

infoSOSTenibile

PERIODICO SUGLI STILI DI VITA E D'IMPRESA SOSTENIBILI
Poste Italiane Spa - Spedizione in Abbonamento Postale - 70% - LO/BG



Numero 93 | Anno X | Inverno 2020 | www.infosostenibile.it

→ Inverno 2020



Ripartiamo dal futuro o torniamo come prima?

Energie rinnovabili

Comunità energetiche



Verso un futuro di
condivisione
dell'energia

Pagine 4-5

Il rapporto

Ecosistema urbano 2020



La classifica delle città
italiane più green

Pagine 6-7

L'attualità

Inquinamento digitale



Come diventare
fruitori consapevoli?

Pagina 9



apriamo
il mondo
allo sviluppo
sostenibile

www.cfgserramenti.com



Editoriale

Ripartiamo dal futuro

10 anni di infoSOStenibile, tra eterne sfide e ripartenze in sintonia con la SOStenibilità: vivere l'oggi pensando al domani

C'è un'innovazione economica, tecnologica e di pensiero, che consente oggi di realizzare progetti e modelli organizzativi virtuosi di economia circolare, sociale e green

Non sarà la cosa più importante che la pandemia ha fatto saltare nel 2020, ma la festa per i 10 anni di infoSOStenibile, vi assicuriamo che è solo rimandata! A novembre dello scorso anno, in molti probabilmente ci eravamo illusi di aver superato l'anno horror che invece ha continuato a imperversare e a farci rinviare la tanto attesa ripartenza. Una ripartenza non solo delle edizioni del nostro mensile, che per forza di cose nel 2020 e nel 2021 avrà cadenza trimestrale, bensì la rimessa in moto di tutto il nostro sistema economico e stile di vita abituale.

Ci siamo detti che nulla sarebbe stato come prima, che la normalità precedente è stata la causa della crisi ecologica, economica e sociale degli ultimi anni e che l'infausta pandemia ha messo in



luce e aggravato la scarsa solidità di un sistema e un modello di sviluppo, da tempo non più in grado di garantire benessere e qualità di vita a tante persone. La globalizzazione da un lato ha portato e continua a portare grandi opportunità e innovazioni, dall'altro scardina e spesso devasta i modelli tradizionali di economia locale, che non sanno ancora "difendersi" da questa inondazione di economia digitale e di logistica onnipotente, con un consumo di energia e di risorse e ritmi sempre più insostenibili che sembravano, fino a ieri, inevitabili e impossibili da fermare. Poi la pandemia ci ha mandato un incontrovertibile segnale e in un certo senso ci ha

concesso (obbligando il mondo a fermarsi) una pausa di riflessione sulla direzione intrapresa dall'umanità tutta.

Durante questa pausa sono emerse tante riflessioni, tante analisi, ipotesi e soluzioni, tante proposte, molte concrete e praticabili. C'è un'innovazione economica, tecnologica e di pensiero, che consente oggi di realizzare progetti e modelli organizzativi virtuosi, sharing economy, finanza sostenibile, economia circolare, sociale e green, comunità locali solidali, consumi e consumatori consapevoli. Nelle pagine seguenti mostriamo alcuni esempi e novità, le proposte percorribili non mancano.

Quel che ancora manca è la chiara consapevolezza che indietro non si torna. L'epoca della produzione e del consumismo così come l'abbiamo vissuta nei decenni scorsi non esiste e non torna più. Parlare di ripartenza è di per sé un errore, è fuorviante. Non dobbiamo e non possiamo pensare con i criteri e i modelli del passato e nemmeno del presente, che per quanto si stia allungando, non sarà - vogliamo sperare - la normalità permanente.

Ma questa precaria condizione non sarà la normalità solo se sapremo staccarcene e ripartire pensando al futuro, pensando a come vorremmo fosse veramente la nostra società, la nostra economia ed essere coerenti e conseguenti con questa volontà. Tutti gli sforzi, le difficoltà, gli investimenti, le riflessioni di metodo e di prospettiva, gli incentivi economici e le risorse umane e sociali non devono essere indirizzate a ripristinare le stesse attività di prima, ma a impostare un sistema diverso, migliore, un nuovo sistema. Basta con l'appagamento di esigenze tutte tese all'immediatezza dei bisogni. Che sono veri, reali, ma tutti terribilmente contingenti e individuali. Sappiamo ormai

cosa impatta negativamente la qualità delle nostre vite, il valore dei beni comuni, dei servizi pubblici fruibili da tutti, la ricchezza e il benessere sociale, che vogliamo diffuso e di lungo periodo, non effimero e sempre più concentrato in poche mani. Esempi, informazioni e conoscenze ce ne sono, basta volerli guardare e mettere in pratica. Se ripartiamo dai bisogni del presente o peggio dalla riproposizione del passato, inciampieremo sempre più spesso in crisi periodiche, economiche, sanitarie, sociali, ecologiche. E dovremo sempre ricominciare tutto da capo.

La nostra guida deve essere invece il futuro che vogliamo, la direzione dev'essere chiara, consapevole, occorre imboccarla da subito con decisione. Dobbiamo imporcelo come premessa: il futuro dev'essere il punto di partenza di ogni politica, di ogni scelta, di ogni cambiamento, non il punto di arrivo. Altrimenti le zavorre passate e presenti, le abitudini consolidate e l'esigenza dei bisogni immediati non permetteranno di iniziare a costruire quella società che, forse, ancora, non vogliamo abbastanza.

■ **Diego Moratti**

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
6 febbraio 2021

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

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

Hanno collaborato a questo numero:

Gianluca Zanardi, Arianna Corti, Laura Spataro, Laura Zunica, Paola Ceccarelli, Cristina Cireddu, Michela Offredi, Selene Mosti, Lorenzo Torcello, Laura Norbis, Nicola Cremaschi, Oriana Rinaldi, Fridays for Future Bergamo

Foto:

Redazione, pexels.com, CC, shutterstock.com



Recapiti Redazione:

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

www.infosostenibile.it



Sommario



10

ID.EIGHT, dalla
frutta alle scarpe



24

25 anni di
Rete Cauto



29

Best in Travel 2021

Attualità

EDITORIALE

- 2 Ripartiamo dal futuro

PRIMO PIANO

- 4 Comunità Energetiche Rinnovabili
- 6 Ecosistema Urbano 2020
- 8 Amazzonia a rischio Covid. Digital cleaning
- 9 Inquinamento digitale. Cos'è e come ridurlo

Green Economy

- 10 ID.EIGHT, dagli scarti della frutta alle sneakers.
- 11 Nuova vita per la plastica in mare che diventa montatura di occhiali

ECONOMIA SOCIALE E SOLIDALE

- 12 Distretti dell'economia sociale e solidale. Lavori in corso nella bergamasca

BergamoSOSostenibile

- 14 Bergamo, città che differenzia. Oltre il 73% nel 2020
- 15 Nuova presidente per il Circolo cittadino di Legambiente
- 16 Mercato Mercato&Cittadinanza di Monterosso, belle storie in questo tempo SOSpeso
- 17 Seminare valore, coltivare comunità. Gasparina: al via il progetto triennale
- 18 Covo e Treviglio: politiche pubbliche per un'economia locale e sostenibile
- 20 Zogno: da banchi a porta-biciclette. Un video dagli alunni di 5° BM
- 21 Greenwashing e futuro: come le aziende si lavano la coscienza
- 22 Il Festival della SOSostenibilità... Dall'ambiente alla mobilità

BresciaSOSostenibile

- 24 Brescia, 25 anni di Rete Cauto

LeccoSOSostenibile

- 26 Lecco, una nuova amministrazione per la città manzoniana
- 27 Neo-assessora all'ambiente Zuffi. Parola d'ordine: trasversalità

Stili di vita

SOCIETÀ

- 28 Alfonsina Morini Strada. Una corsa per l'emancipazione
- 29 Best in Travel 2021
- 30 Territori, località e comunità. Le parole del turismo sostenibile
- 31 Tourist4Future: turismo responsabile da Palermo a Bergamo
- 32 Stazioni Alta velocità in Italia
- 34 Pianeta Oceano, proteggere i mari per tutelare la terra
- 36 Il libro, una medicina per l'anima
- 37 Leggere oggi per il mondo di domani
- 38 Amazonian Cosmos - The Great Green Wall
- 39 ReCreo, la startup della rigenerazione rurale
- 40 L'orso bruno e il suo grasso "di troppo" - The brown bear and its "extra fat"
- 42 Acqua sana e senza plastica
- 43 Come resistere all'inverno

ALIMENTAZIONE & BENESSERE

- 44 Le regole della spesa "intelligente"
- 46 Le Ricette > Miam o fruit / Zuppa di verza
- 46 Frutta e verdura di stagione > Kiwi e cavolo verza



AZZERIAMO
LE DISTANZE
TRA TE E IL
TUO BUSINESS



COMUNICAZIONE



MARKETING



EVENTI



EDITORIA

 **MARKETING**
km zero

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



www.marketingkm0.it

Green economy

Comunità Energetiche Rinnovabili

Una rivoluzione verso la sostenibilità

Approvata la normativa che consente anche in Italia la costituzione delle CER, le Comunità Energetiche Rinnovabili



foto: compile-project.eu

Finalmente anche in Italia è possibile mettersi in rete per auto-produrre e consumare energia pulita collettivamente. Una possibilità preclusa fino all'anno scorso, che obbligava chiunque producesse energia rinnovabile attraverso pannelli fotovoltaici o altri sistemi sostenibili a immettere nel sistema l'energia che non veniva consumata dallo stesso proprietario-produttore di energia. Ora si potranno invece formare con i vicini di casa, di azienda, di edificio pubblico, delle vere "comunità energetiche" di auto-produttori di energia pulita, i quali potranno scambiarsi l'energia prodotta da ciascuno aderente alla "comunità", a seconda della propria

necessità di consumo in quel determinato momento.

Tradotto: se al negoziante, mio vicino di casa, serve più energia di quella che produce col suo pannello fotovoltaico, allora anziché comprare energia dal fornitore "nazionale", utilizzerà quella prodotta da casa mia, che io in quel momento non sto utilizzando, magari mentre sono fuori casa per lavoro. Viceversa se a me servisse più energia di quella che il mio impianto fotovoltaico (o eolico) produce in quel momento, sono io che posso utilizzare l'energia prodotta e non auto-consumata dal mio vicino, che sia un negozio, un'azienda, un edificio pubblico, una villetta o un condominio.



È un modo nuovo per poter consumare sul posto tutta la possibile energia (pulita) che si produce, senza doverla immettere in rete e senza doverla farla pervenire da chissà quale grande centrale, magari inquinante, o dall'estero. Resta fermo il fatto che tutta l'energia auto-prodotta dai membri della Comunità Energetica e non consumata collettivamente viene comunque poi immessa in rete e pagata dal gestore.

Una serie di vantaggi per cittadini e ambiente

Questo piccolo passaggio legislativo - fortemente voluto da molti produttori di energie rinnovabili e dalle associazioni ambientaliste - porterà probabilmente a una rivoluzione epocale del sistema di produzione e approvvigionamento energetico in Italia e non solo. La direzione verso cui si apre la strada è quella di promuovere, negli anni, una serie di tante comunità energetiche locali in grado di auto produrre collettivamente la maggior parte dell'energia di cui si ha bisogno, diminuendo così la necessità di ricorrere a energia prodotta altrove, riducendo nel contempo i costi di trasporto e gli oneri di sistema.

In termini ambientali gli incentivi governativi spingono ad auto-produrre e auto-consumare energia pulita, progredendo verso la decarbonizzazione del nostro sistema economico che non deve ricorrere così massicciamente a fonti fossili e inoltre riducendo la dipendenza energetica del nostro Paese.

Ma oltre al vantaggio ambientale, notevoli sono gli incentivi economici messi in campo per favorire questa transizione energetica. Innanzitutto l'energia autopro-

dotta e consumata rappresenta di per sé un risparmio. Inoltre anche l'energia consumata dalla comunità collettivamente genera incentivi per tutta la comunità, oltre a ridurre la quota parte degli oneri di sistema e i costi di trasporto in bolletta. Da sottolineare che i tradizionali fornitori di energia possono comunque continuare a essere liberamente scelti per i momenti in cui la comunità non ne produce abbastanza energia per tutti: ad esempio la notte, in caso di im-

il giorno. Le batterie di una auto elettrica sono, se ci pensate, degli accumulatori di energia che vengono ricaricati per essere utilizzati quando serve.

Immaginate quindi che dagli elettrodomestici al riscaldamento o raffrescamento, dalla ricarica dell'auto elettrica all'uso di energia per artigiani, negozianti o piccole medie imprese sfruttino sempre più le aumentate capacità di autoproduzione di energia pulita a livello locale o tra comunità energetiche sempre

re bene la normativa e affidarsi a società competenti per un servizio di così primaria importanza. Ad esempio va sottolineato che gli incentivi si applicano agli impianti di energie rinnovabili costruiti successivamente al 1 marzo 2020 e sono abbinabili solo in parte all'Ecobonus del 110%, mentre non sono sovrapponibili ad altre tipologie di incentivi già in vigore negli anni passati.

Occorre poi che queste "Comunità Energetiche Rinnovabili", dette CER, siano collegate tecnologicamente e gestite in modo professionale per la trasmissione e lo scambio di energia prodotta tra i singoli membri della comunità. Un'operazione non banale insomma, ma che dà spazio a operatori economici che lavorano per portare energia green nelle case, negli uffici pubblici e privati, nelle aziende e nei condomini. Grazie agli incentivi infatti questi investimenti divengono alla portata di tutti. Gianluigi Piccinini, titolare di Ressler, da sempre attiva nel campo dell'energia e della sostenibilità, illustra alcune novità per dare concretezza a queste disposizioni legislative, che avvicinano l'Italia ai Paesi Nord europei, più avanzati nella ricerca di una sintesi tra sviluppo economico e tutela ambientale.

«Come Ressler stiamo mettendo a punto una modalità di realizzazione e supporto nella costituzione di comunità energetiche rinnovabili, che addi-

rittura propone agli aderenti la gratuità del costo degli interventi, facendosi carico come operatori della costruzione dell'impianto di energia rinnovabile e della gestione della comunità energetica locale, direttamente o con nostre società partecipate. In questo modo tagliamo completamente i costi dell'operazione alle famiglie, ai cittadini, imprenditori o proprietari di appartamenti o case e anche agli enti pubblici - spiega Gianluigi Piccinini -. Ma più importante ancora, quale valore aggiunto per sostanziare il senso di essere "in rete" in una Comunità Energetica, ogni membro della comunità può scegliere se aderire anche in quota azionaria alla società che andrà a gestire le comunità energetiche, tramite la formula dell'equity crowdfunding, che prevede una ripartizione dell'utile, in quantità e modalità da definire. Una possibilità ulteriore non solo di auto produrre energia pulita ma anche di partecipare all'investimento economico finanziario che sta dietro alla comunità energetica e ad un modello di sviluppo economico sostenibile».

■ **Diego Moratti**



pianti fotovoltaici non operativi, è probabile si debba ricorrere al classico fornitore "esterno" alla comunità energetica.

Ma anche in questo caso si aprono scenari impensabili fino a qualche anno fa in termini di possibilità tecnologiche, oltre che giuridiche. Grandi passi infatti si stanno facendo nella capacità di accumulo di energia, in modo che anche quando arriva sera, ad esempio, si continui a consumare l'energia prodotta dal sole e accumulata durante

più grandi. Un nuovo scenario e un nuovo modello di economia e società meno energivora o comunque meno impattante sulle risorse finite del pianeta diventa allora possibile.

A Bergamo? C'è Ressler...Solar

L'interesse è veramente alto e le prospettive in favore di una transizione energetica in chiave green sono notevoli, anche se occorre come sempre conosce-



Gianluigi Piccinini
Tel. 035 36 92 145
info@ressolar.it
www.ressolar.it

Green economy

Ecosistema Urbano 2020

La classifica delle città italiane più green

Trento e Mantova si confermano in testa alla graduatoria, Pordenone scalza Bolzano dal podio; male Vibo Valentia, Pescara e la Sicilia

Ogni anno Legambiente, in collaborazione con Ambiente Italia e Il Sole 24 Ore, scatta una fotografia dei capoluoghi italiani che meglio si sono comportati nel campo della pianificazione urbana in chiave green e delle performance ambientali. L'analisi si traduce nell'annual report Ecosistema Urbano, che nella sua ultima versione si è basato sui dati comunali del 2019, quindi ancora all'interno di un contesto pre-pandemico. Tra le categorie finite sotto la lente di ingrandimento del report, spiccano soprattutto i risultati raggiunti (o non raggiunti) negli ambiti che più incidono sulla trasformazione in chiave sostenibile delle città, come l'inquinamento atmosferico, la percentuale di raccolta differenziata, l'estensione e l'efficacia della rete idrica, l'utilizzo del trasporto pubblico, la mobilità e le fonti rinnovabili.

Inoltre è doveroso sottolineare come - più che le posizioni della graduatoria, utili per avere una panoramica generale della situazione italiana - Ecosistema Urbano è uno strumento che serve ad analizzare i passi in avanti in termini di sostenibilità e di stile di vita compiuti dai 104

capoluoghi del nostro Paese.

I verdetti 2020

In prima posizione, con una percentuale totale che sfiora l'80%, si conferma la città di Trento, capace di migliorare i propri valori medi nella qualità dell'aria sia per quanto riguarda i livelli di azoto che i Pm10. Pollice in alto rispetto ai dati del 2018 anche per quanto riguarda la percentuale di raccolta differenziata che aumenta dall'81% all'83%, per la riduzione di rifiuti prodotti per ogni abitante in un anno e infine per il numero crescente di fruitori del Trasporto Pubblico Locale. Se la medaglia d'oro rimane a Trento, sul secondo gradino del podio troviamo una conferma in Mantova, il migliore tra i capoluoghi lombardi. Un risultato che si deve soprattutto alle buone performance negli indici dell'inquinamento atmosferico e alla percentuale di raccolta differenziata che con il suo 85,6% ne fa la terza in assoluta tra le città in classifica. Non bisogna poi attendere molto per trovare la prima sorpresa di quest'anno (se così la si può chiamare), con Pordenone che conferma la sua attitudine green in crescita

e scalza Bolzano (4°) dal terzo posto della graduatoria. La città friulana, infatti, ha sempre incrementato la propria posizione negli ultimi anni e deve il raggiungimento del podio a un miglioramento generale visibile già negli indici legati all'inquinamento atmosferico dove abbatte le concentrazioni del biossido di azoto, peggiora di poco per le polveri sottili e addirittura quasi dimezza i giorni di superamento dell'ozono rispetto all'anno precedente. Pordenone migliora anche nel consumo idrico per abitante ed è la seconda città assoluta, dietro solo a Ferrara, per percentuale di raccolta differenziata con l'86,1%. Si confermano in ottima posizione nella graduatoria anche Bolzano e Reggio Emilia, mentre per quanto riguarda gli altri capoluoghi lombardi Cremona è 13°, Sondrio 18°, Lodi 25° mentre Milano sale dal 32° al 29° posto sorpassando anche Bergamo, che perde cinque posizioni e scende in 30° posizione, e staccando Brescia che ne perde una scendendo al 34° posto. Male Monza all'85° posto. Girando la classifica al contrario, troviamo Vibo Valentia all'ultimo posto e Pescara al terzultimo. A

pesare sul risultato delle due città c'è anche il fatto che Legambiente dichiara di non essere riuscita a raccogliere numerosi dati di questi capoluoghi. Così come hanno ancora molto da lavorare sulle loro performance ambientali la maggior parte delle città siciliane, quasi tutte sul fondo della classifica: Trapani 76°, Caltanissetta 87°, Messina 97°, Siracusa 99°, Ragusa 100°,

Catania 101° e Palermo 103°. Le uniche a riportare una percentuale totale positiva sono Agrigento al 50° posto e Enna al 66°.

Best Practices 2020

I dati raccolti tutti gli anni da Legambiente, che confluiscono nel report Ecosistema Urbano, permettono di delineare e far emergere anche alcune "buone



ECOSISTEMA URBANO
rapporto sulle performance ambientali delle città 2020



legambiente.it/rapporti-in-evidenza/ecosistema-urbano/



een

pratiche". Si tratta di modifiche e misure, non per forza di grande portata, adottate in alcuni centri urbani italiani. Nella maggior parte dei casi si tratta di trasformazioni che non richiedono ingenti budget o grandi stravolgimenti strutturali e dimostrano come il cambiamento possa essere a portata di mano. Ecosistema Urbano 2020 ha scelto di segnalare 17 Best Practices che coinvolgono lo Stivale da Nord a Sud, che riguardano aspetti differenti come la mobilità dolce (con la rete di 25 chilometri di piste ciclabili di Benevento), gli interventi per il risanamento idrico del Comune di Rimini, il progetto "Reggio Emilia Città Senza Barriere" (che ha come obiettivo il superamento delle barriere architettoniche a favore di una maggiore accessibilità per le persone con disabilità), la nascita del nuovo complesso residenziale NzeB di San Giusto a Prato con edifici ad alta efficienza e bassi costi di costruzione e numerosi altri importanti progetti sociali e ambientali che prenderanno vita nel prossimo futuro.

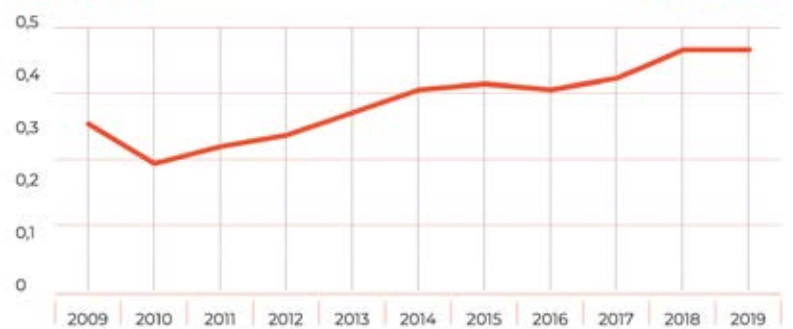
■ **Gianluca Zanardi**

Capoluoghi lombardi ECOSISTEMA URBANO 2020

Pos.	Città	Punteggio
2	Mantova	76,75
13	Cremona	66,61
18	Sondrio	63,53
25	Lodi	62,22
29	Milano	60,22
30	Bergamo	60,11
34	Brescia	59,68
37	Como	58,97
53	Pavia	54,17
62	Varese	52,32
85	Monza	41,46

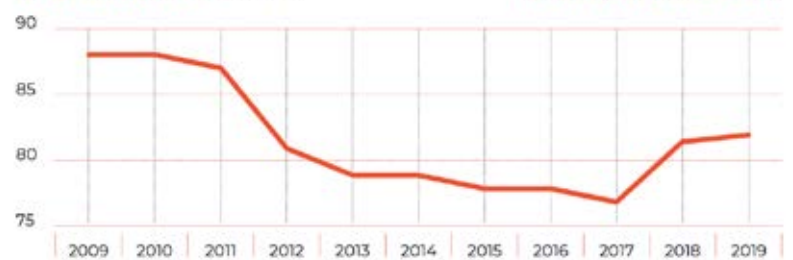
ISOLE PEDONALI. 2009-2019

(mq per abitanti)



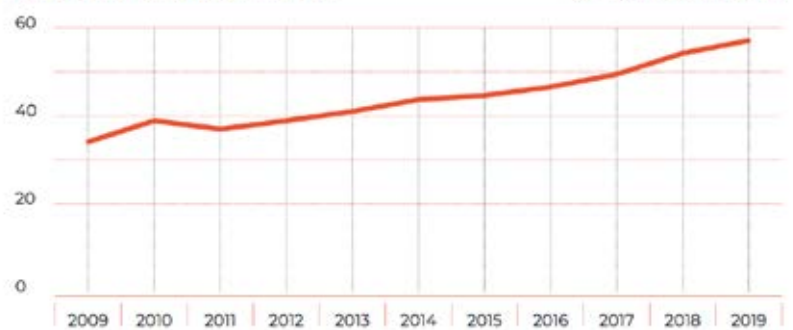
TRASPORTO PUBBLICO. 2009-2019

(numero viaggi/abitante/anno)



RACCOLTA DIFFERENZIATA. 2009-2019

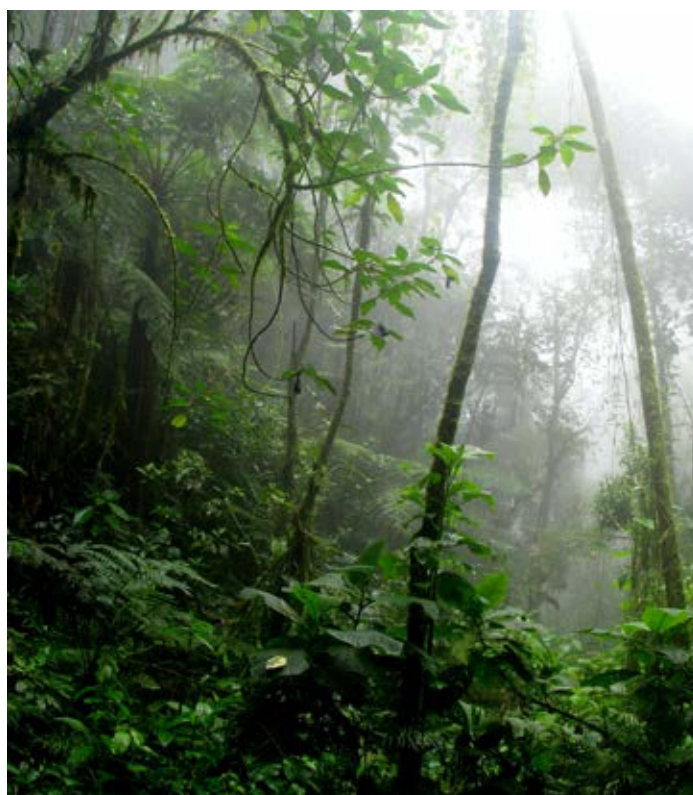
(% su totale rifiuti urbani)



Amazzonia a rischio Covid E aumentano ancora gli incendi

Indigeni e tribù mai come ora a rischio di estinzione. La foresta brucia sempre più: da 7.855 incendi nel 2019 a oltre 17mila nel 2020

I territori delle tribù indigene sono presi di mira da accaparratori di terra, trafficanti di legname e imprenditori agricoli, incoraggiati dall'aperto sostegno del governo. Non è infatti un caso che la foresta stia bruciando a un ritmo maggiore di quanto succedeva un anno fa, quando gli occhi di tutto il mondo erano puntati sul polmone verde del pianeta



«Esiste un grosso rischio che il coronavirus si diffonda tra le comunità indigene della Foresta Amazzonica provocando un genocidio»: il monito era stato lanciato già lo scorso marzo da Sofia Mendonça, ricercatrice dell'Università di San Paolo che ha comparato gli effetti dell'epidemia con quelli di altre malattie infettive, come il morbillo, introdotte nella foresta in passato e che ebbero effetti devastanti. Non solo le popolazioni indigene sono più vulnerabili, ma non dispongono nemmeno dei metodi utilizzati per ridurre il contagio: mascherine, sapone o alcool sono pressoché inesistenti in molti villaggi, per non parlare di respiratori, ossigeno o semplicemente della possibilità di essere curati o trasportati in ospedale. Purtroppo la speranza che il virus non raggiungesse le comunità si è presto dissipata e le parole di Mendonça risuonano ora come una triste profezia.

Le tribù incontattate rischiano l'estinzione

Se una parte di indigeni che vive in Amazzonia è in qualche modo rintracciabile e contattabile, ci sono anche decine e decine di gruppi in isolamento totale, che non hanno o non hanno mai avuto alcun contatto con le autorità: i territori abitati da queste popolazioni sono quelli più ambiti da cacciatori, taglialegna, cercatori e missionari che possono veicolare il virus perché sono le ultime vere aree di foresta vergine rimaste.

Il mese scorso, il leader del popolo Kanamari ha spiegato che il coronavirus si è diffuso nella valle Javari, il secondo territorio indigeno più grande del Brasile nonché luogo con la più alta concentrazione di tribù incontattate al mondo.

Queste tribù non hanno difese immunitarie verso le malattie

importate dall'esterno e sono quindi estremamente vulnerabili. «Sin dall'inizio abbiamo denunciato l'avanzata del coronavirus nelle terre indigene e i rischi di contaminazione nei nostri territori - ha dichiarato recentemente in una nota la COIAB, l'organo di coordinamento delle organizzazioni indigene dell'Amazzonia brasiliana - Ora siamo sull'orlo del disastro. È una lotta quotidiana per la sopravvivenza, non solo per il Covid ma anche perché le leggi vengono smantellate, la demarcazione e la protezione dei nostri territori bloccate, le nostre terre e le nostre vite vengono prese di mira, i nostri leader vengono assassinati e il governo federale sta adottando misure anti-indigene». La paura è che il governo Bolsonaro, da sempre dichiaratamente ostile agli indigeni, possa approfittare dell'epidemia. Come nel resto del mondo infatti, a morire sono

soprattutto i più anziani, ma per le comunità indigene questo ha conseguenze ancora più gravi perché gli anziani sono i leader delle comunità e i depositari della loro storia e del loro sapere, che si tramanda solo in forma orale. La scomparsa prematura di queste persone comporterebbe una perdita irreparabile per il patrimonio culturale della loro comunità e dell'umanità intera.

Intanto l'Amazzonia continua a bruciare

I territori delle tribù indigene sono presi di mira da accaparratori di terra, trafficanti di legname e imprenditori agricoli, incoraggiati dall'aperto sostegno del governo. Non è infatti un caso che la foresta stia bruciando a un ritmo maggiore di quanto succedeva un anno fa, quando gli occhi di tutto il mondo erano puntati sul

polmone verde del pianeta. Ora che l'attenzione mediatica è tutta concentrata sulla gestione della pandemia, la devastazione dell'Amazzonia può continuare indisturbata: rispetto a ottobre 2019, gli incendi sono più che raddoppiati, passando da 7.855 a 17.326. I satelliti dell'Istituto Nazionale per la Ricerca evidenziano una situazione preoccupante soprattutto per quanto riguarda la regione paludosa di Pantanal, una delle aree più ricche di biodiversità del pianeta. Solo ad ottobre sono stati accesi 2.856 incendi nella regione, una cifra record che non si era mai registrata mensilmente in 30 anni di monitoraggio. E se mai come ora abbiamo sentito impellente il bisogno d'ossigeno, gli occhi dovrebbero restare ben aperti sul polmone del pianeta e sui suoi custodi.

Inquinamento digitale Cos'è e come ridurlo

**Vivere online costa (molto) anche per l'ambiente
Ma si può diventare fruitori digitali consapevoli ed ecologici**

Solo il videoclip della hit "Despacito" - attualmente con 7 miliardi di visualizzazioni - ha prodotto oltre 250 mila tonnellate di CO2

Anche Internet inquina. E si tratta di una consapevolezza che manca alla maggior parte dei cittadini, soprattutto in un periodo storico come quello attuale che - complici pandemia, smart working e lockdown - ha aumentato esponenzialmente l'utilizzo della rete. Ma perché e come inquina? Ed è possibile ridurre l'impatto della propria presenza online?

Tecnologia impattante

Tutte le informazioni e i dati scambiati online sono contenuti in data center che richiedono un grande dispendio di energia per essere raffreddati: questa è una delle prime cause di impatto ambientale.

Per produrre uno smartphone di 200 g si producono 86 kg di CO2, una e-mail da 1 megabyte ne emette circa 19 grammi (l'invio di un messaggio tramite WhatsApp o Facebook ne emette giusto pochi grammi in meno) e ogni giorno vengono effettuate circa 3,5 miliardi di ricerche su Google, che contribuisce al 40% della produzione di carbonio da Internet. Secondo il più utilizzato motore di ricerca, infatti, un fruitore digitale medio produce 8 g di CO2 ogni giorno. Google e Microsoft, a emissione di carbonio negativa entro il 2030, sfruttano energie rinnovabili e investono

per compensare le emissioni dei gas serra, politica virtuosa intrapresa anche da Netflix, che ha dichiarato un consumo di 450 mila megawatt orari nello scorso anno e che insieme agli account di Amazon Video contribuisce a un terzo delle emissioni prodotte dallo streaming online. Un altro terzo deriva dalla pornografia e l'ultima grossa fetta di torta è delle visualizzazioni su YouTube. Solo il videoclip della hit "Despacito" - attualmente con 7 miliardi di visualizzazioni - ha prodotto oltre 250 mila tonnellate di CO2. Secondo uno studio dell'Università di Edimburgo, se la vita di un singolo computer fosse allungata di due anni si potrebbe evitare l'emissione di 190 kg di gas serra.

Primo passo: ridurre i consumi

Che fare dunque? Se rinunciare alla tecnologia è ormai impossibile, si può certamente iniziare da consumi più accorti. Vedere la TV piuttosto che i relativi streaming online, annullare aggiornamenti automatici indesiderati e deselezionare notifiche non necessarie sono tutte scelte di consumo che diminuirebbero il peso dell'impatto ambientale. Inviare sms e non messaggi online è un gesto ormai desueto, ma molto ecologico, così come interrompere video avviati in automatico o inintenzionalmente. È anche possibile migliorare lo scambio di mail: diminuirne il numero, renderle leggere tramite link diretti a documenti al posto di pesanti allegati e preferire la compressione dei file da inviare. Basti pensare che, se ogni inglese inviasse una mail di ringraziamento in meno, si risparmierebbe l'emissione di 16.433 tonnellate di CO2 ogni anno.



È anche possibile migliorare lo scambio di mail: diminuirne il numero, renderle leggere tramite link diretti a documenti al posto di pesanti allegati e preferire la compressione dei file da inviare.

Fondamentale è poi il digital clean up, ovvero una pulizia dei file digitali non più in uso, possibile tramite la disiscrizione da mailing list inutili e l'eliminazione delle mail vecchie. Per sensibilizzare a riguardo, esiste anche il World clean up day, quest'anno tenuto il 19 settembre.

Ci sono però anche buone notizie e buone prassi da prendere come esempio. Secondo l'Unione Internazionale delle Telecomunicazioni, infatti, l'impiego di energia per i data center non è aumentata col crescere del traffico online negli ultimi anni grazie



alla centralizzazione dei server e ai progressi nell'efficienza energetica. Degno di nota è anche il progetto ReUseHeat, iniziata e finanziata da fondi europei il cui scopo consiste nell'ideare, dimostrare e rendere replicabili sistemi completi e qualificati di riutilizzo di sprechi di calore a livello urbano. Esistono già esempi di riutilizzo: a Parigi la piscina

del quartiere Butte-aux-Cailles è riscaldata sfruttando il calore dei server informatici e lo stesso avviene in Svezia, dove da tempo l'ingegneria ha sviluppato impianti tali da facilitare lo sfruttamento del calore per il riscaldamento domestico evitando sprechi energetici.

Green economy

ID.EIGHT, dagli scarti della frutta alle sneakers

Prodotti etici, sostenibili, circolari Così un progetto innovativo lancia la sfida alla fast fashion

«Vegea nasce dal recupero delle vinacce avanzate dalla pigiatura dell'uva nelle aziende vinicole toscane, Apple-skin usa bucce, semi e torsoli di mele provenienti da aziende produttrici di succhi e marmellate in Sud-Tirolo, infine Piñatex è l'unico materiale esotico, essendo ricavato dalle foglie delle piante di ananas, coltivazione tipica delle Filippine»

La sovrapproduzione legata all'industria tessile, il conseguente spreco di risorse e produzione di rifiuti che non si riescono a smaltire in maniera adeguata sono solo alcuni dei grandi problemi che attanagliano la società moderna. La sfida consiste nel trasformare questo mercato in una filiera sostenibile: è possibile fare del business tutelando al contempo il pianeta? La risposta è sì: ID.EIGHT ne è un esempio.

La sostenibilità del prodotto ID.EIGHT

Il progetto nasce dall'idea di Dong Seon Lee e della sua partner Giuliana Borzillo, lui designer e lei product manager già attivi nel mondo delle calzature: accomunati dall'intento di creare un business sostenibile, i due hanno fondato il brand ID.EIGHT per produrre sneakers realizzate con gli avanzi della frutta, ecologiche e cruelty free. L'intento è quello di offrire un esempio virtuoso di business in un'ottica

di economica circolare, senza scordare la salvaguardia del pianeta. La logica alla base del prodotto ID.EIGHT è contrapposta a quella del sistema fast fashion, il cui obiettivo è invece quello di puntare al prezzo più basso e accelerare al massimo i tempi di immissione sul mercato.

Al contrario, la proposta di ID.EIGHT si articola in solo due collezioni stagionali e in un numero limitato ma variegato di modelli, conciliando il gusto per le tendenze con la cura di una produzione tradizionale. Le sneakers sono progettate per durare a lungo, senza la necessità di "rimpiazzarle" con un nuovo acquisto dopo un breve periodo di utilizzo. I materiali provengono da aziende sostenibili e certificate per ridurre l'impatto generato dai trasporti. Il principio centrale che guida la ricerca e selezione è la circolarità: i materiali sono riciclati o derivano dalla trasformazione degli scarti di altre imprese. Si tratta inoltre di un

prodotto made in Italy: la manifattura è infatti nelle Marche, secondo il principio per cui solo la produzione locale può assicurare massima qualità, trasparen-

za e controllo sulle condizioni di lavoro. Un modo anche per sostenere concretamente i migliori distretti calzaturieri del mondo – quelli italiani – e per promuovere

l'eccellenza e la qualità del territorio in un momento di grave crisi economica e sanitaria.

Dagli scarti della frutta alle sneakers

Gli scarti usati per la creazione delle sneakers sono il risultato della raccolta o della lavorazione di uva, mele e ananas e vengono processati da aziende sostenibili nate appositamente per lo sviluppo e la commercializzazione di ogni singolo materiale, dopo un brevetto ottenuto in seguito a ricerche condotte in laboratorio. «Vegea nasce dal recupero delle vinacce avanzate dalla pigiatura dell'uva nelle aziende vinicole toscane, Apple-skin usa bucce, semi e torsoli di mele provenienti da aziende produttrici di succhi e marmellate in Sud-Tirolo, infine Piñatex è l'unico materiale esotico, essendo ricavato dalle foglie delle piante di ananas, coltivazione tipica delle Filippine», spiega Giuliana. Il processo di trasformazione dei tre sottoprodotti è simile: la prima fase consiste nell'essiccazione al sole o in forni speciali, per fare in modo che gli scarti organici si conservino a lungo. Successivamente si passa alla polimerizzazione, che estrae dalla lignina e dalla cellulosa delle catene di polimeri abbastanza lunghe da formare una sostanza resinosa; il composto così ottenuto viene spalmato su un supporto di cotone biologico certificato Gots. Il vantaggio ambientale risiede nella possibilità di riutilizzare risorse già esistenti e soprattutto nell'origine vegetale e rinnovabile delle materie prime, che permettono di sganciarsi in buona parte dai derivati dell'industria petrolifera.



Nuova vita per la plastica in mare che diventa montatura di occhiali

L'innovazione di Sea2See, brand di occhiali da vista e da sole che fa della circolarità la sua bandiera

Dal mare agli occhi. Non è il titolo di una poesia romantica, quanto piuttosto il principio fondante di Sea2See, brand che produce montature per occhiali, da vista e da sole, interamente con plastica recuperata dal mare: un progetto di business sostenibile in un'ottica del tutto circolare dei consumi, con riguardo all'ambiente.

L'impatto ambientale del settore ottico

François van den Abeele, fondatore di Sea2see, ricorda che l'industria della moda è la più inquinante al mondo, subito dopo quella petrolifera. Nel settore ottico - parte integrante del mondo fashion - l'attenzione alla sostenibilità è quasi inesistente: i rifiuti prodotti dalle montature in acetato degli occhiali vecchi hanno un altissimo impatto, soprattutto in virtù del fatto che ogni paio di occhiali è prodotto con materie prime (plastiche) nuove. A ciò si aggiunga che circa il 50% della popolazione porta occhiali da vista. L'idea alla base di Sea2See è unica nel tuo genere e punta a invertire questo trend, conciliando business e tutela ambientale e impattando positivamente anche su un'altra dimensione lavorativa, quella dei pescatori che hanno la possibilità di arrotondare lo stipendio raccogliendo rifiuti dal mare.

Dal rifiuto alla nuova vita

Il team di Sea2see si occupa infatti di recuperare rifiuti dal mare in un'ottica circolare, trasformando così in risorsa ciò che è stato trattato come uno scarto: l'azienda si occupa di tutto, dalla raccolta alla produzione, che avviene in Italia. François spiega



I pescatori, oltre a svolgere il proprio lavoro, ricevono uno stipendio extra per il recupero di materiali plastici che vengono devoluti all'azienda. Ogni mese Sea2See raccoglie circa 15 mila kg di rifiuti plastici dai mari

in un altro materiale, ma per la plastica non c'è nulla di simile. La plastica si limita a degradarsi, nei decenni, nelle cosiddette microplastiche, pericolose sia per gli ecosistemi marini sia per l'alimentazione umana. La superficie di queste microplastiche, infatti, è particolarmente idonea a intrappolare tossine che vengono rilasciate all'interno del corpo dei pesci che le ingeriscono e di cui noi ci nutriamo.

Ed è qui che entra in gioco Sea2See. Togliendo materiale plastico dal mare e dandogli nuova vita e nuovo utilizzo, favorisce non solo la circolarità e la sostenibilità in un ambito che ne era privo, ma anche la salubrità di mari, acque e animali. Un modo etico, innovativo e visionario di fare business pensando anche al domani, un valido esempio di conciliare profitto e salvaguardia ambientale. Spingere il consumatore ad agire in maniera responsabile è uno strumento importante di sensibilizzazione, in questo caso per la tutela dei mari da cui dipende la vita sulla terra, ma è anche un'opportunità che sempre più aziende dovrebbero imparare a cogliere.



che i materiali vengono raccolti nei porti di Spagna e Francia grazie a centinaia di pescatori attivi sulle coste di Ghana e Senegal. I pescatori, oltre a svolgere il proprio lavoro, ricevono uno stipendio extra per il recupero di materiali plastici che vengono devoluti all'azienda. Ogni mese Sea2See raccoglie circa 15 mila kg di rifiuti plastici dai mari. Il punto di forza del brand è la capacità di recupero del materiale dai rifiuti marini, anziché l'acquisto di materie prime ex novo. La plastica, infatti, in virtù della propria resistenza, è un materiale che non si biodegrada mai: affinché un materiale si biodegradi è infatti necessario che esista un batterio in grado di trasformarlo

Green economy

Distretti dell'Economia Sociale e Solidale Lavori in corso nella bergamasca

Sulla scia della proposta di legge regionale, avviata la costruzione di un DESS che riunisca realtà associative ed economiche basate su valori diversi dal solo p

Quella del Dess è una nuova sfida per le organizzazioni che operano per un nuovo modello di sviluppo

Questi mesi di pandemia, di zone rosse e lockdown sono stati un periodo di resilienza e di semina per l'economia sociale e solidale. Come tante altre attività produttive e commerciali, anche chi produce, scambia e opera in modo sostenibile per l'ambiente e con attenzione alle comunità locali sta provando a resistere e innovarsi, sperimentando nuove forme e strumenti. In questo quadro il lavoro del nascente Distretto bergamasco dell'economia sociale e solidale (Dess) si sta concentrando su due direzioni. Il gruppo di lavoro sulla formazione sta costruendo una lettera aperta per tutte le realtà formative - dalle scuole agli oratori - per coinvolgerle nella definizione di progetti educativi che sappiano mettere al centro la cultura della trasformazione in chiave ecologica verso una società della cura della persona e del pianeta. Il comitato promotore sta invece lavorando sulla stesura dello Statuto del distretto. Il tutto con grande attenzione al dibattito delle reti nazionali che stanno costruendo elaborazioni e proposte attorno ai temi del Recovery fund, del piano

Next Generation Eu, della Politica agricola europea e del Green new deal.

Dalla legge regionale ESS al distretto provinciale

Il progetto del Dess di Bergamo nasce nei mesi scorsi dalla volontà di diverse realtà economiche, sociali e culturali di rafforzare e strutturare la loro collaborazione per migliorarne l'efficacia, anticipando ciò che è previsto dall'art. 6 del progetto di legge di iniziativa popolare in discussione presso la Regione.

«Il Dess vuole operare per essere la casa dell'economia sociale e solidale bergamasca, per darle voce, forza e rappresentatività e per aiutare il nostro territorio a premiare la vocazione per un modello di sviluppo economico sostenibile - spiega Matteo Rossi, che insieme a Simonetta Rinaldi e Diego Moratti fa parte della segreteria organizzativa -. Ci proponiamo di farlo partendo dalla valorizzazione di ciò che esiste, delle competenze di ciascuno, promuovendo un clima collaborativo e stimolando una forte elaborazione culturale e propositiva volta al cambiamento concreto della realtà socio-economica del nostro territorio. Il Dess si pone l'obiettivo di essere strumento e contenitore capace di operare per il consolidamento e lo sviluppo di reti di cooperazione e per il co-

ordinamento tra soggetti attivi nell'ambito dell'economia sociale e solidale, nonché il rafforzamento delle relazioni e delle collaborazioni tra esse e i luoghi dell'educazione delle nuove generazioni». E proprio alle nuove generazioni è dedicato il lavoro dell'area formazione coordinata

da Marco Vanoli. «Ciò su cui stiamo lavorando non è la costruzione di un catalogo che aggregi semplicemente le varie proposte formative dei partecipanti al DESS, ma un sistema di progettazione della formazione capace di proporre un'idea organica dell'Economia Sociale e Solidale

integrando i messaggi che ogni realtà con la sua esperienza e le sue specificità è in grado di promuovere. Pensiamo a un modello dinamico che permetta ai docenti, alle scuole e al territorio di approfondire specifici temi ambientali, sociali ed economici fra loro interconnessi e costruire



CHOOSE VEGAN AND PLAN MEALS TO AVOID WASTE



REDUCE

REUSE



BUY ORGANIC LOCAL FOOD



HAVE AN ENVIRONMENTALLY FRIENDLY VACATION

ale

profitto

così con l'aiuto del DESS percorsi personalizzati per gli studenti e per le nuove generazioni».

«Come Biodistretto – aggiunge Marco Zanchi, presidente del Biodistretto dell'agricoltura sociale e biologica, capofila dei 17 realtà partner del progetto – abbiamo visto con favore la nascita

del Dess, grazie al quale le realtà dell'Economia sociale e solidale potranno strutturarsi oltre la filiera agroalimentare, che per prima è stata capace di coordinarsi con la creazione di un'associazione che riunisce l'agricoltura biologica con l'inclusione sociale».

Una risposta nuova a una questione annosa

Quella del Dess è una nuova sfida per le organizzazioni che operano per un nuovo modello di sviluppo. La genesi del movimento si articola infatti lungo almeno tre filoni. Il primo coincide con il ceppo solido e di lunga durata delle economie e delle organizzazioni sociali e cooperative radicate soprattutto nel solidarismo cattolico e mutualismo laico, ovvero il bacino del Terzo Settore rappresentato dalla cooperazione sociale e dall'evoluzione di quest'ultima in direzione dell'apertura di pratiche produttive in campo agricolo (ma non solo), con particolare attenzione al biologico.

La seconda ondata partecipativa, che avvia la nascita di organismi e pratiche solidali, è rappresentata dalla breve ma intensa stagione dei movimenti per una globalizzazione alternativa e un'economia "altra", con la nascita e diffusione dei Gruppi di Acquisto Solidale nei primi anni 2000 e l'impegno nelle pratiche di consumo critico e consapevole. Già negli anni '90 si era inoltre sviluppato il Commercio Equo e Solidale, articolato nella rete delle Botteghe e diffuso in Italia e nel mondo.

A valle dello sviluppo di queste prime esperienze si ha però in una terza fase, collocabile nella bergamasca a cavallo dello scoppio della crisi globale tra

2007 e 2011, durante la quale si costituisce la rete di Cittadinanza Sostenibile, il principale contenitore che tenta di coordinare l'arcipelago di organizzazioni e gruppi, affiancato poi a partire dal 2016 dalla costituzione del Biodistretto dell'Agricoltura Sociale bergamasca. Un arcipelago di pratiche sociali, orientamenti collettivi che potremmo definire di civismo impegnato e intrecciato con la crescente cultura della sostenibilità.

Il DESS di Bergamo Un salto di qualità

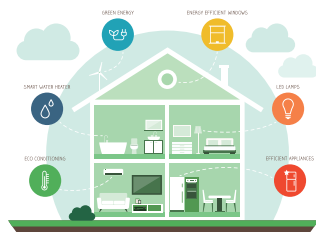
La necessità di un luogo come il Dess è stata più volte esplicitata dai protagonisti dell'economia sociale e solidale bergamasca, soprattutto in un periodo come quello in cui stiamo vivendo, che ha aumentato la consapevolezza della necessità di un diverso modello di sviluppo. Le molteplici crisi che si sono susseguite negli ultimi dieci anni hanno infatti generato mutazioni traumatiche che hanno attraversato in profondità i sistemi territoriali: la crescente disoccupazione, l'insicurezza sociale, la polarizzazione estrema dei redditi delle famiglie, hanno deteriorato le relazioni economiche, sociali e culturali. Queste crisi, se da un lato hanno portato sotto gli occhi di tutti i rischi di un'economia iper-finanziarizzata e indifferente ai valori diversi dal profitto, dall'altra hanno messo in luce la

resilienza e le potenzialità di alcuni modelli alternativi di produzione, distribuzione, consumo e risparmio basati, anziché sul profitto (o sul solo profitto), su modalità di produzione e distribuzione ambientalmente e socialmente sostenibili, che hanno dato visibilità ai piccoli produttori, hanno messo la solidarietà al centro dei processi economici, hanno restituito centralità alla persona e alla partecipazione sociale in stretta relazione con il territorio. Il Dess si colloca proprio all'interno di questo percorso, perché chi non si rassegna al declino e all'ingiustizia economica e sociale ma sceglie di sperimentare altre strade potrà trovare una casa comune dove costruire cultura della sostenibilità, condividere buone pratiche e sviluppare progettualità territoriali.

Il percorso del Dess è aperto. Nei mesi di marzo, aprile e maggio si terranno diversi incontri per raccontare il progetto e costruire nuove sinergie. Potranno farne parte diverse tipologie di realtà, da associazioni a imprese, da enti locali a famiglie e gas, da produttori a cooperative che operino in funzione di un modello di sviluppo economico migliore, più equilibrato, a tutela dell'ambiente e delle persone. Per informazioni è al momento attiva una mail di segreteria: dess.bergamo@gmail.com futuro.



REDUCE PLASTIC ITEMS



MAKE YOUR HOME ECO-FRIENDLY



SORT YOUR WASTE CORRECTLY



GROW YOUR OWN VEGETABLES

Green economy

Bergamo, città che differenzia Oltre il 73% nel 2020

La raccolta differenziata nel capoluogo in crescita dell'1.7% rispetto al 2019, da febbraio nuove modalità di conferimento

Nel corso del 2020 in città sono state prodotte oltre 58mila tonnellate di rifiuti, in calo rispetto al 2019 (-6.42%)

Bergamo città virtuosa per quanto concerne la raccolta e la differenziazione dei rifiuti: nel corso dell'ultimo anno la quota di differenziata ha superato il 73% sul totale dei rifiuti cittadini, un risultato in aumento rispetto al 2019 (+1.7%) e record per il capoluogo orobico.

Rifiuti 2020 I dati della città

L'andamento della produzione e gestione dei rifiuti a Bergamo nel corso dell'anno appena trascorso, secondo i dati forniti dal Comune, è stato significativo sotto diversi punti di vista. Nel corso del 2020 in città sono state prodotte oltre 58mila tonnellate di rifiuti (58.270 per l'esattezza), un dato in calo di 4mila tonnellate rispetto al 2019 (-6.42%) e su cui incide fortemente la flessione della differenziata (-12% rispetto al 2019, pari a 2.182 tonnellate di rifiuto prodotto in meno), a sua volta condizionata dalla riduzione dell'attività di ristoranti e alberghi a seguito delle normative anti-Covid19. Il 2020 ha segnato una riduzione dei conferimenti di pressoché tutte le tipologie di rifiuti: sono scesi la frazione organica (-7.5% rispetto al 2019), la carta e il cartone (-5,5%, cioè 553 tonnellate in meno) e il vetro (-4,5%, pari a una riduzione di 308 tonnellate). Anche la produzione di rifiuti plastici ha segnato una diminuzione.

«I dati del 2020 sono interessanti, ma vanno collocati in un anno



del tutto particolare – specifica tuttavia l'assessore all'ambiente del Comune di Bergamo, Stefano Zenoni - Non è possibile gioirne, perché sono collegati al calo delle attività commerciali e

turistiche e dunque a una circostanza fortemente negativa. Di contro, il timore che i rifiuti sanitari facessero esplodere il ciclo dei rifiuti pare essere smentito. In ogni caso, l'amministrazione

non ha sospeso e anzi continua a promuovere le politiche volte a favorire la riduzione dei rifiuti in termini quantitativi ed in particolare modo di quelli indifferenziati (un costo sia ambientale che economico) e volte ad incrementare l'aumento della percentuale di differenziata».

Plastica e indifferenziata: nuova raccolta

Il 1° febbraio ha segnato anche l'avvio del nuovo sistema di conferimento dei rifiuti plastici e della frazione indifferenziata per i cittadini bergamaschi.

La nuova modalità – rinviata più volte nelle scorse settimane a causa del protrarsi delle limitazioni territoriali per le misure di contenimento della pandemia – prevede il conferimento tramite l'utilizzo di nuovi sacchi codificati, disponibili nei 15 appositi distributori installati da Aprica sul territorio cittadino e collegati ai singoli nuclei familiari. I distributori automatici per il ritiro dei sac-

Dal 2015 la raccolta differenziata nella città di Bergamo è passata dal 66 al 73%

chi trasparenti (indifferenziata) e gialli (plastica) sono posizionati nelle seguenti zone: Spazio Polaresco, Centro Terza Età via L. Da Vinci, Esselunga via San Bernardino, piattaforma ecologica di via Goltara, Famila Superstore di via Rampinelli, Coop via Autostrada, Esselunga di Borgo Palazzo, Esselunga di via Corridoni, Lazzaretto, Carrefour via M. di Savoia, Funicolare (largo S. Alessandro), Dpiù di via Serassi, Il Gigante via Bono, Carrefour via Tiraboschi e Coop via Broseta. Tutte le informazioni e i chiarimenti sulle nuove modalità di conferimento sono disponibili sul sito del Comune di Bergamo (banner "Mi piace un sacco" in homepage) e sul sito di Aprica.

anno	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Raccolta Bergamo totale	63.856.087,40	64.585.141,00	62.786.246,00	63.742.254,00	62.270.443,00	58.269.849,00
di cui per:						
R.S.U.	19.129.350,00	18.939.830,00	18.049.640,00	18.205.620,00	17.869.920,00	15.687.390,00
R.S.ing.	1.677.560,00	1.950.706,00	1.533.730,00	1.543.448,00	1.707.440,00	1.768.662,00
Carta / cartone	9.763.290,00	10.120.740,00	9.965.670,00	9.928.960,00	9.810.380,00	9.266.511,00
Vetro	8.021.020,00	6.629.280,00	6.468.150,00	6.593.870,00	6.800.310,00	6.492.063,00
FORSU	11.634.670,00	12.725.430,00	12.754.380,00	13.362.010,00	13.648.610,00	12.619.760,00
Plastica	2.562.890,00	2.794.180,00	2.912.080,00	3.063.790,00	3.237.720,00	3.179.430,00
Altre R.D.	9.884.577,40	10.405.195,00	10.692.728,00	10.152.676,00	8.184.133,00	8.292.103,00
Spazzamento	1.182.730,00	1.019.780,00	1.024.670,00	891.880,00	1.011.930,00	963.930,00
Ingombranti a recupero	419.390,00	487.676,50	383.432,50	-	-	-
RD	42.285.837,40	43.162.501,50	43.176.440,50	45.536.634,00	44.400.523,00	42.582.459,00
%RD	66,22%	66,83%	68,77%	71,44%	71,30%	73,08%

Nuova presidente per il circolo cittadino di Legambiente

Elena Ferrario succede al decennio targato Nicola Cremaschi
Nonostante la pandemia, progetti e campagne non si fermano



di apprezzare l'iniziativa. Il circolo continua anche la sua attività legata ai temi del territorio: sono allo studio i documenti del Comune di Bergamo per il nuovo Piano di Governo del Territorio per riuscire ad avanzare proposte e suggerimenti utili; si sta collaborando con Italia Nostra e con diversi comitati cittadini preoccupati di ridurre l'impatto del progetto del Treno per Orio; si sta portando avanti un progetto con Propolis, il Centro per Tutte le Età di Valtesse e l'Istituto Camozzi sul tema della scuola all'aperto; infine si sta iniziando a pianificare la nuova



Da settembre 2020 Elena Ferrario è la nuova presidente di Legambiente Bergamo, eletta all'unanimità dall'assemblea dei soci. Succede a Nicola Cremaschi, per 10 anni presidente dell'associazione cittadina. Una scelta che conferma la volontà del Circolo del cigno di foca-

lizzare la propria attenzione su vari aspetti partendo da quello educativo, sia attraverso percorsi con le istituzioni, come le collaborazioni con le scuole ed enti territoriali, tirocini, il Servizio Civile, le Guardie Zoofile, sia con eventi più informali quali camminate, settimane natura in

montagna, campi di volontariato nazionali e internazionali. A conferma di questa volontà una delle prime azioni messe in atto è stato il rilancio del "gruppo formazione" con l'attivazione di momenti di ricerca utili a scambiarsi metodi ed esperienze di lavoro.

Accanto a queste attività Legambiente continua lo svolgimento di campagne storiche, quali Puliamo il Mondo, la Festa dell'Albero, Mal'aria, Rapporto Ecosistema Urbano e la partecipazione alla rete di Cittadinanza Sostenibile.

Dall'Ecofemminismo al Treno per Orio

Con l'avvio del nuovo anno sono partiti alcuni dei progetti avviati negli anni scorsi: un nuovo corso per formare le Guardie Zoofile ha avuto inizio lo scorso 30 gennaio, il progetto sull'Ecofemminismo - in collaborazione con Donne Per Bergamo, Politeia e Città delle Mille e interrotto lo scorso anno a causa della pandemia - è ripartito il 23 gennaio e continuerà durante la primavera, rispettando le modalità a distanza che consentono di accogliere il numero molto elevato di partecipanti, che stanno dimostrando

ediziona di "Dirama, incontro internazionale di natura, relazioni e cura del territorio", il festival nato come spin off del Campo di Volontariato Internazionale che ormai da qualche anno propone alla cittadinanza momenti culturali di conoscenza del nostro territorio e delle tematiche ambientali che lo attraversano. Insomma... Tanti progetti, in contemporanea a quali si aggiunge un evento da festeggiare adeguatamente: Legambiente Bergamo compie 40 anni! E siccome sono stati 40 anni molto intensi si vorranno organizzare alcuni momenti per riparlarne, per capire quanto di quello che è stato fatto è ancora attuale, ma soprattutto per festeggiare! Il sito del circolo, legambiente-bergamo.it, in rete con gli altri circoli della provincia, offre la possibilità di rimanere aggiornati sulle iniziative dell'associazione.

Bergamo SOSTenibile

Mercato M&C di Monterosso, belle storie in questo tempo SOSpeso

A Bergamo l'associazione Mercato&Cittadinanza insieme al quartiere Monterosso rilancia il "mercato agricolo e non solo" all'insegna della solidarietà

Questo patrimonio - che è una comunità e non consumatori qualsiasi - va curato e, insieme ai produttori, costituisce la ricchezza del mercato.

Sotto la cenere (di questo lungo grigio periodo) arde una brace tenace e caldissima, pronta a riaccendersi e a sprigionare fiamma al primo soffio di aria. E sotto un tappeto di foglie gelate spuntano forti germogli. Parlando per immagini, ecco quelle che raccontano il calore della solidarietà e l'energia del senso di comunità sperimentati a dicembre e a gennaio al Mercato Agricolo e Non Solo di Monterosso a Bergamo.

Spesa SOSpesa

Per l'edizione del 19 Dicembre 2020, l'associazione Mercato&Cittadinanza e Propolis - insieme ad Asd Benessere Creativo, Comitato Genitori dell'istituto comprensivo Camozzi, Centro di Ascolto Caritas parrocchiale, UILDM, Centro di Tutte le Età, ProLoco di Aviatico, Orti nel Par-

co e GASTiere - ha organizzato l'iniziativa della Spesa SOSpesa. Ogni produttore aveva sul banco una cassetta rossa in cui chiunque acquistasse un prodotto, sia fresco che conservato, poteva lasciarne un altro "sospeso", da destinare ad alcune famiglie della zona maggiormente colpite dagli effetti di questa grande crisi sanitaria ed economica. Anche i produttori hanno attivamente partecipato arricchendo la propria cassetta e un albero di legno si è colorato durante la mattina con addobbi rappresentanti tutti i volontari, i produttori, le associazioni, i prodotti stessi del mercato grazie a giovanissimi artisti della matita e del legno di ASD Benessere Creativo. Nel pomeriggio stesso a cura del CTE e della Caritas di quartiere si è svolta la composizione e la distribuzione delle cassette dono, con alimenti di qualità, composizioni artistiche natalizie offerte dai ragazzini e pensieri di vicinanza.

L'iniziativa di solidarietà è stata pensata rifacendosi ai valori condivisi con molte delle persone che frequentano i mercati organizzati da M&C. Innanzitutto cibo buono per tutti e per tutto: desiderio di coniugare lo sfor-

SOSpesa, la soddisfazione di più bisogni, quello di fare, quello di ricevere e quello di proporre la qualità dei prodotti, a tutti. Che storia!

zo per riconoscere la qualità e la genuinità dei prodotti, la loro giusta remunerazione e il contributo alla salvaguardia dell'ambiente, con la volontà di renderli accessibili a tutti.

Notevole poi l'impegno costante a diffondere la consapevolezza del cambiamento che ciascuno di noi può innescare e supportare con i propri acquisti quotidiani e infine il racconto della bellezza e del ben-essere comune che ne scaturisce.

ARANCIA SOSpesa: il succo del mercato!

"Insieme è molto, ma molto meglio", sperimentarlo sprigiona fiducia ed energia e spinge a replicare per dimostrarlo a chi ancora non lo sente e non lo vive. In occasione del mercato di gennaio è stata organizzata una

raccolta e distribuzione solidale di prodotti del Consorzio Siciliano Legallinefelici: arance, limoni, cedri, tangel, tacle, pompelmi. terminate le scorte di agrumi e sole siciliano, la SOSpesa ha continuato a riempirsi del profumo di mele della Valle Imagna e di patate e zucche bergamasche: nel pomeriggio a 28 famiglie in difficoltà sono state distribuite cassette colorate, a cura del CTE e del Centro di Ascolto CARITAS. Una catena di impegno e partecipazione che ha permesso di realizzare (piccole) grandi cose e di costituire una base fertile per nuovi sviluppi. Del resto, come ha ricordato don Cristiano Re nell'intervista al consorzio Legallinefelici: "Etimologia di 'consorzio' è condivisione profonda: coloro che hanno lo stesso destino, una comunità di destino. Relazione tra le persone e relazione con la Terra". Tutto torna: vi invitiamo a guardare il video sul canale youtube

Arancia SOSpesa

Il Mercato di Gennaio con Dicembre ha fatto il paio, C'era in testa Tale Crippa a guidar tutta la truppa! Proprio al posto del Battista son le arance bene in vista precedute da intervista come un'opera d'artista. A proporle, fianco a fianco, son Felici le "Pulcine" dietro al banco e SOSpesa, la cassetta, si riempie in grande fretta. Poi un'altra, e un'altra ancora, quattro casse ad ogni ora. Ci sarà da lavorare alla fine del Mercato perché il frutto del Donare poi sarà distribuito: Il Quartiere Monterosso, è superflua la rima ha mostrato un Cuore grosso Grazie a tutti.

Robi Boroni

di Cittadinanza Sostenibile: <https://youtu.be/18N9Nc63EuU>, produce endorfine e senso di benessere.

■ **Laura Norbis**



Seminare valore, coltivare comunità Gasparina: progetto triennale al via

Romano di Lombardia: la coop. sociale Gasparina di Sopra unisce inserimento lavorativo, agroecologia, educazione ambientale, ecosistema e paesaggio

Una storica realtà di cooperativa sociale fin dal 1983, una progettazione attenta a inserimento lavorativo, agricoltura ed ecologia e infine un'ampia e variegata rete di partner sul territorio: questi gli ingredienti chiave che hanno permesso alla società cooperativa Gasparina di Sopra di partecipare e vincere il bando di Fondazione Cariplo "Coltivare valore 2020".

Comporre in modo proficuo le due aree Ambiente e Servizi alla persona era la sfida lanciata dalla Fondazione, raccolta dalla cooperativa di Romano con una progettualità suddivisa in quattro linee guida, elaborata in collaborazione con il Parco del Serio, la Cooperativa Sociale Agricola Moobaa e l'agenzia per il lavoro Mestieri Lombardia.

Gli obiettivi e attività

Innanzitutto, partendo dal contesto ambientale e infrastrutturale della bassa bergamasca che impatta fortemente le tradizionali attività economiche del territorio, il progetto mira a promuovere l'inserimento lavorativo per rilanciare le risorse materiali e sociali dei soggetti fragili e offri-



re al tempo stesso alla comunità locale occasioni di rimarginazione delle proprie fratture socio-ambientali. Gli obiettivi del progetto sono la riqualificazione dell'ambiente naturale e l'incremento della biodiversità, il ripristino della qualità ambientale e paesaggistica, la diversificazione del paesaggio agricolo e la produzione di prodotti tipici e di qualità. Prioritaria è la promozio-

ne di opportunità occupazionali per soggetti fragili, il sostegno di modelli di economia solidale inclusiva e accogliente e il rafforzamento del carattere dell'agricoltura come opportunità educativa. In definitiva il risultato finale atteso dalla cooperativa Gasparina è la creazione di luoghi di inclusione per la comunità locale e di spazi di riconnessione e riconciliazione tra di essa e

l'ambiente.

Quattro le tipologie di azioni: l'inserimento lavorativo, con le fasi di orientamento, formazione, accompagnamento e la costituzione di un'equipe di lavoro dedicata, al fine di strutturare un vero e proprio servizio per il territorio. Altra tipologia di attività è lo sviluppo della filiera agricola, che consiste in attività di coltivazione in ottica di agroecologia.

Si svilupperà nei terreni della Cascina Gasparina e in un ortolaboratorio all'interno dell'Orto Botanico G. Longhi di Romano di Lombardia.

Questa azione sarà completata da attività di trasformazione agroalimentare e consolidamento della rete di vendita dei prodotti. Abbiamo inoltre l'educazione ambientale, che prevede la realizzazione di moduli didattici per le scuole e un corso di formazione specifico per gli educatori delle comunità terapeutiche. Infine, ma non per importanza, la valorizzazione dell'ecosistema e della sua fruibilità eco turistica, comprensiva sia interventi di manutenzione paesaggistica, sia la realizzazione di giornate a tema e di un presidio territoriale itinerante.

Sulle parole di Papa Francesco, il progetto "Seminare valore, coltivare comunità" intende mettere in atto un tentativo di riconnessione organica tra una comunità di persone e il proprio ecosistema, perché «non ci sono due crisi separate, una ambientale e un'altra sociale, bensì una sola e complessa crisi socio-ambientale».

■ **Diego Moratti**



Covo e Treviglio: politiche pubbliche

A Covo auto elettriche disponibili per i cittadini e si lavora a una moneta locale Treviglio sostiene la logistica dei negozi di vicinato. Al via il Mercato della Terra

Non mi si venga a dire che Amazon o le industrie cinesi "gareggiano" nel libero mercato mondiale a parità di condizioni con i commercianti locali o le piccole e medie aziende lombarde

Nell'anno in cui tutto è cambiato e "nulla sarà come prima" - almeno così si dice - lo sforzo maggiore è quello di provare a non tornare alla "normalità" precedente. Questa crisi pandemica ha messo in evidenza tendenze che stavano già minando il nostro sistema economico, che da anni non genera più quello sviluppo e benessere per la maggioranza delle persone. La ricchezza finanziaria e industriale è sempre più concentrata in pochi gruppi in Italia e nel mondo, mentre tutta la classe media, compresa quella imprenditoriale e produttiva anche della prospera Lombardia, fatica a tenere testa a una competizione ormai su scala mondiale.

L'economia locale è sempre più in crisi, dai commercianti alle PMI produttive, a causa di una globalizzazione che rende più conveniente far arrivare i prodotti dalla Cina che produrli in Italia, rende più conveniente e comodo ordinare tutto su Amazon che acquistare nel negozio di vicinato. Così facendo, pensando di risparmiare, spostiamo tutta la ricchezza del nostro territorio (attraverso i nostri acquisti) alle manifatture "cinesi" (per fare un esempio) o ai grandi magnati americani (che sia Jeff Besos di Amazon, o i grandi nomi di Google o Facebook, etc).

Nulla contro la ricchezza o chi

ha grandi capacità imprenditoriali. Bravi loro! Però non mi si venga a dire che Amazon o le industrie cinesi "gareggiano" nel libero mercato mondiale a parità di condizioni con i commercianti locali o le piccole e medie aziende lombarde.

Fuori dall'Italia o dall'Europa produrre qualsiasi cosa costa molto meno, perché non ci sono tutele per l'ambiente né per chi lavora, né esiste una qualità di vita e di servizi che in Europa abbiamo. In altre parti del mondo producono e inquinano, i grandi marchi internazionali sfruttano lavoratori sottopagati, ma noi compriamo da loro perché costa meno. E intanto le nostre aziende e i nostri negozi chiudono o lavorano sempre meno, perché devono "concorrere" con chi non rispetta quelle condizioni che permettono una qualità di vita e di servizi pubblici sicuramente migliore: dalla scuola alla sanità a un tenore di vita che mezzo mondo non si sogna nemmeno. Come possiamo sostenere l'economia locale, senza abbassare gli standard di vita e il benessere che abbiamo finora raggiunto? Senza inquinare ancora di più l'aria e senza togliere altre risorse all'ambiente e al nostro bel paesaggio? Ma anche senza negare l'innovazione e i benefici che in ogni caso la globalizzazione porta con sé?

Comuni in campo per un'economia green e local

Per uscire da questo vicolo cieco che mette in contrasto lo sviluppo economico globale e la ricchezza dei territori, dobbiamo tutti lavorare per preservare soprattutto chi ha meno "difese" nei confronti dei grandi player dell'economia globale. In particolare è doveroso ed essenziale il compito degli enti pubblici e



degli enti locali, comuni, province e regioni in primis: promuovere un'economia locale che sia davvero più sostenibile, sostenere uno sviluppo equilibrato tra i vari modelli.

L'ente pubblico, con risorse pubbliche, non deve promuovere qualsiasi tipo di economia, ma quella che rappresenta un bene comune, che dà vero valore e ricchezza (qualità di vita e benessere) alla comunità di famiglie e cittadini che abitano sul proprio territorio. Altrimenti la ricchezza, le aziende, il lavoro, sempre più si sposteranno altrove nel mondo.

Il ruolo dei comuni, dei sindaci e degli amministratori pubblici diventa cruciale per tutelare le

nostre attività economiche e il nostro fervente tessuto sociale e ridare equilibrio al sistema.

A Covo moneta virtuale e car sharing

Non è facile contrastare o anche solo limitare grandi colossi mondiali, né ci sono soluzioni a portata di mano. Una nota di merito però va a quegli amministratori che impostano, si ingegnano e sperimentano politiche pubbliche che vanno nella direzione di un sostegno all'economia locale, naturalmente meglio quando è abbinata alla qualità, alla sostenibilità e ad attività meno inquinanti o meno energivore.

L'amministrazione comunale di

Covo (Bg) ha impostato le basi per una moneta "virtuale" locale, spendibile solo nei negozi del paese: anziché dare aiuti "covid" in denaro ai cittadini, ha garantito dei buoni, suddivisi per tipologie di prodotti e spendibili solo presso i vari commercianti aderenti all'iniziativa, in modo da dare contemporaneamente un contributo a sostegno sia della cittadinanza sia degli esercenti locali. "Ad oggi non è giuridicamente possibile in Italia la circolazione di una vera moneta parallela - spiega il sindaco di Covo Andrea Capelletti - però stiamo lavorando per produrre con alcune iniziative specifiche gli stessi effetti di una moneta locale, al fine di far rimanere e far circolare nelle atti-

per un'economia locale e sostenibile



Lente pubblico, con risorse pubbliche, non deve promuovere qualsiasi tipo di economia, ma quella che rappresenta un bene comune, che dà vero valore e ricchezza (qualità di vita e benessere) alla comunità di famiglie e cittadini che abitano sul proprio territorio

Un servizio che se fosse diffuso in molti comuni potrebbe evitare la necessità per tante persone e tante famiglie di avere un'auto (o una seconda o terza auto di famiglia), usata magari raramente, che per la maggior parte del tempo riempiono solo strade, parcheggi, garage o producono inquinamento.

Treviglio e il cashback per i commercianti

Anche l'amministrazione comunale di Treviglio ha ideato un modo per sostenere l'economia locale della propria città e in particolare i negozi di vicinato. Per andare incontro all'aggravio dei costi dovuti alle consegne a domicilio in periodo di lockdown e limitare il ricorso alla compartecipazione dei cittadini per pagare questo servizio, il comune in accordo con il Distretto Unico del Commercio ha previsto rimborsi mensili ai commercianti convenzionati, che abbiano provveduto a trasmettere settimanalmente il numero delle consegne effettuate. L'importo rimborsato vale euro 1,50 euro per ciascuna consegna per un massimo di 10 consegne gior-

nalieri per ciascun esercente, a recupero dei maggiori consumi. Una modalità per dare un sostegno diretto alle attività locali che chiaramente subiscono una concorrenza non sopportabile da parte delle grandi piattaforme on line e dai grandi attori della logistica, che invece accentrano la gestione di merci, magazzini e sfruttano le grandi infrastrutture per abbassare sempre più i costi di trasporto da un punto all'altro delle nazioni e del pianeta. A pagare questi minori costi però è la rete dell'economia locale, che se non sostenuta dagli enti locali e da una cittadinanza consapevole, oltre a disperdere un patrimonio costruito in decenni e secoli di attività commerciali e produttive, diventerà al contrario un costo sociale da sostenere, quanto a disoccupazione e qualità e impoverimento del tessuto imprenditoriale.

Attraverso la gestione dell'app "Treviglio a domicilio", con l'elenco aggiornato degli esercenti che fanno consegne a domicilio, questo strumento digitale e un parziale rimborso economico collegato, rappresenta una delle possibili risposte a questi fenomeni di competizione con piattaforme globali, un primo passo verso forme sempre più innovative di coordinamento fra piccole e medie attività locali. Solo con politiche attive condivise con amministratori pubblici e cittadini, sarà possibile tutelare e tornare a un virtuoso equilibrio fra vari modelli di sviluppo, senza che siano pochi grandi attori a prendersi (quasi) tutto.

Riparte il Mercato della Terra di Treviglio e della Gera d'Adda

La condotta Slow Food Bassa Bergamasca, in collaborazione con il Comune, la scuola ABF, Legambiente e la Pro Loco tor-

nano a proporre ogni primo sabato del mese il Mercato della Terra, un mercato di piccoli produttori, che coltivano, allevano e trasformano gli alimenti in modo sostenibile e rispettoso dell'ambiente e di chi ci lavora. Cibo buono pulito e giusto, come da sempre è il motto di Slow Food, associazione internazionale che da oltre 30 anni opera per salvaguardare la biodiversità delle produzioni, degli alimenti e delle tradizioni agricole e produttive. Per dare maggior senso a questa importante esperienza si è costituita a inizio 2021 la Comunità del Mercato della Terra di Treviglio e Gera d'Adda, che avrà il compito di gestire il mercato in maniera condivisa, aperta e trasparente, coinvolgendo nelle

decisioni i volontari, gli operatori e i produttori.

Coinvolti anche i ragazzi della scuola professionale di ABF per operatori di cucina, pasticceria e bar, con le preparazioni tipiche della tradizione e l'utilizzo dei prodotti del mercato. Come già sperimentato con successo in autunno, l'area del mercato è in zona di facile accesso, in viale del Partigiano, di fronte all'Istituto Salesiano e sopra piazza Setti. Una quindicina di banchi con tutte le tipologie merceologiche vi aspetta d'ora in poi ogni mese, per l'appuntamento con una spesa sostenibile, a filiera corta e all'insegna di un'economia fatta di relazioni e di persone.

■ **Diego Moratti**

vità del paese almeno una parte del valore prodotto dalla stessa economia locale".

Altra iniziativa green e innovativa del comune di Covo è un vero servizio di car sharing elettrico, che mette a disposizione dei cittadini (e in uso anche ai dipendenti comunali) la possibilità di prenotare e noleggiare un'auto elettrica. Il concessionario e noleggiatore, convenzionato con il Comune, può inoltre fornire un numero maggiore di auto se ci fosse una richiesta concomitante; inoltre l'auto in questione potrebbe essere addirittura lasciata in un altro luogo (in aeroporto ad esempio) oppure favorire spostamenti ad esempio dei turisti.

BergamoSOStenibile

Zogno: da banchi a porta-biciclette

Un video dagli alunni di 5° BM

Dalla 5° BM dell'istituto Turollo di Zogno suggerimenti su come riscoprire la bicicletta per salvaguardare l'ambiente

“Ho sempre amato la bicicletta: per me significa movimento, fatica, ma anche libertà. Girare il video è stato divertente perché siamo tornati un po' bambini, ma anche imbarazzante perché “stavamo dando spettacolo”

I ragazzi della 5° BM dell'Istituto David Maria Turollo di Zogno, in occasione della “Giornata mondiale dei diritti dell'infanzia e dell'adolescenza” dello scorso 20 novembre, hanno raccontato il loro punto di vista rispetto all'importanza dell'ecosostenibilità e della mobilità sostenibile, prendendo come spunto uno tra i tanti progetti attivati dalla scuola sull'argomento.

Parola agli studenti

«Il giorno 20 novembre, io e alcuni compagni, con la collaborazione del prof. Serafino Posca, abbiamo realizzato un video per un progetto volto a sponsorizzare l'utilizzo della bicicletta come mezzo di trasporto per raggiungere la scuola», spiega l'alunno Gabriele Zambelli. A causa della pandemia, la scuola si è allineata ai nuovi decreti che prevedono la sostituzione dei vecchi banchi, che però non sono stati buttati. Anzi, si è trovato un modo economico ed ecologico per dar loro un nuovo utilizzo: sono stati trasformati in pratici porta-biciclette. La realizzazione di entrambi i progetti, portabici e video, è stata voluta per promuovere la bicicletta come mezzo di trasporto economico,

ecologico e preferibile ai sempre sovraffollati mezzi pubblici.

«Sarebbe bello che altri istituti come il nostro e anche le aziende, non solo della nostra zona, prendessero seriamente in considerazione l'idea di abbandonare soprattutto i mezzi privati e tornare a muoversi “come si faceva una volta” - continua Gabriele -. Essendo un ex corridore, ho sempre amato la bicicletta: per me significa movimento, fatica, ma anche libertà. Girare il video è stato divertente perché siamo tornati un po' bambini, ma anche imbarazzante perché “stavamo dando spettacolo” per le altre poche classi presenti nell'istituto. Ma, riguardandolo, ho realizzato che non era poi tanto male e che, forse, poteva avere una utilità e raggiungere un obiettivo. Da sottolineare però che sono più favorite le persone e gli studenti delle zone limitrofe: sono infatti poche le piste ciclabili atte a garantire un

tragitto sicuro per tutti».

Il compagno Lorenzo Milesi spiega che la bicicletta è un mezzo di trasporto comodo, non necessita di grandi costi di manutenzione, permette di iniziare la giornata senza pensare al traffico o alla difficoltà di trovare un parcheggio. Inoltre funziona a “energia umana” e, quindi, è il mezzo più pulito che esista. In questo periodo di pandemia, inoltre, la bici è molto efficace perché permette di mantenere la distanza di sicurezza, respirare aria fresca e praticare un'attività fisica non troppo impattante. «Utilizzare la bici vuol dire anche vivere a stretto contatto con il mondo che ci circonda, sentire i raggi del sole che ci abbracciano o il soffio del vento che ci sfida - spiega Lorenzo -. È un'idea davvero importante, che andrebbe sostenuta da tutti gli enti locali e che, fortunatamente, qualcuno sta iniziando a prendere in considerazione. Ne è un esempio la

scuola che frequento, l'Istituto Turollo di Zogno, che si è attivata con iniziative per facilitare e supportare l'utilizzo della bici, creando appositi spazi e porta-biciclette per depositare le bici durante le ore di attività scolastica».

L'alunno Berlendis Andrea aggiunge che «Attraverso questa esperienza abbiamo cercato di sensibilizzare gli studenti e le famiglie rispetto alla tematica dell'ecosostenibilità e abbiamo raccontato ciò che uno studente può fare per contribuire a salvaguardare l'ambiente che ci circonda. Ci siamo improvvisati attori e registi e, nonostante un po' di imbarazzo, l'abbiamo fatto consapevoli che in gioco c'era qualcosa di ben più grande: il rispetto dell'ambiente. La scena è quella di cinque studenti che, arrivati a scuola in sella alle loro biciclette, le posano all'interno di portabici creati da studenti dell'Istituto utilizzando banchi

scartati a causa dell'avvento di quelli a rotelle. Questa esperienza è stata molto gratificante: il montaggio di questo video ci ha uniti ancor più nella lotta per la salvaguardia del nostro ambiente e ci ha permesso di creare legami ancor più forti tra noi. Il mio auspicio è che molti, anzi moltissimi studenti, possano unirsi nella salvaguardia del nostro bellissimo territorio con semplici azioni, all'apparenza inutili ma in realtà preziose, che sortirebbero un grande impatto positivo sul nostro ambiente. D'altra parte spetta a noi, le nuove generazioni, iniziare a salvare il salvabile!» Gli insegnanti ringraziano il signor Alberto Caglioni e il Dirigente Scolastico, Claudio Ghilardi, per lo stimolo che hanno offerto ai ragazzi, permettendo uno scambio costruttivo tra la scuola e il territorio, locale e non solo.



Greenwashing e futuro: come le aziende si lavano la coscienza

La riflessione di Fridays For Future Bergamo sulle aziende che propongono messaggi green, pur non essendolo affatto

Il Next Generation Eu (il Recovery Fund) deve escludere in primis i progetti per l'estrazione e lo sfruttamento delle fonti fossili, che in tanti casi non sono più nemmeno vantaggiosi economicamente



Il greenwashing è una pratica con la quale le aziende cercano di attirare il consumatore veicolando una falsa immagine di sé, quale azienda attenta alla sostenibilità ambientale dei processi produttivi o dei prodotti stessi. In molti casi, si tratta anche di un modo per distogliere l'attenzione dell'opinione pubblica dagli effetti ne-

gativi per l'ambiente dovuti alle proprie attività o ai propri prodotti. Uno dei maggiori esempi di greenwashing in Italia è Eni: se nelle pubblicità appare come un'azienda molto attenta all'ambiente, nella realtà gli investimenti per i prossimi anni sono ancora per la stragrande maggioranza nei combustibili fossili. Nel gennaio di quest'anno Eni ha anche preso una multa di 5 milioni di euro

per pratica commerciale ingannevole in merito alla pubblicità "ENI-diesel+", che ha inondato giornali, televisione, radio, cinema, web e stazioni di servizio dal 2016 al 2019. La decisione riguarda il messag-

gio, dichiarato ingannevole, di un diesel bio, green e rinnovabile, derivante dall'olio di palma che «riduce le emissioni gassose fino al 40%». Eppure utilizzare olio di palma per produrre carburante non può essere la soluzione, perché la sua produzione causa la deforestazione in Paesi come l'Indonesia e la Malesia. Un altro

esempio di greenwashing da parte di Eni è lo spot che invita Chiara a usare la macchina il meno possibile per poter fare la differenza. Quest'idea è pericolosa, perché sottintende l'idea che la capacità di incidere sul riscaldamento globale del singolo e di una multinazionale sia identica. I buoni comportamenti individuali sono necessari, è vero, ma non arrivano neppure lontanamente a "pareggiare" i danni causati da grandi aziende. Eni, per quanto riguarda il greenwashing, è una multinazionale tra tante. Però è pur sempre un'azienda in cui il socio di maggioranza (relativa) è lo Stato italiano, che dovrebbe promuovere un cambio di rotta reale, deciso e immediato verso la sostenibilità ambientale.

Il Next Generation Eu (il Recovery Fund) deve escludere in primis i progetti per l'estrazione e lo sfruttamento delle fonti fossili, che in tanti casi non sono più nemmeno vantaggiosi economicamente. Se si parla di generazioni future, perché questo piano è scritto senza guardare al futuro?

■ **Laura Bertazzoni**
Fridays For Future Bergamo

Il Libano tra crisi economica e ambientale

4 agosto 2020, Beirut. Una doppia esplosione devastò il porto. 200 morti e 7mila feriti. 300mila gli sfollati a causa di questo tragico evento. La situazione economica del Libano fin da prima dell'esplosione non era positiva e ciò che è successo ha reso il crollo dell'economia ancora più rapido: entro fine anno il 60% della popolazione sarà sotto la soglia di povertà. Il crollo è dovuto soprattutto a un sistema politico istituzionale profondamente corrotto, che già nel 2019 aveva intrapreso una serie di riforme economiche e finanziarie che avevano impoverito la classe media.

Tutto questo si somma all'emergenza ambientale, denunciata già dal 2015, che riguarda temi come la cementificazione, la deforestazione e la contaminazione delle fonti idriche. In particolare, il Libano risulta essere uno tra gli stati con la peggior gestione dei rifiuti: ad oggi le discariche libanesi non riescono più a gestire l'ammontare di rifiuti prodotti dal paese. Un sistema di economia circolare e di riciclo non è neanche considerato, nonostante numerose associazioni (tra cui Greenpeace) chiedano una vera riconversione ambientale, verso fonti di energia pulita e una politica non corrotta.

■ **Mattia Bergamelli**
Fridays For Future Bergamo



Al Galletto d'Oro
Pizzeria d'Autore

PRANZI di LAVORO a PARTIRE

da € 8,00

(puoi scegliere tra
CUCINA tradizionale o PIZZA)

Chiuso solo sabato e domenica a pranzo

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

COUPON

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

* la promozione è valida a cena



Il Festival della SOSTenibilità ...dall'Ambiente alla Mobilità

La nona edizione del Festival bergamasco si è tenuta a settembre in occasione della Settimana Europea della Mobilità 2020

Iniziativa nel campo della mobilità che non hanno riguardato solamente i grandi ma anche i più piccoli, accorsi numerosi per divertirsi sui go-kart a pedali di BarbaCiclo

Sospeso a maggio come tutte le manifestazioni primaverili, gli organizzatori dell'associazione Festival dell'Ambiente, in collaborazione con infoSOSTenibile e il Comune di Bergamo, sono riusciti a riproporre l'evento nelle giornate di sabato 19 e domenica 20 settembre, proprio con uno speciale focus dedicato alla Settimana Europea della Mobilità Sostenibile. La città orobica ha così avuto nel 2020 la nona edizione del suo tradizionale Festival, che nonostante qualche ritocco in chiave di sicurezza e la riduzione da tre a due giorni, ha dimostrato di incontrare l'attesa e l'apprezzamento di operatori e pubblico.

Go kart a pedali e monopattini

È stata proprio la mobilità sostenibile la grande protagonista del programma della due giorni, ma anche degli stand sistemati lungo il Sentierone e su Largo Gavazzeni, dove per tutto il weekend i cittadini hanno potuto testare in prima persona alcune innovative soluzioni. In primis la grande novità dell'anno, i monopattini elettrici, dapprima quelli di BitMobility, il servizio in sharing presente in città da agosto 2020, al quale si è unito nelle successive settimane anche



quello di Reby. Numerose anche le auto elettriche e ibride messe a disposizione del pubblico per i test drive dalle concessionarie che hanno aderito al Festival, come pure gli scooter e le bici a pedala assistita. Le iniziative nel campo della mobilità non hanno riguardato solamente i grandi ma anche i più piccoli che sono accorsi numerosi (sempre con la mascherina e a debita distanza) per divertirsi sui go-kart a pedali di BarbaCiclo, una delle novità

della nona edizione del Festival della Sostenibilità di Bergamo.

Stand sul Sentierone e convegni online

Dopo l'inaugurazione del sabato mattina col taglio del nastro volutamente senza assembramenti, alla presenza dell'assessore all'ambiente e alla mobilità del Comune di Bergamo Stefano Zenoni e molte altre realtà del settore, l'attenzione di tut-

ti si è spostata sugli schermi di smartphone e pc per seguire in diretta il convegno "La mobilità sostenibile post Covid a Bergamo. Scenari e Sviluppo". Possiamo comunque parlare di sala "completa", anche se i posti per i presenti in sala Galmozzi di Via Tasso purtroppo erano dimezzati rispetto alla capienza complessiva. Entrando nel merito delle tematiche, il convegno ha delineato il nuovo panorama dei trasporti in città presentando

tutte le misure e le novità messe in campo; intervento d'apertura all'assessore all'ambiente e al clima della Regione Lombardia Raffaele Cattaneo, in collegamento dal capoluogo. Dopo di lui, si sono alternati al tavolo dei relatori l'assessore Stefano Zenoni, il direttore generale di ATB Gianni Scarfone, la presidente di A.Ri.Bi Claudia Ratti, Nicola Lesina della Popolare ciclistica e Francesco Perini dei Fridays for Future di Bergamo. L'incontro



gno “Superbonus 110%. Tutte le opportunità” che ha chiarito ai cittadini collegati le caratteristiche e le modalità di fruizione del bonus inserito nel Decreto Legge “Rilancio” che permette di recuperare le spese sostenute dal 1 luglio 2020 al 31 dicembre 2021 per specifici interventi in ambito di efficienza energetica, interventi antisismici, installazione di impianti fotovoltaici e di infrastrutture per la ricarica dei veicoli elettrici. Ad aprire i lavori Marco Redolfi, consigliere della Provincia di Bergamo per Ambiente e Giovani, mentre gli interventi in materia di riqualificazione ed edilizia sostenibile sono stati affidati all'assessore alla Riqualificazione urbana e all'edilizia privata del Comune di Bergamo Francesco Valesini, al presidente dell'Ordine degli Architetti della Provincia di Bergamo Gianpaolo Gritti, a Sara De Palma e Cristiano Angioletti di Anaci Bergamo e all'esperto in tema Superbonus Giancarlo Blazer di Energy 20.

Dal Raduno Tesla alla bicicletтата Aribi

Uno dei momenti più spettacolari nel programma della due giorni del Festival è stato il raduno dell'associazione Tesla Owners Italia, che ha raccolto in Piazza Matteotti decine e decine degli ineguagliabili veicoli Tesla, attirando la curiosità di tanti appassionati giunti appositamente da molte città d'Italia, oltretutto dei numerosi passanti. Un'iniziativa davvero importante in quanto i soci dell'associazione sono rimasti a disposizione di chiunque volesse un consiglio sul come funziona la mobilità full electric e che si è conclusa con una vera e propria parata a zero emissioni

si è concluso con l'intervento di Michele Francione, responsabile dello sviluppo di BitMobility che ha raccontato la storia dell'azienda che per prima ha portato un servizio di monopattini elettrici in sharing a Bergamo e le potenzialità sul lungo periodo di questa iniziativa.

Ma la mobilità non è stata certamente l'unico tema trattato dal Festival. Nel pomeriggio si è tenuto, sempre in Sala Galmozzi e in diretta su Facebook, il conve-



lungo le vie principali della città. Così come a emissioni zero e ancora più green è stata la tradizionale bicicletтата organizzata da A.Ri.Bi che nella sua versione 2020 è partita dal Sentierone per andare alla scoperta di alcuni scorci della bassa Val Seriana. Una domenica baciata dal sole

e dal caldo ha anche permesso di gustare direttamente dall'Infopoint della manifestazione la conferenza dal titolo “Correre a perdifiato. Nuove forme dell'abitare per un approccio generativo”. Per l'occasione, si sono passati il microfono Chiara Nogarotto, social researcher e bu-

siness strategist, e Johnny Dotti presidente di e.one – abitarègenerativo, realtà che si occupa dello sviluppo di tutte le fasi del processo costruttivo e rigenerativo dei luoghi, e Mariola Peretti, architetto che si occupa di pianificazione urbanistica.

BresciaSOStenibile

Brescia, 25 anni di Rete Cauto Tra alberi e un nuovo polo logistico

Durante il venticinquesimo compleanno è stata inaugurata la nuova sede nata grazie al progetto "Mani in piastra"

Da venticinque anni la Rete Cauto promuove inclusione sociale, rispetto del territorio e sostenibilità ambientale, economica e sociale sul territorio di Brescia e della sua provincia: un'attività continua e duratura che nel corso del tempo ha portato importanti risultati in termini di occupazione, di sinergia tra pubblico e privato e di valorizzazione dell'ambiente.

Alberi...

Lo scorso novembre 2020, la Rete Cauto ha così voluto celebrare con un evento pubblico online il suo venticinquesimo anno di attività, e per farlo ha scelto di dare il via a una piantumazione che interesserà la rotonda di Via Serenissima, a Brescia, da qui fino al prossimo 21 marzo 2021. In totale saranno 25 gli alberi (uno per ogni anno di attività) e 50 gli arbusti con fiori che andranno a rinverdire l'area entro la fine della piantumazione. La posa del primo albero è avvenuta simbolicamente il 21 novembre scorso, Giornata Internazionale degli Alberi, e sebbene le circostanze connesse alla pandemia globale non abbiano consentito la festa in presenza, l'evento è stato comunque trasmesso online e allargato a tutta la comunità, vero cuore di interesse per le cooperative sociali della Rete Cauto.

... E una nuova sede

Oltre che per condividere l'avvio della piantumazione per il venticinquesimo anno di Cauto, la diretta web è stata anche l'occasione per dare la comunicazione della chiusura del progetto "Mani in Piastra", finanziato tra gli emblematici provinciali 2017 dalla Fondazione Comunità Bresciana e che ha permesso di re-

R come Rinoceronte o Responsabilità? Le realtà di Cauto come "contribuenti solidali" bresciani durante la pandemia

Per chi come Rete Cauto opera in ambito ecologico, R vuol dire da sempre "Riduco, riuso, riciclo". Nell'anno della pandemia, R significa anche Rinoceronte, come nell'opera "Il tempo sospeso" dell'artista bresciano Stefano Bombardieri: nel cuore della città di Brescia, un grande rinoceronte sospeso rappresenta la precarietà che toglie la terra da sotto i piedi, metafora del tempo che tutti stiamo vivendo. Rete Cauto ha ripreso la simbologia del rinoceronte per riflettere sul senso della responsabilità durante l'anno del Covid - anno che ha colpito non solo la sanità ma la società tutta, rendendo ancora più fragili i diritti e l'inclusione - e per tirare le somme di quanto realizzato pur in un momento così difficile.

Nel corso del suo 25esimo anno di vita, Cauto ha sviluppato e realizzato 32 progetti in parte finanziati da enti erogatori pubblici o privati negli ambiti tematici ambiente-educazione-inclusione-coesione sociale, circa il doppio dell'anno precedente. Grazie alle realtà che compongono il tessuto e il cuore della rete, la rete ha potuto continuare a garantire servizi essenziali anche durante la pandemia e tutte e cinque le realtà - Cauto, Cantiere del Sole, Medicus Mundi Attrezzature, CantierAperto e Maremosso - figurano tra gli 8 "contribuenti solidali" della provincia di Brescia e tra i 293 a livello nazionale che, nella situazione emergenziale, hanno considerato prioritario assolvere il proprio dovere di contribuzione fiscale, nella tutela dell'interesse comune. Piccoli gesti di responsabilità, in vista di un vivere civile e comune che sia locale, sociale e globale.

alizzare un nuovo polo logistico grazie a un approccio sistemico e di rete in termini di ambiente, cultura e inclusione. La nuova sede è composta da tre blocchi prefabbricati di circa 100mq ciascuno e occupa uno spazio complessivo di circa 500mq, comprensivo di portico e di percorso esterno perimetrale: la realizzazione degli immobili è localizzata su un terreno di circa 17 mila mq di proprietà del Consorzio CantierAperto, coopera-

tiva sociale della Rete CAUTO, e ha consentito la mitigazione e la riqualificazione ambientale di un'area a forte rischio di degrado, ex discarica di rifiuti non pericolosi a sua volta nata da una ex cava degli anni Cinquanta. Dopo circa due anni di lavoro, il nuovo polo ospita i settori di Igiene Urbana Ambientale, il settore di Educazione Ambientale (dotato di una nuova aula per la didattica a distanza) e uno sportello per consulenze ambientali

Comunicare consapevolezza L'impegno di Cauto durante la SERR 2020

Nella Settimana Europea per la Riduzione dei Rifiuti 2020, dedicata ai rifiuti invisibili, Cauto ha candidato due azioni per la corretta gestione dei rifiuti. La prima era una campagna di sensibilizzazione e comunicazione social rivolta ai clienti dei negozi dell'usato Spigo e Spigolandia, con contenuti informativi dedicati al tema dei rifiuti invisibili e alla sostenibilità degli acquisti usati.

La seconda, invece, riguardava il progetto "Sistema 1x0 RAEE" di Cauto, durante il quale la rete - autorizzata per il ritiro e lo smaltimento dei Raee (rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche) - ha monitorato tramite un sistema vuoto per pieno i Raee raccolti nell'ambito del progetto, per conferire un riconoscimento al punto vendita più virtuoso: una targa speciale con marchio "Sono CAUTO con i RAEE", per rendere riconoscibile a tutti i suoi clienti il suo impegno per la sostenibilità.

dedicato alle associazioni, nonché un percorso naturalistico con la realizzazione di una siepe fiorita che diventerà presto nuova dimora per la ricca avifauna, gli insetti e i piccoli predatori presenti nel territorio. La nuova sede incarna il motto della

Rete di cooperative Cauto: "Ci prendiamo cura dell'ambiente trasformandolo in nuove opportunità di inserimento lavorativo e di inclusione sociale, generando una cultura ecologica per la Comunità".

Idee, progetti e soluzioni
per le energie rinnovabili

Solarenet
ENERGIE POSITIVE

www.solarenet.it
Via del Brolo, 32 - 25136 Brescia
Tel. +39 030 2003420 - energia@solarenet.it

PIÙ CIBO DI QUALITÀ UGUALE MENO POVERTÀ ALIMENTARE



Il progetto **Più uguale meno** è la rete capillare di solidarietà dell'Associazione di Volontariato MAREMOSSO che, attraverso la Dispensa Sociale, contrasta la povertà alimentare nella Provincia di Brescia. MAREMOSSO recupera, seleziona e redistribuisce il cibo a scopo sociale grazie ai donatori, agli enti benefici e al volontariato protetto impegnato nella Dispensa Sociale. Dieta equilibrata, relazioni sociali, acquisizione di abilità e competenze, sono i principali ingredienti per ridurre la povertà alimentare e generare inclusione sociale.

Più uguale meno a cura dell'organizzazione di volontariato MAREMOSSO e finanziato dalla Regione Lombardia per l'implementazione del piano di azione riguardante il riconoscimento, la tutela e la promozione del diritto al cibo per il biennio 2019/2020 (DGR XI/891/2018).

associazione di volontariato
MAREMOSSO
—♥♥♥—

Via Buffalora 3/E (Brescia)
info@associazionemaremosso.it
www.associazionemaremosso.it

Con il contributo di



**Regione
Lombardia**

50
Un'altra
storia.

LeccoSOStenibile

Lecco, una nuova amministrazione per la città manzoniana

Le elezioni comunali dello scorso autunno hanno visto l'insediamento del nuovo Sindaco della giunta di centro-sinistra, Mauro Gattinoni

Nonostante la vittoria del centro sinistra sia in continuità con l'amministrazione precedente, solo una persona è stata riconfermata dalla precedente amministrazione nella nuova squadra del neosindaco Mauro Gattinoni: si tratta di Simona Piazza, assessora uscente che ora ha assunto la carica di Vicesindaco e di assessore alla cultura e coesione sociale.

Ma vediamo in dettaglio chi sono i componenti della nuova Giunta e le deleghe di ciascuno.

I nuovi assessori

Sono otto i nuovi assessori che da ottobre hanno iniziato ad amministrare la città manzoniana. A prendere in carico l'assessorato alla cura della città e i lavori pubblici - manutenzioni, lavori pub-



blici e patrimonio - è stata Maria Sacchi (Partito Democratico), mentre Roberto Pietrobelli è assessore al bilancio (bilancio, ricerca fondi e sviluppo partenariato pubblico-privato, servizi istituzionali generali).

Come assessore allo sviluppo urbano, urbanistica, infrastrutture ed edilizia privata è subentrato Giuseppe Rusconi, mentre l'assessorato all'ambiente, al verde urbano, alla viabilità e trasporti e alle pari opportunità è stato preso in carico da Renata Zuffi. Emanuele Manzoni (Con La Sinistra Cambia Lecco) è assessore al welfare (servizi sociali, casa, lavoro, politiche per l'integrazione); Alessandra Durante (Fattore Lecco) è assessora a famiglia, giovani e comunicazione (politiche per bambini, giovani, famiglie, comunicazione e rapporti con i cittadi-

ni, evoluzione digitale); Emanuele Torri (Fattore Lecco) è assessore all'educazione e sport (politiche educative, istruzione, sport, formazione, università e ricerca) e Giovanni Cattaneo (Fattore Lecco) è assessore all'attrattività territoriale (sviluppo economico, innovazione, commercio e attività produttive, sviluppo lago-montagna, turismo, eventi).

Il sindaco Mauro Gattinoni - classe 1977, nato e cresciuto a Lecco, già direttore dell'API - ha invece tenuto per sé l'assessorato alle relazioni istituzionali, risorse umane e alla sostenibilità (sociale, economica e ambientale), programmazione e controllo strategico, società partecipate, monitoraggio piano di governo del territorio.

■ **Selene Mosti**

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

A Lecco infoSOStenibile è distribuito grazie al contributo di:



studio ferrari & associati



SOCIETÀ
CANOTTIERI
LECCO



NIS-CAR
OLGINATE
OSNAGO



LARIO RETI HOLDING
la tua acqua, la nostra passione



www.infosostenibile.it

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

Neo-assessora all'ambiente Zuffi, parola d'ordine: trasversalità

Piano regolamentato del verde, mobilità dolce e distretto dell'economia civile, un percorso condiviso e con una forte spinta sociale

Dopo le elezioni dello scorso autunno e il rinnovo della giunta, a guidare l'assessorato all'Ambiente, alla Mobilità e alle Pari Opportunità della città di Lecco è Renata Zuffi, il cui interesse per l'ambiente e la sostenibilità, soprattutto sociale, parte da lontano. Con un dottorato in pianificazione territoriale e ambientale, l'assessora si è infatti occupata per un lungo periodo di questi temi come ricercatrice, per dedicarsi poi all'insegnamento (attività che porta tutt'ora avanti) e all'ambito sociale attraverso molti progetti legati di inclusione e volontariato territoriale.

«Una matrice di spinta civile e partecipazione»

Candidata della lista civica Ambientalmente Lecco, nata a sua

volta con l'obiettivo che i temi della sostenibilità ambientale, sociale ed economica «non siano inseriti solo come punti nei programmi di tutte le forze politiche ma siano effettivamente praticati dentro l'Amministrazione comunale», l'assessore ha come punto cardine del proprio programma la trasversalità, tema già sviluppato dall'assessore uscente Alessio Dossi con il quale, pur provenendo da storie e percorsi differenti, ha in comune «una matrice di spinta civile e di partecipazione». È questa la linea che vorrebbe dare al suo percorso amministrativo: «Il mio assessorato si chiama 'Ambiente, Trasporti, Mobilità e Pari Opportunità' proprio per questa ragione - spiega -. Per provare a trasformare gli uffici dell'assessorato, dando un senso più com-

pleto e complesso al tema della sostenibilità, in chiave non solo ambientale ma anche sociale ed economica. Ecco perché, già come Ambientalmente Lecco, avevamo scelto di dare al sindaco la delega della sostenibilità, andando così a sottolineare il desiderio di questa nuova giunta di ridisegnare in chiave sostenibile le azioni di tutta l'amministrazione». Sotto il cappello della trasversalità si colloca anche la decisione di incaricare un architetto di fama europea, Andreas Kipar, della creazione di un master plan per la città di Lecco, che possa servire come «guida verde» delle azioni di tutta la giunta. «Tale piano, presentato a gennaio, è costruito sui corridoi verdi e blu, quindi sul recupero dei fiumi, dell'ambiente naturale lecchese, lago e montagna», specifica l'assessora.



Tre aree di lavoro

Tre i filoni secondo i quali la nuova assessora ha impostato il proprio lavoro. Dal punto di vista strettamente ambientale, l'obiettivo è quello di «arrivare alla creazione di un piano di regolamento del verde pubblico e privato, con una visione di progettualità degli spazi urbani verdi», che vada quindi verso un'idea di bosco diffuso e progettazione di aree verdi tematiche e partecipate, contribuendo così al recupero dell'identità storico culturale della città. Altro punto chiave è invece il tema della mobilità, che raccoglie la volontà di «rileggere tutta la mobilità in ottica di mobilità sostenibile, quindi ripensare i percorsi ciclopedonali nella loro interezza, con una particolare attenzione alle strade scolastiche e alle bikeline per percorsi ciclabili e pedonali. Il tutto, parallelamente a una regolamentazione del traffico di attraversamento e un incentivo

all'uso dei mezzi pubblici». Altro indirizzo è quello dell'economia circolare e civile, caro alla città di Lecco che due anni fa ha visto nascere il Distretto di Economia Civile di Lecco. L'assessorato all'ambiente cercherà nei prossimi anni di rilanciare un brand turistico legato ai temi dell'economia civile e circolare. «La partenza della misurazione puntuale (avviata a ottobre in alcuni comuni apripista della provincia, ndr) è solo una delle azioni volte al recupero dell'identità industriale, economica e artigianale del territorio di Lecco, fatta di piccole e medie imprese». Parallelamente e pensando soprattutto alla sua delega alle Pari Opportunità, Zuffi intende andare a sviluppare anche i temi sociali a lei cari come occupazione green e soprattutto per le fasce più deboli, come ad esempio le donne.





Alfonsina Morini Strada

Una corsa per l'emancipazione

La compagnia Luna e GNAC Teatro di Bergamo racconta la storia della prima e unica donna ad aver corso il Giro d'Italia

Non la fermò la famiglia, che fin dal principio si oppose alla sua passione, non la fermò la fatica. Tanto più perché un tempo le bici non erano come quelle di oggi: «La mia pesava come due carriole messe insieme»

La maglia del vincitore era (ed è) rosa, eppure le donne al Giro d'Italia non partecipano. Ad eccezione di una, Alfonsina Morini Strada, che lo corse nel 1924. Nata nel 1891 a Castelfranco Emilia, cresciuta in un paese alle porte di Bologna in una famiglia povera e contadina, scoprì per la prima volta la bicicletta a 10 anni. E non poté più starle lontana. A togliere dalla «Pattumiera della Storia» la sua parabola,

personale e professionale, è stata la compagnia Luna e GNAC Teatro di Bergamo, che dal 2017 la porta in scena in «Ruote rosa. Storia di Alfonsina Morini Strada, ciclista». Lo spettacolo, che vede sul palco Michele Eynard, Laura Mola e Federica Molteni (per la regia di Carmen Pellegrinelli), è stato scelto in autunno nell'ambito della «Settimana della Lingua Italiana nel Mondo» dal Consolato generale d'Italia a Nizza, in collaborazione con il Comitato per le Attività linguistiche e culturali italiane di Nizza, e reso disponibile su YouTube.

Una donna che scrisse il suo destino

A metà tra il fumetto, il teatro d'attore e quello d'ombra, la rappresentazione racconta, con poesia e ironia, il coraggio di una giovane atipica nell'Italia del primo '900. In un Paese ancora fortemente maschilista e in una società in cui le donne non potevano scegliere lavoro e marito, lei



sue numerose vittorie, allo «scandalo». Solo perché, allora, le femmine non correvano in bici e non facevano sport a livello agonistico, non mostravano le gambe nude né indossavano una maglietta. Nel 1915 sposò Luigi Strada, meccanico e cesellatore, che le regalò un cognome che sembrava già appartenere al suo destino e, al posto dell'anello, una bicicletta da corsa. Lui si ammalò, ma lei continuò a correre. Arrivò alla dodicesima edizione del Giro d'Italia. Era il 1924, i grandi campioni erano assenti, ma sulla linea di partenza, col numero 72, c'era lei.

Gli oltre 3 mila chilometri e le 12 tappe da Nord a Sud, la pioggia, il caldo, gli inconvenienti (nell'ottava tappa le si ruppe il manubrio che fu sostituito con il manico di una scopa) la sfidarono, ma arrivò ogni volta al traguardo. Ad attenderla c'erano i colleghi, i giornalisti e gli sportivi, perplessi, contrari (anche se alla



decise di inseguire il suo sogno: «Quando pedalo, sono il vento - dice alla sorella, in una scena -. Senza di me i grandi falchi non volano. Le nuvole stagnano. Le pozzanghere non si asciugano. Io trascino e porto via. E posso andare lontano, più lontano di chiunque altro al mondo. Devo solo spingere e pedalare. E allora nessuno mi può fermare».

Non la fermò la famiglia, che fin dal principio si oppose alla sua passione, non la fermò la fatica (tanto più perché un tempo le bici non erano come quelle di oggi: «La mia pesava come due carriole messe insieme», rivela al pubblico). Non la fermarono nemmeno coloro che la soprannominarono «Diavolo in gonnella» ed urlarono, nonostante le

fine tutti dovettero riconoscere la tenacia della ciclista emiliana). Ma soprattutto c'erano le donne, le madri, le mogli, le figlie. Perché Alfonsina indicò loro la Strada da percorrere.

In fondo, come conclude lo spettacolo, «quella corsa non era mai stata veramente e soltanto sua».

Best in Travel 2021

Sostenibilità, comunità e diversità

Nell'anno nero del turismo, la tradizionale classifica di Lonely Planet sceglie di puntare l'occhio sui valori del "viaggiar bene"

Come parlare di viaggi e turismo nell'epoca del Covid? Come raccontare i luoghi, se mai come in questi mesi è difficile andare a visitarli? E soprattutto, a cosa dare risalto in un momento storico che ha visto mutare radicalmente stili di vita, aspettative e priorità? È a partire da questa riflessione che Lonely Planet ha stilato l'attesa classifica Best in Travel 2021, l'elenco cioè delle mete imperdibili per il nuovo anno: questa volta, però, la scelta non ha voluto premiare soltanto luoghi e città particolarmente significativi, ma puntare l'attenzione sui valori fondanti che il turismo di oggi e domani dovrebbe avere. Buone pratiche connesse alla sostenibilità, dunque, ma anche alla capacità di creare comunità e alla valorizzazione della diversità, per raccontare storie e persone che stanno cambiando il modo di pensare e di vivere il viaggio.

Sostenibilità

Nella categoria "Sostenibilità" sono state premiate le persone e i luoghi che stanno trasformando l'idea di viaggio con un'attenzione precisa e attiva sulle tematiche della sostenibilità e dell'ambiente. Ecco allora che le nazioni caraibiche di Antigua e Barbuda sono state premiate come migliore destinazione emergente grazie alla priorità data ai programmi di tutela ambientale, all'abolizione di plastica e polistirolo, alla creazione del Green Corridor (un insieme di hotel ed esercizi commerciali che operano nel rispetto dell'ambiente) e all'istituzione di parchi e riserve naturali.

Altre destinazioni premiate in questa categoria sono la Grecia per la sostenibilità della sua cucina, il Ruanda con i suoi programmi di tutela dei gorilla di

montagna combinati con il turismo sostenibile quale mezzo per potenziare parchi e riserve, o la città svedese di Göteborg per la sua costante presenza ai primi posti del Global Destination Sustainability Index. Nella categoria "Sostenibilità" c'è anche l'unica destinazione italiana segnalata da Lonely Planet: si tratta delle Vie di Dante, esempio di slow travel da Ravenna a Firenze, sulle orme del Sommo Poeta.

Comunità

Turismo e comunità locali: un binomio vincente e un circolo virtuoso. Ecco allora che nella categoria "Comunità" Lonely Planet ha voluto dare risalto a quei progetti e a quelle mete che hanno fatto proprio di questa commistione il loro punto di forza. Come il Kazakistan, la cui Associazione per il Turismo sta promuovendo la formazione nel settore dell'ospitalità degli abitanti dei villaggi rurali, abbinando tour operator locali con famiglie residenti nei paesi che possono accogliere i turisti: un vero assaggio di vita kazaka, sostenendo le comunità del territorio.

Nella categoria "Sostenibilità" c'è anche l'unica destinazione italiana segnalata da Lonely Planet: si tratta delle Vie di Dante, esempio di slow travel da Ravenna a Firenze sulle orme del Sommo Poeta

Lonely Planet cita anche le isole Faroe (non solo per la loro natura incontaminata ma anche per l'affiatamento della comunità locale), la colombiana Medellin, conosciuta un tempo come città più pericolosa al mondo e ora riqualificata partendo "dal basso" grazie ai suoi cittadini, e il Regno Unito per il progetto Invisible Cities, con il quale ex senzatetto diventano guide turistiche nella propria città.

Diversità

Non un unico modo di viaggiare, ma tanti: questo il punto focale della categoria "Diversità" di Best in Travel 2021. Alcuni esempi? Ci sono l'agenzia di viaggi californiana Wheels in Tour (che consente alle persone con disabilità di esplorare il mondo senza limiti) e il ristorante neozelandese Hiakai, dove la chef maori samoana Monique Fiso cucina secondo le tradizioni culinarie

maori. Ma ci sono anche i fondatori del blog Couple of Men, che forniscono consigli e informazioni di viaggio sulle migliori mete per la comunità LGBTQ+, e i Gullah-Geechee delle Sea Islands, al largo della Florida: un popolo misconosciuto che con-

serva un forte retaggio africano, una lingua propria e significative tradizioni culinarie e canore. Per approfondire tutti i vincitori: www.lonelyplanetitalia.it/best-in-travel.

■ Erica Balduzzi



Società

Territori, località e comunità

Le parole del turismo sostenibile

Ne parliamo con Teresa Agovino, prima auditor italiana per enti internazionali Oggi il 70% del turismo mondiale è di massa



«Viaggiamo in modo sostenibile ogni volta che facciamo in modo che i soldi spesi in viaggio alimentino e supportino l'economia del Paese ospitante, rendendo equo lo scambio con chi ci riceve»

«Porto la sostenibilità ovunque possibile. Parto da un bisogno di una comunità locale e costruisco un progetto sostenibile su misura per la popolazione e il territorio». Ingegnere ambientale e consulente di turismo sostenibile, nonché prima auditor italiana per enti di certificazione internazionali, Teresa Agovino supporta tour operator locali, strutture turistiche ed enti del turismo con l'obiettivo di ridurre l'impatto che i prodotti tu-

ristici generano sull'ambiente e le popolazioni locali e si occupa di ispezionare e rilasciare certificati di sostenibilità turistica a nome di organismi di certificazione riconosciuti a livello internazionale dalle Nazioni Unite, attraverso l'Organizzazione Mondiale del Turismo (UNWTO). Si definisce "artigiana della sostenibilità" e tramite formazione e consulenza, aiuta realtà e viaggiatori a rendere i propri spostamenti meno impattanti e più etici. Perché, dice, solo ponendosi delle domande sulle modalità di "fare turismo" è possibile provare a cambiare le cose.

Turismo di massa vs turismo sostenibile

Il turismo contribuisce al 10% del PIL mondiale. Attualmente, il 70% del turismo è di massa, cioè gestito da grandi tour operator che puntano sulla quantità piuttosto che sulla gestione etica e sostenibile dei flussi, con un conseguente enorme impatto ambientale. Il turismo sostenibi-

le punta a invertire la tendenza, ponendosi in chiave rispettosa per le persone, gli animali e il pianeta.

Come cominciare, però? Il primo passo, spiega Teresa, sta nel supportare strutture locali, operatori del posto, le attività che non maltrattano gli animali, i tour operator che reinvestono in progetti di sviluppo locale, le agenzie che operano in modo etico nei confronti dell'ambiente. Ma anche comprare souvenir locali, non toccare le stelle marine o portar via la sabbia, mangiare cibo del posto ed evitare plastica monouso sono atteggiamenti che rendono un viaggio "sostenibile", così come visitare una località fuori stagione, rispettare le tradizioni locali e optare per realtà etiche.

«Viaggiamo in modo sostenibile ogni volta che facciamo sì che i soldi spesi in viaggio alimentino e supportino l'economia del Paese ospitante, rendendo equo lo scambio con chi ci riceve», spiega Teresa. Come sapere però se quell'attività o quell'operatore

è davvero sostenibile così come dichiara? Bella domanda, a cui però non è semplice rispondere. Da un lato vi è il problema del greenwashing: molte aziende, cavalcando l'onda del trend "sostenibilità", si dichiarano "green" come strategia di marketing, pur non essendolo nei fatti. «Inoltre non esistono schemi internazionali di sostenibilità - aggiunge Teresa - il che rende impossibile per gli operatori accedere a certificazioni internazionali di sostenibilità turistica. Non vi è uno strumento univoco che consenta ai viaggiatori di scegliere in maniera coscienziosa e sicura. Quel tour operator ha assunto personale locale, lo paga in maniera etica, supporta attività meno impattanti sul territorio? Solo ponendoci alcune domande possiamo capire la sostenibilità del servizio».

■ Laura Zunica



Tourists 4 Future: turismo responsabile da Palermo a Bergamo

Un team di viaggiatori lenti ha passato 3 mesi lungo l'Italia alla scoperta delle sue bellezze naturali e delle iniziative sostenibili e solidali



4 e solidali viaggiatori, 3 mesi, 20 regioni, 3465 km e 57 miglia nautiche percorse. Sono stati questi i numeri del progetto "Tourists 4 Future" partito il 1° luglio scorso dalla soleggiata Palermo e conclusosi a Bergamo il 2 ottobre. Un viaggio - ma soprattutto un racconto - lungo il Bel Paese alla

scoperta delle realtà italiane più autentiche fatte di solidarietà, rispetto per il territorio ma anche di straordinaria bellezza. Il percorso è nato come testimonianza di un paese pronto a ripartire attraverso il turismo responsabile e sostenibile dopo i mesi del primo lockdown: per questo Tou-

rists 4 Future ha deciso di "unire" nel suo percorso due tra le città simbolo della prima ondata della pandemia, Palermo e Bergamo.

Solidarietà e turismo responsabile

I protagonisti di Tourists 4 Futu-

re sono stati Mauro Cappelletti e Cristiano Pignataro (guide ambientali escursionistiche), Stefania Gentili (fotografa, naturalista e guida ambientale) e Francesco Quero (musicista e navigatore), assieme ad altrettanti collaboratori che li hanno supportati da remoto. Come hanno spiegato i protagonisti una volta arrivati nel capoluogo orobico, il progetto è nato la scorsa primavera, quando non era possibile viaggiare, e ha voluto promuovere territori e destinazioni attraverso le voci delle molte realtà italiane impegnate nel turismo responsabile utilizzando quel prezioso megafono che possono essere i social network usati in maniera divulgativa. Non solo: l'altro elemento fondamentale di Tourists 4 Future è stato l'attenzione alla solidarietà e all'Italia ripartita dopo i mesi del primo lockdown.

«Attraversare l'Italia, conoscere le persone del posto, le tipicità locali e vedere tante realtà diverse ma unite nella promozione di un turismo sostenibile è stato sicuramente arricchente - ha affermato Stefania Gentili -. Ma il nostro obiettivo era soprattutto quello di avvicinare le persone a un turismo lento, fatto di paesaggi, natura, città d'arte, ma anche di tradizioni locali e soprattutto incontri con le persone: è questo ciò che rende una vacanza un vero viaggio. Un modo per crescere, per ritrovarsi e partire di nuovo».

Parola d'ordine: lentezza

Quello di Tourists 4 Future è stato in tutto e per tutto un omaggio alla filosofia dello "slow travel" (turismo lento), l'unico che permette di godere a pieno delle infinite bellezze presenti in Italia e soprattutto di garantire il minor

Un viaggio, ma soprattutto un racconto, lungo il Bel Paese alla scoperta delle realtà italiane più autentiche fatte di solidarietà, rispetto per gli altri e per il territorio ma anche di straordinaria bellezza

impatto possibile sull'ambiente. Per questo Mauro, Cristiano, Stefania e Francesco - da esperti viaggiatori amanti della natura e promotori in prima persona del turismo responsabile e sostenibile - si sono spostati lungo lo Stivale sfruttando i mezzi della mobilità dolce. A piedi, naturalmente, ma anche in bicicletta, in catamarano e in alcuni posti persino in sella agli asini. L'ultima grande tappa prima di arrivare a Bergamo è stata la scoperta dell'Alta Via delle Grazie, il cammino tutto bergamasco con partenza e arrivo in città ispirato a quello più famoso di Santiago: un percorso che sta conoscendo una sempre maggiore diffusione, ideato da Gabriella Castelli e Giovanni Battista Merelli e collegato al Cammino di Sant'Agostino; 300 km suddivisi su 13 tappe (7 tappe in MTB) per godere di tutta l'ospitalità delle valli bergamasche e conoscere persone del posto, pernottare in ostelli, baite, luoghi di accoglienza religiosa o B&B adibiti ad accogliere viandanti e pellegrini con un forte spirito di comunità e condivisione. Gli stessi principi che l'Alta Via delle Grazie condivide con il progetto di Tourists 4 Future.

■ Gianluca Zanardi



Green economy

Stazioni Alta Velocità in Italia L'architettura ecologica al servizio dei

Da Napoli a Torino, alla scoperta delle stazioni più tecnologiche d'Italia dove la mobilità su rotaia incontra l'efficienza energetica



Invenzione rivoluzionaria che cambiò per sempre il nostro modo di vivere e di visitare il mondo, il treno, con la sua "anima metallica", nella seconda metà dell'Ottocento ispirò famosi versi a Giosuè Carducci. Per il poeta di Pietrasanta il treno è un mostro pauroso e fantastico, quasi avesse una propria volontà autonoma e indomabile, ma è anche simbolo del progresso e dell'età moderna.

Oggi il treno non è passato di moda: al contrario si è progressivamente rinnovato, diventando il mezzo di trasporto più performante quanto a efficienza e sostenibilità. E se con la pandemia abbiamo dovuto ridurre o ripensare i nostri spostamenti e i mezzi utilizzati, il 2021 potrebbe essere l'occasione per riscoprire il gusto di spostarsi in treno, sempre con la massima attenzione alla sicurezza

Sul sito di EcoPassenger, il sistema di calcolo sviluppato dall'Union Internationale des Chemins de fer (UIC) e approvato dall'Agenzia Europea per l'Ambiente (European Environmental Agency) nonché dalla Commissione Europea, è possibile verificare l'impatto ambientale del mezzo di trasporto che scegliamo quando dobbiamo spostarci: viaggiare in treno, invece che in aereo o in auto, è la scelta più sostenibile. Una linea ferroviaria a doppio binario, a parità di tempo, trasporta un numero di passeggeri maggiore di una strada quattro corsie. Per spostarsi, il treno si serve di energia elettrica, mentre ancora oggi la maggior parte delle auto in circolazione brucia carburante. Senza dimenticare che un'auto può portare al massimo cinque persone, ma il più delle volte viaggia con il

solo guidatore; un treno trasporta mediamente anche 500 passeggeri in tempi normali e circa la metà in tempi di contenimento di pandemia. Con l'implementazione della rete ad alta velocità, il treno è diventato la soluzione ideale per raggiungere le grandi città italiane. Le nuove esigenze hanno portato alla costruzione di moderne stazioni che, oltre a solleticare la fantasia degli architetti, hanno cercato di coniugare ambiente ed efficienza energetica.

Torino Porta Susa, come le antiche stazioni

Inaugurata nel 2013, la stazione per l'alta velocità di Torino stupisce per la sua architettura dagli ampi volumi trasparenti. La sua spettacolare galleria in acciaio e vetro - una rivisitazione in chiave moderna delle coperture

a volte ottocentesche - è lunga 386 metri e larga trenta. Questa spettacolare architettura non è solo un ponte tra passato e presente, ma un vero fiore all'occhiello nel campo del risparmio energetico. Le pareti vetrate, pari a 15.000 mq, rappresentano un sofisticato sistema che,

grazie alla presenza di celle fotovoltaiche monocristalline posizionate tra i due strati delle lastre di vetro della copertura, produce ogni anno 680.000 KWh, una potenza equivalente a gran parte del fabbisogno elettrico diurno dell'intero edificio. Le stesse celle fungono

Stazione Mediopadana Reggio Emilia



i viaggi green

anche da schermo frangisole di densità variabile crescente e contribuiscono in estate al comfort ambientale della stazione. Per queste caratteristiche, nel dicembre 2013, Torino Porta Susa è stata insignita del Premio Solare Europeo da Eurosolar, associazione no-profit che concentra la sua attenzione sulle potenzialità offerte dalle sperimentazioni nel campo dell'architettura ecologica.

L'onda dinamica di Reggio Emilia

Da un'idea dell'architetto spagnolo Santiago Calatrava, il design futuristico della stazione Mediopadana è diventato un punto di riferimento per chi viaggia in auto. Unica fermata intermedia sulla linea Alta Velocità Milano - Bologna, la stazione si trova a circa 4 chilometri dal centro di Reggio Emilia e a circa 30 metri di distanza dall'Autostrada A1, che vi corre parallela. Per questo motivo, con i suoi complessivi 483 metri è una delle opere architettoniche più viste d'Europa. L'opera, inaugurata nel 2013, è stata concepita per creare l'effetto visivo

di un'onda dinamica, dare cioè l'impressione che l'intera struttura sia in movimento, mentre siamo noi a spostarci. Questo è possibile grazie all'ingegnosa struttura composta da una serie di portali in acciaio, diversi tra loro, che si alternano generando una forma che ricorda un'onda. La copertura in prossimità delle banchine laterali, volta a proteggere i passeggeri, prevede un tamponamento tra i portali, distanti tra loro un metro circa, realizzato mediante pannelli di vetro stratificato.

Bologna, kiss&ride

In funzione dal giugno 2013, la stazione è stata pensata per migliorare il traffico nel nodo ferroviario, ricucire il tessuto urbano e collegare il quartiere Bolognina al centro storico. L'avveniristica struttura della stazione è costituita da un "camerone" interrato (640 m di lunghezza, 41 m di larghezza e 23 m di profondità) che si sviluppa su tre livelli collegati da un sistema di scale mobili, fisse e ascensori. L'accesso alla stazione prevede anche una strada sotterranea denominata kiss&ride, una



Napoli Afragola

corsia preferenziale per chi accompagna o arriva a prendere il passeggero con l'auto. Per la realizzazione del progetto sono stati utilizzati materiali ad alta resistenza meccanica e chimica, stabilità e durevolezza, che garantiscono benefici per le attività di manutenzione. Grande attenzione inoltre è stata data alla luce naturale: le pareti interne sono quasi interamente in vetro, per aumentare il comfort ambientale. L'illuminazione, con

impianti a tecnologia LED a lunga durata, permette di diminuire i consumi energetici del 50% circa, contribuendo a contenere l'inquinamento atmosferico.

Napoli, un ponte vista Vesuvio

La più giovane delle stazioni ad alta velocità italiane è quella di Napoli Afragola, inaugurata a giugno 2017. La sua sinuosa struttura è stata progettata

dall'archistar irachena Zaha Hadid, prematuramente scomparsa nel 2016. Napoli Afragola è una delle principali stazioni di interscambio dell'Italia meridionale e sorprende per la sua architettura che ricorda un moderno treno in corsa. Nella progettazione è stato previsto un sistema solare termico, dedicato alla produzione di acqua sanitaria e al riscaldamento invernale. Oltre ai vantaggi energetici e il risparmio di svariate tonnellate di CO₂, il sistema ha consentito di eliminare la produzione di fluidi mediante caldaie a metano, riducendo l'impatto ambientale. Il corpo centrale della stazione, che scavalca i binari come un grande ponte, si sviluppa su una superficie di 30mila metri quadrati su 4 livelli. L'intera struttura si alza fino a circa 8 metri dal piano del ferro, per poi inclinarsi alle estremità. Attraverso le vetrate che si trovano più in alto, anche chi è a Napoli solo di passaggio, può ammirare il magnifico Vesuvio.



Società

Pianeta Oceano, proteggere i mari per tutelare la Terra

Parola a Mariasole Bianco, biologa marina che ha fatto della salvaguardia degli oceani la sua missione: «agire per mantenere l'equilibrio»



Il clima è regolato dalla massa d'acqua dei mari, in grado di assorbire e rilasciare calore: circa il 50% dell'ossigeno presente in atmosfera proviene dall'oceano mentre l'anidride carbonica viene da esso sequestrata e integrata nel ciclo vitale di alcune specie vegetali e animali

Un equilibrio da trovare, pena la perdita di biodiversità e conseguenze molto pesanti su clima, sostentamento ed ecosistemi: è questa la necessità impellente su cui costruire il rapporto uomo e oceani da qui al prossimo futuro. Una necessità che non può più essere evitata, come spiega Mariasole Bianco, biologa marina e fondatrice dell'associazione di tutela ambientale Worldrise Onlus. Mariasole coordina oggi la rete di giovani professionisti della Commissione Mondiale sulle Aree Protette dell'IUCN, ha

insegnato divulgazione naturalistica all'Università di Genova ed è stata insignita del premio Donna Ambiente 2019 patrocinato dal Ministero dell'Ambiente e dal Parlamento Europeo. Nel giugno 2020 è inoltre uscito il suo libro "Pianeta Oceano", in cui racconta del legame tra uomo e mare e di come dalla tutela dei mari dipenda la vita sulla terra. Oggi Mariasole Bianco non ha dubbi: il tempo per agire è poco. Ed è necessario agire in fretta.

Perché il mare è importante per l'uomo

Il punto di partenza dell'analisi di Mariasole è forse banale, ma non per questo meno significativo: il benessere degli oceani riveste un ruolo cruciale per il Pianeta. «Il 70% della superficie del nostro Pianeta è ricoperta d'acqua – spiega Mariasole –. È facile comprendere dunque l'importanza degli oceani per mantenere i molteplici equilibri su cui poggia la vita sul pianeta. Il clima è infatti regolato da questa enorme massa d'acqua in grado di assorbire e rilasciare calore: cir-

ca il 50% dell'ossigeno presente in atmosfera proviene dall'oceano, che sequestra al contempo il 25% dell'anidride carbonica per poi integrarla nel ciclo vitale di alcune specie vegetali e animali. Inoltre, l'oceano è fonte di cibo e sostentamento per centinaia di milioni di persone in tutto il mondo». Gli oceani sono dunque nostri importanti alleati, indipendentemente dalla distanza che ci separa da essi.

La situazione attuale dei mari

«L'inquinamento dei mari ha molteplici sfaccettature, che vanno dalla plastica all'impatto della sovrappesca passando per le drastiche conseguenze derivanti dalle emissioni di anidride carbonica», continua Mariasole. Secondo la biologa marina, infatti, l'uomo ha sempre considerato il mare come infinitamente troppo grande per risentire dell'impatto delle azioni umane: niente di più sbagliato. Oggi è possibile rendersi conto che stiamo perdendo, per mano dell'uomo, molta della biodiver-

sità marina e stiamo cambiando le caratteristiche di ecosistemi molto complessi la cui sopravvivenza si basa su delicati equilibri. «Un esempio è l'aumento della temperatura dell'oceano, che ha causato una moria di coralli nel mondo. A tali condizioni, i coralli espellono le microscopiche alghe che vivono nei loro tessuti e che sono responsabili del loro colore e nutrimento. Ecco perché il fenomeno, noto come sbiancamento dei coralli, è un grave sintomo: perdere intere barriere coralline significa distruggere un ecosistema che ospita migliaia di specie animali e vegetali e che, in alcuni casi, è fondamentale per la sopravvivenza di intere comunità». Le previsioni per il prossimo futuro sono tutt'altro che rosee se non si inverte la rotta. «Ognuno di noi ha il potere e la responsabilità di agire - conclude Mariasole -. A partire dalle singole azioni e decisioni quotidiane ognuno di noi può fare la differenza per il futuro del mare: per il nostro futuro»

■ **Laura Zunica**

Problema microplastiche

La plastica è un materiale molto recente nella storia dell'umanità. Fu creata tra il 1861 e il 1862 dall'inglese Alexander Parkes, che brevettò il primo materiale semisintetico. Nel 1870 i fratelli americani Hyatt brevettarono poi la formula della celluloido: l'obiettivo era quello di ideare un materiale resistente e al contempo economico. Un obiettivo ben presto raggiunto: la plastica, materiale molto resistente, si rivelerà infatti una grande alleata nel progresso tecnico e



Al via 30x30 Italia, la campagna di protezione di mari e oceani

Proteggere il 30% dei mari entro il 2030: è questo l'obiettivo della campagna 30x30, lanciata lo scorso 26 novembre dalla no profit Worldrise Onlus. Ad oggi, infatti, solo il 7,56% degli oceani è protetto nelle cosiddette AMP (aree marine protette), mentre il resto degli ecosistemi marini mondiali è compromesso da inquinamento, cambiamenti climatici, pesca eccessiva e illegale e perdita di biodiversità.

La campagna 30x30 ha un valore nazionale, ma si inserisce in un contesto internazionale che fa riferimento alla resolution approvata al Congresso Mondiale dell'Unione Internazionale per la Conservazione della Natura (IUCN) del 2016, che identifica come necessaria la protezione di almeno 30% dell'Oceano entro il 2030 per garantirne la funzionalità e produttività, ai nuovi target Post-2020 del Global Biodiversity Framework e all'impegno adottato dalla Unione Europea all'interno della "EU biodiversity strategy for 2030 - Bringing nature back into our lives", recentemente approvato dal Consiglio Europeo.

Con quasi 8000 km di coste, l'Italia ha un'occasione unica non solo per raggiungere questo obiettivo, ma anche per porsi come leader in Europa della campagna 30x30, diventando punto di riferimento per gli altri stati Europei alla prossima conferenza delle parti della Convenzione sulla Diversità Biologica e rendendolo quindi legalmente vincolante. «Il nostro è sicuramente un obiettivo tanto ambizioso quanto necessario e potremo raggiungerlo solo lavorando insieme. Per questo abbiamo deciso di creare un'alleanza di partner che condividano con noi questo importante percorso verso la creazione di un futuro migliore per il nostro mare», spiega la presidente di Worldrise, Mariasole Bianco. Worldrise invita associazioni, aziende, istituzioni pubbliche, ricercatori, cittadini e studenti a unirsi all'onda del cambiamento e a contribuire attivamente alla realizzazione degli obiettivi della campagna iscrivendosi sul sito www.30x30.it/partecipa

scientifico dell'umanità.

Tuttavia oggi l'uso eccessivo e sconsiderato di questo materiale, in un contesto sociale caratterizzato dal consumismo e in una società che ha fatto dell'usa e getta il proprio leitmotiv, si è trasformato da vantaggio a enorme problema. Uno dei drammi attuali è quello dello smaltimento dei rifiuti, sovrapprodotti rispetto alle loro capacità di eliminazione: i mari e le terre sono così ricoperti di rifiuti e gran parte di questi rifiuti sono costituiti proprio da materiale plastico, non sempre riciclabile.

La plastica, infatti, è un materiale che non si biodegrada

mai: non c'è alcun batterio in grado di trasformarla, così si limita a degradarsi in tanti pezzi piccolissimi (microplastiche e nanoplastiche), molto pericolose sia per l'ecosistema che per l'uomo.

La fauna marina si nutre di queste microplastiche poiché le sostanze che vi si depositano conferiscono loro l'odore del cibo. D'altro canto, la loro superficie è tale per cui riesce a intrappolare varie tossine e sostanze nocive presenti nelle acque, le quali vengono rilasciate all'interno del corpo dei pesci che le ingeriscono e dei quali noi ci nutriamo a nostra volta, danneggiando così la

nostra salute coi nostri stessi rifiuti.

Come possiamo quindi contribuire in maniera positiva?

Sicuramente diventare consumatori responsabili è il primo passo: imparando a fare la differenziata in maniera adeguata secondo la normativa del nostro Comune di appartenenza, cercando di ridurre il più possibile il consumo di prodotti in plastica monouso prediligendo altri materiali o facendo la spesa sfusa ed educando le nuove generazioni al rispetto dell'ambiente in cui tutti viviamo.



Società

Il libro, una medicina per l'anima E i dati lo dimostrano

Libri beni essenziali, le librerie restano aperte anche nelle zone rosse Trend di un settore che resiste alla crisi pandemica

Narra la tradizione che sull'ingresso della biblioteca della città egizia di Tebe fosse incisa la scritta "luogo di cura dell'anima". Sarà per questo che davanti alle librerie di diverse capitali europee si sono formate lunghe file di lettori, adeguatamente distanziati, accorsi a fare scorta di libri prima delle varie serrate. In Italia nessuno ha preso d'assalto le librerie: non era necessario, da novembre nel nostro Paese il libro è rientrato nella categoria dei beni essenziali. Così mentre per musei, cinema e teatri è calata di nuovo la saracinesca, quella delle librerie resta aperta. All'indomani della pubblicazione del Dpcm autunnale che garantisce l'apertura delle librerie anche nelle zone rosse, il presidente dell'Associazione italiana editori, Riccardo Franco Levi, anche vice presidente della Federazione europea degli editori, fa notare come stavolta l'Italia sia stata all'avanguardia in Europa: «Abbiamo parlato come un coro a più voci, noi, i librai, singoli editori. Ci siamo mossi insieme e siamo stati ascoltati».

Il libro, essenziale come cibo e farmaci

Come quasi tutti i settori, anche quello dell'editoria ha subito gravi danni dalla crisi epidemica, ha detto Levi, ma ha mostrato una capacità di reazione e adattamento al nuovo contesto sorprendente. Così grazie alla mobilitazione del settore, mentre in Europa si abbassavano le serrande, editori e librai italiani hanno potuto contare sugli incassi del periodo natalizio. Ma non è solo una questione economica, tiene a precisare Levi: è il riconoscimento del fatto che un libro aiuta a vivere meglio, soprattutto in questo periodo difficile. I libri



sono pezzi importanti di una vita intelligente e divertente. Con un libro non si è mai soli. Ed è stato così nei mesi in cui stare a casa era obbligatorio e dalla tv arrivavano continuamente notizie e cifre inquietanti. In tanti si sono ritrovati ad apprezzare, a scoprire o a riscoprire la compagnia di

un buon libro, a consultare guide e manuali di ricette o fai da te, a comperare testi universitari che altrimenti avrebbero fotocopiato. Così librerie e case editrici hanno potuto sopravvivere alla chiusura, anche grazie alle consegne a domicilio e con la fine del lockdown la vendita di libri

ha ripreso a crescere, eccezione fatta per il settore delle guide di viaggio.

Il mercato del libro soffre ma recupera

Dopo il duro colpo del primo lockdown, le perdite per il set-

tore dell'editoria sono andate via via diminuendo, tanto che a settembre 2020 si è registrato il primo mese in positivo sull'acquisto dei libri, con vendite in aumento dello 0,3% rispetto al 2019.

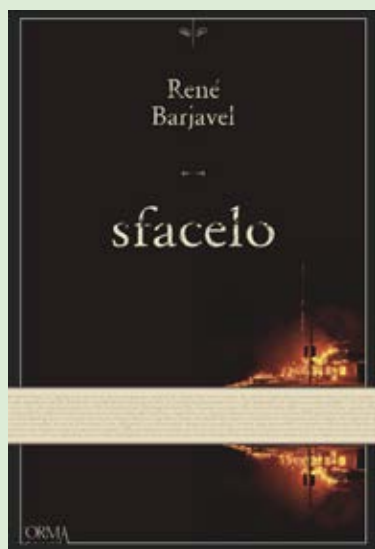
Il mercato del libro è dunque in buona salute. Al 27 settembre, le vendite di libri fisici, saggi e romanzi nelle librerie, grande distribuzione e store online valevano 850 milioni, contro i 914 del corrispondente periodo dell'anno precedente. I 64 milioni persi in nove mesi, pari al 7%, sono comunque un risultato in netto recupero rispetto al -11% di luglio e al -20% di aprile, quando i milioni persi erano stati 90 in soli tre mesi e mezzo. E' ripartita anche la produzione di nuovi titoli da parte degli editori italiani: dopo il -77% tra inizio marzo e metà aprile, a fine settembre il confronto anno su anno segnava -13%. Segnali di ripresa vengono anche dai canali fisici oggi al 57% di quota di mercato, dopo il 55% di luglio e il 52% di aprile. Siamo comunque lontani dal 73% del 2019: i prossimi mesi saranno determinanti per capire se il 43% di quota di mercato, raggiunto dagli store online e principalmente da Amazon, si consoliderà a discapito dei punti di vendita fisici. Una tendenza, questa, già in atto da tempo in tutto il mondo, tanto che a Parigi la sindaca Anne Hidalgo ha invitato i cittadini a non acquistare su Amazon per sostenere le librerie di quartiere colpite dal secondo lockdown. Quindi non ci resta che correre in libreria e fare scorta di libri, magari concedendoci anche qualche guida per programmare il prossimo viaggio.

■ **Arianna Corti**

Leggere oggi per il mondo di domani Consigli di lettura per tutti i gusti

Romanzi, racconti e testimonianze per un mondo più verde
Alcuni spunti per letture consapevoli

"Sfacelo", un romanzo che mostra un futuro possibile. E una sua alternativa



L'attualità di "Sfacelo", romanzo del padre della fantascienza francese René Barjavel (L'Orma Edizioni, 2019), è tanto più sconcertante se si pensa che fu scritto nel 1942 e che il futuro apocalittico immaginato dall'autore durante la Seconda Guerra Mondiale è molto simile alle proiezioni climatiche e ambientali di questi tempi sul futuro prossimo. La parabola ecologica di Barjavel prende il via nella Francia del 2052, in un futuro ipertecnologico che si scontra con la peggiore delle calamità: l'improvvisa scomparsa dell'elettricità. Ed ecco allora che la natura, ribellan-

dosi al gioco impostole dall'uomo per anni, si scatena: incendi, malattie, fame trasformano Parigi in un mondo violento e pericoloso, ed è in questo contesto che si sviluppa la storia del protagonista, Francois Dechamps, in cammino con un gruppo di superstiti verso l'incontaminata Provenza, unica possibilità per rifondare una società libera dagli errori del passato... "Sfacelo" è una parabola ecologica, il racconto dei rischi di un'umanità alla deriva e di un idealismo, forse, ancora possibile.

■ Erica Balduzzi

"Tutta natura", la linea ecologica della Casa Editrice Picarona



Un piccolo gufo, un topolino, un gattino, un anatroccolo, una piccola volpe e uno scoiattolino sono i protagonisti della linea di libri Tutta Natura per piccoli lettori (0-3 anni), realizzata dalla casa editrice spagnola Picarona e disponibile anche in Italia. Si tratta di una linea totalmente green, che utilizza materiali ecologici, stampa su carta riciclata e usa colori ecologici ottenuti da bacche, radici e foglie.

Protagonisti dei libri sono animaletti che devono fare la nanna o il riposino pomeridiano: ecco allora che "Il mio anatroccolo" racconta la storia di un incontro con una libellula, una rana e un pesce prima dell'ora del sonnellino, mentre "Il mio gattino" vede un micetto giocherellone sorpreso dall'arrivo della pioggia. Ne "Il piccolo gufo" un gufetto emozionato per il girto notturno troverà mille sorprese, mentre "Il mio scoiattolino" mostra gli animaletti dell'albero alle prese con la preparazione della tana per l'inverno. E via dicendo. Piccole storie ecologiche per bimbi di oggi e di domani. Per info: www.picarona.it (sez. Prime Letture)

■ Paola Ceccarelli

"Pianeta Oceano" Per riflettere sul nostro legame con gli oceani



Pubblicato nel 2020 dalla casa editrice Rizzoli, nel suo libro "Pianeta Oceano".

La nostra vita dipende dal mare, il futuro del mare dipende da noi" la giovane biologa marina Mariasole Bianco racconta lo strettissimo legame che unisce l'uomo all'ambiente marino, così come le storie delle persone che con passione e dedizione si battono quotidianamente per la salute degli oceani. Perché, ricorda Mariasole, la tutela dell'ambiente marino è una condizione sine qua non per tutelare la

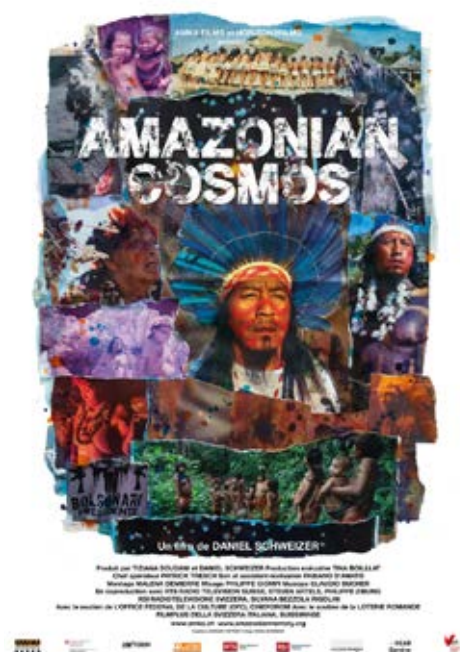
stessa vita sul pianeta: «Imparare a conoscere il mare e ad amarlo è il primo passo verso la sua tutela – spiega la biologa –. Poiché è necessario un impegno collettivo sto cercando, tramite il libro e l'impegno di divulgatrice scientifica, di raggiungere il maggior numero di persone possibile per fare sì che siano sempre di più coloro che contribuiranno ad assicurare un futuro migliore per il mare e per il genere umano».

■ Laura Zunica

Società

Amazonian Cosmos (2019)

Un documentario per raccontare la lotta degli indigeni contro la politica di governo e contro la perdita di radici e identità



“Da tempo, molto tempo, il cielo è caduto sopra la terra e l'uomo è quasi sparito. Oggi gli stessi fenomeni stanno riapparendo e gli sciamani raccontano che la caduta del cielo sta arrivando”

In 87 minuti di film diretto da Daniel Schweizer, il protagonista di “Amazonian Cosmos” Jadir, indigeno della popolazione Macuxi, parte con il suo racconto: è il 28 ottobre 2019 e Jair Bolsonaro ha appena vinto le elezioni presidenziali in Brasile. Quello di Jadir è quindi un racconto-viaggio, che ha inizio nella foresta pluviale di San Francisco (Amazzonia) e che arriva fino alle Nazioni Unite a Ginevra, grazie all'ONG

Society for Threatened Peoples che lo invita a presentarsi con un gruppo di indigeni delle tribù di Macuxi e Yanomami. Passeranno anche da Roma per incontrare Papa Francesco, chiedendogli di proteggere la loro popolazione. Lo scopo del viaggio è quello di dare voce ai propri diritti per il rispetto dell'ambiente, e tramite Jadir lo spettatore viene a conoscenza di una cultura etnica e osserva da molto vicino una popolazione che è il cuore dell'Amazzonia. La voce narrante di Jadir è alternata a immagini molto profonde, che chiamano alla riflessione e permettono di entrare nel mondo spirituale di queste tribù e della loro terra. Il filo conduttore Jadir - che a volte indossa abiti tipicamente indiani e altre attraversa le città occidentali - è il simbolo di una popolazione che purtroppo è costretta a scontrarsi con la colonia dei bianchi, “vicini di casa” e con un'idea di consu-

mismo senza freno e senza controllo. Il grido silenzioso delle tribù Macuxi e Yanomami arriva così fino allo spettatore attraverso un viaggio cinematografico che è anche un punto di osservazione sciamanico sulla società dei consumi la quale, penetrando nel cuore delle rispettive differenze, induce a ripensare all'idea di salvaguardia dell'equilibrio del Nostro Pianeta. “Non rimarremo a guardare ciò che ci sta minacciando”: questo è il messaggio che vuole arrivare come una freccia nel cuore della società non indigena, per proteggere e mobilitare i loro spiriti contro il mondo esterno. Proteggere la terra e la foreste è il loro scopo e l'obiettivo è non stare a guardare: “Da tempo, molto tempo il cielo è caduto sopra la terra e l'uomo è quasi sparito. Oggi gli stessi fenomeni stanno riapparendo e gli sciamani raccontano che la caduta del cielo sta arrivando”.

The Great Green Wall (2019)

Diretto da Jared P. Scott e con la partecipazione della cantante maliana Inna Modja, un viaggio per raccontare la Grande Barriera Verde africana



La Grande Muraglia Verde promette infatti di riportare in vita i paesi degradati dell'Africa su una scala senza precedenti, fornendo sicurezza alimentare, lavoro e una ragione per restare nel proprio paese

Una vera e propria grande Muraglia Verde che dovrebbe sorgere nelle regioni del Sahel e del Sahara e che, una volta terminata, si estenderà per ben 8mila km di lunghezza e 15 km di larghezza. Il progetto prevede l'impianto di alberi in ben 11 stati dell'Africa con differenze geopolitiche, una grande sfida. Questo è l'iniziativa The Great

Green Wall, che è anche il titolo del documentario di Jared P. Scott dedicato proprio all'impresa.

Si tratta dell'ennesima dimostrazione di come il cinema possa farsi promotore di tematiche e progettualità attualissime e fondamentali per la salvezza della Terra. Grazie quindi al documentario, veniamo a conoscenza della Convenzione delle Nazioni Unite che combattono la desertificazione con la riforestazione attraverso una Grande Muraglia Verde dal Senegal all'Etiopia. La Grande Muraglia Verde promette infatti di riportare in vita i paesi degradati dell'Africa su una scala senza precedenti, fornendo sicurezza alimentare, lavoro e una ragione per restare nel proprio paese.

Sarà inoltre la più grande struttura vivente del pianeta, tre volte la dimensione della barriera corallina.

Ma non solo. Il documentario è infatti

anche il racconto di un viaggio emozionante e musicale della cantante maliana Inna Modja che, con la sua immensa voce e le sue interviste (sia a coloro che stanno contribuendo al progetto, sia ad altri musicisti), ci mette a conoscenza del legame con la sua patria, un legame che è anche musica. Songhoy Blues, Betty G., Didier Awadi: tutti i musicisti intervistati da Inna sono sensibili a tematiche quali la difesa ai diritti dei rifugiati e sostenitori di progetti che consentono ai bambini di continuare gli studi. Da ogni intervista emerge una tematica forte e importante, come l'immigrazione, la guerra nel paese africano e il cambiamento climatico.

Un viaggio fisico e musicale quindi, che induce lo spettatore a porsi una domanda molto importante: “Agiremo prima che sia troppo tardi?”.

■ **Paola Ceccarelli**

ReCreo, la start-up della rigenerazione rurale

Mappare i luoghi dimenticati per proporre progetti innovativi Quattro giovani creano la piattaforma per contrastare l'abbandono

Nel 2019 ReCreo ha ricevuto il premio "Innovazione Amica dell'Ambiente", promosso da Legambiente e Open Fiber, per il settore Aree Interne in Rete. Attualmente gli ideatori sono alla ricerca di altri bandi di finanziamento per ampliare la piattaforma

Riscoprire, connettere, recuperare: è questo il motto del progetto ReCreo, ideato da quattro giovani toscani con l'obiettivo di donare una nuova via a posti, casolari ed edifici abbandonati nelle aree rurali e favorire così il ripopolamento e la rigenerazione delle aree ora dismesse e lasciate a se stesse, generando un match positivo tra spazi vuoti e persone interessate a sviluppare progetti rurali. Le menti di ReCreo sono Federico Mazzelli, ricercatore e docente dell'Università di Firenze, Shirin Amini, architetto, il Leonardo Porcelloni, geografo, e Leo Cusseau, laureato in Relazioni Internazionali.

Come funziona ReCreo?

Scopo principale di ReCreo è il recupero delle risorse in abbandono nelle aree rurali, proponendo dei modelli di valorizzazione attraverso strumenti che consentano il collegamento tra proprietari di immobili e terreni in disuso con possibili utilizzatori, con le rispettive idee progettua-

li. Ma andiamo con ordine. Per ReCreo, il primo passo è di tipo informativo: è necessario cioè venire a conoscenza delle possibilità rurali sul territorio italiano, per condividerle con i potenziali interessati. Pertanto gli ideatori hanno creato una "mappa della

rigenerazione", una mappatura open-source in cui chiunque può comunicare l'esistenza e le condizioni della risorsa in questione e la sua localizzazione. Il passo successivo, invece è quello che offre agli utenti interessati la possibilità di proporre il

proprio progetto nel luogo o nello spazio scelto. Un esempio? Eco-Living, ovvero un'attività ricettiva temporanea - affitti, soggiorni turistici, spazi coworking, spazi coliving - connessa ad un'attività formativa sul territorio o a un corso.

Il matching tra luogo e progetto avviene grazie all'opportunità che genera ReCreo collegando proprietari con possibili utilizzatori.

Sul sito infatti è possibile segnalare un terreno o un casolare in disuso da parte del proprietario attraverso l'opzione "mappa una risorsa"; è anche possibile proporre un progetto di recupero, compilando la scheda di presentazione apposita. Chi ha un progetto può presentare l'idea di impresa agricola con o senza agriturismo, indicare l'area geografica di preferenza e il tipo di spazio necessario (se casolare o anche con terreno) e - non da ultimo - specificare la disponibilità di investimento e se si preferisce acquistare o affittare lo spazio. A ciò si aggiunge anche un aspetto narrativo: ReCreo è anche storia, è anche memoria e vuole raccontare le case in disuso, le vite delle persone che vi abitavano e la loro anima: come la storia del Bruschetto, ad esempio, cioè il mulino e il ponte di Annibale nel Valdarno.

Un'idea premiata

Nel 2019 ReCreo ha ricevuto il premio "Innovazione Amica dell'Ambiente", promosso da Legambiente e Open Fiber, per il settore Aree Interne in Rete. Attualmente gli ideatori sono alla ricerca di altri bandi di finanziamento per ampliare la piattaforma e sensibilizzare ulteriori proprietari che vogliano mettere a disposizione il proprio immobile o terreno in aree rurali, condividendo le intenzioni del progetto ReCreo, consapevoli quindi di dare una seconda vita ai loro beni.

Per informazioni: www.recreo.network

■ Paola Ceccarelli





L'orso bruno e il suo grasso "di troppo"

Basta dieta, bisogna andare in letargo Parola dell'urside più famoso di tutti

Nel regno animale per molti è proprio questo il momento di fare scorta in vista del lungo letargo invernale: a prendere la questione molto seriamente c'è - tra gli altri - l'orso bruno, che in questo periodo dell'anno comincia a mangiare senza sosta, con l'obiettivo di accumulare quanto più grasso possibile.

Uno spaventoso... golosone

Nonostante la reputazione di feroce predatore, l'alimentazione dell'orso non è prevalentemente carnivora: cibandosi quasi esclusivamente di vegetali, infatti, la struttura delle mascelle si è adattata a questo tipo di masticazione, pur conservando i canini robusti e affilati che lo rendono tanto spaventoso. La sua dieta - così come alcune caratteristiche fisiche - varia enormemente in base alla zona del mondo in cui vive. Quando possibile predilige la pesca, altrimenti caccia piccoli mammiferi erbivori, non tanto per mangiarne la carne, quanto l'erba semi digerita che hanno nello stomaco. L'orso bruno è anche particolarmente goloso di miele.

Attualmente l'orso bruno (*Ursus arctos*) è diffuso in gran parte dell'Asia, del Nord America (soprattutto in Alaska) e in misura minore anche in Europa. Con una popolazione totale di circa duecentomila esemplari è ancora considerata una specie a bas-

so rischio di estinzione. In Italia vivono due distinte sottospecie di orso bruno: l'orso bruno europeo sulle Alpi orientali, in apparente aumento numerico, e l'orso

plantigrado e può stare in piedi sulle zampe posteriori piuttosto a lungo. Le zampe anteriori sono munite di artigli non retrattili lunghi circa quindici

centimetri utili per scavare. Nonostante possano raggiungere i settecento chili di peso, questi orsi sono anche veloci corridori, raggiungendo persino i cinquanta chilometri orari.

riparo - che sia una grotta, un crepaccio o un tronco cavo - e cade in letargo. In realtà gli orsi non vanno in completa ibernazione e riescono a svegliarsi piuttosto facilmente, ma è raro che riescano a procurarsi del cibo per via del torpore. Del resto, chi non si impigrisce un po' durante l'inverno? Qualche chilo "di troppo" ci può stare anche per noi.

■ **Laura Spataro**

Nonostante la reputazione di feroce predatore, l'alimentazione dell'orso non è prevalentemente carnivora



marsicani sull'Appennino centrale, dove - a causa di caccia e bracconaggio - resistono solo cinquanta individui concentrati nel Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise. L'aggettivo bruno si riferisce al colore del manto, che in realtà può variare dal biondo al nero; non è raro, inoltre, che i peli di guardia esterni abbiano la punta bianca o argentata, a dare al mammifero un aspetto "brizzolato" (in inglese "grizzled", da qui il nome "grizzly"). Come tutti gli ursidi, anche l'orso bruno è



ANIMALI DAL MONDO

The brown bear and its “extra” fat

No more diets, it's time to hibernate
Words of wisdom from the most famous bear of all

Despite its reputation as a ferocious predator, the brown bear's diet is not primarily carnivorous

For many in the animal kingdom this is the time to prepare for the long winter hibernation: taking this matter very seriously is – among others – the brown bear, which at this time of the year eats almost nonstop to gain as much fat as possible.

An incredible glutton

Despite its reputation as a ferocious predator, the brown bear's diet is not primarily carnivorous. By eating an almost exclusive herbivorous diet, the mandibles of the brown bear have become adapted to chewing plants, but their dentition has retained the robust, sharp incisors that make them look so fearsome. The diet of brown bears – as well as some of their physical characteristics – varies enormously depending on where in the world they live. When possible they prefer fish, but otherwise hunt small herbivorous mammals, not just for the meat, but also for the semi-digested plant matter in their stomachs. The brown bear particularly loves honey. Presently the brown bear (*Ursus arctos*) is widespread throughout most of Asia and North America (above all in Alaska) and to a lesser extent in Europe. With a population of about two hundred thousand, it is not considered endangered. Two distinct subspecies live in Italy: the European brown bear on the eastern

Alps, apparently on the increase, and the



table claws, which are about 15 cms long and are

used for digging. Although bears can reach a weight of 700 kilos, they are also extremely fast, reaching speeds of even fifty kilometres an hour. Even though they tend to be solitary animals, at times brown bears congregate in places abundant with food, particularly when winter is approaching: after gaining almost two hundred kilos of fat, each animal finds its own den, which is either a cave, crevice or hollow trunk, and goes into hibernation. In reality, bears do not fully hibernate and can wake up with relative ease, but rarely look for food in their state of torpor. After all, who doesn't get lazy during the winter? A few extra kilos is not a problem, even for us.

■ Laura Spataro



Marsican brown bear on the central Apennines, where, due to hunting and poaching, only fifty individuals remain, centred in the Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise (National Park of Abruzzo, Lazio and Molise).

The adjective brown refers to the colour of the coat, which in reality varies from blond to black. It is also not unusual for the guard hairs to have white or silver tips, giving the mammal a “grizzled” look, hence the name “grizzly”. Like all bears, brown bears are plantigrade and can stay on their hind legs for fairly long periods. The front paws have non-retrac-



Traduzioni e Interpretati professionali
Staff multilingue per fiere, congressi, eventi
Corsi di lingue per privati e aziende

BERGAMO - Via Maglio del Rame 19
Per informazioni Tel: 035 4281462
info@viceversagroup.it
www.viceversagroup.it



Acqua sana e senza plastica: dal Giappone due soluzioni zero waste

Carbone Binchotan e ceramica EM permettono di bere acqua pulita senza sprecare plastica

“Dall’antica tradizione e dalla ricerca giapponese due rimedi zero waste per migliorare la qualità dell’acqua di rubinetto.”

Il pregiudizio tutto italiano nei confronti dell’acqua del rubinetto classifica il bel Paese al terzo posto sul podio dei maggiori consumatori al mondo di acqua in bottiglia, accanto a Messico e Thailandia, dove però l’accesso all’acqua potabile per la popolazione è decisamente più limitato. Per fermare questo trend in crescita - le ultime statistiche parlano di 10 milioni di bottiglie acquistate nel 2019, con una produzione di circa 300 tonnellate di plastica - esistono due soluzioni economiche e zero waste, frutto di ricerche e tradizioni giapponesi, che permetterebbero di risparmiare dai 50 ai 100 euro annui per consumatore.

Tradizione e ricerca dal Giappone

Basta cercare online “carbone Binchotan” (o carbone bianco) per scoprire la prima soluzione: si tratta di un semplice bastoncino scuro con riflessi argentati, che va lasciato agire poche ore in una caraffa d’acqua di rubinetto per migliorarne il sapore e renderla meno dura. Si tratta di un carbone attivo vegetale in grado di assorbire composti chimici, metallici e organici grazie alla sua struttura microscopica altamente porosa. Inoltre arricchisce l’acqua dei preziosi mine-

rali assorbiti dalle piante da cui proviene, generalmente quercia, leccio e bambù. Le sue virtù derivano dalla carbonizzazione ad alte temperature (fino a mille gradi) che il legno subisce in forni artigianali nelle regioni montane di Kishu, a cui segue un veloce raffreddamento, durante il quale il carbone viene coperto da una mistura di terra, sabbia e cenere che gli conferiscono i riflessi luminosi e chiari. Dopo l’utilizzo il bastoncino di carbone Binchotan può essere sbriciolato e utilizzato come fertilizzante per le piante.

Un prodotto simile al carbone Binchotan è la ceramica EM, venduta in biglie o piccole forme per depurare l’acqua. EM sta per “microorganismi efficaci”, scoperti casualmente dal professore Teruo Higa nel 1993 in alcune combinazioni di colture per ricerche in ambito agrario. Uniti all’argilla e cotti ad alte temperature, tali microorganismi non sono più attivi ma imprimono le loro tracce in modo indelebile nella ceramica sotto forma di frequenza in radiazioni nell’infrarosso lontano. La ceramica EM modifica quindi la struttura molecolare dell’acqua restituendole il suo originario stato di purezza. Tali vibrazioni riescono a vivificare e depurare da sostanze inquinanti e batteri i liquidi e i materiali vicini.



Foto di Ecuem Images da Pexels

Come resistere all'inverno?

Immunostimolazione e strategie per prevenire e contrastare al meglio i tradizionali malanni di stagione

Quest'anno, quando si parla di "sintomatologia respiratoria", appare inevitabile il collegamento con ciò che ormai è diventato l'argomento più trattato e dibattuto a qualsiasi livello nella nostra società e nel mondo: il coronavirus SARS-COV2, meglio noto come Covid-19. In realtà è persino scontato ricordare che disturbi e sintomi (raffreddore, mal di gola, tosse, febbre, dolori generalizzati, spossatezza) legati ad agenti patogeni virali o batterici oppure agli effetti di agenti atmosferici un po' più rigidi siano una compagnia abituale in questa stagione. Per questa ragione, attuare strategie difensive per ridurre l'impatto di tutti gli agenti pro-infiammatori a carico delle vie aeree (superiori e inferiori) è una buona idea, oggi così come lo è sempre stato in passato.

Se pensiamo al binomio prevenzione e malattie invernali, la prima cosa che viene immediatamente in mente è la vaccinazione antinfluenzale: un tema delicato e spinoso, in questo periodo, non solo per la gestione della campagna vaccinale ma anche a causa del caos mediatico sollevato sull'argomento. Limitiamoci a dire che quello influenzale e quello da Covid-19 sono due virus differenti, pertanto la vaccinazione antinfluenzale - così come le altre strategie preventive e immunostimolanti di cui parleremo - ha il solo scopo di evitare l'indebolimento dell'organismo che risulterebbe in tal modo più facilmente aggredibile da altri patogeni, tra cui anche il Coronavirus. La scelta di vaccinarsi o meno andrebbe presa solo dietro opportuno consiglio medico, ed è e resta fortemente indicata per tutte le persone appartenenti a categorie a rischio per età, condizioni fisiche precarie o patologie preesistenti o pregresse. Nella grande maggioranza dei casi le patologie stagionali invernali decorrono senza lasciare conseguenze e si superano senza strascichi: è evidente tuttavia



che tanto maggiori sono i rischi di complicanze, tanto più utile e preziosa diviene la scelta di attuare strategie preventive.

Strategie preventive: quali?

Quando si parla di strategie preventive si fa riferimento a differenti approcci, sia specifici sia aspecifici, per aumentare le difese immunitarie. Durante tutto l'arco dell'inverno si affrontano numerosi agenti patogeni di origine virale o batterica, in grado di indurre manifestazioni cliniche fortemente infettive e altamente contagiose e quindi molto diffuse nella popolazione, che coinvolgono le vie aeree sia alte che basse: tonsilliti, bronchiti, bronchioliti (molto diffuse e molto debilitanti nei bambini molto piccoli), polmoniti, senza ovviamente dimenticare gli stati di raffreddamento, più fastidiosi che debilitanti. Tutte queste patologie creano il vasto panorama delle malattie parainfluenzali. Entriamo ora nel dettaglio delle strategie preventive di immunostimolazione, sia essa specifica oppure genericamente aspecifica.

“La vaccinazione antinfluenzale: un tema delicato e spinoso, in questo periodo, non solo per la carenza dei vaccini influenzali ma anche a causa del caos mediatico sollevato sull'argomento.”

• Immunostimolazione specifica:

si tratta di preparati a base di lisati batterici, ovvero derivati dei ceppi patogeni opportunamente trattati al fine di renderli innocui, conservando tuttavia nella struttura le parti in grado di stimolare la produzione di anticorpi da parte dell'organismo da proteggere. L'uso di questi preparati, da concordare con il medico curante, prevede cicli ripetuti, il primo dei quali è consigliato nel mese di settembre; tali prodotti sono indicati per tutte le persone che durante l'inverno ricadono frequentemente in malattie batteriche delle vie aeree con conseguente ripetuto ricorso a terapie antibiotiche.



• Immunostimolazione aspecifica:

si tratta di integratori a base solitamente di vitamina C, di magnesio, di zinco e di sostanze fitoterapiche (quali ad esempio Echinacea e Uncaria) che hanno lo scopo di innalzare le difese dell'organismo, cioè la capacità di difendersi da tutti gli agenti patogeni indistintamente, siano essi batterici o virali. In questa categoria rientrano anche i probiotici, ovvero i più comunemente noti

fermenti lattici.

Va ricordato infatti che la prima e principale difesa dell'organismo risiede a livello della flora batterica intestinale, la cui florida integrità è essenziale per poter affrontare al meglio la lunga stagione fredda. Le diverse strategie, come detto, non si escludono vicendevolmente: il medico di base o il farmacista possono essere un valido supporto per ottenere gli opportuni consigli

■ 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**



Le regole della spesa “intelligente”

Lista della spesa, attenzione agli ingredienti e consigli utili per acquistare (e m

La scelta di alimenti sani e la giusta quantità ci consentono di garantire l'equilibrio nutrizionale e di mantenere il giusto peso corporeo. Infatti, la salute inizia proprio dal carrello della spesa.

La lista della spesa

La lista della spesa è senza dubbio un indispensabile punto di partenza! Ci aiuta ad acquistare solo ciò di cui abbiamo realmente bisogno e a risparmiare tempo, denaro, a ridurre gli sprechi a tavola e a “resistere” alle tentazioni nelle corsie dei supermercati... A patto però di rispettare esattamente quanto stilato!

Un suggerimento molto pratico ed efficace - e che permetterà di ottimizzare il tempo a disposizione - consiste nel suddividere i prodotti per categorie merceologiche: cereali e derivati, legumi, frutta, verdura e ortaggi, frutta secca, formaggi, carni, prodotti ittici, alimenti surgelati, condimenti, erbe, spezie e prodotti vari.

Si potrà inoltre dedicare uno spazio anche ai prodotti non

alimentari, come articoli per la casa, igiene della persona, ecc. Potreste anche annotare gli alimenti in base alla loro collocazione dall'entrata del punto vendita di fiducia.

Ricordate di aggiornare sempre la lista della spesa man mano che i vari prodotti saranno terminati, verificando le scorte che desiderate mantenere e quelle che iniziano a scarseggiare e indicando sempre il quantitativo da acquistare.

Occhio agli ingredienti (e non solo)!

Vi sentite già angosciati all'idea di dover controllare tutte le etichette dei prodotti? Non preoccupatevi: abituatevi piuttosto a controllare almeno un prodotto a ogni spesa. A poco a poco metterete così sotto “raggi X” tutti i vostri consueti acquisti e, successivamente, potrete comperare con maggior consapevolezza anche i “nuovi” prodotti! Cosa controllare, però?

Cominciate dalla data di scadenza, la cosa imprescindibile



da cercare sull'etichetta. Il limite di conservabilità di un prodotto viene definito con due termini differenti: data di scadenza e termine minimo di conservazione (o TMC).

La data di scadenza è rappresentata dalla dicitura “da consumarsi entro...”, e indica lo spazio temporale entro il quale il prodotto alimentare perde le sue proprietà specifiche (in caso di alimenti facilmente deperibili).

Il Termine Minimo di Conservazione riporta la dicitura “da consumarsi preferibilmente entro...” e indica che il prodotto alimentare conserva le sue proprietà anche oltre la data riportata, ovviamente in condizioni di conservazione adeguate. Superato il TMC è ancora possibile consumare il prodotto: tuttavia, dopo

tale scadenza, è vietata la commercializzazione.

Quanto agli ingredienti, ricordate che sull'etichetta sono posti in ordine decrescente (al primo posto l'ingrediente presente in maggiore quantità).

Evitate di acquistare gli alimenti con ingredienti indecifrabili, ricchi di addensanti, coloranti, emulsionanti, stabilizzanti, aromatizzanti, grassi tropicali (come l'olio di palma e di cocco), ecc.

Cosa non mettere nel carrello

Non perdetevi di vista la salute quando fate la spesa! Gli alimenti acquistati dovranno rientrare in uno stile di vita sano ed equilibrato. Evitate quindi zucchero bianco, caramelle e chewing-gum,

junk food (merendine, patatine, snack vari), yogurt alla frutta (troppi coloranti e aromatizzanti), sottilette e formaggini (ottenuti da formaggi fusi, ricchi di polifosfati, conservanti e sale), bevande gassate zuccherine e soft drink, affettati (potenzialmente cancerogeni) e dadi da cucina (ricchi di glutammato).

Attenzione anche agli acquisti di alimenti troppo raffinati come pane, pasta, riso, farine. Non abusate del consumo di piatti pronti - sono spesso molto elaborati e con additivi chimici - e limitate anche il consumo della carne (non più di due volte alla settimana, incluso l'eventuale utilizzo di affettati), dei formaggi e delle uova (al massimo 2-3 volte alla settimana). Il consumo eccessivo di prodotti carnei incide infatti



angiare) con consapevolezza



negativamente sulla salute, favorendo l'instaurarsi di numerose malattie e disturbi e, ormai da anni, l'Agenzia Internazionale per la Ricerca sul Cancro (IARC) ha classificato la carne rossa come "probabilmente cancerogena per gli esseri umani" e la carne lavorata come "cancerogena per gli esseri umani". Inoltre riducendo il consumo dei prodotti animali ad alto impatto ambientale si eviterebbe il 73% delle emissioni di gas serra del settore alimentare.

Cosa non deve mancare

Incrementate l'acquisto dei cereali in chicco, preferibilmente integrali e da agricoltura biologica: farro, orzo, miglio, avena, mais, kamut®, segale, ecc. Ci sono anche gli pseudo-cereali come

grano saraceno, quinoa, amaranto. Mettete nel carrello i legumi (lenticchie, piselli, ceci, fagioli, soia, ecc.) in tutte le stagioni: sono ricchi di fibra, senza colesterolo e sono inoltre disponibili in moltissime varianti di conservazione.

pieno di vitalità! Noci, mandorle, nocciole, semi di sesamo, semi di girasole, semi di lino, ecc., rappresentano infatti la porzione del benessere quotidiano e sono garanzia di salute (ovviamente nelle giuste quantità!).

Consigli per una spesa equilibrata... Risparmiando

- Non recatevi a fare la spesa quando avete fame: lo stomaco vuoto è un cattivo consigliere!
- Valutate attentamente le offerte proposte, ma acquistate solo ciò che realmente vi serve.
- Non disdegnate sempre i prodotti "sottomarca": molti sono anche commercializzati da aziende conosciute.
- Controllate sempre le targhette dei costi dei prodotti, facendo particolare attenzione al prezzo al chilogrammo o al litro, anziché a quello esposto riferito alla singola confezione.
- Confrontate attentamente i prezzi reclamizzati e scegliete i punti vendita che offrono un maggior risparmio.
- Date preferenza al prodotto locale, a km zero e, se possibile, acquistate direttamente dal produttore (il risparmio è assicurato) e informatevi sui GAS (Gruppi di Acquisto Solidale) della vostra città.
- Comprate frutta e verdura di stagione: sono più buone, costano meno, hanno un quantitativo ridotto di pesticidi e inquinano in misura minore.
- Informatevi in merito alle App disponibili per contrastare lo spreco alimentare: consentono di acquistare a prezzo ridotto prodotti in scadenza e contribuire a diminuire lo spreco (come ad esempio Too Good To Go).
- Riponetevi gli alimenti in frigorifero e nella dispensa, sempre in ordine, controllando con regolarità le scadenze. Applicate il metodo "First in first out" (il primo prodotto che entra è il primo che esce); i nuovi alimenti dovranno essere collocati dietro quelli precedentemente acquistati.

Privilegiate l'acquisto di un buon olio extravergine di oliva in sostituzione del burro, ricco di colesterolo e grassi saturi (riservate eventualmente l'utilizzo solo per alcune preparazioni) e sostituite il sale raffinato con il sale integrale. Infine, acquistate tutto l'anno la frutta secca e i semi oleosi per un



Sostenibilità a tavola: no allo spreco!

Un osservatorio italiano sullo spreco alimentare, a cura di SWG e Last Minute Market, ha messo in evidenza che una famiglia italiana butta quasi 85 kg di cibo nel corso dell'anno, sprecando circa 250 euro in alimenti. Eppure con alcuni piccoli accorgimenti si può evitare lo spreco. Vediamoli insieme.

- La lista della spesa è di fondamentale importanza per limitare lo spreco, soprattutto dei cibi molto deperibili.
- Pianificate il menù settimanale: consentirà di acquistare gli alimenti necessari per realizzarlo e di garantire la frequenza del consumo dei vari cibi.
- Favorite i prodotti sfusi e privilegiate i negozi dove si acquista senza imballaggi. Evitate inoltre di acquistare prodotti con i sovraimballaggi: comportano un ulteriore costo, inquinano di più e non sono commestibili!
- Quando sarà permesso recarsi al ristorante, è sempre più disponibile la "family bag" per portare a casa eventuali avanzi.
- Create nuove ricette per riutilizzare gli avanzi in cucina: consentirà di non buttare l'eccedenza.
- Il congelatore è un grande alleato della spesa anti-spreco: eventuali avanzi possono infatti essere congelati e utilizzati successivamente.

Sitografia



www.scienzavegetariana.it
www.sinu.it
www.nutrirsidisalute.it
www.ilfattoalimentare.it



Rossana Madaschi Nutrizionista

Dietista Punto Ristorazione e
 Docente di Scienza dell'Alimentazione
 Cell. +39 347 0332740 - info@nutrirsidisalute.it
www.nutrirsidisalute.it



Alimentazione & Benessere**Miam o fruit****PREPARAZIONE**

Schiacciate con una forchetta mezza banana. Mentre la banana si ossida, tagliate a tocchetti una mela e due kiwi (volendo, si possono utilizzare anche altri frutti per variare) e incorporateli alla polpa di banana insieme al succo di mezzo limone, un cucchiaino di olio di sesamo e tre cucchiaini di frutta secca (a scelta fra noci, nocciole, mandorle) e semi tritati (di zucca o lino). Se preferite, potete aggiungere del muesli già pronto. Aggiungete uno o due cucchiaini di zucchero di canna e la colazione è servita!

È una ricetta per una colazione alternativa fresca, nutriente e rigenerante... E anche molto buona!

INGREDIENTI

- mezza banana
- una mela
- due kiwi
- succo di mezzo limone
- olio di sesamo
- frutta secca e semi a scelta

Zuppa di verza**PREPARAZIONE**

Fate soffriggere in una casseruola il trito con poco olio e aggiungete la verza precedentemente pulita e tagliata a listarelle. Dopo avere rosolato la verza, aggiungete le patate pelate e tagliate a piccoli tocchetti. Ricoprite il tutto con il brodo vegetale bollente e fate cuocere circa 20 minuti. Aggiungete poi il farro (meglio lessarlo in anticipo, per risparmiare tempo) e proseguite la cottura altri 20 minuti. Salate e pepate. La zuppa di verza è una ricetta perfetta per le fredde sere invernali!

INGREDIENTI (4 persone)

- mezzo cespo di verza
- 350 gr di patate
- 200 gr di farro
- 500 ml di brodo vegetale
- olio extravergine
- trito di carota, cipolla e sedano
- sale e pepe.

Kiwi**Originario della Cina, rinominato in Nuova Zelanda**

Il kiwi è un frutto della famiglia delle Actinidiacee, ne esistono diverse varietà ma la più conosciuta e diffusa è la variante con buccia marrone scuro con pelucchi, polpa verde brillante e piccoli semi neri disposti a raggiera intorno al centro. Altre varietà di kiwi molto meno diffuse si trovano con polpa gialla o rossa.

Originario della Cina, dove si coltivava già 700 anni fa, il kiwi si è poi largamente diffuso in Nuova Zelanda, dove ha acquisito il suo nome ufficiale che deriva appunto dall'uccello simbolo di questo paese. Solo verso la fine del Novecento

è approdato in Europa e principalmente in Italia, che è diventata in breve tempo primo produttore al mondo di questo frutto dopo la Cina.

Praticamente tutti hanno sentito parlare delle innumerevoli proprietà benefiche del kiwi, frutto particolarmente ricco di vitamina C, vitamina E e di fibre vegetali, povero di sodio ma ricco di potassio che lo rende ideale sia per chi pratica attività sportiva (in quanto diminuisce il rischio di crampi) sia per chi ha problemi di digestione, perché aiuta il lavoro dell'intestino come le verdure e le prugne.

Il kiwi è considerato inoltre un potentissimo alimento antiossidante grazie alla grande quantità di sali minerali che contiene ed è utilizzato quindi anche come preparato per trattamenti di bellezza.

**Cavolo verza****Il re della stagione invernale**

La verza o cavolo verza (Brassica oleracea sabauda) è simile al cavolo cappuccio, ma a differenza di quest'ultimo presenta foglie grinzose, increspate e con nervature prominenti. Di origine antichissima, il cavolo verza è coltivato soprattutto nella stagione autunno-invernale in gran parte d'Italia, perché fondamentalmente non ha bisogno di alcun particolare accorgimento.

Più delicato di quel che sembra, il suo utilizzo in cucina è diffuso in gran parte d'Europa soprattutto per la preparazione di zuppe e minestre ed è spesso associato a proprietà rigeneranti e ricostituenti, poiché povero di calorie ma ricco di vitamina A, vitamina C e vitami-

na K. Importante anche la presenza di sali minerali come potassio, calcio, ferro, fosforo e zolfo (al quale si deve il suo caratteristico odore durante la cottura), elementi indispensabili per costituzione di cellule e per l'idratazione cutanea. Lunghe ricerche hanno dimostrato che il cavolo verza e gli ortaggi della stessa famiglia esercitano un'azione protettiva nei confronti dei tumori soprattutto ai bronchi, polmoni e apparato digerente. Un piccolo suggerimento per scegliere un buon cavolo verza è valutarne il peso: quelli ben sodi e pesanti indicano freschezza. Da valutare è anche la consistenza delle foglie, che devono essere croccanti e di colore deciso.





**QUANDO PRENDERÒ
LA PATENTE**
la mia prima macchina
sarà elettrica...



WROOM[®] La App di Ressor



per ricaricare ovunque la tua auto elettrica, e non solo...

**PROMOZIONE
SCONTO 10%**

SU TUTTA LA GAMMA DI
COLONNINE E SOLUZIONI
DI RICARICA DOMESTICHE
(WALL BOX)



**POSSIEDI UNA MACCHINA
ELETTRICA O LA STAI
PER ACQUISTARE?**

SCARICA WROOM GRATUITAMENTE
E USALA PER:

- Trovare le colonnine più vicine a te per ricaricare
- Ricaricare la tua auto (Ressor ha centinaia di colonnine dove puoi ricaricare gratuitamente!)
- Pianificare i tuoi spostamenti
- Usufruire degli sconti e delle promozioni delle attività aderenti al circuito Wroom

HAI UNA ATTIVITÀ?

- Acquista da Ressor a condizioni vantaggiose una colonnina, pubblicizzala su Wroom e inizia a guadagnare
- Promuovi la tua attività su Wroom

035 3692145

Via Serassi, 21 | BERGAMO
www.ressolar.it



PICCININIGROUP

Alessandro
Bertacchi
Presidente
ABenergie

**SOGLI UN FUTURO
CON PIÙ ALBERI?**
Insieme possiamo
realizzarlo.

**Scegli la nostra
energia verde.**

Scopri come su abenergie.it

 **abenergie**