

INTERVISTA IN ESCLUSIVA: ALEX ZANARDI



Alex Zanardi, nato a Bologna il 23 ottobre 1966, sposato con Daniela e papà di Niccolò, esordisce in Formula 1 nel GP di Spagna 1991 al volante di una Jordan. Nel 1995 negli Stati Uniti Alex entra nella Formula Cart (ex-Indy) ed in due anni Alex colleziona 2 titoli e 15 successi parziali. A settembre 2001 l'incidente in cui Alex perde entrambe le gambe e rischia la vita. Nel 2003 torna in pista con la BMW nel Mondiale Turismo e diventa il primo atleta disabile a vincere gare di un campionato del mondo contro piloti professionisti normodotati. Nel 2007 partecipa alla Maratona di New York con la handbike ottenendo un sorprendente 4° posto. Nel 2010 rinuncia alle corse automobilistiche per concentrarsi sulla handbike e sui giochi Paralimpici di Londra 2012.

Come è nata la sua passione per l'handbike e per una gara così impegnativa come può essere una maratona?

Chi ha seguito la mia carriera sportiva può facilmente capire la mia passione per le sfide.

Nel 2007 sono stato invitato dalla Barilla, azienda con la quale collaboro da tempo, a seguire la Maratona di New York. Qui mi sono imbattuto in una foto di qualche anno prima di Clay Regazzoni che partecipava alla maratona di New York in handbike. È stata per me un'illu-

minazione: scoprire un modo per praticare un'attività sportiva senza l'uso delle gambe è stata una piacevole sorpresa.

Mi sono appassionato e il resto è una storia di cui spero poter scrivere ancora qualcosa.

Come si allena? Da solo in compagnia? Quante volte la settimana e per quanto tempo?

Io mi alleno prevalentemente da solo anche se non rifiuto la compagnia di altri atleti. Inevitabilmente in questi casi viene fuori l'aspet-

to competitivo. E' capitato che in allenamento mi sono misurato con dei ciclisti e qualche volta ho dato "dei punti" anche a degli atleti normodotati: l'idea di riuscire a staccarne qualcuno o addirittura sfiancarlo in salita mi lascia con un ghigno satanico di soddisfazione. E' proprio per il mio carattere narciso e competitivo che ancor di più devo attenermi ad una tabella di allenamento ragionata che deve prevedere lavori su ritmi precisi, non riferibili a sfide occasionali ed estemporanee. Ed è per questo che è meglio che vada in giro da solo. Inoltre mi piace talmente tanto ciò che faccio che non ho bisogno di motivazioni particolari per rispettare tempi e tabelle. Spesso proprio quando sono stanco finisco con lo spingere ancora di più.

in questo numero



● **E QUINDI USCIMMO A RIVEDER LE STELLE. ASSISANO SCOPRE SUPERNOVA** Pag.3



● **L'ASSOCIAZIONE SONOXSONA INCONTRA ANNALISA MINETTI** Pag.7



● **QUANDO L'EMERGENZA CHIAMA LA PROTEZIONE CIVILE RISPONDE** Pag.8

IL VECCHIETTO DOVE LO METTO?

Anziani ieri e oggi



Da un'indagine demoscopica realizzata da Astra nel Settembre 2005 tramite 1.005 interviste telefoniche somministrate col metodo CATI si mette in luce come la vita degli anziani sia cambiata negli ultimi 50 anni. Da tale ricerca si evidenzia che gli anziani di oggi sono più attivi, più curati, più nutriti e meglio vestiti. Sono più acculturati, fanno viaggi e fanno ancora progetti per il futuro. Tuttavia questi giganteschi passi avanti risultano contraddetti dal fatto che oggi gli anziani sono più abbandonati a se stessi e per fino meno rispettati e onorati a confronto della metà del secolo scorso. Per saperne qualcosa in più siamo andati a trovare Lucilla Casula e Fernando Pettinelli, rispettivamente Presidente e socio dell'Associazione Casa Chiara.

Dai racconti dei nostri interlocutori, le cose cinquant'anni fa erano molto diverse. Gli anziani vivevano molto di frequente a casa dei loro figli non esistendo case di riposo o badanti che potessero occuparsi di loro. La realtà del dopo guerra poneva delle condizioni di austerità e in una situazione di minori risorse c'era una solidarietà che travalicava le mura di casa. Infatti a soste-

Per saperne di più



L'associazione «Casa Chiara» è nata negli anni '90 dal mondo cattolico per raccogliere adesioni tra gli anziani e per promuovere iniziative a favore della terza età nel comprensorio di Bastia e Assisi. Conta 500 soci iscritti.

CENTRO SOCIALE E CULTURALE DI VOLONTARIATO CASA CHIARA
Piazza Giuseppe Mazzini, 13
06083 BASTIA UMBRA (PG) Italia
tel.: 0758011244

gno dell'anziano vi era anche un vicinato attento e partecipe. Inoltre, la quotidianità della società di allora era permeata da un forte

sentimento religioso che inevitabilmente influiva sul modo di comportarsi con il prossimo, per cui anche con l'anziano. A differenza di oggi nel paese esisteva una persona anziana ritenuta saggia a cui i giovani si rivolgevano per consigli. Tuttavia dobbiamo anche dire che a volte, se l'anziano non era autosufficiente o non contribuiva alle spese di casa, non era considerato così importante anche perché non esistevano le pensioni di anzianità.

Al giorno d'oggi i nonni sono spesso chiamati a fare da baby-sitter ai loro nipoti. Anche cinquant'anni fa il rapporto fra nonni e nipoti era speciale ma, soprattutto in campagna, i bambini contribuivano all'economia domestica per cui, sin da piccoli, facevano piccoli lavoretti. Quindi il rapporto tra nonni e nipoti si basava su situazioni di vita quotidiana molto diverse.

Al di là delle esperienze e dei ricordi personali, ciò che ci ha colpito è che l'anziano di un tempo viveva in un contesto affettivamente più ricco nel quale il sentimento di solitudine era sicuramente meno presente.

Chiodiamo con un detto che spesso gli anziani dicevano ai giovani quando il signor Fernando era bambino: "Voi siete nati in un ventre di vacca". Tale detto negli anni '50 stava ad indicare un rinnovato benessere dopo un periodo tanto tragico quale era stato quello della guerra. "Nascere in un ventre di vacca" significava poter andare a scuola, avere un paio di scarpe, avere di che mangiare tutti i giorni, avere la luce e il bagno in casa. Questo detto oggi ci sembra lontano quanto lontani sono i racconti di cui vi abbiamo parlato. Resta solo un insegnamento: gli anziani sono il nostro passato, le nostre radici, il ramo da cui noi, frutto, siamo nati.

Massimo Leto e Tiziana Tribuzi

Ziarelli
&
DOCTOR GLASS
LA CLINICA DEL PARABREZZA
Via del Popolo 21/26 - Bastia Umbra PG
tel 075/8010952 fax 075/8011234

ALTOGRADIMENTO by Krios
SWAROVSKI **THUN**
Bastia Umbra (PG) - Via Roma, 66
Tel. 075.8000247

GENERALI
Assicurazioni Generali S.p.A.
Agenzia principale di Bastia Umbra
Via Vittorio Veneto, 18
(ang. via Roma)
Tel. 075 8001183 - 075 8002395
Fax 075 8000926
Rappresentanti Procuratori
Giulio Bianchi
Stefano Giuliani
Mirko Cotini
email: bastiaumbra@agenzie.generalit

E QUINDI USCIMMO A RIVEDER LE STELLE

Astrofilo assisano scopre una Supernova

La sera di venerdì 16 Marzo sembrerebbe essere una serata come tante, il cielo sopra Porziano di Assisi è stellato e uguale a sempre, almeno così appare agli occhi di un osservatore qualsiasi. Ma Paolo Fagotti non è un osservatore qualsiasi, anche quella sera come tante altre negli ultimi anni è all'osservatorio del Gruppo Astrofili Mon-

ricerca supernove nelle galassie lontane. L'immagine al telescopio mostra un puntino nuovo luminoso e Paolo che non è facile preda dell'entusiasmo pensa che sia un asteroide in transito. Meticoloso controlla la scia e lo spostamento. Ma non c'è né coda né movimento. Potrebbe trattarsi di una supernova? Fagotti controlla sul Cen-



te Subasio a confrontare il suo archivio fotografico con le immagini che arrivano dal telescopio. Sono le 21,30, la costellazione del Leone è nel suo punto più alto (zenith), perfetta per osservare la galassia M95, peccato che Marte, ingombrante e vicino, ne disturba la vista. Ma questo non ferma Fagotti che da più di 10 anni, insieme al suo amico Marcello Scarponi

trale Bureau for Astronomical Telegrams (CBAT) se l'esplosione sia già stata segnalata. Nessuno ha segnalato niente. Forse che il sogno rincorso da anni si sta avverando? Intanto il gruppo di Astrofili si fa sempre più numeroso, si passa dall'incredulità alla fretta di segnalare per primi la scoperta. Daniele Capezali mette in atto la difficile procedura per inviare una Mail

al CBAT, l'attesa è lunga e snervante e solo dopo quattro giorni la risposta. SN 2012aw, così è stata chiamata la supernova scoperta da Fagotti e dal Gruppo Astrofili Monte Subasio. SN 2012aw alle 21,30 stava inviando la sua prima luce di un'esplosione che in realtà è avvenuta 38 milioni di anni fa, tanta è infatti la distanza che la separa dalla Terra. Alle 3 di notte la sua luce era ancora più intensa e visibile. SN 2012aw sta per Supernova scoperta nel 2012 e "aw" rispetta il numero progressivo di rinvenimento. Per Fagotti e il suo gruppo il sogno è diventato realtà. La loro avventura comincia negli anni '80, quando tutto il mondo non fa altro che parlare del passaggio della cometa Halley (1986). Fagotti e Scarponi decidono

che osservare il cielo ad occhio nudo non basta, non possono comperare un telescopio perché all'epoca costava troppo e decidono di costruirlo utilizzando le istruzioni dei libri, e ogni genere di materiale (motorino del girarrosto, chinghie varie, pulegge...). Nel '95 l'incontro con il Gruppo Astrofili di Assisi fa nascere l'attuale sede di Porziano che oggi conta otto telescopi, un ricco archivio fotografico e soprattutto un nutrito gruppo di appassionati astrofili. "Non so spiegare esattamente perché mi piace osservare le stelle e l'universo, - ci racconta Fagotti - quando ho delle "beghe" mollo tutto e vengo all'osservatorio e mi metto in pace con il mondo."

Massimo Menganna,
Maria Papa

MESCHINI & GRASSIs.r.l.

PALLETS - LEGNAMI
STERILIZZAZIONE CON TRATTAMENTO HT

Sede e stabilimento: O60BO COSTANO di BASTIA UMBRA (PG)
Via Amendola, 12 - Tel. 075.8019767 - Fax 075.8008336
E-mail: meschinigrassi@umbria.net

FabioD.
parrucchiere

via Marconi, 2 - BASTIA UMBRA
Tel. 075.8001231

Giolletteria Sandra
Laboratorio Orof. Gioielli
BASTIA UMBRA - Via V. Veneto, 28/B
Tel. 075 800 46 74



segue dalla prima

Lei vive a Padova. Padova e dintorni offrono strade o spazi dove allenarsi in tutta sicurezza?

Il nostro paese da questo punto di vista è abbastanza indietro: le nostre piste ciclabili sono fatiscenti, mal collegate. Detto ciò dico che se uno carica la bicicletta in macchina e si sposta di qualche Km penso in qualunque città d'Italia si trovi un tratto che è congeniale all'allenamento che si deve svolgere.

Vivo in un paese vicino a Padova e lì riesco a spostarmi bene. Se devo fare degli allenamenti in pianura posso anche partire dal garage di casa. Ultimamente ho preso l'abitudine di allenarmi in una località dei Colli Euganei: faccio un circuito relativamente pianeggiante. Se devo fare all'interno dell'allenamento dei lavori in salita, basta che giro a sinistra invece che a destra e di colpo ho quel quarto d'ora abbastanza severo di salita che mi permette il giusto allenamento.

Inoltre passo molto tempo a Castiglion della Pescaia in Toscana dove in 3/4 Km sono in mezzo al nulla, in posti meravigliosi ed estremamente gratificanti da un punto di vista panoramico e lì mi trovo nel "paradiso del ciclista".

Tagliare il traguardo comunque vada, è sempre un successo personale, un'impresa. Qual è l'emozione

più grande quando si taglia per primi un traguardo di una maratona?

Il valore di un risultato bisogna saperlo riconoscere guardando dentro se stessi. Può essere più importante rientrare tra i primi dieci in un determinato evento piuttosto che arrivare primo in una gara in cui tutti ti applaudono. Ho avuto la fortuna di tagliare idealmente tante volte, il nastro davanti ai miei avversari nel corso della mia carriera sportiva.

Oggi faccio gare che, se le confronto ai 200.000 spettatori ad applaudirmi seduti nell'ovale di Michigan quando feci la 500 miglia degli Stati Uniti con l'auto da corsa, sono gare del "campanaro", del "sagrestano". Eppure la soddisfazione che io provo è molto simile.

Stare qui a sfidare dei ragazzi che sono davvero degli atleti con la A maiuscola, ai quali regalo anche 20-25 anni, ed essere lì a mettergli il sale sulla coda e in alcune occasioni riuscire a tagliare il traguardo davanti a loro, è una soddisfazione sulla quale sono sintonizzate molte meno persone. Non ho il pubblico del Michigan ad applaudirmi, ma personalmente questa esperienza vale forse ancora di più, perché è un risultato che sottolinea la mia testardaggine, il mio ottimismo, sulla base di un calcolo che solo io sono riuscito a fare perché gli altri mi davano dell'illuso.

Le soddisfazioni vanno riconosciute all'interno degli eventi che noi

viviamo nella nostra vita, e se non fossero tali le gioie che provo la domenica pomeriggio, quando taglio il traguardo davanti agli altri, probabilmente non sarei qui ad allenarmi tutti i giorni e a fare tutti i km che sto facendo. È una cosa che per me ha un grandissimo valore. Se lo facessi solo per dire "Ho partecipato alle Paralimpiadi e ho vinto una cosa che era facile vincere perché mi battevo con gente dal valore molto basso", sarei a fare qualcos'altro. È proprio perché è una cosa molto difficile che ci trovo tanto "sugo", divertimento.

L'autunno scorso a Venezia, si è reso protagonista di una straordinaria impresa, trainando per tutta la maratona la carrozzina del suo amico Francesco Canali, affetto da SLA. A riflettori spenti, avete più riparlato di quell'esperienza e cosa vi ha lasciato?

Io credo che per tutti coloro che hanno visto me ma soprattutto Francesco vivere una bella giornata di sport nel modo migliore possibile, è stata un'iniezione di ottimismo, un'ispirazione di volontà e di passione per la vita. Ciò porta le persone a rimettere nella giusta prospettiva tanti problemi che hanno la fortuna di considerare gravi solo perché non ne hanno di peggiori; così facendo si riordina la scala dei valori.

Attenzione però: non bisogna sentirsi in colpa per questo perché se



siamo fortunati e abbiamo problemi piccoli non significa che all'occasione non saremmo in grado di affrontarne di più grandi. Mi creda: io prima dell'incidente mi sono spesso posto l'interrogativo "Ma io in una situazione del genere cosa farei?". La prima risposta che mi davo è "Mi ammazzerei" ma poi il pensiero non mi ha nemmeno sfiorato l'anticamera del cervello. Noi esseri umani siamo delle macchine veramente fantastiche di un'elasticità incredibile, capaci di adattarci a tutto, magari a qualcuno occorre un po' più tempo a qualcuno viene più automatico.

Questa esperienza è stata una bellissima cosa: io mi sono preso la maggioranza dei complimenti, però secondo me c'è qualcuno, in fondo in fondo, che guardando attentamente il tutto ha capito che il vero eroe di quella giornata è stato Francesco e che da persone come lui si può imparare molto. Credo che quel giorno di persone Francesco ne abbia ispirate parecchie.

Lei è un uomo proiettato sempre a vedere il bicchiere mezzo pieno: sport, televisione, libri e anche un'associazione una vita piena di impegni professionali sempre incorniciati da una famiglia che le è sempre vicina. Quale consiglio darebbe ai giovani che a volte sentono di non riuscire a prendere in mano la propria vita come vorrebbero? Noi siamo portati a guardare le me-

te delle persone, mete che magari vorremmo raggiungere anche noi. Credo però che invidiare la meta, il risultato finale sia sbagliato; si rischia di dimenticare cosa quella persona ha fatto per arrivare sin lì.

Se ti sei scelto un orizzonte che è davvero il tuo, che è quello giusto, tutto quello che dovrai fare per cercare di arrivare a destinazione sarà una gioia, un piacere, così come lo è per me allenarmi in bicicletta. Per esempio per me fare 100 km a forza di braccia non è un sacrificio perché sogno la medaglia olimpica, anzi la fine delle Olimpiadi paradossalmente sarà un momento triste perché rappresenterà la fine di questa avventura. Certo, io sono un'ottimista e sicuramente mi inventerò qualcos'altro, un altro orizzonte sul quale puntare.

Mettermi passione nelle cose che uno sceglie di fare è importante perché ogni giorno si aggiunge qualcosa a quello che si è già fatto. Non si può dire "Ho fiducia, per cui diventerò campione del mondo di questa cosa". Ma bisogna avere fiducia nel dire "Io voglio provare e so che il semplice tentare sarà il vero divertimento". Poi è logico: se arrivo e divento campione del mondo, ricco, bello e famoso, quello sarà un più che simpatico valore aggiunto. Dico ai giovani di provarci ma non in modo incosciente o ancor peggio sposando i sogni degli altri, ma scegliendo con

attenzione gli orizzonti verso i quali puntare e mettendosi in gioco con passione, impegno, lavoro e determinazione.

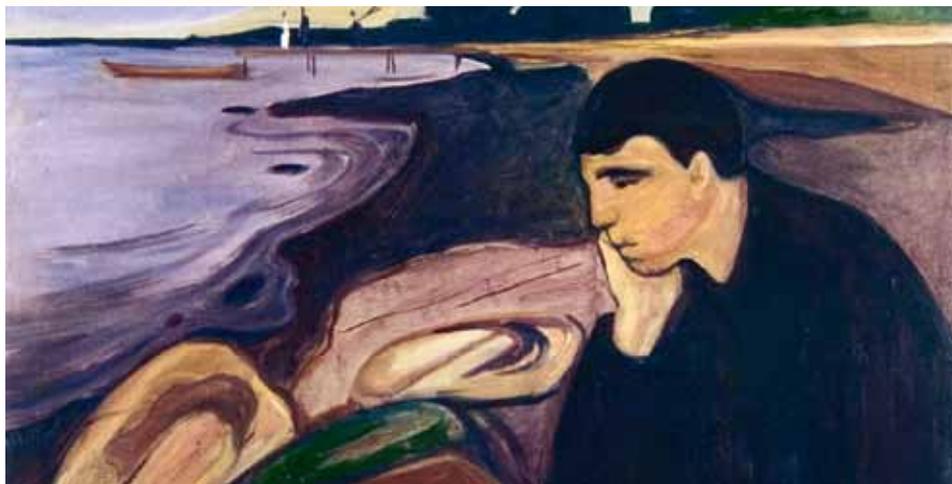
Londra 2012. Oltre alla medaglia olimpica c'è qualcos'altro che si aspetta da quest'avventura?

Nel 2009 ho corso nel mondiale turismo con la BMW e alla fine dell'anno quando andai a Milano per discutere cosa avremmo fatto l'anno seguente, per una serie di ragioni che non hanno nulla a che vedere con fiducia e rapporti reciproci, non c'era sul tavolo nulla di particolarmente affascinante ai miei occhi. Per cui quando decisi di ringraziare, passare la mano e dedicarmi alla handbike per vedere se potevo trasformare questo sogno in un obiettivo (cioè di qualificarmi per i giochi paralimpici e magari di correrli in modo competitivo), l'avventura era già iniziata. Ero già dentro questo sogno, che oggi ha una fisionomia diversa. Adesso tante risposte le ho avute, so che a Londra andrò, so che sarò sicuramente competitivo, e sarei falso a dire vado a Londra per partecipare. No, vado a Londra convinto di poterla vincere una medaglia. In questo momento sto lavorando molto bene, ho un allenatore molto competente che mi sta programmando gli allenamenti in modo eccezionale ma chi lo sa cosa cavolo stanno facendo i miei avversari, uno in Sudafrica, l'altro in Olanda, l'altro in America.

Quel giorno avrò alcune risposte molto importanti, ma se arriverò a Londra convinto di aver fatto tutto quello che era nelle mie possibilità fare, portare a casa una medaglia o meno è relativamente importante. Sarò felice di aver vissuto una bellissima avventura e l'unico velo di tristezza sarà semplicemente legato al fatto che a quel punto sarà davvero giunto il momento di voltare pagina e dedicarsi a qualcos'altro magari anche a qualche altro sport. Non nascondo il fatto che stare qualche anno lontano dalle automobili ha di fatto rivitalizzato una passione mai sopita per l'automobilismo e qualora ci fosse una bella opportunità potrei sicuramente decidere di ritrasformarla in un mestiere.



LA PAROLA AI SERVIZI DI SALUTE MENTALE - ASL 2 PERUGIA



Intervista alla Dott.ssa Elisabetta Rossi, Responsabile del Centro di Salute Mentale Perugia Centro AUSL 2 Perugia.

*Spazio spazio, io voglio, tanto spazio
per dolcissima muovermi ferita:
voglio spazio per cantare crescere
errare e saltare il fosso
della divina sapienza.
Spazio datemi spazio
ch'io lanci un urlo inumano,
quell'urlo di negli anni
che ho toccato con mano.*

Alda Merini da "Vuoto d'amore"

Il momento di crisi acuta che vive il paziente psichiatrico rivela di norma una condizione di vita non abituale. Un equilibrio che non è più funzionale si rompe e la crisi diventa un modo per comunicarlo. Questo è il momento in cui un medico deve fornire il massimo ascolto: capire significa essere più pronti ad aiutare. In psichiatria anche situazioni molto critiche possono essere curate senza ricovero. Quando un paziente vive un momento di crisi acuta (come per qualunque altra malattia) il farmaco risulta molto spesso necessario. Il ricovero può rivelarsi prezioso: staccarsi da casa, dal proprio flusso di idee, può essere utile. Il Servizio Psichiatrico di Diagnosi e Cura, come qualunque reparto ospedaliero prevede un momento di cura che è comunque alienante rispetto alla vita quotidiana. Per



questo l'SPDC deve prevedere denunce brevi.

Il paziente può anche decidere con il terapeuta di effettuare un ricovero, questo momento risulta significativo se il paziente in reparto effettua una rivalutazione delle condizioni fisiche, della terapia farmacologica, e anche tutti gli aspetti diagnostici. Particolare attenzione va posta all'uscita.

Si dimette il paziente e lo si riconsegna ai servizi territoriali con un programma, altrimenti il rischio è che ritorni all'SPDC.

In psichiatria di comunità effettuare una corretta prevenzione primaria è basilare: essere vicino alla popolazione intervenendo nelle scuole, nella medicina di base, in fondo

è la società stessa che può aiutare la psichiatria a prevenire certi rischi. La psichiatria da sola non può fare niente: i cittadini e le istituzioni devono essere in una posizione di ascolto e di partecipazione in qualunque ambito della vita. La ricerca stessa evidenzia per esempio che nelle depressioni insieme ai farmaci o in modo sostitutivo ad essi, l'attività di counseling, i gruppi di auto-mutuo-aiuto, l'attività fisico-sportiva adeguata, possono ripristinare un benessere fisico e psichico. Perché tutto funzioni in modo sinergico è fondamentale che i servizi territoriali non vengano impoveriti. I nostri servizi fino ad un po' di anni fa avevano il doppio dei medici e degli infermieri ed era garantito al paziente un colloquio settimanale col proprio terapeuta. Oggi i servizi sono ridotti ai minimi termini ed ulteriori tagli comporterebbero l'impossibilità di garantire i livelli minimi di assistenza.

Si lavora al massimo, cercando di mantenere un modello di intervento (psichiatria di comunità) che preveda un'accoglienza tempestiva, un riconoscimento della patologia, un sostegno alla famiglia e si progettano attività riabilitative. Noi cerchiamo di ottemperare al massimo a questo modello ma la difficoltà è nello scegliere quale problema privilegiare

poiché non ci sono più risorse economiche. Il numero degli infermieri è molto basso: il loro ruolo è molto importante perché sono loro che si spostano e raggiungono l'utenza nelle loro case.

Se si verificasse una contrazione ulteriore dei fondi destinati al welfare sarebbe pesante: razionalizzare ancora comporterebbe una scelta politica davvero difficile. Ogni scelta ha un pro e un contro. A livello regionale la spesa dovrebbe essere ridistribuita a tutti i servizi territoriali (distretti, centri di salute, consultori, servizi domiciliari agli anziani per esempio) in modo da garantire un'adeguata sopravvivenza agli stessi, perché questi ora sono in sofferenza.

ANNALISA MINETTI: UNA VITA ... IN CORSA



Stereotipo tipico di una serata tra amiche: luci soffuse, comode poltrone, magari qualcosa da bere, gradevoli chiacchiere e confidenze. Ma se aggiungiamo a tutto ciò un palco, una platea, la proiezione di alcuni video e un finale canoro ... be' ... allora la musica cambia!

Così è stato il 17 maggio scorso per la serata "Annalisa Minetti: una vita ... in corsa", organizzata dal settore sociale del Comune di Bastia Umbra in occasione dell'apertura della III edizione della manifestazione "Di-verso la città".

Ad intervistare Annalisa Minetti è stata Maria Papa, Presidente dell'Associazione SONOXSONA, che ha incalzato la cantante-atleta con domande sulla sua vita di artista e di donna, di atleta e di madre. La Minetti non ha deluso le aspettative, incantando la platea

con la sua bellezza ma soprattutto con la sua grinta e determinazione emersa dai racconti della sua vita, delle sue esperienze e di tutti i traguardi finora raggiunti.

"Quando mi dicono che una cosa non posso farla perché sono cieca, io la faccio" e la storia della sua vita dà prova che ce la fa e anche molto bene.

Annalisa: una persona speciale ... "speciale" non per la sua cecità ma per la tenacia, la costanza, la caparbieta accompagnata da una disarmante schiettezza con cui Annalisa affronta la vita quotidiana fatta di allenamenti sulla pista d'atletica, di spettacoli canori, di televisione, di innumerevoli campagne sociali ma soprattutto della famiglia che le sta sempre accanto.

Una donna a tutto tondo, quasi una supereroina (come la definisce Fabio, suo figlio).

"Io oggi vedo con il cuore" è il motto ricorrente di Annalisa che non fa della sua cecità un limite ma un punto di forza dal quale partire per affrontare di petto la vita.



Insomma ... come nelle migliori chiacchierate tra vecchie amiche, una piacevole compagnia che ci ha riempito la serata e il cuore.

Tiziana Tribuzi

SE.TE.CO. S.r.l.

Servizi Tecnologici per le Imprese

- Sicurezza e salute negli ambienti di lavoro - Corsi di Formazione
- Ambiente (rifiuti, emissioni in atmosfera, acque) -

Sede Centrale:

Ponte San Giovanni (PG)

Via Cestellini, 17

Tel. 075.599.05.02 - Fax 075.39.85.71

amministrazione@setecosrl.eu

Unità Locali:

Città di Castello (PG) - Via Vittorini

Tel. 075.851.21.91 - Fax 075.851.28.16

Terni (TR) - Via Bartocci, 12/14

Tel. 0744.814236 - Fax 0744.807521

Acconciature
uomo
donna

studiosostile

Via S. Biagio - Passaggio di Bettona (Pg)
dal martedì al sabato
per appuntamento 075.9869222 - 338.7049698



QUANDO L'EMERGENZA CHIAMA, LA PROTEZIONE CIVILE RISPONDE

Come si diventa volontari della Protezione Civile?

Diventare Volontari della Protezione Civile è facilissimo. Per prima cosa è necessario aver compiuto 18 anni di età ed aver frequentato un Corso Base per Volontari di Protezione Civile. Nella Regione Umbria ogni anno vengono organizzati almeno tre/quattro corsi di formazione ed il prossimo è previsto proprio a Bastia Umbra con inizio in ottobre 2012. Una volta in possesso di questi requisiti basta rivolgersi al Gruppo Comunale di Bastia Umbra e compilare la domanda di iscrizione. Da qui in poi si fa parte della grande famiglia del Volontariato. Esiste solo un vincolo richiesto per continuare a mantenere tale titolo, frequentare almeno i due terzi dei corsi di formazione programmati. Avere una perfetta padronanza dei mezzi in dotazione è essenziale nelle situazioni di emergenza.

Cosa l'ha spinto a fare questo tipo di attività?

Donare del tempo libero a favore di persone che richiedono un supporto è una delle leve fondamentali. Come Volontari di Protezione Civile si impiegano molte ore nella formazione e nella preparazione tecnica e psicologica. Le attività di

Il Gruppo Comunale Volontari di Protezione Civile di Bastia Umbra è stato costituito il 24 febbraio del 1998. Questa organizzazione ha partecipato con delle missioni all'emergenza terremoto di Haiti, L'Aquila, all'alluvione in Liguria, e alla recente emergenza terremoto dell'Emilia.

Nel corso del tempo il gruppo si è dotato di numerose attrezzature, ben descritte nel sito www.proci Bastia.com. Conta circa 40 volontari iscritti, di cui un quarto donne. Ringraziamo Renato Capezzali e Roberto Raspa per la loro preziosa collaborazione e per l'entusiasmo che sono riusciti a trasmetterci.

sensibilizzazione alla cultura di Protezione Civile che portiamo avanti nelle scuole del nostro territorio sono molto emozionanti ed a volte con dei risultati davvero eccezionali, tutto ciò aumenta la motivazione del nostro operato. Alcuni di noi trovano molto gratificante questo impegno non tanto perché si è di aiuto al prossimo, ma soprattutto perché fa star bene se stessi.

Quanto tempo dedica in media un volontario a tale impegno?

Su questo aspetto vanno fatte molte diversificazioni. Con una battuta possiamo dire che abbiamo una taglia per tutte le misure. Infatti a seconda dell'impegno e della disponibilità delle persone possiamo ricavare profili che vengono impegnati da una volta al mese fino a due volte a settimana. Sarebbe bene che un Volontario dedicasse mediamente un'intera giornata al mese alle attività del proprio Gruppo a patto che - come consiglia il

coordinatore Capezzali - non ci si dimentichi che prima bisogna pensare alle proprie famiglie, successivamente alle attività lavorative o di studio ed infine c'è lo spazio per il volontariato.

Ci sono corsi di formazione o di aggiornamento?

Absolutamente sì. La formazione e l'addestramento sono per noi fondamentali. Organizziamo sia internamente che con il supporto di docenti esterni corsi di aggiornamento su tematiche tecniche così come a livello normativo oppure connesse a progetti specifici. Inoltre abbiamo un programma di addestramento sull'utilizzo dei mezzi e delle rispettive attrezzature di emergenza con squadre e capisquadra impegnati mediamente una volta al mese per tutto l'arco dell'anno.

Si hanno dei gettoni o rimborsi spesa?

Per i Volontari del Gruppo Comu-



nale di Bastia Umbra non è previsto alcun tipo di compenso. L'opera svolta dai Volontari è del tutto gratuita nel rispetto dell'etica della figura stessa del Volontariato.

La legge 194 del 2001 garantisce al Volontario l'assenza giustificata dal lavoro, questo significa che se si riceve la chiamata dall'organizzazione di protezione civile competente nelle occasioni di calamità, l'assenza dal proprio posto di lavoro è concessa e retribuita.

Roberto Raspa ci racconta una particolare esperienza...

Accadono molti episodi e ce ne sono alcuni anche buffi e bizzarri. Sicuramente l'esperienza più bella

che mi è stata concessa è stata l'intervento a seguito del terremoto che ha scosso l'isola di Haiti nell'anno 2011.

In un batter d'occhio ci siamo ritrovati catapultati in un contesto molto diverso dal nostro.

In quartieri dove tutti i giorni si assiste a spartorie o rapine, dove la gente vive per strada, ti ritrovi a spiegare a quelle stesse persone come si monta una tenda...e ti stanno a sentire!!! Posti in cui dopo 10 ore fuori per campi a montare tende o allestire postazioni



La Protezione Civile di Bastia Umbra insieme all'Associazione di Pietralunga (PG), si evidenzia come organizzazione promotrice di "CIVILINO" mascotte che accompagna i bambini in un fantastico viaggio attorno al mondo della Protezione Civile.

"Civilino e l'alluvione" il cartone animato della Protezione Civile di Bastia Umbra, vince il primo premio alla XX Rassegna Internazionale del Cinema Archeologico di Rovereto del 2009.

"Civilino e l'incendio" si è classificato al terzo posto come Miglior documentario di animazione, nell'ambito del festival internazionale del documentario scientifico delle Università e degli Enti di Ricerca al "Rome DocScient 2011".

www.procivbastia.com

Vai alla sezione contatti ed iscriviti per ricevere la newsletter periodica del Gruppo Comunale dei Volontari di Protezione Civile di Bastia Umbra.

mediche, quando rientri al campo base pensi di aver terminato il tuo lavoro. E invece no, perché ad aspettarti ci sono un bel po' di ragazzini, chi con una mano fasciata, chi con un piede, chi con la testa, e tutti non vedono l'ora che arrivi qualcuno per giocare con loro. Poi arriva la notte e pensi di aver finito, sei lì fuori dalla tenda a fare due chiacchiere con gli altri Volontari, e invece ecco arrivare uno di quei ragazzini che si addormenta appoggiando la testa sulla tua spalla.

Ecco questo lo considero un episodio particolare che mi spinge ancora oggi, come all'inizio, a fare il Volontario di Protezione Civile.

Sandra Cabras, Maria Papa, Luisella Proietti



CIAK: SI GIRA!

Quest'anno ho partecipato ad un'esperienza completamente nuova per me. E' un progetto realizzato insieme alla scuola superiore "Marco Polo" di S.Maria degli Angeli e si chiama "La musica nelle immagini". Alcuni studenti delle superiori e alcune persone che frequentano il Centro Diurno di Bastia U. si sono ritrovate per partecipare ad un laboratorio cinematografico.

Il primo passo è stato quello di vedere alcune scene di film musicali, poi è stato il momento di capire come si scrive una sceneggiatura. Quando è toccato a noi, ci siamo divisi in gruppi e grazie al confronto e allo scambio abbiamo scritto la nostra storia, una sceneggiatura, che al momento stiamo girando per realizzare un cortometraggio.

Non è facile organizzarsi, bisogna trovare i luoghi (location), chiedere i permessi, trovare i costumi di

scena, far coincidere, rispettando gli impegni di tutte le persone coinvolte nella scena da girare, giorni e orari. Per facilitare il lavoro del gruppo io e un mio amico abbiamo messo a disposizione la nostra casa. Lo svolgimento delle riprese non è stato facile, io ho il ruolo del "mammo", il fratello-genitore di una ragazza molto più piccola di me, e fare la parte del "casalingo" mi ha impensierito parecchio.

Devo provare molte volte la parte prima di effettuare la ripresa definitiva e come me anche tutti gli altri, nessuno è capace alla prima. Osservare il backstage è molto divertente, ho scoperto trucchi e modi utilizzati per realizzare le scene, poi si sta insieme e si conoscono meglio le persone.

Quest'attività è coordinata dall'associazione culturale di Perugia "Lavori in Corso" (per saperne di più www.ass-lavoriincorso.it).

Moreno Turrioni



Sorprenditi

Chiudo gli occhi...

Corri verso vette più alte, prati fioriti sotto i raggi di sole; le risa dei bambini festosi che corrono dietro una farfalla.

Immagina un contadino che accarezza le vigne dorate.

I solchi che emanano un acre odore di terra...

Lo sguardo di un acerbo amore che sfiora il profilo di una fanciulla;

Immagina un neonato che si affaccia alla luce della vita.

Avrei

Avrei capito molto di più se avessi ascoltato le tue parole, i tuoi pensieri.

Avrei sentito più tepore se mi fossi lasciata andare nei tuoi abbracci, ma io, testarda come sono, ho incontrato ripide salite nella mia vita, si molte salite.

Guardo una stella e vorrei essere là per vedere il mondo da lontano,

una nota sonora che si perde nell'aria...

un fiume che scorre canterino verso il mare.

La vita è un dono prezioso...

le rivolgerò un sorriso ora e per sempre...

Maria Grazia

AGENZIA FUNEBRE di MOCCALDO e BRIZI

Servizio 24h



BASTIA UMBRA
Via M. Poletti - Tel. 075.8002816
S. MARIA DEGLI ANGELI
Via De Gasperi - Tel. 075.8044117
ASSISI
Via Monte Subasio - Tel. 075.8065555



IL PEGGIOR NEMICO DEL CANE

Quando l'uomo è senza pietà



Uno degli esempi di come la cattiveria umana si esprime in tutta la sua crudeltà sugli animali, sono i combattimenti clandestini tra cani.

Ogni anno vengono impiegati quindicimila cani per un giro d'affari che frutta 300 milioni di euro alla criminalità organizzata.

Vengono scelte precise razze canine come pitbull, rottweiler, bulterrier, american bulldog, mastino e dogo argentino, ma a volte vengono coinvolti anche meticci.

Per prepararli ai combattimenti, i cani vengono sottoposti a delle sevizie crudeli: come lasciati al buio e senza cibo per giorni, bastonati, drogati, ecc.

Carla Rocchi, presidente dell'Ente nazionale protezione animali (Empa), racconta di come cinquemila di questi animali perdano la vita nei combattimenti. I luoghi dove la maggior parte di queste lotte clandestine si svolgono, sono soprattutto discariche abusive, terreni abbandonati e periferie dalle città. Per ridurre i cani non è facile, poiché subiscono danni sia fisici che psico-

logici. La maggior parte di loro non ha vita lunga.

Molti di questi combattimenti sono addirittura filmati.

Esiste una legge pubblicata sulla Gazzetta Ufficiale del 2004 in cui vengono predisposti vari divieti tra cui i maltrattamenti e le lotte clandestine. La legge asserisce che "chiunque promuove, organizza o dirige combattimenti non autorizzati su animali mettendo in pericolo l'incolumità fisica è punito con la prigione da uno a tre anni e

come quelle citate. Arrivano richieste di adozione soprattutto da fuori regione e quindi bisogna capire bene in che mani verranno affidati questi animali.

Sono rimasta disgustata da una trasmissione in tv in cui venivano descritte le sevizie su questi animali per incattivirli e prepararli ai combattimenti; mi ha fatto star male poiché ha significato per me scoprire di come l'uomo sia senza pietà e approfitti su degli esseri indifesi.

Mi piacerebbe rendere più consapevoli le persone su questa realtà, forse non da tutti conosciuta.

Simona Frattini



con una multa da 50.000 a 160.000 euro". La pena aumenta se vengono utilizzati videoriproduzioni e immagini delle competizioni. Ho scoperto attraverso la testimonianza di Gaetano Patrizi, il presidente dell'associazione A.L.A. ONLUS che, per nostra fortuna, non ci sono tali combattimenti nella nostra regione. Quando nei canili della nostra regione arrivano cani adulti e cuccioli di razze solitamente utilizzate per i combattimenti come pitbull, ecc., il momento del riaffido deve essere particolarmente accurato. Non è da tutti allevare razze forti



CASEIFICIO MAZZATOSTA
passione per i sapori.

SPACCIO AZIENDALE
QUALITÀ E PREZZO

FORMAGGI DI BETTONA

S.M.A.T.
di Schiano Marco • Roberto • Sirio

Via dei Canestrari 4 - 06080 Palazzo di Assisi (Pg)
Tel.: 0758009120 r.a. - Fax: 0758009168

h.bono Beghelli Eurosystems AVS electronics
TERRANED PARADOX SIEMENS snom

Videotelefono • Centrali Telefonici • Telefonia VOP • Reti Informatiche • Fibra Ottica
Reti Wireless • Allarmi Antifurto e Antincendio • Lampade Emergenza • 1000
E-mail: assistenza@smat.it • Piva (PG) 0238348054

intimissimi

CENTRO STORICO
BASTIA UMBRA



VESPA – MENTANA: DUE ANCHORMAN A CONFRONTO

L'incontro-dibattito tra Mentana e Vespa, svoltosi a Perugia nell'ambito del Festival Internazionale del Giornalismo, mi ha portato a riflettere su realtà storiche ed attuali.

Si incontravano due diverse concezioni del giornalismo frutto di due formazioni professionali diverse ma egualmente importanti.

Mentana non rinnega la sua militanza nella RAI e nel TG5. Sottolinea sempre la sua libertà nell'esprimere liberamente e senza vincoli editoriali la notizia nella maniera più chiara ed obiettiva. Tale orientamento ha perseguito senza mai guardare alla convenienza personale. Ha ricordato la serietà con cui nel periodo di "mani pulite" informava il suo pubblico dell'andamento delle indagini su un fenomeno di corruzione dilagante e che ha completamente cambiato anche l'assetto politico.

Un simile atteggiamento ha pure rivendicato Vespa non negando la sua matrice di cattolico moderato. Ciò non gli ha impedito un giornalismo corretto e mai servile come ha sottolineato con convinzione anche quando in RAI l'influenza dei partiti era forte.

I due concordavano nell'affermare che a prescindere dai gruppi di pressione politico-industriale esistono delle problematiche politiche non chiare. A ciò si aggiunge che

la mancanza di una guida politica del Paese illuminata e pronta a far fronte ad una situazione economica gravissima rende ogni giorno di più la vita degli Italiani quasi insostenibile.

Mentana non mancava di rilevare che le numerose manovre economiche, che molti sacrifici ci hanno costato, non sono servite a nulla. I giovani, ai quali si chiedono pazienza e serietà, rimangono disoccupati e privi della dignità che solo un lavoro può dare.

Vespa notava come anche i non più giovani disoccupati, che si trovano ad un'età in cui potrebbero ancora essere molto produttivi, aumentano di giorno in giorno con la prospettiva di non trovare più un'occupazione decente.

Dubbia appariva a Mentana l'azione del nostro Capo dello Stato. Il nostro Presidente della Repubblica pur di mantenere l'Italia nel novero dei paesi UE ha nominato un Capo del Governo con una procedura al limite della Costituzione.

Mentana ha invitato i giovani ad essere più attivi e a scendere nelle piazze a reclamare diritti a loro dovuti che nessuno rispetta.

Il governo non fa altro che mettere nuovi balzelli ad ogni riunione del Consiglio di Ministri. Ci sembra che a governarci da un po' di tempo a questa parte sia Bruxelles piuttosto



"PERCHÉ LA PERSONA È AL CENTRO"

DIVENTA NOSTRO AMICO SU

facebook

www.facebook.com/sonoxsonaaps

Se vuoi sostenere l'associazione con una donazione puoi versare un contributo sul C/C Bancario IT7710335901600100000010026

Per informazioni puoi scrivere a sonoxsona@libero.it

che Roma e tutto il resto venga tacitato anche con la forza dell'ordine pubblico. Questo è sembrato il senso più profondo che dalla discussione è emerso.

Vespa, analizzando la situazione da un punto di vista istituzionale, osservava che i partiti non sembrano in grado di dare una risposta ai nostri problemi e lo sono ancor meno i sindacati. Quest'ultimi sono composti per la metà da pensionati e per l'altra parte da lavoratori dipendenti ed appare quantomeno illusoria l'idea che facciano i nostri interessi di lavoratori. Il welfare in questo momento ci pare come una fisarmonica che suona con sempre più forza note stonate e fortemente compresse. Che fare? I due anchormen non sembrano darci soluzioni.

Roberto Ridolfi

Gioielleria Finocchietti

Piazza XXV Aprile, 72
06083 BASTIA UMBRA (PG)
Tel./Fax: 075.800.36.32

info@gioielleriafinocchietti.com
www.gioielleriafinocchietti.com

ELEKTRON
AUTOMAZIONE INDUSTRIALE

consulenza - progettazione
realizzazione
installazione ed assistenza

Via delle Tuje, 1 - BASTIA UMBRA (Perugia)
Tel. - Fax 075 8011758
www.elektronautomazione.it
elektron@elektronautomazione.it

Affilature Industriali
di SALARI EMILIO & MATTEO s.r.l.

LAVORI DI FRESAPIALLA
RETTIFICA LAME CESOIA,
LANE PIEGATRICI E PRISMI
FINO MM 6000
VENOITA NASTRI BIMETALLICI
AFFILATURA UTENSILI

Via delle Robinie - Zona Industriale - Tel. e Fax 075.8002418
06083 BASTIA UMBRA (PG)