

ROTARY CLUB VERCELLI SANT'ANDREA
Distretto 2031 Italia

ANNO ROTARIANO 2012 - 2013



- Fondato nel 1993 -

SEGRETERIA: Via A. Manzoni, 7 – 13100 Vercelli
tel. e fax 016158035 – e-mail: ROTARY.SANDREAVC@libero.it

Riunioni presso il Circolo Ricreativo di Vercelli , Via G.Ferraris, 52 tel. 0161250962: salva diversa indicazione, conviviali il 1° e 3° Mercoledì del mese alle ore 20,00; non conviviali i rimanenti mercoledì, alle ore 20,00

Consiglio Direttivo anno rotariano 2012/2013

Presidente	Stefano	MAZZA
Vice presidente e Presidente designato per il 2013/2014	Giovanni Maria	RUFFINO
Segretario	Michele	LA ROCCA
Tesoriere	Andrea	CALVI
Prefetto	Aldo	CASALINI
Consigliere	Quirino	BARONE
Consigliere	Francesco	FERRARIS
Consigliere	Fernando	GUALA MOLINO
Consigliere	Mariano	GUARNERA
Consigliere	Massimo	MUSSATO

Commissioni anno rotariano 2012/2013

EFFETTIVO

Presidente	Marco	Mocchia
	Gian Luca	Aldone
	Pierangelo	Stangalino

PUBBLICHE RELAZIONI

Presidente	Michele	La Rocca
	Guido	Cerutti
	Davide	Zizzadoro

AMMINISTRAZIONE DEL CLUB

Presidente	Andrea	Calvi
	Francesco	Calciati
	Tullio	Tagliavini

PROGETTI

Presidente	Felice	Notarianni
	Riccardo	Isola
	Pierluigi	Rondoni

FONDAZIONE ROTARY

Presidente	Aldo	Casalini
	Mario	Cortese
	Giacomo	Costanzo

BOLLETTINO N. 195
FEBBRAIO 2013
(circolare interna)

1. EVIDENZE PARTICOLARI

Ai fini organizzativi i Soci sono pregati di preavvertire la Segreteria della propria partecipazione o meno alle riunioni, specialmente se conviviali, nonché della presenza di eventuali ospiti personali, ovvero della propria consorte o di propri familiari quando l'invito sia esteso ai medesimi.

Sono inoltre pregati di segnalare tempestivamente la propria partecipazione a riunioni di altri Club o distrettuali.

Si ricorda che la mancata partecipazione a nostre riunioni può essere compensata con la partecipazione a riunioni di altri Club.

Più precisamente ogni Socio è pregato di informare la Segreteria della propria partecipazione o meno entro i due giorni precedenti la riunione, utilizzando le caselle di posta elettronica ROTARY.SANDREAVC@libero.it, o: vercellisantandrea@rotary2031.it, o il numero telefonico 0161 58035, dotato di segreteria.

2. CALENDARIO DELLE PROSSIME RIUNIONI

6 febbraio	Ore 20 - Ristorante San Rocco di Asigliano (via Costanzana 8 - tel 0161 368032) – Caminetto. Relatore il Socio Dott. Francesco Natalini . Tema " Mobbing e stress lavoro correlato ". Nell'occasione si terrà la votazione per l'elezione di un componente del Consiglio Direttivo, in sostituzione del Dott. Guido Cerutti, dimissionario per impegni di lavoro.
13 febbraio	ore 19,30 - Circolo Ricreativo – aperitivo.
20 febbraio	ore 20 - Circolo Ricreativo – Riunione Conviviale. Relatori il Dott. Carlo Demartini , Direttore generale della Cassa di Risparmio di Asti e Vicepresidente di Biverbanca, il Dott Massimo Mossino , Direttore generale di Biverbanca e il Dott. Roberto Cerreia Voglio , Vicedirettore generale di Biverbanca. Tema: " le tematiche del credito alla luce dell'attuale crisi economica. Il ruolo delle banche anche a livello territoriale ". L'invito è esteso alla Signore.
27 febbraio	ore 19,30 - Circolo Ricreativo – aperitivo.
6 marzo	ore 20 - Circolo Ricreativo - riunione conviviale. Relatore il Prof. Francesco Brugnetta . Tema " Cemento precompresso – storia e romanzo dell'autostrada del sole ".
13 marzo	ore 19,30 - Circolo Ricreativo – aperitivo.

20 marzo	ore 20 - Circolo Ricreativo - riunione conviviale. Relatore il Direttore di "Quattroruote", Carlo Cavicchi . Tema: " Dalle auto che hanno cambiato le città alle città che cambieranno le auto ". L'invito è esteso alla Signore.

3.CALENDARIO DEL ROTARY CLUB VERCELLI

29 gennaio	Ore 20 – Circolo Ricreativo – riunione conviviale aperta ai familiari. Relatore lo scrittore Gigi Moncalvo , che presenterà il suo ultimo libro " Agnelli segreti ".
5 febbraio	Ore 20 – Circolo Ricreativo – riunione conviviale aperta ai familiari. Relatore il Dott. Duccio Ravera , farmacista. Tema" Omeopatia: bluff o realtà ".
12 febbraio	Ore 19 – Circolo Ricreativo – Riunione non conviviale.
19 febbraio	Ore 19 – Circolo Ricreativo – Riunione non conviviale.
26 febbraio	Ore 20 – Circolo Ricreativo – riunione conviviale aperta ai familiari. Relatore il Dott. Franco Balzaretti . Tema" Le guarigioni di Lourdes fra scienza e fede ".
5 marzo	Ore 19 – Circolo Ricreativo – Riunione non conviviale.

4.LE RIUNIONI EFFETTUATE

RIUNIONE NON CONVIVIALE DEL 30/11/2012 (828^a)
 ORE 21 SALONE DUGENTESCO
 CONCERTO DI BENEFICENZA

Il Gruppo "The White Soul Choir" diretto dal Maestro Peyla, ha dato luogo a un'applauditissima esibizione di musica Gospel.

Oltre duecento persone, tra cui numerosi Soci, si sono ritrovate per trascorrere una serata coinvolgente, in cui si è realizzato un proficuo connubio fra musica e solidarietà.

I liberi contributi raccolti in quella sede, uniti a quelli di altre persone che, pur non potendo presenziare, non hanno esitato ad esprimere concretamente la condivisione degli obiettivi della serata, hanno permesso di raccogliere una somma ragguardevole, integralmente destinata a Suor Teresa in Albania e a Padre Minghetti in Bolivia, a sostegno della loro ammirevole azione a favore dei bambini più sfortunati.

Al Coro, senza il quale l' iniziativa di beneficenza non sarebbe stata possibile, va un caloroso ringraziamento per la grande professionalità e la generosa disponibilità dimostrate.

RIUNIONE NON CONVIVIALE DEL 05/12/2012 (829^a)
ORE 19.30 CIRCOLO RICREATIVO

Ha presieduto: **il Presidente: Stefano Mazza**

Soci presenti: **Ferraris, La Rocca, Mussato.**

Era presente: **il Presidente del R.C. Vercelli Dott. Giorgio Delleani.**

RIUNIONE CONVIVIALE DEL 19/12/2012 (830^a)
ORE 20.00 MUSEO BORGOGNA

Ha presieduto: **il Presidente Stefano Mazza. Era presente la Signora.**

Soci presenti: **Aldone, Barone con Signora, Berzero con Signora, Buzzi, Calciati con Signora, Casalini con Signora, Cerutti, Mario Cortese con Signora, Costanzo, Ferraris, Filippone con Signora, Forte con Signora, Francese con Signora, Guala Molino con Signora, Guarnera con Signora, La Rocca, Mengozzi con Signora, Mussato con Signora, Natalini, Notarianni con Signora, Pissinis con Signora, Quaglia, Rondoni con Signora, Ruffino con Signora, Tagliavini con Signora, Turcato con Signora, Zizzadoro con Signora.**

Era presente **la Signora Silvia Cortese.**

Ospiti del Club: **il Questore di Vercelli, Dott. Gaetano Giampietro, con Signora l'Assistente del Governatore, Arch. Luca Villani, con Signora il Presidente del R.C. Vercelli, Dott. Giorgio Delleani, con Signora in rappresentanza del Presidente del R.C. Viverone Lago il Dott. Giuseppe Orto il Presidente del Panathlon Club Vercelli, Avv. Filippo Campisi la Signora Renata Buccetti i musicisti Carlo Barone e Riccardo Mussato.**

Ospiti del Presidente: **il Dott. Gianni Vercellone, Direttore del settore cultura, sport, istruzione, turismo e manifestazioni del Comune di Vercelli la Dott.ssa Daniela Denaro, responsabile dell'Ufficio Cultura del Comune di Vercelli.**

Soci visitatori: **il Dott. Enrico Reverchon del R.C. Vercelli, con Signora.**

Nel corso del convivio i giovanissimi e promettenti pianisti Carlo Barone e Riccardo Mussato si esibiscono a turno nell'esecuzione, molto applaudita, di alcuni brani musicali.

RIUNIONE CONVIVIALE DEL 16/01/2013 (831^a)
ORE 20.00 CIRCOLO RICREATIVO

Relatore: **Dott. Aldo Gellona.**

Tema: **"Stili alimentari: credenze e verità".**

Ha presieduto: **il Presidente: Stefano Mazza. Era presente la Signora.**

Soci presenti: **Barone con Signora, Calciati, Casalini con Signora, Mario Cortese con Signora, Costanzo, Ferraris, Filippone, Forte con Signora, Francese, Guarnera, Roberto Isola, La Rocca, Mussato con Signora, Pissinis con Signora, Rondoni con Signora, Ruffino con Signora, Tagliavini, Turcato.**

Al termine del convivio il Presidente cede la parola al relatore

Aldo Gellona, laureato in medicina e chirurgia, si è specializzato a Torino in endocrinologia e malattie del ricambio.

Medico di base a Vercelli dal 1989, si interessa dal '90 di alimentazione e patologie endocrine.

Il Dott. Gellona evidenzia come, anche attraverso internet e gli organi di informazione, si siano diffuse le più disparate mode alimentari, che molti seguono più o meno assiduamente, a volte danneggiando la propria salute.

Tuttavia non vi è dubbio che nelle moderne società occidentali si riscontrano, in misura crescente e allarmante, patologie riconducibili all'assunzione eccessiva di calorie e all'eccesso di sedentarietà (la quale, secondo le statistiche, tende a crescere man mano con l'età, dopo un picco iniziale nei primissimi anni di vita e una significativa riduzione durante la giovinezza).

Tutti i fattori sanitariamente rilevanti ne sono coinvolti: peso, pressione, colesterolo, trigliceridi, glicemia.....

Ne derivano cardiopatie, vasculopatie, tumori, diabete, anemie, malattie polmonari ed epatiche, minor resistenza organica, allergie alimentari....

Normalmente la propensione al sovrappeso non è ereditaria, ma dipende dalle abitudini alimentari che ciascuno ha consolidato, le quali sono influenzate dall'educazione ricevuta, dal sesso e dal contesto familiare e sociale.

Il problema è che si guarda all'alimentazione non come a un mero mezzo di sussistenza, ma come a un piacere fine a sé stesso, capace di gratificare e dotato di valenza consolatoria.

Da qui l'importanza di educare sin dai primi anni a un rapporto corretto col cibo.

Più che su particolari tipologie di alimenti occorre concentrarsi sui limiti all'apporto calorico totale (magari introducendo in cucina l'uso di pesare gli ingredienti, per stimare in modo più preciso le calorie corrispondenti). Analogamente, a parità di calorie, hanno un'importanza relativa il numero dei pasti e la distribuzione degli alimenti nel corso della giornata.

Determinati modelli di consumo dei pasti possono aumentare il rischio di assumere inconsapevolmente, magari attraverso i condimenti e le bevande, una quantità eccessiva di calorie.

In genere, ad esempio, si mangia in modo ipercalorico nei fast food, come del resto è tipico della cucina anglosassone, tradizionalmente ricca di proteine, grassi e zuccheri.

Il vino non è di per sé controindicato, ma occorre tener conto di circa 80 – 90 calorie per bicchiere (di più per i superalcolici) .

Un aperitivo con i relativi stuzzichini dà un apporto calorico comparabile con quello di un pasto.

L'olio (preferibilmente di oliva) va limitato nonostante le buone proprietà organolettiche, in quanto molto calorico.

Per altro verso una dieta eccessivamente ipocalorica può provocare danni organici e, quando cessa, indurre a eccessi alimentari per rivalsa.

Nel corso e al termine della relazione intervengono:

Rondoni, al quale il relatore conferma che le statistiche citate sulla propensione alla sedentarietà per classi di età descrivono correttamente anche la situazione attuale, pur risalendo ad alcuni anni fa;

Casalini, cui il relatore conferma che i modelli alimentari diffusi negli USA sono ancor meno corretti dei nostri, rilevando anche che là è quasi del tutto inesistente la sanità pubblica;

Tagliavini, che, riferendo esperienze personali, manifesta la sensazione che negli USA l'educazione alimentare sia gravemente carente.

5. NOTIZIARIO

Intervento di Soci a iniziative distrettuali o di altri Club

Il 16 gennaio 2013 Guala Molino ha partecipato a una conviviale del R.C. Gattinara