

NON SOLO FRA DI NOI

Realizzato presso i Centri Diurni "Articolo Uno"
Spoleto Centro Civico S. Nicola' tel 0743.44217
c/o ilcerchio.net - mail giraffa21@gmail.com

ARTICOLO UNO
CENTRO CIVICO
S. NICOLA' **UNO** SPOLETO

Unirci è un inizio,
mantenersi uniti è un progresso,
lavorare insieme è un successo.

Anonimo del '700

Se fossimo capaci di unirci...
quanto bello e vicino sarebbe il futuro.

Ernesto Che Guevara

magazine settimanale
per la Zona sociale n. 9 della Regione Umbria
del periodico Impegno Sociale



n° 617

tiratura 250 copie

Spoleto 21 luglio 2017



“Metallo urlante” di Valerio Evangelisti Einaudi Stile Libero. Genere metal: mutazioni genetiche, guerre catastrofiche, esseri spietati e orribili. Questo e altro ci aspetta in quello che è stato definito il libroculto di Evangelisti. Con un messaggio implicito a chi, come i giovani, sono gli architetti del futuro: impedisce che questi scenari apocalittici, in un futuro non lontano, si avverino.



IL PUNTO
pag. 1 (qui)

CHIACCHIERE & VASCHE
pag. 1 (qui)

FORTISSIMAMENTE CALYPSO
pag. 1 (qui)

FATTORIA SOCIALE
pag. 2 (dietro)

...MA ANCHE
pag. 2 (dietro)

CURIOSANDO
pag. 2 (dietro)

IL PUNTO

Peccato, ci avevo preso gusto ad aprire questo punto commentando auspici e coincidenze del numero in grande un po' a destra qui sopra, ma questo seicentodiciassette non mi dice proprio nulla.

Impossibile invece non prendere in considerazione le note inserite nella cartella delle immagini raccolte e proposte dalla redazione. Oltre l'invito alla pubblicazione per qualcuna in particolare, l'appunto recitava: "troviamo che sono tutte molto belle...". Come si fa a non dare scoltto ad una nota così?

Così non resta che prendere su quelle immagini e comporre la copertina che vedete qui sopra con tutte e quattro.

Giornalisticamente parlando, perchè in fondo seppure probabilmente il più piccolo del mondo siamo pur sempre un giornale, forse potrebbero essere più incisivi scatti più estemporanei e un po' "rubati" che non le pose un po' da cartolina e un po' selfie... Ma comunque i volti sorridenti, sereni e "solari" qui sopra trasmettono l'idea di una vacanza speciale e restituiscono a chi legge l'immagine della cordiale professionalità di operatrici, operatori e volontarie e la spumeggiante soddisfazione delle "nostre" ragazze e dei "nostri" ragazzi.

E a seguire se da un lato Sonia conferma l'apprezzamento per quanto sopra, Luca ci racconta che anche la vita nei servizi in questi giorni estivi è all'impronta di "chiacchiere & vasche" e una piscina "non molto affollata", con "tre ragazzi di un'altro servizio" fanno una "giornata piena di relax e divertimento".

CHIACCHIERE & VASCHE

di Luca

Dopo tanta attesa noi ragazzi
dell'Articolo Uno, siamo andati in
continua a pag. 2

FORTISSIMAMENTE CALYPSO

di Sonia

Quando sono arrivata al Calypso,
ho avuto una bellissima
continua a pag. 2

questo è un pro-oggetto
della cooperativa il cerchio





FINOCCHIO SELVATICO
Foeniculum vulgare Mill Il finocchio selvatico, *Foeniculum vulgare* Mill,



coltivato nel "giardino dei sensi" è presente anche nel habitat naturale della "Fattoria Sociale".

È una pianta spontanea mediterranea, già apprezzata dai Greci e che i Romani contribuirono a diffondere in tutta l'Europa continentale. Forse però non tutti sanno che Maratona, il nome della località della Grecia dove gli Ateniesi sconfissero i persiani nel 490 a. C. significa appunto in greco "campo dei finocchi". Questa pianta infatti nasceva spontanea nella vasta pianura assolata in riva al Mare Egeo, da dove parti il leggendario messaggero che compì di corsa i quaranta chilometri che lo separavano da Atene. Per Plinio il finocchio era un rimedio alle malattie degli occhi, infatti si dice che il serpente se ne ciba per schiarirsi la vista, in più nella nostra amata Valnerina, in molti dei suoi suggestivi borghi, il culto di Santa Lucia, protettrice degli occhi, è associato con il finocchio in molte preghiere e rituali. Al tempo di Carlo Magno era obbligatorio coltivarlo nei giardini imperiali. Le sue proprietà curative: i semi in infusione sono noti per essere diuretici, antinfiammatori, impacchi con il decotto dei semi recano sollievo a blefariti (infiammazioni del margine della palpebra) e

congiuntiviti, possiede anche proprietà emmenagoghe, galattagoghe, migliora il flusso del latte materno, stimolanti, carminative (meteorismo), spasmolitiche, dispepsie (disturbi digestivi) e sedative nelle coliche dei bambini. In cucina il finocchio è molto utilizzato, le foglie fresche e i germogli vengono usati per insaporire minestre, piatti di pesce, insalate, paste, verdure, aceto, olio e formaggi, Nella "pasta con le sarde" le foglie del finocchio selvatico sono uno degli ingredienti essenziali.

Inoltre le foglie vanno ad insaporire marinate di carni in genere, dall'anonima fettina, alla carne di grossa selvaggina come cervo, cinghiale e capriolo.



I frutti (detti semi) aromatizzano pane, focacce, dolcetti, carni diverse alla griglia, castagne lesse e con l'aggiunta di rametti e foglie, i ripieni di lumache.

...MA ANCHE

...e a leggere l'articolo qui sopra in redazione si è sparsa la voce di un ulteriore e preciso utilizzo del mitico finocchio selvatico.

È l'ingrediente indispensabile (e non lo trovi mai quando ti serve) per un ottimo "spezzatino in

porchetta". ...ma questa è un'altra storia!



FORTISSIMAMENTE CALYPSO segue da pag. 1
 accoglienza da parte di tutti coloro che ci che conoscevano ormai da tanti anni, animatori compresi, molto affettuosi con noi ragazzi. Ci trattano benissimo, da mangiare è sempre molto buono e il servizio è ottimo. Quest'anno il tempo è stato magnifico, abbiamo fatto tanti bagni e preso tanto sole, la sera dopo cena abbiamo assistito a bellissimi spettacoli e ballato, personalmente ho fatto sempre le ore piccole (molto molto piccole!!!)



Ma perché poi si dice "fare le ore piccole"? La nostra redazione ha fatto una veloce e approfondita ricerca e abbiamo scoperto che la cosa è... molto semplice. Leggiamo sul dizionario del "corriere" che "le ore piccole" sono quelle dopo le "24" (mezzanotte) quando il conteggio delle ore ritorna ai numeri... piccoli, 1, 2,...

CHIACCHIERE & VASCHE segue da pag. 1
 piscina; come prima volta io e Michele Bogdan e come operatore Silvano Ragni, siamo andati in Piscina a Campello sul Clitunno. Una cittadina che si trova dopo Spoleto. Siamo partiti con il pulmino della cooperativa; quando siamo arrivati abbiamo aspettato gli altri tre ragazzi di un'altro servizio. Giornata piena di relax e divertimento. La piscina è molto carina e non molto affollata e tra chiacchierate e bagni, ci siamo divertiti e rilassati.



Vendita - Noleggio - Assistenza - Multifunzioni - Mobili per ufficio - Plotter

xerox



Triumph-Adler

Panasonic FREZZA

tel 075 5004906 - info@multicopia.it - www.multicopia.it

non solo fra di noi

direttore editoriale giorgio raffaelli

supplemento a

Impegno Sociale

anno XVI - dicembre 2013

Direttore editoriale: Sandro Corsi

Direttore Responsabile: Arnaldo Casali

Pubblicazione Reg. Tribunale di Terni

il 13 novembre 2003 n. 11/03