



Anno XLIII – 2022/2023
Presidente: Gianni Caudera
Bollettino n. 4
Responsabile: Pier Mario Giugiaro

Sede: c/o Jet Hotel
Via della Zecca, 9
10072 Caselle Torinese (To)

I PROSSIMI PROGRAMMI DI DICEMBRE 2022

Martedì 13 Dicembre

**“Serata degli auguri natalizi”
Jet Hotel - Ristorante Antica Zecca – Caselle
Riunione Soci, consorti ed ospiti
Ore 19.45 Aperitivo
Ore 20.15 Cena
Accompagnerà la serata la New Rotary Band.**

Giovedì 15 Dicembre

**Struttura pubblica polifunzionale comunale
Strada Vauda San Carlo Canavese
“Rotary Special Orchestra in concert”
Ore 21 inizio spettacolo**



LETTERA DEL PRESIDENTE

Lettera di Natale

Carissimi Amici,

in questa mia ho immaginato di essere un bimbo che con grande gioia aspetta il Natale. Vi ricordate l'attesa, le promesse di essere bravo, la letterina a Gesù Bambino, la preparazione dei regali e la nonna, che sin dalla prima mattina, era in cucina per preparare i mitici agnolotti, l'arrosto e tutte le leccornie che rendevano indimenticabile la giornata.

Cosa avrei chiesto a Gesù Bambino e/o a Babbo Natale se non un momento di pausa da tutte le brutture del mondo e un po' più di gentilezza e di sorrisi. In fondo basta poco per far felice il prossimo e proprio il fondatore del Rotary ce lo ricorda: "Non dobbiamo vivere in modo egoistico, ma con la gioia di far bene agli altri".

Facile o difficile attuarlo, non lo so, ma ho la certezza che è importante cominciare a provare e non smettere mai di tentare.

E come ogni fine anno ho pensato al 2022 e come lo posso archiviare. Le parole che hanno caratterizzato il mio anno Rotariano sono state: emozione nell'accettare la guida del Club, timore di non farcela, curiosità nell'incontrare altri Club, altri Rotariani, condivisione delle scelte, orgoglio di appartenenza e voglia di continuare con lo stesso spirito dell'inizio.

Ormai a fine anno ci sarà il giro di boa dei primi sei mesi e spero di essere stato all'altezza.

Di certo posso dire di aver dato tutto me stesso per ottenere gli obiettivi che ci siamo prefissati.

Ora non mi resta che sperare di essere stato bravo e di non ricevere il carbone al posto dei regali, senza prima augurare di cuore a tutti Voi un sereno Natale e uno splendido anno nuovo.

Con infinito affetto.

Gianni Caudera

PARLANO DI NOI

CIRIÈ (osn) "Rotary Orchestra... work in progress!" s'intitola l'iniziativa messa in campo dall' "International Inner Wheel", la branca femminile del Rotary Club "Ciriè e Valli di Lanzo". Il ritrovo è per venerdì 18 novembre, alle ore 20, nella sede del Gruppo Alpini di San Maurizio Canavese, in via Madonna della Neve. L'offerta minima è 25 euro a testa. Per informazioni e prenotazioni rivolgersi ai seguenti recapiti: 340.1419664 (Luisella) oppure 339.8000380 (Vanna). Commenta il presidente **Gianni Caudera**: «Il progetto della "Rotary Special Orchestra" prosegue con l'obiettivo d'implementare le esibizioni e il numero dei ragazzi diversamente abili aderenti. Grazie alla donazione 10.000 euro, elargita da **Carlo Ferrino** e **Silvia Grigori**, siamo riusciti a coprire le prime spese vive. Per raccogliere altri fondi, necessari per sponsorizzare altre serate, intendiamo organizzare ritrovi conviviali come quello in programma per il 18 novembre. **Sergio Po-**

A SAN MAURIZIO L'esibizione si terrà il 18 novembre

La «Rotary Orchestra» pronta al concerto nella sede Alpina



IL 15 DICEMBRE Si terrà il concerto natalizio al polifunzionale di San Carlo

chettino, oltre a essere il nostro past-president, è il direttore dell'istituto musicale "Cuneo", con il quale abbiamo, di fatto, avviato una collaborazione. Il service proposto l'anno scorso da questa importante personalità ciriacese avrà un seguito. Innanzitutto ha dato ampia visibilità al Rotary Club. Ma, cosa assai più importante, si è fornita ad alcuni giovani, affetti di disabilità, la scoperta di nuovi sentieri che, in precedenza, non avevano ancora percorso, proprio grazie alla musica. Riteniamo che quest'attività, in un momento così difficile, rappresenti un "fiore nel deserto". Come esposto nella riunione svoltasi a inizio ottobre, la programmazione per l'anno 2022-2023 è partita, lo scorso 17 ottobre, nei locali del "Cuneo", in corso Nazioni Unite, zona piazza Castello Nord. Dopo alcune prove individuali, dal 5 novembre sono state avviate le prove d'insieme: saranno sei e si terranno nella sede della Società Filarmonica Devesina. Afferma **Sergio Pochettino**, promotore dell'attività socio-culturale: «Il prossimo 15 dicembre si terrà un concerto al centro polifunzionale di San Carlo Canavese. I componenti dell'orchestra originale saranno tutti presenti. La scaletta verrà adeguata al periodo natalizio con tre o quattro brani ispirati al Natale. Sempre nel mese di novembre inizieranno le selezioni per la ricerca di nuovi ragazzi da inserire in organico da gennaio. Le prossime esibizioni, infatti, vorremmo fissarle per giugno. Colgo l'occasione per ringraziare il Rotary Club e le Inner Wheel per aver organizzato una serata dedicata alla raccolta fondi per il progetto. Un grazie particolare va a **Luisella Rostagno Macario** e a **Gianni Caudera**».

IL CANAVESE, 9 novembre 2022

Giovedì 10 novembre 2022

CENA BENEFICA
Per la Rotary
Special Orchestra



Venerdì 18 dicembre a San Maurizio, presso la sede degli Alpini, cena benefica per finanziare nuovamente il progetto di Inner Wheel e Rotary per la Special Orchestra. Sono già al lavoro per questo le socie del Club Cirié Valli di Lanzo. La cena è aperta a tutti. Il Maestro Sergio Pochettino Past Presidente del Rotary, visto il successo ottenuto lo scorso anno, sta preparando il gruppo di ragazze e ragazzi diversamente abili per il concerto di Natale.

Per prenotazioni (entro il 12 novembre) e maggiori informazioni: Luisella (340 1419664); Vanna (339 8000380).

IL RISVEGLIO, 10 novembre 2022

**La fisarmonica di
Mauro Giacobbe**

SAN MAURIZIO — Le note della fisarmonica di Mauro Giacobbe sono risonate nella chiesa di San Maurizio. Domenica pomeriggio il musicista davanti a una buona cornice di pubblico, suonando senza spartito, ha fatto ascoltare brani classici e originali. Il concerto è stato organizzato dall'Associazione Amici di San Maurizio. (r.r.)



IL RISVEGLIO, 24 novembre 2022

SERATA INNER WHEEL A FAVORE DEL SERVICE “ROTARY SPECIAL ORCHESTRA”- San Maurizio, 18 novembre 2022

Un plauso a Luisella Macario Rostagno, a tutte le volenterose Innerine e a chi si è impegnato e ha offerto la propria collaborazione per la splendida riuscita di questa serata di sostegno e solidarietà per l’iniziativa che fa sempre più parlare di sé a livello degli organi di stampa e della cittadinanza.

Nel salone del Circolo degli Alpini di San Maurizio un gran bel gruppo di partecipanti tra ragazzi, famiglie, amici e conoscenti, socie Inner Wheel Ciriè Valli di Lanzo e soci rotariani del Ciriè Valli di Lanzo e del Cuornè Canavese hanno potuto gustare i prelibati piatti di preparazione “casalinga”, che possono competere con le portate di rinomati ristoranti.

Sergio Pochettino ha ringraziato per la presenza e la sensibilità dimostrata e ha presentato, con l’ausilio di un bel video, il cammino della “Rotary Special Orchestra”, che concluderà questo suo anno di esordio con il Concerto del 15 dicembre a San Carlo.

Una originale lotteria ideata dalle splendide ragazze dell’Inner Wheel ha decretato il successo della serata.

PMG



FESTA D'AUTUNNO ALL'ISTITUTO ALBERT DI LANZO – 23 novembre 2022

Una festa d'autunno a scopo benefico: questo potrebbe essere il titolo giornalistico che rispecchia una bellissima serata con Docenti, Genitori, Forze dell'ordine e Autorità.

Il nostro Club è stato invitato il 23 novembre a questa cena, i cui attori principali sono stati gli allievi dell'Istituto Albert di Lanzo che, dopo una breve presentazione del Preside Prof. Giorgio Minissale, si sono superati con un menù di eccellenza a base di zucca, tipico frutto autunnale dall'antipasto al dolce.

Più volte il nostro club è stato citato sia dal Preside che dal Prof. Enrico Caviolo, organizzatore dell'evento, per l'aiuto che ciclicamente diamo all'Istituto.

La serata aveva la finalità di raccogliere fondi per l'attività didattica dell'Istituto e ha pienamente raggiunto lo scopo prefissato.

GC



PROGETTO VIOLETTA – Teatro Giacosa, Ivrea, 26 novembre 2022

Nella splendida cornice del Teatro Giacosa di Ivrea sabato 26 novembre è stata presentata la serata Violetta per l'Infanzia, a cura della Associazione Violetta per le donne.

L'Associazione è nata con lo scopo di coinvolgere la comunità per combattere il fenomeno della violenza sulle donne attraverso un programma rivolto alle scuole primarie. Durante la serata sono state presentate le esperienze dell'anno passato attraverso le testimonianze dei bambini, dei docenti, delle forze dell'ordine e dei ragazzi delle scuole superiori nel territorio della città di Ivrea.

Durante l'evento la Presidente del Rotary Club Ivrea Elena Trotto Ganna ha colto l'occasione per presentare il nuovo programma del progetto Violetta per le scuole dell'infanzia e primarie, che vede coinvolti oltre ai Club Cuornè e Canavese, Chivasso e i Rotaract

Cuornè e Torino Valli di Lanzo anche il nostro club.



La serata è proseguita con un saggio di danza del centro danza Arabesque e alla conclusione la Presidente della Associazione con un saluto finale ha espresso l'augurio di poter coinvolgere sempre più plessi scolastici per cercare arginare il fenomeno della violenza.

GC



NOTIZIE DAL DISTRETTO

SEMINARIO DISTRETTUALE SULLA COMUNICAZIONE - SETTIMO - 5 NOVEMBRE 2022

Nella biblioteca multimediale di Settimo si è tenuto il seminario di formazione di comunicazione e immagine pubblica.

Dopo i saluti istituzionali e l'onore alle bandiere è cominciato il meeting.

L'obiettivo dell'incontro era di analizzare quali fossero gli elementi per dare maggiore visibilità al Rotary e quali gli strumenti da mettere in campo.

I relatori che si sono succeduti hanno trattato temi seguenti:

- Le linee guida di come comunicare il Rotary. Relatori : C. Velardo e G. Giordano.
Presentazione del documento che fornisce una traccia per le linee guida del distretto 2031.
Indicazioni per la gestione dei social media e dei siti del di Club.
- L'immagine per coinvolgere e trasmettere interesse. Relatore: M. Valentino.
Far conoscere all'esterno il Rotary e i suoi progetti di servizio.
Dare strumenti veloci di accesso al Rotary : social media, rotary. Org etc.
Identità: appartenenza al Rotary International. Immagine positiva per la comunità locale.
Perché un sito web di Club e perché tenerlo aggiornato e come comunicare sul sito.
I sistemi di comunicazione complessi e codificati.
Quali sono i requisiti corretti per i siti Rotary.
- Utilizzo del brand Rotary e sua tutela. . Relatore: L. Boggio
Significato di brand, etimologia e bene intangibile e prezioso. Il marchio Rotary strumento di tutela della proprietà industriale ed intellettuale e come proteggerla. Linee guida per l'uso del marchio e dove trovarle. Per esempio :<https://my.rotary.org> selezionare "gestione" e poi "Brand Center".

- I valori rappresentati dal brand Rotary. Relatore : L. Morocchi
gli elementi costitutivi del brand e la assoluta necessità di trovare un linguaggio comune per comunicare avendo a disposizione tutti gli argomenti, strumenti, valori e parole che identificano il Rotary.
- Privacy e Comunicazione, come operare correttamente. Relatore: S. Varca.
Tutela dei trattamenti dei dati personali, diritto alla riservatezza, evoluzioni delle comunicazioni e decreti legislativi e suoi aggiornamenti. Come gestire i dati personali e cosa accade nei nostri club e quali soluzioni. Analisi dei club e attività da compiere.
- Un esempio di comunicazione efficace. Relatore: M.Maio.
Presentazione del progetto Rotary per l'ambiente. Cosa hanno comunicato, a chi hanno comunicato e come hanno comunicato.
- Processi di comunicazione : come contribuire alla comunicazione come socio e come club.
Relatore : B. Colonna.
Processi di comunicazione canali , requisiti, fornitori e input. Come gestire il flusso per contribuire ai mezzi di comunicazione nel Distretto.
- Contribuire alla comunicazione come socio e club. Relatore: G. Albertengo.
Come inviare un contributo editoriale alla commissione attraverso un modulo. Come è composto il modulo. Invito ad usarlo: <https://forms.gle/efy55yCErgUccxH9>
Con l'intervento via web del Governatore si è concluso il seminario.



LE RIUNIONI DEL MESE

Riunione nr. 1572 del 8 novembre 2022

Riunione con Signore ed Ospiti

“Serata in Commemorazione dei defunti”

Ospiti della Presidenza: Maria Grazia Martinetto

Presente in Sala: Federico Gervasio Presidente Rotaract Torino Valli di Lanzo

Soci presenti nr. 18 pari al 52,94% - Ospiti dei Soci nr. 12

Non esiste separazione definitiva finché esiste il ricordo.

Con questo spirito Martedì 8 novembre abbiamo degnamente celebrato i Soci Rotariani che non ci sono più. La celebrazione si è svolta nella chiesa di San Giuseppe a Ciriè, officiata dal Parroco don Alessio.

Durante la messa il Segretario Marino Rocchietti ha dato lettura dei Soci defunti e le letture e i salmi sono stati letti dall'incoming President Giancarlo Sassi e dal Presidente Gianni Caudera di fronte ad un nutrito gruppo di Soci.

Il ricordo delle persone scomparse vivrà per sempre nei nostri cuori e non bisogna essere tristi, ma ringraziare di averle avute con noi e di aver goduto della loro presenza.

Dopo la messa, una breve passeggiata nella via principale di Ciriè ha portato il gruppo ad un aperitivo e poi al Ristorante Convivium per la cena.

La serata si è conclusa con un ultimo ricordo dei Soci scomparsi.

GC

Riunione 1573 del 22 novembre 2022

Riunione con Signore ed Ospiti

“Conoscere ed apprezzare i funghi”

Relatore: Il Dr. Francesco Golzio, Micologo e Dirigente ASL TO 4

Ospiti della Presidenza: Il Dr. Francesco Golzio con la Sua Signora

Presenti in Sala: Federico Gervasio, Presidente Rotaract Torino Valli di Lanzo con la Signora Graziana

Interessantissima presentazione quella che il Dr. Francesco Golzio, esperto micologo e responsabile del Centro di Controllo micologico dell'ASL TO4, ci ha esposto nel corso della serata al Romantic Hotel.

All'inizio della serata Federico Galizia, figlio del nostro Socio Giuseppe e della Sig.ra Francesca, ha portato i suoi saluti, accompagnati dai complimenti e dall'applauso dei convenuti, in quanto dal 23 dicembre p.v. riceverà la nomina di Vice-Presidente della Banca Mondiale con sede in Washington.

Il tema dei funghi è di attualità vista la stagione, i prodotti rappresentano una ricchezza dei nostri territori e il rischio di incorrere in pericolose sviste è sempre presente, come ben ci ha illustrato il relatore, anche se gli incidenti mortali legati ad un'impropria consumazione di funghi non commestibili sono fortunatamente in diminuzione. L'abbondanza di funghi commestibili e conosciuti, come in quest'annata, scongiura la maggior parte dei pericoli; più critici sono gli anni in cui i prodotti scarseggiano e improvvisati cercatori raccolgono di tutto.

Le intossicazioni da ristorazione sono prossime allo zero.

I funghi sono una via di mezzo tra le specie animale e vegetale, nel senso che hanno bisogno di materiale organico per crescere. Il vero organismo è il micelio, la ragnatela che si sviluppa nel terreno in prossimità della radice degli alberi; noi raccogliamo il frutto, che contiene le spore.

Tutti i funghi contengono tossine, che possono dare sintomi molto diversi a seconda della specie e della quantità.

Appartengono a tre famiglie principali: simbiotici (porcini), saprotrofi (mazza di tamburo), parassiti (famiola). Dal punto di vista nutrizionale hanno poco valore.

L'aspetto, l'odore (farina, anice, aglio), il sapore (piccante, amaro) sono le caratteristiche organolettiche che ci permettono di riconoscerli e di distinguere i commestibili dai non commestibili o velenosi. I due principali funghi gravemente tossici sono l'Amanita Phalloides e il Cortinarius Speciosissimus, che danno rispettivamente necrosi epatica e necrosi renale.

Le intossicazioni a breve latenza (4-6 h) sono le più innocue, nel senso che danno prevalentemente sintomi gastroenterici, anche seri, ma reversibili e suscettibili di attenuazione con la lavanda gastrica, perché almeno una parte del contenuto ingerito è ancora presente nello stomaco. Le intossicazioni a lunga latenza (8-36 h) sono le più subdole e gravi, perché alla loro comparsa le tossine sono state ormai assorbite completamente e stanno già facendo il loro effetto citotossico.

Alcune leggende metropolitane: se il fungo diventa blu al taglio non è buono; tutti i funghi cotti sono commestibili; fare la prova del gatto. Tutto falso !!

Basta rivolgersi ai centri di controllo micologico, presenti anche con reperibilità presso gli uffici di igiene delle ASL o presso i mercati generali, per avere tutte le informazioni necessarie allo scopo di evitare incidenti.

Esistono poi i corsi di formazione da 240 a 315 ore, aperti a tutti.

La chiacchierata del Dr. Golzio è stata accompagnata da una bellissima serie di slides riportanti le foto scattate dal relatore durante le sue passeggiate nei boschi. Mi rendo conto che senza le immagini questo breve resoconto renda assai poco, ma chi è veramente interessato e appassionato può integrare con tutti i mezzi informativi a disposizione o partecipando agli appositi corsi.

Dopo la cena a base di funghi e tartufi, la serata si è conclusa con l'asta del tartufo, ideata da nostro impareggiabile Prefetto, come si può vedere nella foto allegata !

PMG



Riunione 1574 del 29 novembre 2022

Interclub con R.C. Cuorgnè e Canavese, Castellamonte ed Ivrea

Riunione con Signore ed Ospiti

“Fai bei sogni”

Relatore: Dr.ssa Emanuela Malorgio, esperta in medicina del sonno

Presenti in Sala: Federico Gervasio, Presidente Rotaract Torino Valli di Lanzo con la Signora Graziana

Soci presenti nr. 16 pari al 47,06% Ospiti dei Soci nr. 11

Alla presenza dei Soci Rotary dei Club di Ivrea, Cuorgnè e Castellamonte, con un'elevata percentuale di nostri soci intervenuti, presso il ristorante Tre Re di Castellamonte, abbiamo avuto il piacere di assistere ad una interessantissima conferenza dal titolo: “Fai bei sogni”, tenuta dalla Dr.ssa Emanuela Malorgio, esperta in medicina del sonno.

La relatrice ha trattato il tema con grande chiarezza, catturando palpabilmente l'attenzione di tutti i Soci presenti.

Ha spiegato che il sonno è un processo rigenerativo, fondamentale non solo per l'uomo, ma per tutti gli esseri viventi, in cui sia il corpo sia il cervello subiscono delle riparazioni, ovvero un buon sonno è essenziale per le funzioni della memoria, per il sistema immunitario e per il corretto funzionamento degli ormoni nel corpo.

Essendo specialista in pediatria, ha sottolineato, in particolare, che il sonno è vitale per una buona crescita, per la salute in generale e per il benessere dei bambini. Inediti ai più i rimandi al sonno di alcuni animali, quali ad esempio fregate e rondoni che rimangono in aria per settimane, chiudendo gli occhi, facendo riposare ora metà, ora l'intero cervello, e senza perdere l'orientamento.

Sempre per quanto riguarda i bambini, ha illustrato che gli studi recenti hanno dimostrato che i bambini che beneficiano regolarmente di una quantità sufficiente di sonno di qualità manifestano migliore attenzione, comportamento, apprendimento, memoria e in generale benessere mentale e fisico.

Non dormire abbastanza può provocare diversi disturbi. Dato che l'ormone della crescita è prodotto prevalentemente durante il sonno, una mancanza di sonno cronica può addirittura interferire con la crescita dei bambini.

Molto importanti inoltre sono stati i suoi consigli sui comportamenti e, in special modo, sui cibi e le bevande da evitare per non compromettere sensibilmente la condizione del sonno, quali naturalmente, oltre al fumo, la caffeina e la teina.

La serata si è conclusa con una lunga serie di domande dei Soci, dimostrando così il significativo interesse suscitato dall'argomento trattato e dalla chiarezza di esposizione della relatrice, che è riuscita a comunicare brillantemente con la platea, catturandone l'attenzione.

GF

