione: Marta, 28 anni e un certificato da sommelier in tasca, è responsabile della sala e della cantina mentre il fratello Mirko, 31 anni,

Dove possibile curiamo anche la filiera: abbiamo rapporti diretti con alcuni agricoltori e, ad esempio per i salumi, gestiamo noi sia la trasformazione con esperti norcini di nostra fiducia, sia la stagionatura.”

Un suggestivo luogo d'incontro

La cornice della sagra è magica: in via Bachelet, poco distante dalla Trattoria, c'è un ampio prato che viene allestito

con luci, tavoli, arredi e che accoglie anche espositori di arti e mestieri, come fabbri, impiagiatori, intagliatori, altri stand tra cui quelli di produttori agricoli e varie attività di intrattenimento per i più piccoli. La zona è attrezzata con parcheggi. Durante la Sagra, oltre al piatto

principe che le dà il nome, si possono apprezzare alcune delle pietanze tipiche del locale. Per non chi può partecipare all'evento o vuole assaggiare anche altri piatti, la Trattoria Moro è aperta tutti i giorni, tranne sabato a pranzo e lunedì sera, e dispone di un'accogliente cantina che ospita fino a 10 persone, dove si possono fare degustazioni accompagnate da vini consigliati.



**Tradizione familiare
e marchio De.Co.**

Nonostante l'ampliamento delle ultime edizioni, la Sagra resta comunque un evento sempre ben radicato nel territorio e nella comunità ed ora gli "gnocchi ripieni" sono anche stati riconosciuti come prodotto gastronomico del Comune di Albino, avendo ricevuto il marchio De.Co. (Denominazione Comunale di Origine). "La Trattoria Moro è un'attività di ristorazione con una tradizione familiare avviata nel 1960 da

è cuoco e pasticciere e cura personalmente ogni dettaglio del menu, a partire dagli impasti fatti a mano di gnocchi e casoncelli, passando per gli apprezzati secondi di selvaggina e concludendo con i dolci, naturalmente tutti della casa. "Abbiamo un'attenzione particolare per le materie prime del territorio e per i vini della bergamasca – continua Marta – e per l'approvvigionamento degli ingredienti che non troviamo localmente, valorizziamo l'Italia con la sua ampia varietà e alta qualità di prodotti.

Dal **16** al **20** luglio 2025

**Sagra degli
Gnocchi
ripieni**

ALBINO (BG)**Via Bachelet - Loc. Perola**

**Tutte le sere dalle 18.30 e
domenica anche a pranzo dalle 12.30**

Segui l'evento su:

trattoriamoro.it

Dalla tradizione della buona cucina casalinga vi aspettano: gnocchi ripieni, casoncelli, primi con cacciagione, carni grigliate, selvaggina, polenta e... pica söta.

Trattoria **Moro**



EDIZIONE 2025 DE LO SPIRITO DEL PIANETA

LO SPIRITO DEL PIANETA QUEST'ANNO RADDOPPIA

**DAL 3 AL 20 LUGLIO CASIRATE D'ADDA (BG)
PRESSO BOSCO GROSSO**

**DAL 25 AL 10 AGOSTO PIARIO (BG)
C/O AZIENDA AGRICOLA OL PERA**

Oltre 20 gruppi partecipanti, 400 eventi tra concerti, conferenze e laboratori. 11 ristoranti internazionali (2.000 mq), 150 espositori globali (1.500 mq), villaggi tradizionali e area olistica.

INGRESSO LIBERO A TUTTI GLI ALTRI EVENTI

TUTTI GLI EVENTI SI SVOLGERANNO ANCHE IN CASO DI MALTEMPO

**email: info@lospiritedelpianeta.it
sito: www.lospiritedelpianeta.it
cell: 347 5763417**



CONCERTI DI DAVIDE VAN DES SPROOS

SABATO 5 LUGLIO @ CASIRATE(BG)

SABATO 2 AGOSTO @ PIARIO(BG)

BIGLIETTI 10 EURO

Dirama Ecologie in Movimento

Il Festival di Legambiente che trasforma la bergamasca in un luogo di scoperta e approfondimento naturalistico ambientale

Il territorio bergamasco accoglie la settima edizione di Dirama, il festival di Legambiente Bergamo in programma dal 18 giugno al 6 luglio 2025. Un evento diffuso con 48 appuntamenti gratuiti e con il contributo di tanti professionisti e professioniste in tema di ambiente e sostenibilità.

Dirama si distingue per la sua "postura ecologica", intrecciando ecosistemi naturali e dinamiche sociali. Ogni attività offre apprendimento accessibile per decifrare le trasformazioni in atto dove la cura del territorio è una responsabilità condivisa che si costruisce nel tempo, con-

Canu, offrono rigenerazione e connessione con la natura urbana. Significativo il percorso con Terre Alt(r)e: il 29 giugno, la camminata naturalistica "Dove si incontrano le valli" vedrà due gruppi convergere al Passo di Fontana Mora. Il 5 luglio, a Spiazzi di



foto: Tommaso Piravano

Organizzato da Legambiente Bergamo con il Parco dei Colli, istituzioni, associazioni e gruppi locali, il festival è una risposta culturale ed ecologica alle crisi climatiche e alla perdita di biodiversità. L'intento è creare spazi dove la conoscenza si costruisce collettivamente, partendo da esperienze sensoriali condivise e dalla scoperta delle ricchezze del nostro territorio. Elena Ferrario, Presidente di Legambiente Bergamo, sottolinea: "Il nostro è un impegno per creare contatto diretto tra le persone e il patrimonio naturale, alla scoperta delle ricchezze della nostra provincia. Miriamo a favorire consapevolezza e sensibilizzare sull'urgenza di tutelarle".

tendo educazione ambientale e attivazione civica. Il cuore del festival è un programma esperienziale che si snoda tra boschi, crinali, spazi urbani, aree agricole e fluviali, scelti per la loro densità ecologica e potenziale trasformativo. Gli eventi sono l'occasione per attivare la relazione tra i luoghi e le persone: cammini interpretativi, osservazioni, performance, laboratori intergenerazionali e incontri pubblici. Tra le tante iniziative, spiccano le "pause in verde" (24 giugno e 2 luglio, ore 13:00) al Parco Caprotti di Bergamo. Guidate da Ghislaine Nothomb e Maela

Gromo, si terrà invece una partita di nascondino per adulti per riscoprire corpo, ascolto e meraviglia nel paesaggio montano. Le esperienze sono arricchite da botanici, geologi, entomologi, educatrici ambientali, artisti

28 giugno 2025

IL GUSTO DELLO SPRECO

Taste the waste

Al Bopo di Ponteranica, sabato 28 giugno alle 17:30 Dirama Festival propone "Da scarto a risorsa per la convivialità", un laboratorio gratuito di falegnameria manuale a cura di Lucio Bosio di Officine Condor, che ha come obiettivo la creazione di taglieri-scatti attraverso il riutilizzo di eccedenze di lavorazione. A seguire, una cena speciale proposta dal DessBg - area lotta allo spreco, in collaborazione con Legambiente e la Dispensa Sociale, volta a valorizzare sia gli scarti che le eccedenze alimentari, mostrando un loro possibile e gustoso riutilizzo. Durante la cena, su prenotazione tramite i contatti del festival Dirama, sarà possibile scegliere tra due o più piatti antispreco proposti, oltre a poter accedere anche al menù completo del Bopo.

e scienziati. Il valore risiede nella loro capacità di saper tradurre saperi specialistici in percorsi di senso condivisi, unendo rigore scientifico e apertura



foto: Anna Arzuffi

relazionale. La collaborazione con circoli Legambiente e sezioni WWF, così come con altri parchi e luoghi di tutela come la rondonaia di Boltiere, rafforza questo sguardo attento sulla biodiversità.

Spazio alle nuove generazioni con Dirama RE.act, nato dagli attivisti e dalle attiviste più giovani. Questo spazio include confronti, workshop e dibattiti su cambiamento climatico, giustizia ambientale e trasformazioni della città, offrendo una piattaforma per riflettere sul futuro da costruire insieme. Dirama è un progetto aperto, reso possibile dalla collaborazione di numerosi partner che condividono i valori di sostenibilità e cultura ambientale. Per la prima volta, il festival lancia una campagna di raccolta fondi per sostenere le proprie attività e garantirne la gratuità e l'accessibilità. Il sostegno dei partecipanti è fondamentale per far crescere questo ecosistema culturale. L'obiettivo è raccogliere micro-donazioni online o durante gli eventi. Per visionare il programma completo e tutti i partner di progetto: www.dirama.eu



Ore Solidali tra colleghi Migliaia di ore donate e utilizzate

A Brescia la rete Cauto rinnova e amplia l'accordo: solidarietà tra dipendenti come strategia di sostenibilità sociale e benessere aziendale

In un mercato del lavoro sempre più orientato alla qualità dell'ambiente lavorativo e al benessere delle persone, la rete di cooperative Cauto rinnova il proprio impegno con la sottoscrizione di un nuovo accordo sindacale che disciplina l'uso delle Ore Solidali. Questo strumento, già adottato in passato, è stato potenziato per offrire maggiore supporto a lavoratrici e lavoratori in situazioni di difficoltà, confermando la rete di cooperative bresciane come modello di impresa sociale inclusiva.

Il rinnovo dell'accordo sulle Ore Solidali si inserisce nella più ampia strategia di "employer branding" che anche nel 2025 continua il suo impegno per tenere alta l'attenzione per il benessere delle sue lavoratrici e dei suoi lavoratori. Obiettivo: puntare a coniugare sostenibilità sociale e benessere organizzativo, con un welfare aziendale che risponde ai reali bisogni delle persone e rende l'impresa un luogo di lavoro attrattivo, stabile e orientato alla cura della comunità interna. Rete Cauto è sinonimo di inclusione sociale e sostenibilità ambientale: con circa 560 dipendenti, con una percentuale di inserimento lavorativo del 40%, e un volume d'affari di circa 30 milioni di euro, promuove da 30 anni l'economia circolare e la sostenibilità integrata.

Come funzionano le Ore Solidali

L'istituto delle Ore Solidali affonda le proprie radici nella normativa italiana, introdotta nel 2015, che consente alle lavoratrici e ai lavoratori di donare volontaria-

mente ore di ferie o riposo a colleghe e colleghi che si trovano in situazioni di grave difficoltà, come l'assistenza a figli minori con necessità di cure costanti. La scelta della rete di cooperative bresciane è andata oltre la cornice normativa, ampliando le fattispecie di utilizzo di questo strumento per rispondere in maniera più efficace alle esigenze emergenti della propria comunità interna. Dopo un percorso di ascolto e analisi dei bisogni in-

riprendere il lavoro a causa di una condizione sanitaria personale.

- Impossibilità temporanea di svolgere il lavoro per un intero settore della cooperativa a causa di circostanze di forza maggiore.
- Difficoltà di rientro lavorativo per vittime di violenza di genere.
- Superamento di sei mesi di malattia certificata nell'anno solare.

Ore solidali

Periodo pre-rinnovo

Ore donate: **1.714**
Ore utilizzate: **1.511**
Donatori: **87** (73 impiegati – 14 operai)

Periodo post-rinnovo

(prime settimane di applicazione)

Ore donate: **640**
Ore utilizzate: **132**
Donatori: **57** (36 impiegati – 11 operai)

di tutte le lavoratrici ed i lavoratori - spiega Beppe Bruni Direttore Risorse Umane di Rete Cauto - e genera le condizioni perché la solidarietà interna sia possibile. Ma è solo sulla base delle scelte individuali che tale strumento prende vita: i numeri importanti di ore cedute negli anni e l'evidenza che queste siano superiori ai bisogni espressi da chi è in difficoltà ben rappresenta la sensibilità delle persone che costituiscono la nostra impresa e che la rendono un buon luogo dove impiegare un terzo della propria giornata.

«La cooperazione sociale non è semplicemente una forma giuridica - afferma il

Direttore Generale Michele Pasinetti - ma un modello di impresa che si traduce in scelte organizzative e gestionali concrete. La promozione di un ambiente di lavoro accogliente, partecipativo e solidale è un pilastro fondamentale che ci contraddistingue e che rappresenta un indiscutibile valore aggiunto, sia per chi lavora con noi, sia per chi cerca un'impresa con cui condividere principi e visione».

Un valore aggiunto

Questo accordo rappresenta un ulteriore passo verso una cultura

aziendale basata sulla solidarietà, costruendo un modello di supporto reciproco strutturato e non solo un'azione volontaria individuale. Questa prospettiva è sostenuta da dati concreti: la prima fase di attuazione del nuovo accordo ha già registrato una ripresa delle donazioni di ore solidali, segnale di una cultura aziendale orientata al sostegno reciproco. «L'accordo sulle Ore Solidali è uno strumento a disposizione

Tutto ciò che c'è dietro a una cassetta di cibo

Maremosso racconta il valore nascosto del recupero delle eccedenze alimentari e invita imprese e cittadini a sostenerla attraverso il 5x1000

Quanto vale la tua firma

Donare il proprio **5x1000** è semplice ed il suo valore è altissimo:

Con un reddito di **20.000€**, il tuo 5x1000 ha un valore di **23€**, con cui copriamo il costo di gestione della distribuzione dei beni recuperati a **30 enti beneficiari**.

Con **30.000€**, vale **52€**, con cui copriamo il costo del carburante di un mezzo che ritira le eccedenze donate da **10 supermercati**.

Con **50.000€**, vale **87€**, con cui sosteniamo il costo settimanale di formazione e affiancamento di circa **100 volontari**.

Cauto, rappresenta organizzazione, logistica, responsabilità, persone: "Tutto ciò che c'è dietro" è lo slogan scelto per la campagna 5x1000, un invito rivolto a cittadini e aziende a sostenere un modello concreto di economia circolare e solidarietà attiva a beneficio della comunità locale.

"Ogni anno, milioni di tonnellate di alimenti ancora perfettamente consumabili vengono scartati, allo stesso tempo molte persone faticano ad accedere a risorse alimentari sufficienti. Maremosso da 25 anni si impegna a ridurre

questo paradosso, recuperando e ridistribuendo eccedenze alimentari per trasformarle in una risorsa preziosa per chi ne ha più bisogno. Vogliamo raccontare in modo autentico cosa c'è davvero dietro al nostro lavoro quotidiano: non solo cibo, ma una macchina solidale fatta di mezzi, ma-

gazzini, relazioni e persone che credono in un futuro più equo. Per questo il nostro 5x1000 è diverso: ha il sapore della prossimità, il volto del territorio", dichiara Luigi Moraschi, Socio Onorario di Maremosso e vice presidente di Rete Cauto. Ogni anno vengono recuperate oltre 1.500 tonnellate di eccedenze alimentari che vengono ridistribuite, attraverso la Dispensa Sociale di Brescia - riconosciuta da Regione Lombardia come HUB regionale - a più di 33.000 persone in stato di fragilità residenti in città e provincia. Un'azione che ha un impatto ambientale, sociale ed economico rilevante, evitando lo spreco alimentare e contribuendo a diminuire la produzione di rifiuti. Oltre all'azione di riduzione di impatto ambientale, la collaborazione con più di 250 associazioni ed enti in rete, permette

di ridistribuire gli alimenti ricevuti a persone in situazioni di fragilità.

Come destinare il 5x1000

Nella sezione "Scelta per la destinazione del cinque per mille dell'Irpef" sui modelli di dichiarazione (modello Redditi Persone fisiche, modello 730, scheda allegata alla Certificazione unica), è sufficiente inserire il codice fiscale di Maremosso: 98095600171 e apporre la propria firma. Questo gesto sosterrà l'impegno per una solidarietà prossima, che nasce nel cuore della comunità e torna alla comunità stessa. Significa scegliere di non sprecare risorse, ma anche di non sprecare occasioni di inclusione e cura. Significa sostenere il proprio territorio. Ricordiamo che è possibile sostenere

Una cassetta che è il risultato della forza di una rete fatta da oltre 100 volontari, più di 250 associazioni beneficiarie e decine di imprese che scelgono ogni giorno di combattere lo spreco alimentare in modo attivo.

Maremosso, associazione di volontariato nata nel 2001 all'interno di Rete

re questo paradosso, recuperando e ridistribuendo eccedenze alimentari per trasformarle in una risorsa preziosa per chi ne ha più bisogno. Vogliamo raccontare in modo autentico cosa c'è davvero dietro al nostro lavoro quotidiano: non solo cibo, ma una macchina solidale fatta di mezzi, ma-



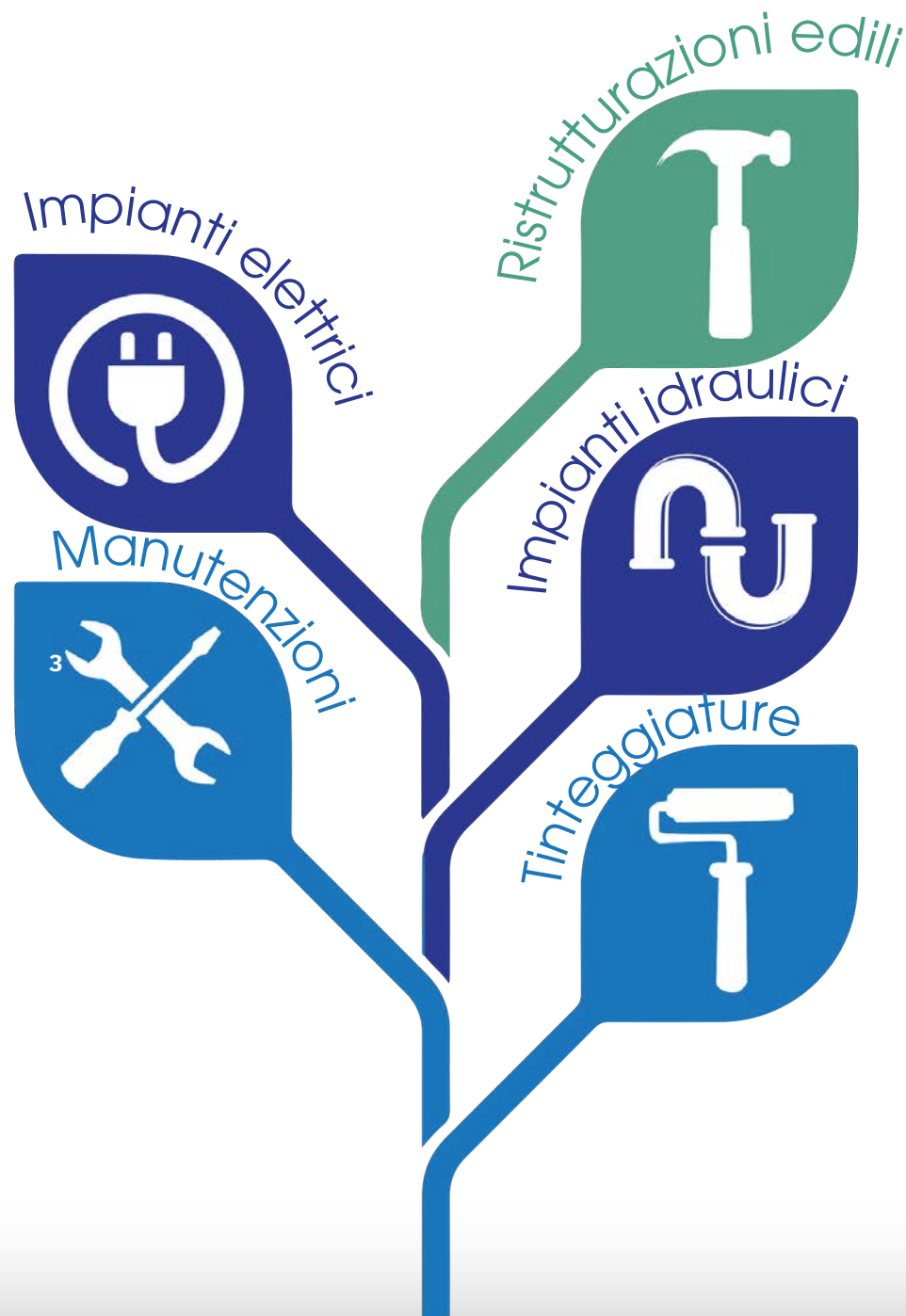
l'attività dell'associazione durante tutto l'anno! I privati cittadini e le aziende possono scegliere di sostenere Maremosso attraverso donazioni di beni, donazioni liberarli o diventando volontari dell'associazione: i recapiti sono la mail info@associazione-maremosso.it, il telefono 342 7468004 oppure il sito web.

Dal 2017, nella città di Bergamo e nelle zone limitrofe, mettiamo a disposizione dei nostri clienti svariate tipologie d'intervento.

SOPRALLUOGO GRATUITO

- Adeguamento alle norme in vigore;
- Installazione di impianti tv e sistemi d'allarme
- Riparazione impianti di ogni tipo

- Trasporto e montaggio di mobili.
- Manutenzioni generali agli arredi;
- Riparazioni serrature e infissi.



- Posa di pavimenti e rivestimenti;
- Sostituzione porte, finestre e opere in ferro;
- Riparazione tetti e rifacimento murature

- Riparazione perdite;
- Rifacimento bagni;
- Sostituzione caldaie e scaldabagni.

- Pareti, soffitti, pavimenti, costruzioni in legno, ferro, cemento.
- Facciate, inferiate, cancelli. Risanamento da muffe.

SOCIETÀ

È ora di piantarla! Laboratorio a Le Due Torri

InfoSOStenibile e Cultura Contadina festeggiano la Giornata della Terra al centro Le Due Torri di Stezzano: seminare la cura per l'ambiente

Vasetto, paletta da giardino, semi di vario tipo, un po' di acqua da spruzzare, qualche pianta già cresciuta per intuire come crescerà il nostro seme e... terra, tanta terra, un po' sparsa sul tavolo e un po' immersa nei vasetti: proprio la terra, quella vera e nera, che ti devi sporcare le mani!

Per una volta, bambini e bambine niente remore: è la Giornata internazionale della Terra e qui al Centro commerciale Le Due Torri di Stezzano si è deciso che "E' ora di piantarla!". Occorre attivarsi e sporcarsi le mani in prima persona se vogliamo prenderci cura della Terra. Certo, non da soli, ma con preziosi alleati come i volontari dell'associazione Cultura Contadina, appassionati di terriccio e cura delle piante e della natura e desiderosi di trasmettere la passione per la terra ai giovanissimi, che spesso non hanno mai la possibilità di giocare, sperimentare e imparare a diretto contatto con la natura.

Qualcuno un po' dubbioso, qualcuno un po' curioso, chi in gruppo e chi accompagnato dai genitori, si susseguono e si avvicinano ragazze e ragazzi, osservando il tavolo da lavoro allestito con qualche attrezzo e qualche piccola pianta di diverso colore e tipologia. E l'invito da parte dei volontari a scegliere un seme e realizzare un piccolo vaso da portare a casa, curare e far crescere nelle settimane successive. Dopo aver riempito il vasetto con la paletta, occorre posizionare il seme pre-



na di riconoscimento. Ad aggiungersi a questa attività, una serie di altri giochi elaboratori, legati al tema della terra e della cura dell'ambiente: il weekend di sabato 26 e 27 aprile una serie di attività sono andate in scena nei corridoi del centro, per sottolineare e celebrare in modo attivo la 55esima Giornata mondiale della Terra, una manifestazione nata il 22 aprile 1970 negli Stati Uniti che ebbe fin da subito un'adesione di milioni di persone. Oggi questo evento coinvolge ogni anno circa un miliardo di persone in quasi 200 nazioni e costituisce una ricorrenza che stimola partecipazione e dibattito sulle tematiche ambientali e sulla salvaguardia del pianeta. Così anche infoSOStenibile non poteva mancare, ideando uno spazio e una serie di attività in collaborazione con l'associazione cultura contadina ma anche con lo staff de Le Due Torri: a richiesta ci si poteva confrontare con i giornalisti della nostra redazione attraverso un quiz a risposta multipla sull'ambiente, si potevano colorare alcuni disegni sempre a tema ambiente e infine scavare o innalzare montagne e creare paesaggi con un divertentissimo gioco di luci e colori proiettati sulla sabbia, anch'essa in attesa di mani che si immergano instancabilmente. Magie e trucca bimbi hanno abbellito il tutto, per la gioia di piccini e di conseguenza anche dei più grandi. Eh sì, è proprio vero: tutti i giorni dovrebbe essere la Giornata della Terra. E per più di un motivo!

Come richiedere un'intervento?

Inviaci un messaggio WhatsApp® o una mail

Specifica i tuoi dati, il motivo della richiesta, allegando foto, e l'indirizzo dove dobbiamo intervenire



Verrai ricontattato/a per organizzare un eventuale sopralluogo e fissare la data dell'intervento, dopo aver accettato il preventivo



3426502996

servizitecnici@cooperativaruah.it

Le due torri
SHOPPING CENTER

scelto, aggiungere una spruzzatina di acqua e soprattutto seguire i consigli dei volontari

esperti per poter prendersene cura al meglio una volta portato a casa. Solo dopo aver però

scritto con pennarello colorato il nome del seme che si è piantato, con tanto di molletta e bandieri-

Il cibo è politica Serata formativa con Fabio Ciconte

**Un incontro su consumo consapevole e lotta allo spreco alimentare
Siamo sicuri che basti essere consumatori consapevoli?**

Ci chiediamo spesso cosa possiamo fare come consumatori. Ma se la domanda fosse sbagliata? Se il mito del consumatore consapevole fosse controproducente?

Ci siamo concentrati sui comportamenti individuali dimenticandoci delle responsabilità politiche. La soluzione per affrontare la crisi ecologica, sociale e climatica è l'azione collettiva. A partire dal cibo.

Parte da questa provocazione l'incontro con Fabio Ciconte, l'autore del libro "Il cibo è politica", ospite a Bergamo del DessBg, il Distretto di Economia Sociale e Solidale bergamasco che nell'ambito dell'area di lavoro "lotta allo spreco" ha organizzato questa serata formativa mercoledì 28 maggio alle 18.30 presso il locale Le Gattare - Ritrovo Enogattonomico, in via Carducci 6 a Bergamo. Pieno il locale, non solo di gatti, e numerose le domande suscitate dall'intervento dello scrittore e giornalista che nel presentare la sua ultima opera pubblicata per Einaudi ha dialogato con Raffaele Avagliano, coordinatore della Dispensa Sociale di Bergamo, introdotti dalla vicepresidente DessBg Laura Norbis che ha indicato alcune iniziative che si stanno organizzando, compresa la cena "il Gusto dello spreco - Taste the Waste al Bopo il 28 giugno e altri momenti di formazione, approfondimento e sperimentazione previsti per il prossimo autunno. A partire proprio dai temi più sentiti, come il contrasto allo spreco alimentare e il consumo critico, Fabio Ciconte ha riflettuto su ciò che il non profit e le economie sociali sono riuscite a fare in questi anni, ma anche su che cosa non hanno ottenuto nel percorso verso una reale transizione ecologica.



Fabio Ciconte Il cibo è politica



Ci chiediamo spesso cosa possiamo fare come consumatori. Ma se la domanda fosse sbagliata? Se il mito del consumatore consapevole fosse controproducente? Ci siamo concentrati sui comportamenti individuali dimenticandoci delle responsabilità politiche. La soluzione per affrontare la crisi ecologica, sociale e climatica è l'azione collettiva. A partire dal cibo.

"Abbiamo pensato di poter risolvere l'emergenza climatica mangiando meno carne, sprecando meno cibo o usando meno plastica"

Nel libro, infatti, l'autore afferma che «Ci siamo convinti di cambiare lo stato delle cose esclusivamente con l'azione individuale: abbiamo pensato di poter risolvere l'emergenza climatica mangiando meno carne, sprecando meno cibo o usando meno plastica. Eppure, la crisi ecologica, sociale ed ambientale non accenna a risolversi. Questo libro parte, dunque, da un interrogativo: è davvero sufficiente

essere dei bravi consumatori? È arrivato il momento di ammetterlo: non saranno solo le nostre azioni quotidiane a metterci in salvo. Anzi, rischiano addirittura di essere parte del problema, perché ci distraggono dalle responsabilità reali della politica e dei mercati.

Ecco perché bisogna ritornare ad agire collettivamente, perché il cibo è, innanzitutto, politica». Una riflessione che è molto di più che una provocazione, poiché come è emerso, il sistema dipende molto da fattori di scala che solo la collettività nel suo insieme, e dunque la politica, può riuscire a influenzare.

L'elevato valore simbolico e pratico delle scelte personali non deve in ogni caso sostituire l'ambizione, se non proprio la lotta a cambiare l'intero sistema cibo, dall'agricoltura alla finanza, dalla distribuzione all'informazione. Al termine della serata, il locale Le Gattare ha offerto un aperitivo «finger food» anti-spreco, ovvero preparato (quasi) esclusivamente con eccedenze alimentari fornite dalla Dispensa Sociale di Bergamo.

infoSOStenibile

**il tuo partner
per la comunicazione**

Contattaci:
info@infosostenibile.it
cell. e whatsapp 328 7448046

La filiera del tessile Per Filo e per Sogno

**Con il DessBg incontri e fiera edizione Primavera 2025
Cosa fare e cosa chiedere per una moda sostenibile?**

La fiera del tessile Per Filo e per Sogno, giunta alla sua ventunesima edizione, ogni anno in vari luoghi della provincia di Bergamo dà visibilità a piccole aziende e realtà artigianali che lavorano nel campo tessile secondo criteri basati su principi di sostenibilità ambientale e sociale. Viene data occasione di conoscere approfonditamente il modo di produrre di realtà per lo più locali

che, per quanto possibile, scelgono materie prime di qualità, da filiera controllata, da recupero e riciclo, che producono con metodi naturali, rispettano le regole sociali, che promuovono il recupero delle abilità manuali come il ricamo, il rammendo e il lavoro a maglia, o che si impegnano a produrre capi di abbigliamento, accessori e biancheria per la casa a partire da

stoffe recuperate.

Sono occasioni in cui si crea consapevolezza e si offre un'alternativa alle proposte della Grande Distribuzione Organizzata che lavora sui grandi numeri, produce una quantità enorme di capi d'abbigliamento e accessori spesso di bassa qualità che troppo spesso e troppo presto diventano montagne di rifiuti tessili. La filiera tessile è una fi-

liera molto lunga e complessa: la sfida culturale è quella di approfondire la conoscenza dei vari passaggi, diffondere informazioni e sensibilizzare un sempre maggior numero di persone, in particolare le giovani generazioni, e consentire ad ognuno di noi di fare acquisti sempre più consapevoli.



Il tessile a scuola

Tre realtà associate al Distretto di Economia Sociale Solidale bergamasco (DessBg) hanno portato questa primavera in un istituto secondario di secondo grado un percorso di approfondimento delle tematiche tessili collegate agli abiti che i ragazzi e le ragazze

indossano e acquistano. Insieme a Cooperativa Ruah con il negozio Triciclo, al gruppo Oltre Spazio Aperto e Solidale e a La Terza Piuma, gli studenti di sette classi dell'Istituto Caniana di Bergamo hanno affrontato temi quali economia circolare, fast fashion, inquinamento tessile, valore del riuso e del riciclo degli abiti, importanza delle etichette, riduzione del proprio impatto ambientale, rifiuti tessili. Gli incontri sono stati realizzati attraverso laboratori ludici e creazione di comunicazione social, sondaggi, filmati e moving-debate.

Riuso, riciclo e riparo Teoria e (piccola) pratica

Se il tema della produzione tessile è molto articolato, altrettanto complicata risulta la filiera degli scarti tessili, nonché il tema del riciclo degli abiti in generale. Ne abbiamo parlato con l'esperto di moda sostenibile Alberto Saccavini in un incontro, molto partecipato, organizzato dal DessBg

nella sala consiliare di Bonate Sopra, durante il quale si è dibattuto su quali strategie, scelte e tecnologie attivare per smaltire 154.000 tonnellate all'anno di rifiuti tessili post-consumo (dati 2021). Il tema del Riuso, Riciclo

e Riparo tessile ha infine trovato una sua espressione pratica alla 21ma edizione della Fiera del tessile sostenibile Per Filo e per Sogno, che si è tenuta il 27 Aprile scorso alle Ghiaie di Bonate. Accanto ad un grande Swap Party (scambio vestiti usati) hanno trovato posto diversi progetti sociali con vendita di abiti usati e riciclo creativo di materiali tessili, attività di rammendo, sartoria e lavoro a maglia, hobbisti, libri, calze e preziosa creatività al telaio. A livello europeo vengono studiate direttive per regolamentare la produzione e la vendita di capi di abbigliamento che prevedono una etichettatura trasparente: è responsabilità di tutti noi fare la nostra parte nell'acquisto consapevole e nella manutenzione dei nostri vestiti. E per chi sceglie di acquistare il meno possibile, rinnovando comunque il proprio guardaroba, consigliamo di cercare i vari Swap Party estemporanei che ormai tanti soggetti locali organizzano, come ad esempio quello avvenuto ad Albino il 10 maggio, ancora una volta grazie alla bella collaborazione tra i giovani del gruppo WhyLab e il DessBg.

La filiera degli scarti tessili

PROCESSO DI ORIGINE DEI RIFIUTI TESSILI



Fieb e le due Scuole dell'Infanzia Pedagogia del verde e didattica in campagna

Dal passato ai nostri giorni, continua l'attenzione ai bisogni educativi dei più piccoli a Treviglio e a Bergamo grazie ai buoni frutti del lascito Piazzoni

Per la Fondazione Istituti Educativi il diritto all'istruzione e lo sviluppo della persona sono sempre stati temi centrali fin dagli inizi. L'impegno in questo ambito è portato avanti ancora oggi in modo diretto tramite la gestione di due scuole: la Scuola dell'infanzia Emilio Costanzo Piazzoni a Castel Cerreto nel trevigliese e la Scuola Alessandra Benvenuti nel quartiere di San Colombano di Bergamo.

A Castel Cerreto Scuola dell'infanzia Emilio Piazzoni

Il nome della scuola di Castel Cerreto richiama immediatamente alla memoria la storia della Fondazione. La scuola, infatti, porta il nome dell'unico figlio della contessa Emilia Woyna Piazzoni, purtroppo morto in giovane età. E' in suo ricordo che la contessa volle fondare l'asilo di Castel Cerreto, pensato per accogliere i figli dei contadini che lavoravano le sue terre e, in generale, i bambini appartenenti alle famiglie meno abbienti. La scuola è quindi una realtà viva ancora oggi, frutto della lungimirante volontà della benefattrice Emilia Piazzoni, che grazie a Fieb continua a dare frutto. Fieb, oltre ad essere proprietaria della struttura, è l'ente gestore della scuola. Ciò significa che oltre ad occuparsi della manutenzione e della cura dei locali, gestisce direttamente i servizi, l'organizzazione e il personale.

In campagna e nella natura

Sono tanti e variegati i progetti che vengono scelti e attuati durante i vari anni scolastici, dalle attività grafico pittoriche, alla psicomotricità, dal primo apprendimento della lingua inglese ai momenti strutturati dedicati a favorire le relazioni e la creatività dei bambini e delle bambine. Tante attività si svolgono all'aria aperta

poiché uno dei punti di forza della scuola è il pregio di essere immersa nel verde. Luoghi come ad esempio il Bosco del castagno o la Cascina Pelesa sono mete usuali per le attività scolastiche, durante le quali il rispetto della natura e dell'ambiente non sono solo concetti teorici da apprendere, bensì esperienze da vivere in una meravigliosa cornice. Attraversare un ponticello, fare giochi di galleggiamento o esperienze sensoriali osservando la natura e la diversità delle stagioni, raccogliere le fragole e i mirtilli nella Cascina, conoscere la tradizione contadina vedendo da vicino i trattori, gli attrezzi e le macchine agricole, sono opportunità uniche, possibili grazie al fatto di essere immersi nella campagna. Anche essere inseriti in una piccola frazione è positivo poiché permette ai bambini di relazionarsi apertamente e positivamente con il territorio e la comunità. La scuola attualmente accoglie 25 bambini dai 3 ai 6 anni seguiti da uno staff affiatato e motivato, formato dalla coordinatrice Lorella e dalle collaboratrici Monica e Alessandra. "Lavoriamo insieme da ormai molti anni – racconta la coordinatrice – e tra noi c'è molta



intesa. Abbiamo diverse mansioni e responsabilità, ma condividiamo la stessa passione educativa che pone al centro lo sviluppo dell'identità, dell'autonomia e delle competenze dei piccoli." La qualità degli ambienti è particolarmente curata da Fieb: grazie ai lavori migliorativi e di manutenzione, la scuola dispone di un cortile attrezzato con una pavimentazio-

ne nuova, di un'aula molto grande e un salone per la ricreazione con scivoli e altre attrezzature.

A Bergamo - S. Colombano Scuola dell'Infanzia Alessandra Benvenuti

Anche per la "scuola Benvenuti" di San Colombano, quartiere periferico di Bergamo, l'ente gestore è Fieb, ma in questo caso la didattica e la gestione organizzativa è stata affidata al Consorzio Solco Città Aperta. Dalla loro collaborazione è nato un progetto innovativo che ha permesso di sperimentare un interessante modello educativo chiamato "outdoor education", letteralmente educazione all'aperto. Si tratta di un progetto di pedagogia naturale caratterizzato da lezioni all'aperto, dal predominio di materiali naturali e dall'eliminazione di giochi in ferro o plastica. Le parole chiave di questo modello sono movimento, libertà, interazione con la natura, osservazione e curiosità e, per essere attuato, è stata prevista un'attenta formazione di tutto il

personale. Fare educazione attraverso la natura significa permettere ai bambini di uscire tutti i giorni, indipendentemente dalle condizioni atmosferiche e dalla temperatura: decidere autonomamente se uscire o meno, vestirsi adeguatamente e scegliere il tipo di attività in base alle proprie piste di ricerca allena i piccoli all'autonomia. Il cortile è sfruttato pienamente, come si può dedurre dal fatto che non è ricoperto da un intonso manto erboso all'inglese, ma porta i segni delle tantissime attività che qui vengono svolte. Lo spazio all'aperto è organizzato ad angoli di interesse, come un'aula didattica, e si presta ad innumerevoli attività a portata di bambino, nel pieno spirito della scuola che incoraggia ad usare la natura come strumento didattico.

Fuori fuori, ma... dentro le relazioni

Ma alla scuola Bevenuti non si esce solo "fuori" in cortile, ma anche "fuori fuori", vale a dire nel territorio. "Fuori fuori" è l'espressione con cui i bambini intendono le uscite per esplorare i dintorni – spiega Tiziana Rodari, la coordinatrice pedagogica – che avvengono almeno una volta alla settimana. Durante le uscite creiamo relazioni con la comunità e conosciamo i luoghi di incontro, come ad esempio il Centro Terza Età, lo Spazio autismo, la parrocchia, il frutteto Sass de Luna.



La scuola fa parte della rete di quartiere 'Valtesse San Colombano' ed inoltre abbiamo una collaborazione speciale con gli orti del Quintino del vicino quartiere Monterosso gestiti dall'associazione

profondamente ristrutturati nel 2019 grazie allo sforzo di Fieb, che ha sposato pienamente la filosofia di questo progetto pedagogico e ha eseguito interventi

ProPolis, che ci ha accolto nel 2020, in pieno covid, concedendoci dei piccoli appezzamenti di orto dedicato. Ciò ha sollecitato il nostro desiderio di formarci e, grazie all'aiuto di un esperto, ora abbiamo un piccolo orto a scuola."

"Ma le attività in natura non finiscono qui - continua Tiziana - quattro volte l'anno trascorriamo un'intera giornata in natura, svolgendo tutte le routine - dall'appello in poi, compreso il dormire - fuori dalla struttura scolastica".

Ad una di queste uscite sono invitati anche i genitori, che hanno così la possibilità di toccare con mano le potenzialità pedagogiche di questo modello educativo e quanto i piccoli apprezzino imparare a contatto con la natura. Gli spazi della scuola sono stati

migliorativi tenendo presente l'uso degli spazi nell'outdoor education.

Nel progetto Green school

Da ormai 5 anni la scuola aderisce a "Green school", un progetto nazionale presente anche a Bergamo, nel quale le scuole si danno una serie di obiettivi legati alla sostenibilità e all'ecologia. La scuola Benvenuti ha inserito nel progetto Green School anche la sensibilizzazione verso lo spreco alimentare e, tramite l'autoporzionamento del cibo da parte dei piccoli, da un lato si potenzia la loro autonomia decisionale mentre dall'altro si riduce fortemente lo spreco di cibo.

La scuola accoglie 66 iscritti in totale, suddivisi tra le due sezioni dedicate alla scuola dell'infanzia (3-6 anni) e una sezione primavera (2-3 anni).

■ **Simonetta Rinaldi**

Contatti open day e informazioni

Scuola Emilio Piazzoni
Via Piazzoni 6, 24047 Treviglio
Tel.: 036343663
scuolapiazzoni@istitutieducativi.it
www.istitutieducativi.it

Scuola Alessandra Benvenuti
Via San Colombano 4, 24123 Bergamo
Tel: 035234286
scuolabenvenuti@scuolamaterna-benvenuti.it
FB: scuolabenvenuti
www.istitutieducativi.it



Oceania, scuola parentale in natura

A Chiari (Bs) l'associazione Te Fiti si ispira alla pedagogia del bosco

La scuola parentale, a differenza dell'homeshooling, è costituita da un gruppo di insegnanti e genitori con una visione comune sui metodi educativi di apprendimento, come valida alternativa alla scuola statale. Ogni scuola parentale ha le proprie caratteristiche: la scelta per le scuole parentali è in costante crescita come scelta delle famiglie per l'istruzione dei figli.

L'Associazione di Promozione Sociale Te Fiti è un'associazione regolarmente registrata presso l'Agenzia delle Entrate e iscritta al Registro Unico Nazionale del Terzo Settore; cura

il progetto di educazione parentale in natura "Oceania" ispirato alla pedagogia del bosco: si trova a Chiari (Bs) e accoglie bambini dai 2 ai 3 anni (sezione primavera), dai 3 ai 6 anni con l'Asilo nel Bosco e dai 6 ai 10 anni con la Scuola primaria.

Claudia Podavite, 43 anni, di Rudiano, che è insegnante di scuola dell'infanzia e attualmente ricopre il ruolo di Presidente dell'Associazione Te Fiti, spiega: "Il progetto Oceania si ispira ai principi didattici delle migliori pedagogie come Montessori, Steiner e la pedagogia del bosco; adotta un metodo aperto, libero e attento alle

esigenze educative del nostro tempo. Il nostro obiettivo è quello di insegnare le nozioni scolastiche attraverso esperienze di vita significative e coinvolgenti. Riteniamo fondamentali per un apprendimento armonioso che valorizzi ogni singolo individuo l'esperienza diretta, il divertimento, il gioco, il contatto con la natura, il rispetto per gli animali, l'arte,

la danza, la musica e l'educazione emozionale". Nella scuola primaria le materie curriculari come italiano, matematica, storia, geografia, inglese e scienze vengono insegnate per tutto il ciclo scolastico tramite l'educazione esperienziale e l'interdisciplinarietà, con l'obiettivo di far acquisire ai bambini il piacere di imparare, sviluppando la capacità logica, il senso critico e il pensiero. Vengono proposti percorsi di educazione emozionale che portino il bambino alla consapevolezza, al riconoscimento e alla gestione delle proprie emozioni tra-

vengono coinvolti nella coltivazione e nella raccolta degli ortaggi e della frutta per farli connettere con la natura e il ciclo delle stagioni. La struttura è immersa nel verde, con ampi spazi interni ed esterni, dotata di materiali didattici stimolanti: un orto, un frutteto, una sala per arte, musica e danza, un ampio giardino con giochi originali.

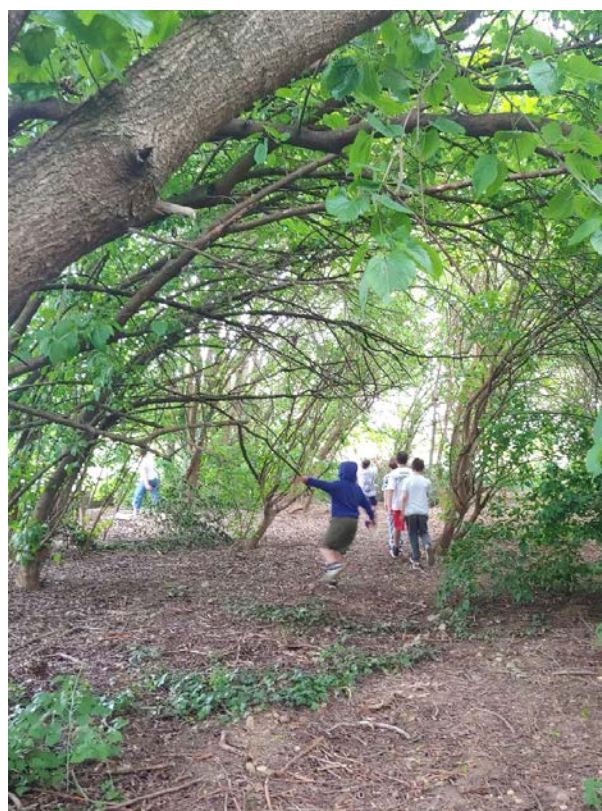
"Ora che abbiamo una bella struttura,

ci auguriamo che sempre più famiglie si possano avvicinare a un tipo di istruzione diversa e che capiscano i benefici che può dare una scuola che educa alla vita piuttosto che una scuola di nozioni. L'intento però non è solo scolastico - continua Claudia Podavite - vorremmo che questo ambiente fosse utilizzato come luogo di benessere psicofisico, una realtà dove si possano organizzare

eventi culturali, olistici, in cui le persone possano ritrovarsi in un ambiente sano, nel verde, dove il cinguettio degli uccellini prevale su tutto".

"Oggi mio figlio frequenta la classe terza della primaria e ha conosciuto l'esperienza di scuola parentale dall'ultimo anno di scuola dell'Infanzia ad

oggi - racconta un genitore -. Ha una sorella più grande, che invece ha frequentato la scuola statale in tutti i suoi gradi d'istruzione. Penso che la scuola tradizionale oggi, accolga un numero di bambini forse troppo alto per poter costruire percorsi d'istruzione e maturazione rispettosi ed adeguati al bambino. Sono felice di essere con mio figlio dentro questo luogo che vede al centro la natura, l'esperienza e l'educazione emozionale e che, pur rispettando canoni e step d'apprendimento, matura modalità creative e prepara terreni fertili, disposti a crescere e fruttare".



mite la parte artistica, l'invito al dialogo e al confronto. Altro aspetto fondamentale è quello nutrizionale, con l'affidamento a un catering esterno per un'alimentazione biologica vegetariana, fondamentale per la salute dei bambini e per promuovere il rispetto dell'ambiente e degli animali. I bambini



Zero chilometri, mille benefici

La classe 2A dell'Istituto Solari di Albino incontra i produttori del "Mercato Agricolo e non Solo"

Giornalisti "di classe" nel cuore delle tradizioni locali



L'articolo che segue è frutto del lavoro di una classe di seconda media dell'Istituto Comprensivo G. Solari di Albino, più precisamente la 2A del plesso di Denzano.

La redazione di infoSOSostenibile ha infatti tenuto un laboratorio di giornalismo ambientale focalizzato sul tema del cibo a chilometro zero e a filiera corta, grazie al quale gli studenti e le studentesse, con il supporto della professoressa Paola Col-

leoni, hanno approfondito vari temi tra cui l'agricoltura locale, la biodiversità, la stagionalità, il biologico e l'importanza di conoscere la provenienza e la qualità del cibo che mangiamo. Grazie all'ospitalità del "Mercato Agricolo e Non Solo" di Albino, la classe ha potuto visitare il mercato e conoscere i produttori, gli artigiani locali e la loro offerta, rilevando le differenze con la GDO (Grande Distribuzione Organizzata) tra cui l'op-

portunità del contatto diretto tra chi produce e chi consuma che permette di capire ciò che si cela dietro ad ogni prodotto.

Durante il laboratorio gli studenti hanno appreso come fare un'intervista e hanno utilizzato questo strumento per conoscere, e far conoscere ai loro coetanei e ai lettori di questa rivista, quattro produttori agricoli albesi che partecipano stabilmente al Mercato agricolo della loro città.



Un coinvolgente viaggio a km zero

I produttori ci accolgono con il sorriso quando, sabato 10 maggio la nostra classe si presenta al mercato agricolo di Albino. Sono persone realmente disposte a parlare con noi ragazzi e che vedono in noi l'occasione di diffondere le idee che li hanno spinti a lavorare nel modo particolare che noi approfondiremo. La visita a questo particolare mercato ci permette di capire come funziona questo mondo, dove le piccole aziende agricole locali hanno l'occasione di vendere i loro prodotti e farsi conoscere. Il mercato agricolo però non è per tutti. Infatti, per poter partecipare, i produttori devono

avere delle caratteristiche particolari: i prodotti che troviamo al mercato sono tutti a chilometro zero, a filiera corta, rispettosi dell'ambiente, degli animali e dei lavoratori.

Inoltre, al mercato agricolo troviamo persone che amano realmente il loro lavoro, che desiderano illustrarci le loro attività, farci assaggiare i loro prodotti e condividere la loro esperienza di produttori del territorio anche invitando noi, e chiunque fosse interessato, a visitare le loro aziende.

La classe 2A



Mercato agricolo e non solo

Da 15 anni una buona pratica all'insegna della collaborazione tra consumatori e produttori

La prima edizione del "Mercato Agricolo e Non Solo" si tenne proprio ad Albino a giugno del 2010, in un periodo in cui i mercati agricoli non erano una pratica tanto diffusa quanto lo sono attualmente. L'idea nacque all'interno dell'allora rete informale di economia solidale "Cittadinanza Sostenibile" (oggi associazione DessBg), sulla spinta di consumatori critici e consapevoli che hanno voluto dare il via ad un'esperienza innovativa basata sui principi dell'economia solidale e con una forte connotazione culturale. I produttori agricoli e gli artigiani che partecipano aderiscono ad un disciplinare e collaborano attivamente con i volontari che gestiscono le attività.

Col tempo l'esperienza è stata replicata in altri luoghi: Bergamo al quartiere Monterosso, Almenno S.B. presso S.Tomé e Alzano Lombardo in piazza Italia.

Il "Mercato Agricolo e Non Solo" di Albino si svolge il secondo sabato di ogni mese nella piazza del Comune (piazza Libertà) dalle 8.30 alle 12.30.



The cows say cheese

L'Azienda Martinelli Vittorio

Quando arriviamo allo stand ci accoglie Manuela che sta servendo alcuni clienti e dopo alcuni istanti arriva anche suo figlio **Vittorio Martinelli**, che ha interrotto il lavoro in azienda per venire ad incontrarci.

Sei un agricoltore molto giovane.

Quando hai cominciato l'attività?

Ho 30 anni e ho avviato l'attività nel 2018, seguendo le orme di mio nonno Serafino. Ho iniziato come coadiuvante nella sua azienda che, dopo 2 anni è diventata mia.

Chi ti ha trasmesso la passione per le mucche?

Desidero da sempre fare questo lavoro ed è mio nonno che mi ha trasmesso questa passione. In effetti è un aspetto che coinvolge tutta la famiglia, passando di generazione in generazione. Infatti, oltre a me, anche mio zio ha un'azienda.

Quante persone lavorano nella tua azienda?

E' un'azienda agricola familiare e siamo in tre, io, mia mamma e mio papà che ora è in pensione e ci dà una mano.

Quante vacche avete?

Abbiamo una cinquantina di capi, di cui 25 sono in lattazione, una decina di manze, alcuni di vitelli e anche qualche toro da carne.

Quali tipi di formaggio producite?

Produciamo formaggella, semi stagionato, stagionato, vari stracchini come ad esempio quello all'erba cipollina, al peperoncino, al finocchio, alle noci, inoltre abbiamo il primo sale, la ricotta, le mozzarelle e infine yogurt e dessert.

Quali razze di mucche avete?

Noi alleviamo principalmente la razza bruna. Prima avevamo anche la razza frisona però, producendo principalmente formaggio, abbiamo deciso di prediligere la bruna che ci permette di ottenere prodotti di qua-

lità superiore. La frisona infatti è in grado di produrre di più, quindi gli agricoltori che vendono solo latte la preferiscono, però la qualità del formaggio che si ottiene è inferiore.

Quanto latte producite in media al giorno?

In media il latte prodotto raggiunge i 400 litri al giorno: 200 litri sono ottenuti con la mungitura mattutina e al-

tri, perché il formaggio cambia in base a quello che mangiano le mucche e alle stagioni. Per esempio, in estate le mucche mangiano anche erba e fiori di montagna che contengono sostanze particolari e il formaggio prodotto in quel periodo ha un sapore ed anche un profumo che può essere molto diverso rispetto a quello prodotto in inverno, quando si nutrono di fieno.

anche la qualità. Il periodo della fienagione inizia i primi di maggio, arriva fino alla fine di settembre e si fanno tre tagli.

Che importanza rivestono i mercati agricoli locali per un produttore come te?

I mercati sono importanti perché permettono di far conoscere la propria azienda a molte persone, di raccontare le caratteristiche dei prodotti, di rispondere alle domande e alle curiosità dei clienti. Questi poi possono anche venire direttamente a comprare nello spaccio aziendale,



ma il mercato agricolo resta comunque importante perché permette a chi abita lontano dagli agricoltori o non ha l'auto, o non ha tempo di andare dai vari produttori, di trovare in un unico luogo molti prodotti naturali e locali.

Che importanza riveste il fieno nell'alimentazione delle mucche e come controllate la sua qualità?

Il fieno è molto importante perché è l'alimento principale e quindi, se è di ottima qualità, lo sarà anche il formaggio. Noi per esempio utilizziamo il fieno prodotto in azienda che è di qualità superiore e contiene molte erbe diverse da quello prodotto in bassa pianura. Producendolo, possiamo controllare direttamente

Az. Agr. Martinelli Vittorio
via Spiazzi, Albino
tel. 331 488 0183
vittoriomartinelli

Bee better

L'apicoltore Minuscoli

Siamo accolti da **Filippo Minuscoli** nel suo stand dove espone miele e una crema di nocciole. Un piccolo apicoltore locale con un grande amore per il suo lavoro.

Quando hai avviato l'attività?

Ho iniziato 15 anni fa, quando avevo 30 anni, come hobby e poi ho deciso di farlo diventare il mio lavoro lasciando il mio impiego in ufficio.

Cosa ti ha ispirato?

Non sono stato ispirato da nessuno ma mi sono appassionato grazie ad un signore che aveva le api e che ho conosciuto tramite mia sorella.

Quante arnie hai e quanti tipi di miele produci?

Ho circa 250 arnie e produco circa 10 o 11 tipi di miele diverso: acacia, indaco, millefiori, ciliegio, castagno, tarassaco, tiglio, colza, erba medica, melata, miscela di castagno e tiglio.

Il miele è semplicemente un dolcificante o ha altre proprietà?

Si tratta di un alimento che ha tantissime proprietà: è pieno di vitamine e sali minerali, è un energizzante, un antibatterico, un antiossidante e può esserci d'aiuto per combattere le infezioni alle vie respiratorie e altri malesseri. Inoltre le api non sono utili solo per la produzione di miele, ma anche perché svolgono un'importante funzione ambientale essendo agenti impollinatori. Senza l'impollinazione le piante non possono far nascere i frutti e si calcola che il 70% della frutta e della verdura che mangiamo è prodotta grazie all'azione delle api.

Cosa succede quando nasce una nuova ape regina, dato che ce ne deve essere solo una in ogni alveare?

Cerco di non far nascere una nuova regina per limitare la sciamatura. Infatti, in presenza di una nuova



regina parte delle api sciamano via con lei per andare a costituire un nuovo alveare. Comunque, se questo accade, metto le api con la loro regina in una nuova arnia.

Cosa produci oltre al miele?

Produco propoli, tintura di propoli e crema di nocciole a base di miele d'acacia, mentre non produco polline e pappa reale.

In che luoghi ti sposti per la tua produzione?

Per produrre miele di tipo diverso bisogna spostare le arnie nei luoghi dove ci sono le fioriture adatte per fare i tipi di miele che mi interessano, quindi cerco i luoghi adatti sia in alta

montagna che vicino a noi. L'importante è che si tratti delle zone meno inquinate quindi, ad esempio, mi tengo a distanza dalle strade trafficate, ma evito anche le zone dove ci sono grandi coltivazioni e i vigneti, perché c'è maggior rischio che lì vengano utilizzati pesticidi.

Tutti i prodotti sono disponibili durante l'intero anno?

Ciò non è garantito poiché l'apicoltura artigianale deve affrontare vari problemi e inoltre le variazioni meteo e climatiche possono favorire od ostacolare le diverse fioriture nelle varie annate. Per questi motivi ogni anno il miele cambia e la produzione di certi gusti può essere ampia oppure scarsa, variando così anche la maggiore o minore disponibilità delle tipologie di miele.

Quali sono le differenze con le grandi aziende che vendono il tuo stesso prodotto?

Essendo un piccolo produttore riesco meglio a curare la qualità: il mio prodotto è sempre fresco perché produco ciò che posso vendere, non of-

fro miscele di mieli da varie provenienze, non aggiungo additivi, non ricorro alla pastorizzazione. Questo fa sì che le proprietà siano mantenute intatte. I grandi produttori invece spesso hanno bisogno di far rimanere il prodotto sul mercato per tempi più lunghi e quindi devono ricorrere alla pastorizzazione.

Preferisci tenere il miele viscoso o in forma di cristalli?

Preferisco non intervenire sul naturale processo di cristallizzazione del miele e spiego al cliente a cosa è dovuta la naturale cristallizzazione del prodotto.

Hai mai rischiato di chiudere l'attività?

Ho avuto momenti di difficoltà, ma fortunatamente non ho mai rischiato di chiudere, nonostante i problemi che ho riscontrato nel fare questo lavoro.

Come pubblicizzi la tua produzione?

Mia moglie Monica mi aiuta a vendere e a pubblicizzare i prodotti attraverso i social media e le fiere, comunque ci piace tanto parlare con le persone e creare un rapporto di fiducia diretto. Il mezzo di comunicazione principale è ancora il passaparola!

Quali canali di vendita usate?

Oltre ai mercati agricoli e al nostro negozio, vendiamo consegnando a domicilio e tramite alcuni negozi di vicinato.



Apicoltura Minuscoli
Via Provinciale, 86C
Albino
tel. 351 680 8872
apicoltura.minuscoli@gmail.com
f apiculturaminuscoli
apicoltura.minuscoli



I prodotti più buoni son quelli di famiglia

L'Azienda Ca' del Stongia

Alessandro Breda ci accoglie con un sorriso mentre taglia un pezzo di formaggella per una cliente. Siamo pronti ad ascoltare il suo racconto!

Chi sei e come è nata l'attività?

Sono Alessandro, ho 32 anni e dirigo l'attività da sempre. Tutto è cominciato quando, finite le medie, ho comprato le prime capre. L'allevamento è sempre stato una mia grande passione e quattordici anni fa ho comprato anche le mucche.

Quante persone lavorano nell'azienda?

La nostra è un'attività familiare in cui lavoriamo io e mia moglie, dando qualche compito anche ai nostri bambini che sanno rendersi utili specialmente durante il periodo dell'alpeggio. Alcune volte necessitiamo dell'aiuto di amici o familiari e ultimamente stiamo pensando all'assunzione di una ragazza.

Quanti animali avete?

Abbiamo 60 capre e 40 mucche di nostra proprietà, ma durante l'alpeggio ci occupiamo anche degli animali degli affittuari e arriviamo a 100 capre e 90 mucche.

Per quale motivo hai scelto l'alpeggio?

Sicuramente l'ho scelto anche per passione personale, ma soprattutto perché lo considero il miglior stile di vita per i miei animali e la mia famiglia.

Come funziona l'alpeggio?

Solitamente aspettiamo la chiusura delle scuole per raggiungere l'alpeggio, perciò siamo soliti partire intorno al 10 giugno. I miei figli e mia moglie Sara scendono insieme alle capre prima della riapertura delle scuole, mentre io resto insieme alle mucche fino al 20 settembre circa. Il nostro alpeggio si trova in Val Camonica ed è composto da tre baite: la prima a 1500 metri dove alloggiano mia moglie e i bambini e dove è situato l'agriturismo; le altre due, dove trascorro la maggior parte del tempo, si trova-



no a 1900 metri.

Durante la transumanza accettate anche l'aiuto di volontari?

Absolutamente sì: durante la transumanza dobbiamo spostare quasi tutta la nostra attività ed è sempre meglio avere persone ad aiutarci.

Cosa significa che avete degli animali "in affitto"?

Per poter praticare l'allevamento in alpeggio c'è l'obbligo di avere un certo numero di animali che assicuri un'ideale pulizia del pascolo. Questo calcolo si basa sugli ettari su cui si estende l'alpeggio e, dato che i nostri animali non sono sufficienti, affittiamo mucche e capre aggiuntive da altri allevamenti.

Come funziona l'agriturismo?

Nel nostro agriturismo abbiamo 3 camere che possono ospitare 4 persone ciascuna. Per potersi fermare da noi è necessario prenotare perché



siamo una piccola azienda e dobbiamo organizzarci per avere a disposizione i viveri necessari per gli ospiti.

Che cosa produce?

Formaggi a latte crudo ed inoltre la ricotta e lo yogurt per i quali è necessario cuocere il latte. Produciamo tutto l'anno ma non manteniamo sempre lo stesso tipo di prodotto, un formaggio è diverso dall'altro in base alla stagione o anche in base alle annate per via della varietà dell'alimentazione degli

animali.

Perché hai deciso di lavorare su una filiera corta?

Perché è la scelta migliore per la vendita, dal momento che mi permette di guadagnare di più e di valorizzare i miei prodotti. Inoltre, è la scelta migliore per l'ambiente, per gli animali e per i miei clienti a cui posso assicurare la qualità del prodotto. Arriviamo direttamente ai consumatori anche attraverso le locali botteghe del Commercio EquoSolidale e i GAS (Gruppi di Acquisto Solidale) che sono formati da consumatori responsabili che fanno ordini collettivi direttamente ai produttori.

Ci incuriosisce il nome "Cà del Stongia", per quale motivo lo hai scelto?

Il nome risale al mio bisnonno che aveva l'abitudine di girare con un falchetto che usava per aprirsi passaggi dove la vegetazione diventava troppo fitta, dato che i sentieri un tempo non erano sempre puliti. Per questo motivo i suoi compaesani lo soprannominarono "Ol Stongia", dal bergamasco "stongia" che significa potare. Questo soprannome è poi passato a sua moglie, ai figli e a tutta la famiglia, per questo ho scelto di chiamare così la mia azienda.

Avete dei canali social per l'azienda?

Abbiamo una pagina Instagram e una Facebook che si possono raggiungere cercando "Azienda agricola Cà del Stongia".

Az. Agr. Cà del Stongia
Via Lunga, 36
Abbazia di Albino
tel. 345 602 2152
az.agr_ca_del_stongia

Animali felici e formaggi buoni

L'Azienda Aquilini

Dopo aver visitato il mercato e visto da vicino i tanti prodotti locali, ci rechiamo presso il banchetto di **Battista Aquilini**, impazienti di conoscere da vicino la sua attività.

Parlaci di te

Sono Battista ho 56 anni e ho un'azienda agricola dove allevo 65 capre per la produzione di formaggi caprini. Da 6 anni la mia produzione è anche certificata biologica.

Qual è la principale caratteristica che comporta la certificazione biologica?

Una differenza molto importante, ma non l'unica, è l'alimentazione degli animali: tutti i foraggi che utilizzo per le mie capre vengono prodotti da me in azienda, tranne i cereali che acquisto e che sono anch'essi certificati biologici.

Quando e come hai iniziato l'attività?

Ho iniziato nel 2001. Volevo creare un'attività da condividere con altre persone. La mia famiglia possiede terreni da anni e mio nonno aveva capre e mucche. Ho voluto quindi continuare con la tradizione di famiglia, lasciando il precedente impiego di insegnante.

Ci sono altre persone che lavorano con te?

Per ora lavoro da solo però ogni tanto vengono 2 persone del Frutteto Sociale ad aiutarmi. Spero che questi rapporti possano consolidarsi e diventare continuativi.

Quali sono le principali differenze con le grandi aziende agricole che producono il tuo stesso prodotto?

Innanzitutto tante aziende, specialmente quelle più grandi, adottano una tipologia di allevamento chiama-



to "intensivo", cioè tengono sempre gli animali in stalla per tutto l'anno e non praticano il pascolo. Io invece utilizzo molto l'erba e il pascolo durante tutto l'anno. Inoltre pongo attenzioni che gli allevamenti più grandi di solito non hanno, ad esempio per me è fondamentale lasciare i capretti con le loro mamme così vengono allattati finché ne hanno bisogno.

Al contrario, i grandi produttori di solito separano i piccoli dalla mamma dopo qualche giorno dalla nascita e li alimentano con il latte in polvere, al fine di destinare tutto il latte alla produzione di formaggio.

Dove allevi le capre?

Possiedo una stalla fuori casa mia dove le capre stanno di notte.

Di giorno tra una mungitura e l'altra pascolano all'aperto all'interno di recinti che sposto spesso in modo da cambiare appezzamento e variare così l'erba che le capre mangiano. Questo è positivo per la loro salute.

Qual è la routine della giornata con le capre?

Alle 7 del mattino c'è la prima mungitura, poi dedico la mattina alla produzione di formaggio fino all'incirca l'una. Nel pomeriggio vado a

mato di più e per gli erbivori è importante avere un bilanciamento tra ciò che a loro piace molto e ciò che ha molta fibra. Le capre, come le mucche, hanno il rumine, un organo del sistema digerente che funziona bene quando c'è un buon equilibrio tra sostanze molto energetiche, come ce-



spostare i recinti delle capre e in seguito faccio lavori in azienda, poiché c'è sempre molto da fare. Ora che inizia a far caldo, verso le 4 porto le capre a pascolare fino a quando rientrano in stalla alle 7 circa per la seconda mungitura e finisco il lavoro alle 21.

Quanti tipi di formaggio produci e cosa rende caratteristico il tuo formaggio?

Produco formaggi freschi, come il caprino, il primo sale e la ricotta, ma anche formaggi da stagionare, per esempio la caciotta, la formaggella stagionata e i formaggini erborinati. Inoltre faccio due tipi di yogurt: quello normale e lo yogurt greco che è più denso. Tutti i miei prodotti sono certificati biologici

Usi latte crudo o pastorizzato?

Utilizzo il latte crudo in modo da mantenere intatte tutte le proprietà.

Quali sono gli alimenti prediletti per l'alimentazione delle capre?

Non c'è un alimento che viene consu-

reali ed erba fresca, e sostanze più dure come paglia o fieno, poiché la parte di fibra aiuta a tenere in movimento l'apparato.

Parlando di filiera corta, com'è strutturata la tua?

Tengo molto al rapporto diretto con i clienti: vendo il 30% della produzione in azienda, che è aperta anche alle visite, il 50% attraverso 2 "Mercati Agricoli e Non Solo" e altri 2 piccoli mercatini, tra cui quello organizzato dal Frutteto Sociale di Perola, mentre il resto viene acquistato dai Gruppi di Acquisto Solidale.

Azienda Agricola
Aquilini Giovanni Battista
via Perola, Albino
tel. 3895209653



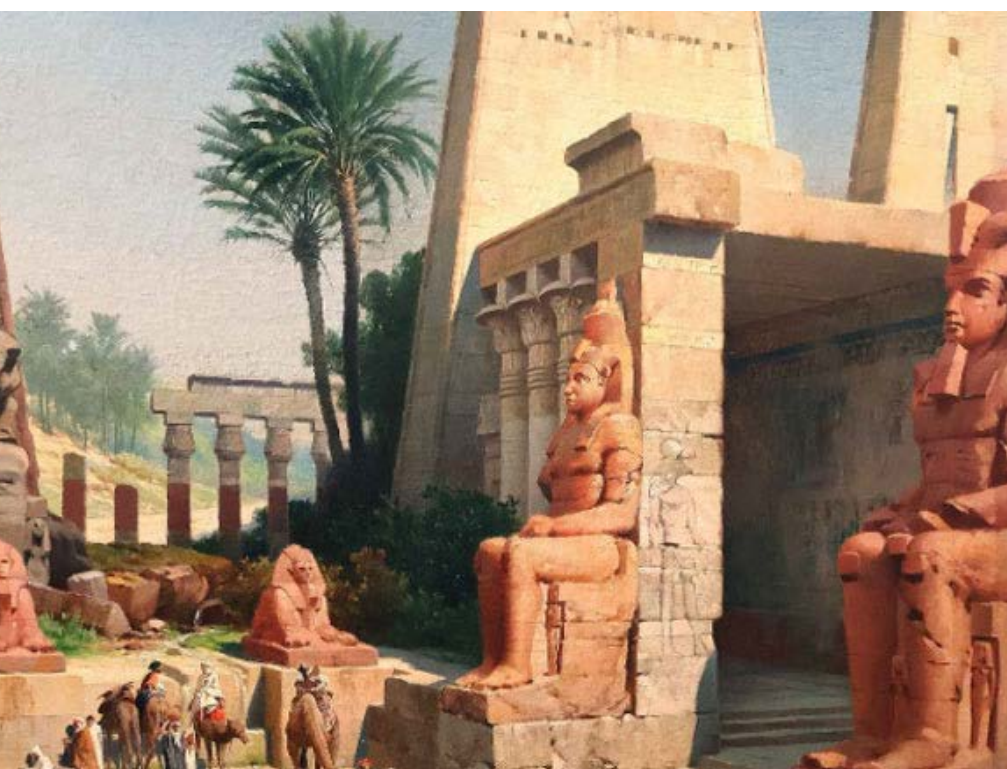
L'Egittomania invade Crema

Il fascino dell'Egitto tra arte, simbolismo e scenografia
Fino al 28 settembre una speciale mostra al Museo Civico

Per oltre cinque mesi, dal 17 maggio al 28 settembre 2025, la città di Crema (CR) sarà parzialmente colorata di giallo. È il colore della locandina che presenta la mostra "Egittomania. Luigi Manini e Antonio Rovescalli tra pittura e scenografia". La mostra è ospitata nelle sale della Pinacoteca del Museo Civico di Crema, nel cui percorso permanente trova già spazio la sezione egizia dedicata ai reperti archeologici. Quasi come dei veri archeologi, i curatori Alessandro Barbieri, Christian Orsenigo e Gabriele Valesi, hanno scavato nelle profondità di luoghi sconosciuti per riportare alla luce una collezione inedita di opere e materiali generalmente conservati in archivi o in depositi non accessibili al pubblico, con l'intento di rispolverare il passato dell'arte cremasca dell'Ottocento, ossessionata, come altrove, dall'antico Egitto.

Una moda rivitalizzata da Napoleone ...e da Tutankhamon

L'Egittomania, infatti, è un fenomeno culturale importante che ha influenzato tutte le arti, figurative e non, soprattutto a inizio Novecento. Nonostante l'interesse per il Medioriente e l'antico Egitto fosse sentito in Europa fin dall'antichità – ne è un esempio la Piramide Cestia costruita a Roma tra il 18 e il 12 a.C. – l'evento che fece esplodere la mania verso la civiltà della Valle del Nilo fu la spedizione militare francese avvenuta tra il 1798 e il 1801, quando il generale Napoleone Bonaparte affiancò al suo esercito un gruppo di 167 studiosi appartenenti alla



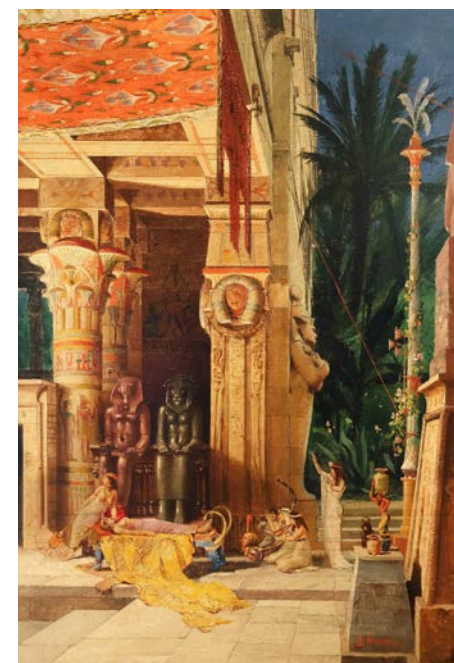
Commissione delle Scienze e delle Arti: chimici, fisici, naturalisti, ingegneri, disegnatori, architetti che scrissero dei resoconti su tutto quanto veniva scoperto in Egitto. Le diverse ricerche confluirono in una grande opera a più volumi dal titolo "Description de l'Égypte". Nel secolo successivo, un altro evento importante riaccese l'interesse mondiale: il 4 novembre del 1922 l'archeologo inglese Howard Carter, a partire da un misterioso gradino scavato nella roccia, scoprì un accesso segreto di un complesso tombale. Tre settimane dopo vennero rotti i sigilli della tomba di Tutankhamon, la tomba più famosa di tutta la storia dell'archeologia. Un evento che investì l'Europa intera, al punto tale che per la tarda aristocrazia l'apice della moda era possedere oggetti "egittizzanti", coinvolgendo così tutte le arti, con ricadute particolarmente suggestive anche nel cremasco, dove artisti come Luigi Manini (1848-1936) e Antonio Rovescalli (1864-1936) accolsero questa

delle raccolte iconografiche riprodotte nei resoconti ottocenteschi di viaggio che ebbero come oggetto l'antico Egitto: fra essi certamente i due più importanti furono la "Description de l'Égypte" - già citata - e il "Voyage dans la Basse et la Haute Égypte" di Dominique Vivant Denon, una pubblicazione di notevole valore archeologico edita a Parigi nel 1802, che conobbe un'enorme fortuna con ristampe e traduzioni successive (in mostra è esposta la versione italiana ottocentesca concessa in prestito dalla Biblioteca Queriniana di Brescia). Alle riproduzioni del "Voyage" di Denon si rifece specialmente Luigi Manini per trarne dei veri e propri ricalchi da impiegare come modelli, assieme a tutta una serie di tavole, stampe e incisioni utilizzate dall'artista per lo più come fonti decorative. Per la mostra si è cercato di chiarire le vicen-

delli, assieme a tutta una serie di tavole, stampe e incisioni utilizzate dall'artista per lo più come fonti decorative. Per la mostra si è cercato di chiarire le vicen-

Manini e Rovescalli celebri interpreti cremaschi

La mostra ha fornito l'occasione di una ricerca capillare sui repertori che ispirarono questi interpreti stimolandoli a utilizzare dettagli esotici nelle loro produzioni artistiche. Per questo aspetto è stato fondamentale lo studio



de collezionistiche che portarono nel 1925 alla donazione di questa raccolta alla Biblioteca Comunale di Crema, materiale poi passato nel 1960 al Museo Civico al momento della sua inaugurazione, andando di fat-

to a costituire quel fondo che dall'artista prende il nome. Nel caso di Manini, la volontà di rappresentare geroglifici, decorazioni, sculture e architetture dell'antica civiltà nilotica può essere ascritta a una ricerca del dato realistico in virtù della sua attività di scenografo, e dunque nella necessità di realizzare ambientazioni a sfondo egizio per opere liriche e balletti, quali l'Aida e il Nephthys o Il figliuol prodigo. Lo studio della produzione grafica, pittorica e scenografica di questo interprete cremasco ha portato la ricerca anche fuori dai confini nazionali in quanto, dal 1879 al 1912, l'artista si trasferì a Lisbona, dove ebbe modo di collaborare con i più prestigiosi teatri portoghesi. Di Antonio Rovescalli spicca nell'allestimento un ampio saggio di soggetto egizio che gli valse nel 1883 la medaglia d'argento all'esame finale del-

la Scuola di prospettiva presso l'Accademia di Brera a Milano. Un acquerello ispirato all'Aida, ma realizzato rifacendosi a note architetture dell'antico Egitto: nella fattispecie il Ramesseo, il tempio memoriale dedicato al faraone Ramesse II. Inoltre, del pittore scenografo si possono osservare alcuni interessanti scatti fotografici relativi a sue messinscène dell'Aida al teatro São Carlos di Lisbona, dove fu chiamato a lavorare dal concittadino Manini verso la fine del XIX secolo. Altre fonti esposte documentano invece la sua prolifica attività alla Scala di Milano, teatro in cui operò quasi ininterrottamente fino alla sua morte, affermandosi come protagonista indiscusso nella creazione di scenografie.

L'influenza sulla architettura locale

Tramite una collezione di bozzetti, ricalchi, studi e saggi accademici posseduti dal Museo di Crema, posti in raffronto ad alcuni dipinti e volumi prestati da privati e da biblioteche pub-

bliche, i visitatori sono invitati a immergersi in un mondo esotico che ha ispirato – e continua a ispirare – generazioni di creativi. Il fascino dell'antico Egitto, con i suoi misteri e le sue iconografie caratteristiche, viene raccontato non solo come un evento globale, ma anche, e soprattutto, in una prospettiva locale, in un dialogo tra ricerca storica e innovazione creativa, impersonando e diffondendo a proprio modo lo stile Retour d'Égypte in

pittura e scenografia. La mostra presenta anche una sezione dedicata all'influenza dell'Egittomania sull'architettura privata locale. Nel cremasco, infatti, le tracce di questo fenomeno sono visibili in numerosi edifici storici, come Villa Marazzi a Torino Vimercati e Palazzo Turina a Casalbuttano, che adottarono decorazioni ispirate all'Egitto nell'architettura e negli interni.

■ **Sheela Pulito**

MOSTRE DA NON PERDERE in Lombardia

Casorati
Dal 15/02/2025 al 29/06/2025
Palazzo Reale, Piazza del Duomo, 12 - Milano
www.palazzorealemilano.it

Dal caos al cosmo. Metamorfosi
Dal 29/03/2025 – al 29/06/2025
Palazzo Te, viale Te 13 – Mantova
www.centropalazzote.it

Yukinori Yanagi. Icarus
Dal 28/03/2025 al 27/07/2025
Pirelli HangarBicocca, Via Chiese 2 - Milano
www.pirellihangarbicocca.org

Horti Custos. Il Custode dell'Orto
Dal 12/04/2025 al 21/09/2025
Spazio Extra Art, Viale Lungo Ticino Sforza 46 - Pavia
www.horti.it

Dorothea Lange
Dal 15/05/2025 al 19/10/2025
Museo Diocesano, Piazza Sant'Eustorgio, 3 - Milano
www.chiostrisanteustorgio.it

Depositi esposti

Egittomania

Luigi Manini e Antonio Rovescalli
tra pittura e scenografia

17 maggio-28 settembre 2025

Crema, Centro Culturale Sant'Agostino
Pinacoteca del Museo Civico, p.ta Winifred Terni de' Gregorj





Caldo in arrivo

Come scegliere l'integrazione più adatta alle proprie esigenze

Il caldo estivo non è sempre una piacevole condizione per tutti: per chi deve lavorare, magari fuori sotto il sole, per chi deve passare molto tempo in auto durante le ore calde del giorno, per chi soffre di problemi circolatori, o per le persone anziane il caldo estivo è tutto tranne che una cosa piacevole e da auspicare. In estate porre attenzione all'adeguata integrazione di sali minerali e liquidi acquisisce ancora più importanza rispetto al resto dell'anno. Inoltre, durante questa stagione aumenta il numero delle persone che si dedica all'attività fisica con una frequenza e un'intensità inedita rispetto al resto dell'anno. Il poco allenamento e gli sforzi fisici superiori alle abitudini generano performance forzatamente inferiori alle aspettative che, erroneamente, ci poniamo. Tutti questi elementi suggeriscono di cercare un aiuto esterno per alleviare la fatica, migliorare tali performance e ridurre i tempi di recupero.

Ma ricorrere a questa integrazione è davvero indispensabile? Come prima risposta potremmo dire: utile sempre; necessario dipende; superfluo mai. Contestualizzata nel periodo estivo, sono due le principali categorie cui riferirsi: l'integrazione sportiva e quella salina.

Integrazione sportiva

Quando si parla di integratori sportivi ci si riferisce ad un ampio novero di preparati contenenti diverse sostanze: sali minerali, aminoacidi ramificati ed essenziali, substrati energetici, zuccheri complessi a lento o rapido rilascio, stimolanti.

A seconda del grado di impegno fisico richiesto, della frequenza degli allenamenti e del tipo di attività svolta, diversi sono gli approcci che è meglio seguire: alcune aziende hanno scelto di commercializzare integratori più completi ma anche più generici, altre hanno scelto di differenziare creando linee più ampie con

volgersi ad una integrazione più attenta e specifica. L'obiettivo è migliorare la performance, ridurre l'affaticamento aumentando la resistenza e rendere più rapido e meno faticoso il recupero. Una linea più ampia e completa può infatti comprendere anche vitamine e minerali come il magnesio, implicato non

si o prolungati possano generare processi ossidativi a scapito della massa magra del corpo.

- Zuccheri a diversa velocità di assimilazione. Tutti i processi metabolici richiedono combustibile da "bruciare" durante lo sforzo muscolare; a seconda della durata

cesso di produzione delle molecole che costituiscono la benzina per l'apparato muscolare.

- Sali minerali, soprattutto magnesio e potassio, fondamentali soprattutto durante la stagione calda o in caso di attività che comportino un'ampia sudorazione, indipendentemente dal fatto che sia di tipo lavorativo o sportivo. Infatti, col sudore non si perdono solo liquidi ma anche sali minerali con aumento del rischio, noto a tutti, di crampi muscolari; magnesio e potassio svolgono un'azione essenziale nel rilasciamento della contrazione del muscolo scheletrico. La perdita massiva di liquidi e sali può determinare inoltre un abbassamento della pressione arteriosa.

- Ferro e Vitamina B12, implicati nell'aumento dell'ossigenazione del sangue. Se il sangue stesso veicola una quantità maggiore di ossigeno, non si richiede un aumento della pressione sanguigna e della frequenza con cui il cuore si contrae per pompare; questo determina una migliore resistenza, soprattutto in attività di tipo aerobico.

- Ginseng e guaranà: sono esempi di stimolanti, sostanze in grado di agire più specificamente a livello mentale. È evidente che ogni attività di qualsivoglia genere richieda sia energia per svolgerla, sia spinta mentale per affrontarla e per resistere quando sforzo e fatica diventano significativi.

Sia che si decida per un unico prodotto, sia che ci si affidi a un approccio multiplo, è importante

saper scegliere la corretta integrazione e comprendere il senso di ciò che si intende assumere. In definitiva possiamo dire che l'integrazione sportiva è utile per tutti, mai superflua, se ciascuno è in grado di operare la scelta più adatta alle proprie esigenze.

Integrazione salina

Le persone anziane sono da sempre indicate come la categoria più a rischio: camminare sotto il sole nelle ore calde della giornata è assolutamente sconsigliabile per cui, di fatto, la cosa migliore da fare è rimanere in casa limitandosi ad uscire solo al mattino presto o dopo le 18, quando l'incidenza dei raggi solari è minore. È sempre opportuno indossare un cappello per proteggere la testa, non tanto al fine di evitare le scottature, quanto principalmente per evitare pericolosi colpi di calore, che si traducono in gravi squilibri sia a livello di idratazione che di elettroliti (acqua e sali, quindi nutrimento dell'encefalo). Comunemente il primo pensiero va alla pressione arteriosa: il caldo, soprattutto se improvviso e violento, può generare uno squilibrio marcato tale da causare svenimenti e cadute potenzialmente molto rovinose;



va aggiunto che molto spesso le persone anziane hanno cronici problemi pressori e sono in terapia farmacologica, per cui un violento abbassamento della pressione causato dall'effetto vasodilatatorio del caldo amplifica gli effetti dei farmaci. Nel periodo estivo è importante controllare costantemente la pressione per modulare la terapia in essere e valutare con il medico di base l'opportunità di integrare i sali minerali persi con la sudorazione.

A livello cerebrale abbiamo già accennato al rischio di squilibrio elettrolitico, cioè di nutrimento essenziale: l'encefalo va sempre nutrito ed idratato. Un colpo di calore genera un'improvvisa disidratazione e conseguente denutrizione, estremamente dannoso soprattutto in condizioni di moderato o avanzato invecchiamento della corteccia cerebrale, condizione fisiologica ed inesorabile con l'andare degli anni.

Un'altra categoria a rischio sono ovviamente i bambini, soprattutto i più piccoli; le accortezze relativamente all'esposizione nelle ore calde della giornata devono essere le stesse. L'uso di un copricapo è importantissimo e deve diventare un'abitudine per i bambini stessi. La loro pelle è inoltre molto delicata e va protetta con estrema cura, principalmente in tenera età, evitando di esporre i bambini al sole nella fascia dalla metà del mattino fino a metà pomeriggio. Fin qui le categorie a maggior rischio: tuttavia non si può igno-

rare quanto pesante possa essere lavorare sotto il caldo e il sole o anche solo passare molte ore in macchina. La sudorazione aumenta, la perdita di liquidi e di sali minerali può essere molto marcata generando disagi, stanchezza e svenimenti. Inoltre va ricordato che la condizione cronica di ipertensione arteriosa non è affatto una pre-

rogativa della terza età, anzi, si sta assistendo ad un progressivo e costante abbassamento dell'età di insorgenza dei primi disturbi pressori che inducono a dover iniziare una terapia farmacologica. Con il caldo estivo, monitorare ed eventualmente correggere la terapia in corso è quindi opportuno per tutte le persone interessate, indipendentemente dall'età.

Per ridurre la portata delle conseguenze del caldo, la prima cosa da fare è dunque evitare esposizioni inopportune, un consiglio che può sembrare banale ma che tale non appare, considerato che quotidianamente in farmacia ci troviamo a fronteggiare richieste di rimedi per incaute esposizioni. Resta comunque fondamentale, anche se non si fa attività sportiva, la necessità di reidratarsi abbondantemente e reintegrare i sali minerali persi con la trasudazione cutanea e indispensabile per la corretta funzionalità dell'apparato muscolo scheletrico.

■ 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**



Nella stagione più calda dell'anno facciamo il focus su curiosità e proprietà nutrizionali di un alimento forse poco conosciuto. Verifica la tua conoscenza grazie alle domande e alle relative risposte sotto riportate. Buon divertimento!

1
Cosa sono le
“verdure di mare”?

1
Cosa sono le
“verdure di mare”?

3
Quali sono
le caratteristiche
nutrizionali
delle alghe?

2 Quali sono le alghe più utilizzare in cucina?

4
Il loro consumo
è controindicato?

5 Le alghe aiutano a perdere peso?



Le alghe forniscono poche calorie e considerando il loro consumo limitato, possono essere inserite anche all'interno di un percorso di dimagrimento. Per perdere peso è necessaria una sempre seguire una dieta ipocalorica, variata e preferibilmente abbinata all'attività fisica quotidiana. È bene ricordare di essere seguiti da esperti per interpretare un qualsiasi percorso nutrizionale.

magare occasionalmente come ingrediente di qualche piatto può giovare alla salute. Tuttavia la quantità che il tipo di alghe sia da utilizzare possono variare in base alle esigenze individuali. Inadatti alcune alghe potrebbero dare esempio in interfez con alcuni farmaci quindi in caso di dubbio è bene chiedere consiglio al proprio medico curante. Anche per chi soffre di ipertensione sono sconsigliate, o per coloro che hanno l'esigenza di limitare l'apporto giornaliero di alcuni minerali come lo iodio e il sodio.

5.

3. Le aighe contribuiscono ad aumentare le difese immunitarie, a migliorare la circolazione, a stimolare il metabolismo e alcune di esse aiutano a ridurre il gonfiore addominale. Questi vegetali contengono una discreta quantità di proteine, vitamina C e tra i minerali presenti citiamo sodio, calcio, potassio, magnesio, iodio, ferro e rame.

duce il gomitolo associato al loro consumo. Un'altra alga è la Wakame spesso protagonista nella zuppa di miso, un prodotto a base di una pasta fermentata che ricorda il dadò vegetale, con l'aggiunta solitamente di verdura. Le alghe Arame, Hijiki e Dulse sono invece utilizzate soprattutto in zuppe, salse, condimenti e contorni o abbinate ai cereali e ai legumi, mentre l'Agar agar è un'alternativa vegetale alla gelatina animale utilizzata anche in pasticceria.

2. **Utile** le alghe commestibili più
elemento base nella prepara-
zione dei sushi per contenere
il riso con altri ingredienti. L'al-
ga Kombu invece è utilizzata
soprattutto nell'ammollo e la
cottura dei legumi perché ri-

Sono le alghe, organismi vegetali di vari colori (verde, marrone, rosso, blu, giallo e nero) in grado di svolgere la fotosintesi, cioè produrre ossigeno utilizzando la luce solare. Il colore dipende dalla quantità di luce che riescono ad assorbire e dai pigmenti che contengono. Vivono soprattutto nell'acqua, ma anche nel terreno, sulle rocce umide e sono molto utilizzate e apprezzate da molti animali, anche alle loro proprietà salutari. Si acquistano soprattutto essiccate nei negozi specializzati nella vendita di prodotti biologici, ma si trovano anche nella grande distribuzione.

Risposte

MORBIDELLE DORATE AL PROFUMO DI MARE

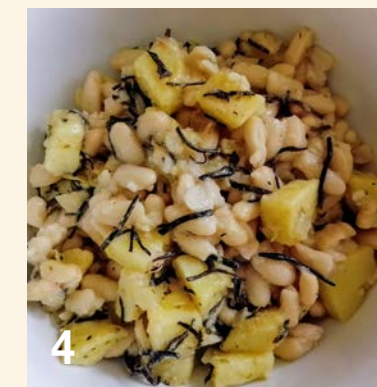
**INGREDIENTI (per 4 persone)**

- 500 g di cannellini cotti
- 200 g di pangrattato
- 2 patate bollite di medie dimensioni
- 4 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 2 cucchiaini di lievito alimentare in fiocchi
- 1 cucchiaino di alghe Arame essiccate
- 1 spicchio di cipolla
- 1 cucchiaino di origano secco
- sale integrale q.b.

PREPARAZIONE

Tempi di preparazione: **15** minuti
Cottura: **5** minuti

Mettete in ammollo le alghe per circa 5 minuti, scolatele. Fate un trito di cipolla e tagliate a tocchetti le patate. In un cucchiaino di olio fate insaporire la cipolla con le patate, le alghe, l'origano, il lievito alimentare e il sale. Aggiungete i cannellini e poi frullate tutti gli ingredienti. Ponete il composto in una ciotola, incorporate il pangrattato e con le mani formate delle polpette. Mettete qualche cucchiaino di olio in una pentola antiaderente e fate dorare le morbidelle da entrambi i lati.



Dott.ssa Rossana Madaschi
Nutrizionista
Dietista Punto Ristorazione e
Docente di Scienza dell'Alimentazione
Cell. +39 347 0332740
info@nutrirsidisalute.it
www.nutrirsidisalute.it





Punto
Ristorazione
CATERING
BANQUETING

**Buona cucina,
buon prezzo...
buon appetito!**

Gorle (BG)
via Roma, 16
tel. 035.302444

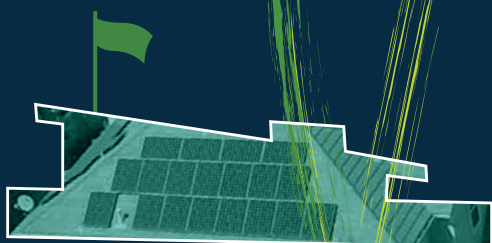


TRATTORIA

info@puntoristorazione.it

FONDAZIONE FLANDER ITALIA E.T.S.

LA TUA COMUNITÀ ENERGETICA



Una rete nazionale di **Comunità energetiche territoriali** libera e indipendente pensata per cittadini e aziende della tua comunità



Perché aderire

- **Adesione gratuita** in una comunità energetica rinnovabile già attiva sul tuo comune
- **Risparmio** sui costi energetici
- **Benefici** per l'ambiente e il territorio
- **Supporto** tecnico e organizzativo

ADERISCI CON LA TUA CASA E LA TUA AZIENDA!

Per info
info@fondazioneflandercer.it
cell. 338 2265382
cell. 348 5249640



ceress.it/adesione-fondazione-flander-italia-ets/



FONDAZIONE
FLANDER
ITALIA E.T.S.