



Riunioni

Martedì, ore 20.15
Ristorante Corte Lombarda
Piazza Matteotti, 9
20023 Cantalupo di Cerro Maggiore
Tel.: +39 (0331) 535604

ROTARY CLUB PARCHI ALTO MILANESE

<i>Presidente 2016-2017</i>	<i>Andrea Paternostro</i>
<i>Vice Presidente - Incoming</i>	<i>Elena Colombo</i>
<i>Past President</i>	<i>Vito Garofalo</i>
<i>Segretario</i>	<i>Luigi Beviglia</i>
<i>Tesoriere</i>	<i>Monica Prandi</i>
<i>Prefetto</i>	<i>Paola Taborelli</i>
<i>Presidente Progetti</i>	<i>Nicola Giuliano</i>
<i>Presidente Comm. Internazionale e rf</i>	<i>Oreste Crespi</i>
<i>Presidente Amministrazione</i>	<i>Ernestina Ricotta</i>
<i>Presidente Comunicazione</i>	<i>Andrea Pigni</i>
<i>Presidente Effettivo</i>	<i>Pippo La Rocca</i>
<i>Presidente Azione Giovanile</i>	<i>Raoul Nucci</i>

Bollettino N. 1

- **Calendario club**
- **Resoconto riunioni**
- **Notizie dal nostro club**
- **Calendario gruppo Olona**

www.rotary.org

Calendario Riunioni Luglio e Settembre 2016

Martedì, 26 luglio
Ore 20:15

“Buone vacanze”
Giardino del Ristorante Corte Lombarda

Venerdì, 9 settembre
Ore 21.30

“Legnano Night Run” – partenza da
Viale Toselli, Legnano
Ritrovo ore 20.00 sul piazzale antistante
Il Castello Visconteo

Domenica, 18 settembre
Ore 12.00

Festa per il 18° del RC Parchi Alto Milanese
Grand Hotel des Iles Borromees
Corso Umberto I, 67 - STRESA

Riunione del 5 luglio 2016

Correre o camminare: l'importanza del movimento



Serata di successo, quella condotta il 5 luglio scorso da Fulvio Massini, preparatore atletico e nome noto quanto apprezzato nel mondo della maratona.

Massini (che ha preso la parola dopo il nostro Claudio Ricci, che- attraverso una complessa serie di dati frutto di suoi studi- ci ha parlato del progressivo incremento della temperatura terrestre), ha tenuto un'interessante relazione sull'attività sportiva e, in particolare, sulla corsa e i suoi benefici. Correre fa bene, infatti, non solo al nostro fisico, ma anche alla nostra psiche: rilassa, potenzia la sensazione di benessere e migliora il tono del nostro umore. Aiuta inoltre a scaricare lo stress e la tensione accumulati nel corso della giornata e a tenere sotto controllo l'ansia: insomma, è una valida alleata del nostro star bene!

Certo, chi non è abituato e, dunque, neanche allenato alla corsa, può tranquillamente confidare nei benefici della camminata: sono sempre più numerosi infatti gli studi scientifici che dimostrano come per mantenersi in buona salute sia consigliabile camminare ogni giorno, calcolando tra i mille e i diecimila passi. Quest'attività aiuta a perdere peso, attiva la circolazione sanguigna e tonifica i muscoli delle gambe.

Diminuisce, inoltre, il rischio d'ipertensione, previene il diabete e aiuta a combattere il colesterolo. E se a questo si aggiunge anche che camminare rilassa e libera la mente, alzi la mano chi, d'ora in poi, non bandirà la vita sedentaria!

Da tecnico quale è, Massini è entrato poi anche nel merito dell'alimentazione che deve seguire chi pratica attività sportiva: occorre infatti prestare attenzione all'equilibrio tra zuccheri, proteine e grassi, che devono essere rispettivamente assunti in queste percentuali (55%, 15% e 30%), che costituiscono poi i capisaldi della sana dieta mediterranea.

I preziosi consigli di Fulvio Massini ci serviranno per prepararci nel miglior modo possibile alla Legnano Night Run, la camminata notturna non competitiva che il 9 settembre prossimo vedrà tantissimi appassionati (oltre 3 mila, lo scorso anno) schierarsi sulla linea di partenza, che quest'anno non sarà più nel centro cittadino, ma in viale Toselli, all'altezza del Castello Visconteo. Il percorso si snoderà ancora lungo le vie del centro cittadino e non comporterà più due giri, ma un giro solo della lunghezza di 7 chilometri. L'edizione di quest'anno avrà, inoltre, un risvolto benefico: oltre alla quota d'iscrizione (10 euro), si potrà donare la somma di 2 o 5 euro per sostenere due progetti di solidarietà (il progetto Scuola Khane Valley e la raccolta fondi della Fondazione Veronesi "Pink Good", dedicata alle donne malate di cancro).

Grazie all'input del nostro presidente, Andrea Paternostro, che ha fatto appositamente realizzare le magliette con il logo del Rotary e il nome del nostro club, parteciperemo tutti (invitando possibilmente anche famigliari e amici) a questo evento sportivo e chissà che riusciremo anche a conquistare la coppa come il gruppo più numeroso!

Buon allenamento a tutti e chi, ora del 9 settembre, non si sentirà pronto per la corsa, niente paura, perché potrà tranquillamente camminare senza fretta. Al termine, ci ritroveremo tutti al Birrificio Legnanese, per concludere in bellezza la serata.

Presenze

Socio	Recuperi	Presenza serata	Totale precedente	Totale presenze	Percentuale presenze	Ospiti soci
1 AZARIO Gianluca		1	0	1	100%	
2 BARBERA Laura		1	0	1	100%	
3 BARNI Luigi		1	0	1	100%	
4 BERRA Sandro		0	0	0	0%	
5 BEVIGLIA Luigi		0	0	0	0%	
6 BORSANI Vittorio		1	0	1	100%	
7 CASSIANO Giovanni		1	0	1	100%	
8 CASTIGLIONI Patrizia		1	0	1	100%	
9 CENTINAIO Giovanni		0	0	0	0%	
10 COLOMBO Elena		1	0	1	100%	
11 COLOMBO Giorgio		1	0	1	100%	
12 CONTI Fabrizio		0	0	0	0%	
13 COTTINI Paolo		Congedo	0	0	0%	
14 CRESPI Oreste		1	0	1	100%	
15 DELLA BELLA Paola		1	0	1	100%	
16 EUCHERIO Francesco		1	0	1	100%	
17 EVALLI Giovanni		0	0	0	0%	
18 GAROFALO Vito		1	0	1	100%	
19 GAVOSTO Franco		0	0	0	0%	
20 GIULIANO Nicola		1	0	1	100%	
21 GORLERO Roberto		0	0	0	0%	1
22 GRANDI Roberto		1	0	1	100%	
23 JUSTINE Reema		1	0	1	100%	
24 LA ROCCA Giuseppe	1	0	0	1	100%	
25 LAZZARINI Anna		0	0	0	0%	
26 MANTOVANI Elena		0	0	0	0%	
27 MINESI Marco		0	0	0	0%	
28 MORLACCHI Bruno		1	0	1	100%	
29 MORONI Alberto		0	0	0	0%	
30 NUCCI Raul		1	0	1	100%	
31 PATERNOSTRO Andrea		1	0	1	100%	2
32 PIGNI Andrea		1	0	1	100%	
33 PIRAZZINI Stefano		Congedo	0	0	0%	
34 PRANDI Monica		1	0	1	100%	
35 RABOLINI Paolo		1	0	1	100%	
36 RANCILIO Giorgio		1	0	1	100%	
37 REBOLINI Marco		0	0	0	0%	
38 RECECCONI Fabio		0	0	0	0%	
39 RICCI Claudio		1	0	1	100%	
40 RICOTTA Ernesta		1	0	1	100%	
41 RIVA Roberto		0	0	0	0%	
42 TABORELLI Paola		1	0	1	100%	
43 TANZI Marco		0	0	0	0%	
44 TOZZO Paolo		1	0	1	100%	
45 TRABUCCHI Giuseppe		1	0	1	100%	
46 TRUCCO Francesca		0	0	0	0%	
47 TUNESI Gianfranco		1	0	1	100%	

Ospite del club: Fulvio Massini

Ospiti dei soci: Cristina (Gorlero), Emilia e Ketty Musto (Paternostro)

Riunione del 12 luglio 2016 Quando Letteratura e Medicina si compenetrano



*Il cardiologo Francesco Fiorista
ospite del Club, nella serata
dedicata a Leopardi e alla poesia*

Quella dello scrittore con indosso il camice bianco e lo stetoscopio al collo è una figura che trova nella storia della letteratura mondiale esempi autorevoli: pensiamo, tanto per fare un nome, a Cechov, scrittore e drammaturgo russo, medico condotto del villaggio di Babkino che, dopo aver curato per un'intera estate centinaia di pazienti ricavandone un solo, misero rublo, si rifugiò, per consolarsi, tra le braccia della sua "concubina", la Letteratura (era infatti solito ripetere "La Medicina è la mia sposa, ma l'amore vero lo faccio solo con la Letteratura"). O ancora, a Mario Tobino, scrittore di Viareggio, che per quarant'anni fece lo psichiatra in un vecchio manicomio nei pressi di Lucca, dove ambientò poi la sua raccolta di racconti intitolata "Per le antiche scale". Questa premessa per dire che Medicina e Letteratura sono tutt'altro che inconciliabili, come ci ha dimostrato, nella serata di martedì 12 luglio, il dottor Francesco Fiorista, medico cardiologo, poeta e scrittore.

Fiorista è venuto a parlarci di Giacomo Leopardi, poeta recanatese che nel grande pubblico ha il potere di destare sentimenti controversi: chi lo conosce a fondo può solo amarlo e chi, invece, ne ha solo uno sbiadito ricordo scolastico, rischia spesso di concentrarsi più sul suo pessimismo, che sul suo genio.

Il dottor Fiorista è un grandissimo conoscitore del poeta de L'Infinito e di tutti i suoi scritti ed è proprio dalla minuziosa analisi di questi ultimi che, da medico quale è, ha dedotto una vera e propria anamnesi del poeta. Oggi questa singolare cartella clinica da lui compilata è conservata nientemeno che al Centro Nazionale di Studi Leopardiani di Recanati.



Per parlarci di Leopardi e delle cose che, in genere, non si trovano sui manuali scolastici, Fiorista è partito dall'epitaffio impresso sulla sua tomba, a Napoli: Leopardi viene qui indicato come filologo, prima che come poeta, in omaggio alla sua sterminata conoscenza dei testi antichi greci e latini.

Fiorista si è inoltre soffermato sul rapporto tenero e familiare che il poeta aveva con Angelina, la domestica di casa Leopardi, quella a cui resterà affezionato anche negli anni della maturità e alla quale non oserà rifiutare né la richiesta di fare da padrino di battesimo al figlio, né di scrivere un sonetto per la prima messa di un ignoto novizio (sono state fatte molte ricerche per portare alla luce questo scritto che purtroppo è andato perduto ed è comunque buffo pensare che l'unica poesia d'occasione mai scritta da Leopardi fu composta, forse, controvolgia, solo per non dire di no alla sua ex cameriera).

Questa e altre curiosità (la golosità sfrenata del poeta, che amava i confetti e i gelati e che si dice sia morto, il giorno dopo aver fatto indigestione di confetti di Sulmona), sono quelle che il dottor Fiorista ci ha reso note, durante la serata.

Quest'ultima gli ha fornito anche lo spunto per presentare la sua opera poetica, *Rime dovute*, trent'anni di poesia in cui confluiscono momenti unici e strettamente personali della sua vita, ma anche avvenimenti e personaggi che hanno contraddistinto la storia italiana.

Fiorista è anche autore di un'opera davvero singolare: *I Vangeli in versi e in rima*, trascrizione dei quattro Vangeli in ottave di settenari, vero e proprio poema su Cristo a cui l'autore ha dedicato quindici anni della sua vita. Editto da Ancora, il volume ha riscosso un successo enorme di pubblico e di critica. L'idea sarebbe d'invitare il dottor Fiorista, verso Natale, per parlarci di questa sua opera, che proprio nel mese di novembre uscirà in quinta edizione.

Presenze

N.	Socio	Recuperi	Presenza serata	Totale precedente	Totale presenze	Percentuale presenze	Ospiti soci
1	AZARIO Gianluca		1	1	2	100%	0
2	BARBERA Laura		1	1	2	100%	0
3	BARNI Luigi		0	1	1	50%	0
4	BERRA Sandro		1	0	1	50%	0
5	BEVIGLIA Luigi		0	0	0	0%	0
6	BORSANI Vittorio		0	1	1	50%	0
7	CASSIANO Giovanni		0	1	1	50%	0
8	CASTIGLIONI Patrizia		1	1	2	100%	0
9	CENTINAIO Giovanni		0	0	0	0%	0
10	COLOMBO Elena		0	1	1	50%	0
11	COLOMBO Giorgio		0	1	1	50%	0
12	CONTI Fabrizio		1	0	1	50%	0
13	COTTINI Paolo		Congedo	0	0	0%	0
14	CRESPI Oreste		1	1	2	100%	0
15	DELLA BELLA Paola		1	1	2	100%	0
16	EUCHERIO Francesco		1	1	2	100%	0
17	EVALLI Giovanni		0	0	0	0%	0
18	GAROFALO Vito		1	1	2	100%	0
19	GAVOSTO Franco		1	0	1	50%	0
20	GIULIANO Nicola		1	1	2	100%	0
21	GORLERO Roberto		1	0	1	50%	1
22	GRANDI Roberto		0	1	1	50%	0
23	JUSTINE Reema		1	1	2	100%	0
24	LA ROCCA Giuseppe		1	1	2	100%	1
25	LAZZARINI Anna		0	0	0	0%	0
26	MANTOVANI Elena		0	0	0	0%	0
27	MINESI Marco		1	0	1	50%	1
28	MORLACCHI Bruno		0	1	1	50%	0
29	MORONI Alberto		1	0	1	50%	0
30	NUCCI Raul	1	0	1	2	100%	0
31	PATERNOSTRO Andrea		1	1	2	100%	1
32	PIGNI Andrea		0	1	1	50%	0
33	PIRAZZINI Stefano		Congedo	0	0	0%	0
34	PRANDI Monica		1	1	2	100%	0
35	RABOLINI Paolo		0	1	1	50%	0
36	RANCILIO Giorgio		1	1	2	100%	0
37	REBOLINI Marco		0	0	0	0%	0
38	RECECCONI Fabio		1	0	1	50%	1
39	RICCI Claudio		0	1	1	50%	0
40	RICOTTA Ernesta		0	1	1	50%	0
41	RIVA Roberto		0	0	0	0%	0
42	TABORELLI Paola		1	1	2	100%	0
43	TANZI Marco		0	0	0	0%	0
44	TOZZO Paolo		0	1	1	50%	0
45	TRABUCCHI Giuseppe		0	1	1	50%	0
46	TRUCCO Francesca		1	0	1	50%	1
47	TUNESI Gianfranco		1	1	2	100%	0

Ospite del club: Francesco Fiorista

Ospiti dei soci: Simone (Gorlero), Cristina (Paternostro), Patrizia (La Rocca), Claudia (Minesi), Dede (Rececconi), Sig.ra Landini (Trucco)

Recuperi: Raoul Nucci

Comunicazioni e notizie dal club



Cari soci e amici,

domenica 18 Settembre sarà una data memorabile per noi del Parchi Alto Milanese: festeggeremo infatti il 18° di costituzione del nostro club e lo faremo nella splendida cornice del Grand Hotel Des Iles Borromèes di Stresa, elegante struttura che si affaccia sul Lago Maggiore e che ha alle spalle oltre un secolo di tradizione.

In un'atmosfera davvero incantevole ci ritroveremo per ripercorrere insieme 18 anni della nostra storia e ringraziare tutte le persone che, ciascuno con il proprio impegno, hanno contribuito a scriverne i vari capitoli.

Sarà la festa “di” tutti e “per” tutti, per cui sarebbe un vero peccato se qualcuno mancasse.

Un ringraziamento al nostro socio, Raoul Nucci, per averci consigliato e supportato nella scelta della location.

Dunque, vi aspetto tutti (anche con parenti e amici)

Non mancate!

Con sincera amicizia,

Andrea Paternostro

Calendario Gruppo Olona

R.C. Castellanza	Rist. Golf Le Robinie - Giovedì, alle ore 20:00
Giovedì, 21 luglio	Ristorante Golf Le Robinie – conviviale con consorti Relatore: Francesco Clasadonte – Carlo Riva Tema: Hi-Tech 4Children: Il mondo della tecnologia applicato alla disabilità infantile
R.C. Malpensa	Tennis Club, Gallarate – mercoledì alle ore 12:30
R.C. Saronno	Hotel La Rotonda, Saronno – martedì ore 12:45
R.C. Ticino	Golf Club Le Robinie, Solbiate Olona – mercoledì ore 20:00

Notizie dal Distretto

PIETRO GIANNINI E' IL NUOVO GOVERNATORE

Nato a Pietrasanta (LU) il 27 marzo 1942, coniugato.

Socio del R.C. Bergamo Città Alta (all'epoca Bergamo Est Clusone) dal novembre 1983.

Prefetto del Club negli a.r. 1989/1990 e 1990/1991.

Presidente del Club nell' a.r. 2007/2008.

Assistente del Governatore per i R.C. del Gruppo Orobico dall'anno rotariano 2010/2011 all'anno rotariano 2012/2013.

2013/2014: componente della Commissione Raccolta Fondi e Programma PolioPlus nell'ambito della Commissione Fondazione Rotary, Delegato del Governatore per l'Analisi del territorio e, dal febbraio 2014, Delegato del Governatore per il Piano di "Innovazione e Flessibilità".

Paul Harris con 3 zaffiri.

LETTERA DEL GOVERNATORE

Care Amiche e cari Amici rotariani...

“... Qui comincia la sventura...”:

le parole che l'autore, Sergio Tofano (in arte STO), utilizzava nella strofa iniziale delle storie del signor Bonaventura, pubblicate sul Corriere dei Piccoli, supplemento domenicale per i bambini del Corriere della Sera, furono il titolo della e-mail con la quale presi il primo contatto, da AdG, con i Presidenti Eletti del Gruppo Orobico dell'a.r. 2010/2011.

Continuavo “nella certezza che le difficoltà iniziali che ognuno di noi dovrà affrontare in questa nuova esperienza rotariana, per me come fresco Assistente del Governatore per il Gruppo Orobico e per voi come Presidenti Eletti nei rispettivi Rotary Club che lo compongono, potessero essere poi superate con il successo che sempre arrideva al termine delle storielle al protagonista del fumetto”.

Ho trovato questo approccio, forse un po' sbarazzino, ancora attuale e stimolante: per me, come novello Governatore del Distretto 2042, per i Componenti la Squadra Distrettuale, quasi completamente rinnovata nei suoi ruoli, e per i Presidenti Eletti per l'a.r.2016/2017.

Anche il S.I.P.E. (Seminario d'Istruzione Presidenti Eletti), è stato aperto all'insegna di “Qui comincia la... sventura...” perché a volte i Presidenti considerano tale investitura quasi un'imboscata al loro tranquillo tran tran nell'ambito dei rispettivi Club, salvo poi ricredersi al termine del loro anno per la bella esperienza rotariana vissuta, che consente loro una diversa percezione e consapevolezza del mondo Rotary, delle sue dinamiche, delle sue complessità e, soprattutto, dei grandi valori dei suoi contenuti.

Compito del Governatore è agevolare queste dinamiche per i dirigenti dei Club e rappresentare ai soci il legame con il Rotary International.

Mi piace quindi ricordare nella mia prima lettera i concetti espressi dal Presidente Internazionale John F. Germ nel suo discorso di investitura durante l'Assemblea Internazionale di San Diego dello scorso mese di gennaio, a cui hanno preso parte i 539 Governatori Eletti:

- Bisogna essere orgogliosi di appartenere al Rotary;
- Essere nel Rotary è una grande opportunità per tutti: Presidente Internazionale, Governatori, Presidenti di Club e Soci;
- Se uno segna un goal tutti vinciamo e dovremo essere altrettanto orgogliosi di fare l'assist per il goal;
- Dobbiamo cogliere l'opportunità offertaci dall'appartenere al Rotary per motivare, ispirare e guidare i Club a fare opere di Service migliori, più efficaci e più ambiziose;
- Mettere in pratica la grossa opportunità per cambiare e migliorare il mondo, per sempre, attraverso il Rotary al Servizio dell'Umanità;
- Dobbiamo far conoscere al mondo il ruolo del Rotary nell'eradicazione della Polio;
- Più siamo conosciuti più saremo in grado di attrarre partner, finanziamenti e nuovi Soci che condividano i nostri valori, che credano nell'onestà, nella diversità, nell'amicizia, nella pace e che servire l'Umanità sia quello che si deve fare;



- Non siamo semplici giocatori: siamo ROTARY ALL STARS perché si possa vedere il mondo cambiare in meglio con il Rotary al Servizio dell'Umanità.

Al termine del S.I.P.E., naturalmente, la "...sventura..." che accompagnava l'immagine del signor Bonaventura venne cambiata in "...Qui comincia l'avventura...".

Mi si potrebbe ora suggerire che il gioco è durato abbastanza e che, quindi, sarebbe opportuno non continuare con il signor Bonaventura, ma fra questi e il Rotary vi sono delle affinità e delle analogie di comportamento che li avvicinano:

- La prima apparizione del signor Bonaventura avvenne sul Corriere dei Piccoli n. 43 del 28 ottobre 1917. Pertanto compirà l'anno prossimo 100 anni come la Fondazione Rotary;
- Nel tempo la strofa iniziale è cambiata più volte: "Qui comincia la sciagura", "Qui comincia l'Avventura", "Qui comincia la sventura" del 1927 e "Ricomincia la sventura", confermando la necessità di adeguarsi ai tempi analogamente a quanto ci viene proposto da Evanston;
- L'avventura del signor Bonaventura si trasformava sempre in un beneficio per altri, che è uno degli obiettivi prioritari del Rotary al Servizio dell'Umanità;
- Il fatto, infine, che l'ingenuo ma onesto Bonaventura riuscisse sempre a trarre un guadagno da una iniziale situazione sfortunata conferiva alle storielle un indubbio valore educativo, come esempio per un corretto e leale comportamento, che alla fine premia, che è una delle finalità primarie del nostro sodalizio.

E mi piace anche pensare che ogni avventura può iniziare con una sventura, ogni ruolo può essere impegnativo o anche diventare un problema.

Ogni nuovo anno, con nuovi incarichi rotariani, da Governatore, da Presidente, da Consigliere è l'inizio di una avventura, che porta desideri, programmi e aspettative....., ma ricordo a tutti che già essere rotariano è un impegno, e ogni inizio d'anno deve essere per tutti motivo di crescita e di rinnovate motivazioni. E ricordando che il lavoro dei rotariani, nel Rotary e fuori, è uno dei temi che ci accompagnerà nel corso dell'anno, auguro a tutti buon lavoro, per un nuovo anno pieno di contenuti e soddisfazioni rotariane, proclamando che "...Qui continua l'avventura..." con "Il Rotary al Servizio dell'Umanità".

Milano, 01 luglio 2016

Pietro Giannini