

NON SOLO FRADI NOI

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

Spoleto 4 agosto 2017



“L’anello dei Re” di Marco Buticchi.
Un’ avventura di Oscar Breil, il
piccolo uomo ex ministro degli esteri
Israeliano che ci svela niente di meno
che la genealogia e la discendenza del
grande Drakula! Riuscirà il nostro
eroe a sconfiggere l’assassino che si
fa chiamare “Il Giusto”?

IL PUNTO
pag. 1 (qui)

LEGGOLANDIA 6.1 - IL RITORNO
pag. 1 (qui)

LA MAGLIA CHE PASSIONE
pag. 1 (qui)

FATTORIA SOCIALE
pag. 2 (dietro)

OROSCOPO
pag. 2 (dietro)

questo è un pro-oggetto
della cooperativa il cerchio



IL CERCHIO
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

Impegno
SOCIALE

n° 619

tiratura 250 copie



IL PUNTO

Mentre allineiamo parole e immagini su queste colonne fuori il termometro segna 36 gradi. Persino i computer sembrano avere i riflessi rallentati e riprendono velocità (e noi con loro) avvicinandoli ai ventilatori dell'aria condizionata.

Molto materiale in cartella e la frescura dell'aria condizionata ci accompagna nella scelta dell'immagine "rinfrescante" del vaso con rigoglioso cespuglio di melissa, il verde di un prato e in lontananza la Fattoria Sociale di Protte.

Al nostro fresco artificiale rispondiamo con un fresco naturale a "km 0" di cui ci dirà con didattica puntualità l'articolo a pag 2, qui dietro... che intanto anche a girare il foglio ci sventoliamo un po'.

E per la legge degli opposti ci viene in mente una foto che da tempo attende in cartella con l'avviso che sarebbe arrivato l'articolo a commento... che è arrivato! Però a questo punto, in questo punto, non vi diciamo ne quali sia l'immagine ne il testo e vi diamo solo l'indizio a seguire, anche se a dirla tutta non abbiamo mai conosciuto nessuno che l'abbia provato "sulla propria pelle": studi scientifici garantiscono che come protegge dal freddo (dovrebbe) proteggere anche dal caldo!

Quando abbiamo finito di impaginare fuori il termometro segna una leggera flessione al ribasso. Ci vuole gli occhiali per vederla, troppo poco per aprire le finestre e spegnere i ventilatori. Magari sarà la volta che sperimentiamo le proprietà dell'innominato manufatto di cui sopra... ma chi ha il coraggio?!

LEGGOLANDIA 6.1
Il ritorno
continua dal n. 618 di Sonia
Non riguarda quindi solo gli
animali, ma si applica sulla
continua a pag. 2

LA MAGLIA... CHE PASSIONE!
di Daila
Circa un mese fa ho iniziato il mio
lavoro ai ferri con l'aiuto di
continua a pag. 2

OROSCOPO

Dal 23 Luglio al 23 Agosto entriamo nel segno del Leone. E' un segno generoso, passionale e orgoglioso.



Molto ambizioso e creativo. Non è timido, ama stare al centro della scena. Un particolare augurio di buon compleanno ai nostri amici Rossi Giacomo, Bossi Giancarlo, Calabresi Claudio e Proietti Bovi Roberto. Auguri dagli amici di Articolo Uno



...e a tutti auguri dalla redazione



Nel numero precedente ci siamo dimenticati di trascrivere, riguardo al nostro amico "Pipistrello", un particolare fondamentale e importantissimo che lo associa ancor di più al contesto "Fattoria Sociale" e all'agricoltura in generale: la produzione di "guano", reperibile all'interno delle grotte dove si accumula nel suolo, utilizzate come siti di riposo per molte specie gregarie, il quale è considerato una delle forme più pregiate di fertilizzante!!! In questo numero ritorniamo nel "Giardino dei Sensi" per parlarvi di un'altra aromatica conosciutissima e apprezzata, "la melissa"!!! Il nome generico "Melissa", deriva dal greco e secondo la mitologia fa riferimento ad una ninfa che avrebbe inventato l'arte dell'apicoltura, nell'antica Grecia l'appellativo "Melissa" veniva usato per quelle donne che venivano considerate particolarmente sagge e ricche di virtù. Veniva anche venerata come Dea cretese e raffigurata come ape regina, gli apicoltori infatti la utilizzano come richiamo ed attrazione per gli sciami. Tutte le parti di questa pianta sprigionano un gradevole odore di limone e bergamotto, la consistenza delle foglie è lievemente membranosa, sono inoltre cosparse di cellule oleifere, il loro

aspetto ricorda molto la pianta dell'ortica, il colore del fiore è giallastro e dopo la fecondazione diventa bianco o rosa. "Melissa" si chiama anche un macro virus informatico creato dal programmatore statunitense David Smith e diffuso nel 1999 che arrivò ad infettare più di un milione di computer nel mondo; il nome di questo virus gli fu dato in onore di una spogliarellista. Melissa bianco, Melissa rosso e Melissa rosso riserva sono vini DOC la cui produzione è consentita nelle provincie di Catanzaro e Crotona. Proprietà terapeutiche: Melissa officinalis è nota per le sue proprietà medicamentose, in fitoterapia della melissa sono utilizzate soprattutto le foglie ma anche i fiori e gli steli. Unita ad altre piante aromatiche serve per preparare decotti o infusi che possono servire come cordiale o tonico, come sedativo negli stati d'ansia, nervosismo ed insonnia con somatizzazioni viscerali ed irrequietezza ed anche patologie dispeptiche gastroenteriche, problemi digestivi, alitosi, dolori mestruali, grazie alla sua azione spasmolitica e nella cura dell'emicrania. L'estratto di foglie fresche possiede attività antivirale contro Herpes simplex per cui viene usata anche nel trattamento dell'Herpes labiale. Viene molto usata dai frati e dai monaci nella preparazione di ricette medicamentose e aromatiche.



Uso in cucina: Si usano le foglie fresche per insaporire insalate, minestre, carni, verdure grigliate o lesse, pesche, marmellate, macedonie ecc.

LA MAGLIA...CHE PASSIONE! segue da pag. 1

Graziella ,
E' già molto tempo che mi dedico a questa attività ma non avevo ancora mai fatto un lavoro così impegnativo e lungo.

Ho scelto tra i vari gomitoli di lana a disposizione un bel colore verde scuro ed uno più chiaro.

Giorno dopo giorno, con tanta pazienza, sono riuscita a terminare la mia bella sciarpa che indosserò quando tornerà il freddo o forse la regalerò a mamma se non mi farà troppo arrabbiare.....

Ah, volevo dirvi che con i ferri sono instancabile, infatti ho già iniziato un'altro lavoro e forse farò un bel cappellino !



IL RITORNO segue da pag 1

MEGGIOLANDIA 63 segue da pag 1
società, la lentezza non è solo andare piano, ma è la possibilità di recuperare un ritmo personale di movimento, il nostro ritmo, quello che ognuno di noi ha, e dividerlo. Poi ho apprezzato tanto anche il "coraggio di Milo," in cui il protagonista (un ragazzo disabile) con tanta determinazione salva la sorella da una situazione molto pericolosa e riesce ad ottenere finalmente la fiducia del papà che fino a quel momento lo considerava un buono a nulla, mentre stravedeva e si fidava ciecamente della figlia minore, questa è stata un po' la mia sfida, far capire dopo tanti anni ai miei genitori che io sono come Moreno, perché posso stargli vicino, comunque confortarli, sostenerli moralmente, aiutarli con il mio amore, il mio cuore e tanta tanta pazienza. Loro con il tempo hanno compreso tutto ciò hanno compreso lo sforzo che ho compiuto per arrivare ad essere la Sonia che sono oggi . Nella" storia del gatto e del topo che diventò suo amico" il gatto mix perde improvvisamente la vista e subito Fabrizio candidamente e allo stesso tempo entusiasta, ha detto: ...come me !!! e qui si è aperto un mondo, come nella storia , tutti abbiamo chiuso gli occhi e iniziato ad allenare la mente a" vedere , attraverso la fantasia, le scene che il topo Mex descriveva al gatto non vedente e tutti ci siamo sentiti tanto vicini a Fabrizio e a Mix , ci siamo sentiti uguali a loro. Per non parlare di Fabrizio , era felicissimo, entusiasta di condividere con noi il suo ritmo, penso che sia stato uno dei momenti in cui ci ha sentiti veramente vicini, che bella esperienza!!!