

Editoriale - Revival di una Crisi • Una Lezione di Storia

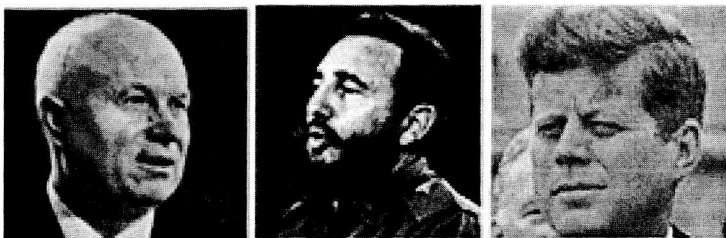
Non avremo mai pensato, che nel 2022, dopo aver vissuto in Kosovo dal 1998 al 1999, una guerra a due passi da casa, ne avremmo dovuta subire un'altra.

Distante, ma non così tanto, un'altra guerra giustificata da presunti motivi di difesa del territorio Russo, data la vicinanza dell'Ucraina se annessa alla Nato come da tempo chiedeva di far parte, con relative basi anche missilistiche, dimenticandosi, che uguali basi non molto più distanti si trovano in Romania, Bulgaria e anche in Italia, certo il sottosuolo Rumeno o Bulgaro non è così ricco come quello Ucraino e nemmeno coltivato in modo intensivo a grano e mais, l'Ucraina un tempo veniva definita "il granaio" dell'ex Unione Sovietica, anche se dovette subire una carestia Holodomor, in pratica l'olocausto dall'altra parte voluta si dice dall'allora dittatore Josip Stalin, che provocò 3.900.000 morti tra la popolazione Ucraina e questo è stato accertato! Un vero genocidio di massa.

Non dimentichiamoci che un analoga vicenda di braccio di ferro tra Mosca e Washington nel 1962, si era già verificata quando l'allora URSS guidata da Nikita Chruscev e gli USA di John Fitzgerald Kennedy dovettero affrontare la crisi del tentativo di dispiegamento di missili balistici con testate nucleari Sovietici da consegnare alla Cuba di Fidel Castro, si parlò anche allora di Terza Guerra Mondiale.

Il tutto si concluse con il dietrofront delle navi Sovietiche di fronte allo spauracchio di uno sbarramento armato da parte delle forze Statunitensi. Quest'anno sono giusto sessant'anni.

Triste revival di una ricorrenza. Immaginate ora che i missili Sovietici di quel tempo siano i missili odierni della NATO, con alle spalle chiaramente gli USA, che l'Ucraina, sia Cuba, lo scenario non è molto diverso se non per gli attori in campo, sia da una parte che dall'altra, quella fu una guerra mediatica di propositi di attacchi mai compiuti e di sbarchi mai avvenuti, la differenza è tutta qua, lo sbarco della NATO non è mai avvenuto in terra Ucraina, l'attacco all'Ucraina, Si ! forse i politici erano di altra caratura, sapevano fino a quando tirare la corda, Vladimir non è certo Nikita e certamente Volodymyr non è paragonabile a Fidel né J Baiden a JF Kennedy. La situazione è la stessa ma le teste sicuramente no da ambo le parti, ma come al solito, chi ne rimetterà anche in termini di vite umane saranno più civili che militari, pur essendo anche loro esseri umani. Ne rimetteremo anche noi, speriamo non con vittime, ma sicuramente con disagi economici di varia entità. Certo se dopo la pandemia ci voleva una guerra il 2022 sta già battendo il già funesto 2021, speriamo che nel loro bagaglio culturale ci sia anche la storia moderna e che prendano spunto dai loro predecessori. Peccato che non penso che l'ironia del ricevere in regalo un libro di storia con un post-it su la crisi a Cuba faccia parte del bagaglio di Vladimir e forse nemmeno del collega Ucraino anche se il passato da comico lascierebbe ben sperare. Mi raccomando niente risatine, noi abbiamo avuto Beppe Grillo. **Se avete notato la z del nostro logo come tanti loghi nel mondo si è trasformata per non somigliare a quella impressa nei loro mezzi dagli invasori Russi in Ucraina.**



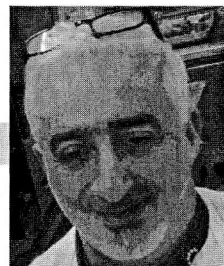
60 YEARS 1962 CRISI CUBA 2022 CRISI UKRAINA



Per contattarci: cdmagazine2019@gmail.com

ATTIVITA' CUCINA a cura di Giovanni Di Martino

Il Ricettario di Gianni di prossima pubblicazione



Dolce Tusquale



Basso



40'



Facile

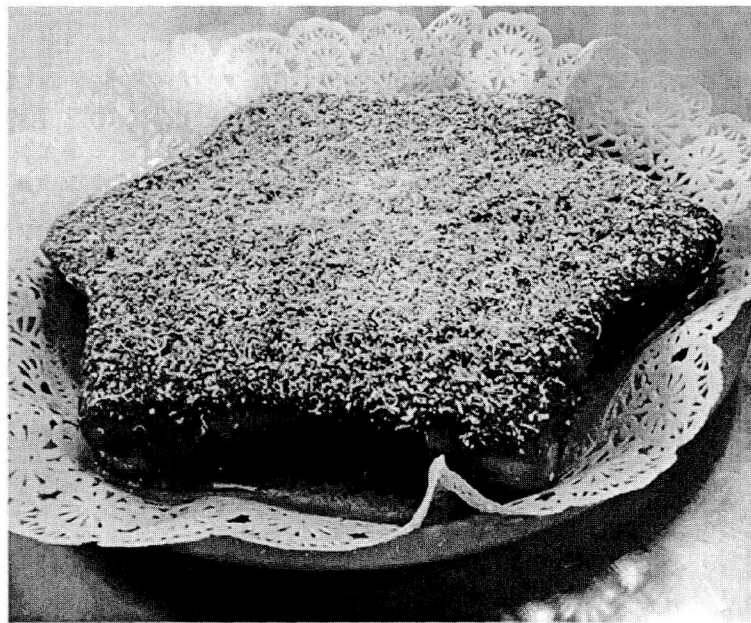


3 Porzioni



Ingredienti

- ② gr. 100 farina mandorle;
- ② gr. 50 farina mix;
- ② gr. 50 farina semola integrale;
- ② gr. 70 truvia o eritritolo;
- ② gr.50 margarina;
- ② gr. 250 albume



- ② gr. 50 mandorle a filetti;
- ② gr. 50 gocce di cioccolato s.z.;
- ② ½ bustina lievito;
- ② ½ fiala aroma mandorle;
- ② q.b. latte fresco;

Preparazione :

In una terrina montare a neve l'albume e la truvia, togliere 2/3 cucchiari e metterli da parte in una scodella.

Aggiungere pian piano le farine setacciate, il lievito, la margarina ammorbidita e l'aroma, mescolando con un cucchiaino di legno dal basso verso l'alto.

Aggiungere poi sempre mescolando le gocce di cioccolato e le mandorle a filetti per poi aggiungere un po' di latte.

Mettere il composto nella teglia, coprirlo con l'albume messo da parte, un po' di filetti di mandorle, e cucinare in forno preriscaldato a 170° per 30 minuti. do dei quadrati, Infornare a 170° a forno preriscaldato per 15/20 minuti.



Abbinamento

Serprino Colli Euganei D.O.C. servire ben freddo



Conoscere le AGEVOLAZIONI di Mariagrazia Franco

FINALMENTE UNA FIERA ACCESSIBILE!

Dall'11 al 13 maggio a Bologna Fiere si tiene una importante fiera dedicata ai migliori prodotti e servizi per la disabilità, la riabilitazione e l'ortopedia: si chiama Exposanita, un'occasione per le principali aziende di esporre le innovazioni che possono facilitare la vita dei disabili.

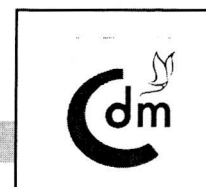
Inoltre in fiera è possibile partecipare a tanti incontri e a numerose iniziative speciali:

- 12 aree sportive per testare con i disabili: arrampicata, basket, calcio balilla, handybike, scherma, sci, tennis da tavolo, tiro a segno, tiro con l'arco e volley,
- Il progetto speciale Gym4ALL, una palestra dedicata al fitness progettata ed allestita per essere accessibile. Un progetto pensato per le necessità e i desideri delle persone; uno spazio in cui promuovere, anche attraverso l'attività fisica, possibili occasioni di integrazione e di inclusione.

Se vuoi ricevere on-line un biglietto OMAGGIO, puoi collegarti al sito www.disabili.com e compilare la richiesta entro 15 Aprile 2022. Il biglietto d'ingresso è valido per visitare tutte le 3 giornate di manifestazione.



Ti siamo vicini Modesto



Quando la vita si accanisce, lo fa in tanti modi, doveva bastare, quello che era già successo, ma stavolta ha colpito ancora più duramente.

Nelle nostre condizioni, ci aggrappiamo a quelle persone che non rappresentano solo un legame sancito da un contratto di matrimonio, ma che condividendo con noi questa sventura, ci rendono debitori, di un sentimento e di attenzioni nei nostri confronti che diventano un ancora di salvezza in un mare che un giorno dopo una terribile tempesta ci ha trasformato in una barca senza guida, per te non solo farò nel buio ma un'isola dove sentirsi al sicuro, amato e considerato.

Ti siamo vicini, per quanto possibile, anche se sappiamo che certi dolori, hanno solo i bei ricordi dei momenti felici passati insieme, per essere leniti.

Aggrappati a questi e a quella parte di Lei che ti restano vicino, le tue figlie e i tuoi nipoti.

Modesto; caro amico, per quel che possiamo, noi ci siamo!



SPORT per tutti di Andrea Rossetto

TECNICA • Le Categorie alle Paralimpiadi

Dopo aver seguito prima le paralimpiadi estive e ora quelle invernali non tutti hanno ancora preso confidenza con categorie paralimpiche, ossia il modo in cui sono classificati gli sport per disabili. Ogni disciplina è contraddistinta da un codice, composto da lettere e numeri, che indicano il tipo di prova sostenuta dall'atleta paralimpico e il tipo di disabilità.

Pur tentando di riassumere in termini chiari e semplici, dobbiamo riconoscere che la cosa è particolarmente complessa, comunque proviamoci.

A determinare le categorie paralimpiche ci pensa il Comitato Paralimpico Internazionale, che garantisce a ogni atleta di gareggiare con rivali che si trovano nelle stesse condizioni. Lo scopo della divisione in categorie, infatti, è quello di avere gare tra atleti di pari livello e dunque competizioni quanto più eque possibili. In particolare sono le organizzazioni internazionali di sport per disabili che fanno parte dell'assemblea generale del Comitato Paralimpico Internazionale a definire i codici di classificazione. I criteri fondamentali in base ai quali vengono classificati gli sport per disabili sono tre:

- 1 la valutazione della patologia o la disabilità dell'atleta;
- 2 la valutazione del grado di disabilità dell'atleta;
- 3 la valutazione delle funzionalità fisiche residue dell'atleta, ossia che cosa riesce a fare.

In una categoria, dunque, ci possono essere diversi livelli di disabilità, ma quello che la divisione in categorie paralimpiche cerca di garantire è che le persone che si sfidano tra di loro abbiano uno stesso profilo funzionale, che dipende dalle capacità tecnico-tattiche dell'atleta paralimpico.

Per quanto riguarda il tipo di disabilità, sia per le Paralimpiadi estive sia per quelle invernali, si fa una distinzione in sette categorie principali:

- 1 atleti amputati: che hanno perso parzialmente o totalmente

almeno un arto;

- 2 atleti con paralisi cerebrali: che presentano danni cerebrali

non progressivi che limitano il controllo muscolare, l'equilibrio e il coordinamento;

- 3 atleti con disabilità intellettive: che hanno limitazioni nel

comportamento (ma questa categoria risulta in sovrappeso);

- 4 atleti in sedia a rotelle: che presentano danni alla spina

dorsale o altri tipi di danni che li costringono a stare in carrozzina;

- 5 atleti ciechi: che presentano gravi problemi alla vista che vanno dalla cecità parziale a quella totale;

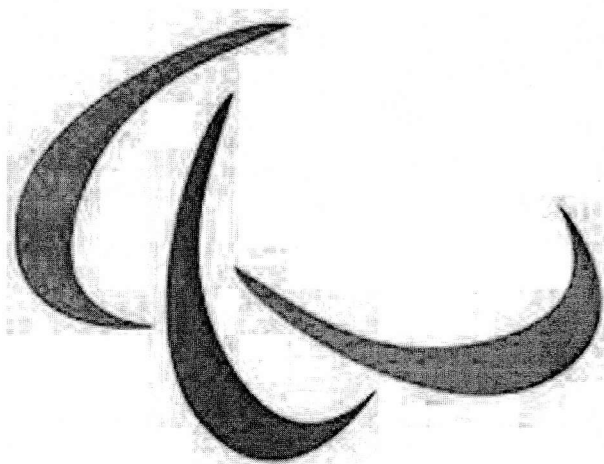
- 6 atleti sordi: che presentano gravi problemi all'udito che vanno dalla sordità parziale a quella totale;

- 7 gli altri: è la categoria che comprende tutti quegli atleti che non rientrano nelle precedenti categorie, per esempio coloro che sono affetti da nanismo, deformità congenite agli arti o sclerosi multipla.

• atleti in sedia a rotelle: che presentano danni alla spina dorsale

Nell'ambito poi di ogni tipo di disabilità, ci sono delle associazioni internazionali che definiscono le classi di disabilità. Per esempio l'Associazione Internazionale dello Sport per Ciechi individua tre classi di atleti ciechi o ipovedenti, a seconda della loro capacità visiva che viene espressa con la formula $x/60$ dove x è un numero che indica a quanti metri l'atleta paralimpico vede un oggetto che un normodotato vede a 60 metri di distanza.

Per ogni sport, dunque, ci sono diverse specialità e per ognuna di esse c'è una divisione degli atleti



Per capiremeglio vediamo come funziona la divisione in categorie paralimpiche in due degli sport più importanti delle Paralimpiadi, quelli che a loro volta racchiudono più discipline:

l'atletica leggera e il nuoto. Nell'atletica leggera ogni disciplina è indicata da una lettera e un numero. Le lettere sono: la F se è una disciplina che si svolge sulcampo (F sta per "field"); la T se si tratta di una disciplina le cui

prove si effettuano in pista (T sta per "track"); la P per il pentathlon. Il numero, invece, indica: dall'11 al 13 atleti ipovedenti e non vedenti (le categorie 11 e 12 gareggiano con unaguida); il 20 indica atleti con disabilità intellettiva; 31-34 atleti su sedia a rotelle con paralisi cerebrali o altre patologie che limitano la coordinazione degli arti o l'uso dei muscoli; 51-58 atleti con lesioni alla spina dorsale, amputazioni, malformazioni congenite, lesioni nervose, handicap muscolo-scheletrici che li costringono sulla sedia a rotelle; i numeri 35-38 indicano atleti che hanno problemi come quelli delle categorie 31-34, ma che riescono a deambulare e a gareggiare in posizione eretta; i numero 40-46 atleti che hanno problemi come quelli delle categorie 51-58, ma che riescono a deambulare e gareggiare in posizione eretta.

Anche nel nuoto ogni classe è indicata da una o due lettere e un numero. Le lettere possono essere:

- S per lo stile libero, farfalla e dorso
- SB per la rana
- SM per i misti

I numeri vanno da 1-10 per gli atleti con disabilità fisiche, da 11 a 13 per atleti con disabilità visive e il 14 per atleti con disabilità intellettive. Un singolo atleta può gareggiare anche in classi diverse.

Per esempio il nostro Federico Morlacchi, che ha una ipoplasia congenita al femore sinistro, nel corso della sua carriera ha vinto medaglie nelle classi S9 (stile libero e farfalla), nella classe SM9 (nei misti) e nella classe SB8 (per la rana).

Alcuni sport paralimpici si praticano in carrozzina, come avviene per esempio per il tennis, il rugby o la pallacanestro, mentre per quanto riguarda la pallavolo paralimpica è il sitting volley, che è praticata da persone con disabilità motorie che giocano a volley restando a contatto con il campo (quindi da seduti).

La scherma alle Paralimpiadi si pratica in carrozzina e si distingue tra: classe A (atleti che muovono il tronco e hanno un buon equilibrio) e classe B (atleti che non muovono le gambe, hanno una ridotta funzionalità del tronco e scarso equilibrio). C'è poi la classe C che include atleti con disabilità in tutti e quattro gli arti, che non è però inclusa nei Giochi Paralimpici estivi. La nostra Bebe Vio, per esempio, fa parte della categoria B. Nel ciclismo, invece, gli atleti paralimpici sono divisi a seconda del mezzo che usano

e cioè handbike, tricicli o biciclette, che dipendono dal tipo di disabilità. per esempio la classe da H1 a H3 indica gli atleti in handbike che gareggiano reclinati, mentre quelli della H4 gareggiano seduti. Nelle

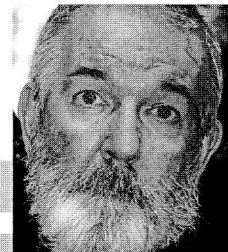
classi T1 e T2 ci sono gli atleti che usano tricicli e hanno problemi di coordinazione motoria. Nelle classi dalla C1 alla C5 ci sono atleti che usano bici normali anche se sono amputati o hanno problemi di coordinazione motoria o debolezza muscolare. La classe TB è quella degli atleti non vedenti o ipovedenti che

gareggiano in tandem con una guida vedente. NEL TIRO CON L'ARCO ci sono diversi tipi di classi a seconda che gli atleti possano muovere gli arti superiori (Open), non possano muovere né quelli superiori né quelli inferiori (W1) o abbiano problemi alla vista (Visual Impaired a sua volta divisi in altre sottocategorie).

Nel tennistavolo la classificazione è in base a dei numeri che indicano da 1 a 5 atleti in carrozzina; da 6 a 10 atleti che hanno

capacità deambulatorie ma altri problemi di movimento o di equilibrio; 11 per atleti con problemi psichici o cognitivi. In altri sport ancora la distinzione, oltre che per il tipo e livello di

disabilità, può dipendere, come avviene alle Olimpiadi, anche per categorie di peso, come nel caso del judo, in cui ovviamente, essendoci un combattimento, la parità tra i due contendenti dipende anche dal tipo di fisico, proprio come avviene tra i normodotati.



AUDIOVISIVI a cura di Giancarlo Bisaglia

Film consigliato • Rob Reiner • Non è Mai Troppo Tardi

Non è mai troppo tardi, film diretto da Rob Reiner, è la storia di un'amicizia speciale nata per caso tra uomo molto ricco e uno molto saggio, entrambi legati da un triste destino comune, che li porterà a cambiare completamente il corso delle loro esistenze. Edward Cole (Jack Nicholson) è un importante imprenditore industriale, multimilionario, mentre Carter Chambers (Morgan Freeman) è un meccanico afroamericano, un uomo molto semplice e al tempo stesso davvero profondo. Il loro primo incontro avviene in una situazione a dir poco infelice: un giorno si trovano a condividere la stessa stanza di ospedale, dopo aver ricevuto una terribile notizia. Entrambi hanno appena scoperto di essere malati terminali di tumore. Sebbene provengano da due mondi completamente diversi, Edward e Carter diventano amici e decidono di reagire positivamente alla malattia, godendosi senza rimpianti tutto il tempo che gli rimane.

Cominciano così a compilare una lista di cose che vorrebbero fare prima di morire, includendo tutto ciò che avrebbero sempre desiderato e che non hanno mai avuto il coraggio o il tempo di realizzare.



LIBRI CONSIGLIATI: Giancarlo Bisaglia - Noi e la Bestia

In una Nazione: Italia, dove il conflitto d'interesse si attua in molte situazioni, perché non approfittarne anch'io, avendo riletto per l'ennesima volta questo libro, scritto da un vecchio amico, che stimo e del quale apprezzo il modo di scrivere e che mi ha raccontato dei suoi diciotto mesi d'ospedale a causa di Ictus emorragico in pratica un'emorragia cerebrale, patologia poco nota ma che, ogni anno e nel tempo, ha colpito, anche mortalmente, moltissime persone.

La cosa che più mi ha colpito è che oltre a dare consigli pratici su come trattare questo tipo di handycappato (Disabile), lancia un messaggio forte ai normodotati perché non cadano in questo incontro, per non aver avuto cura di se stessi quando si ritenevano invincibili, un invito costante a sfruttare le possibilità che si hanno e che spesso perché sempre presenti, non ti permettono di comprendere il valore straordinario di quello che abbiamo e ci sembrano scontate e di poco valore. Come l'alzarsi da una sedia, camminare con passi sicuri in una splendida giornata di sole. Quante volte l'aveva fatto prima, avendolo saputo, avrebbe dovuto gioirne ogni volta. L'autore mi ha confessato che il titolo in prima stesura doveva essere "Io e la Bestia", avendolo iniziato a scrivere sul letto di quell'ottimo reparto di riabilitazione dell'Ospedale di Camposampiero.

Dopo poco ha capito che questo mostro non colpisce solo il diretto interessato, ma tutti quelli che amorevolmente lo circondano, il pensiero a loro anche in quella frase spesso mentalmente ripetuta quasi un mantra "meglio a me che a loro" che gli ha permesso specialmente nei primi giorni di consapevolezza della imprevista situazione di sopportare questa nuova incredibile condizione.





come MUOVERSI di Catia Mezzalana

“Muovermi” Io e il Mare

In questo periodo le uscite sono limitate da questa pandemia, ma il mio pensiero rimane la voglia grande di andare a passeggiare al mare.

L'ultima volta che sono andata al mare ho fatto una lunga camminata lungo la riva a Lignano. Se chiudo gli occhi, posso ancora provare la felicità: sentire il vento tra i capelli, l'acqua che ti passa nei piedi.

Poi mi siedo e guardo l'orizzonte: c'è l'infinito e ti ci perdi. Fantastico!

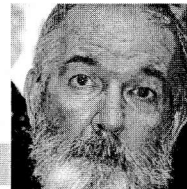
Ecco qui, ora sento e mi scontro con la mia disabilità. Tutto oggi deve essere programmato, pianificato. Catia vuole andare al mare: come faccio? Mentre prima andavo da sola, in un lampo prendevo con me la bimba e un paio di cose e partivo. Ora no: devo chiedere aiuto, trovare qualcuno che possa trascorrere con me una giornata al mare, così che mi possa anche accompagnare lì. E magari il mare a quella persona non piace nemmeno.

Poi rifletto attentamente e penso che ora vorrei tanto camminare in giro, immersa nella natura, ma per spostarmi ho bisogno di altre persone e invece, prima, quando potevo farcela da sola non mi piaceva neppure camminare. Quando ci capita qualcosa di imprevisto, qualcosa di brutto che ci resta dentro, esce il lato più nascosto di noi. È in quel momento che riesci a gustare ogni passo che fai.

Mare, montagna, Fiume Brenta, non importa dove sono, mi ritrovo sempre più riflessiva. So dare il giusto peso alle cose: seppure al primo impatto sembrano inutili, poi porto a casa ogni mio pensiero. Non so se questa possa essere una cosa positiva, perché la mia testa continua a riflettere.

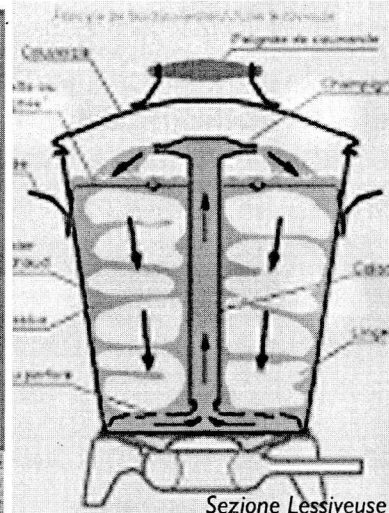
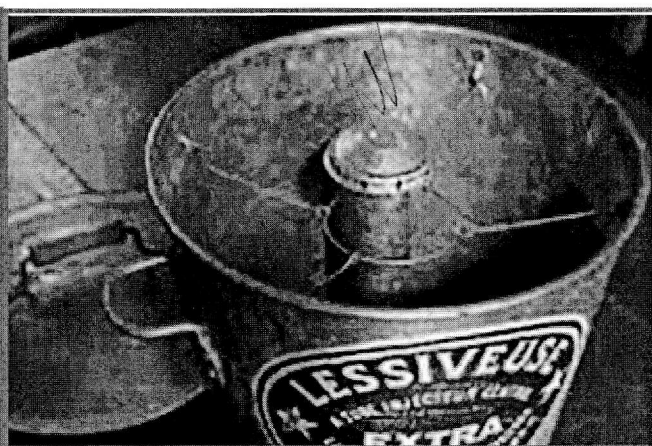
Potere vedere posti diversi, gustare ogni attimo riuscendo sempre a sorridere: questo sarebbe un traguardo positivo. Invece mi ritrovo io in prima persona ad essere sempre poco contenta. Quando guardo al di fuori di me e vedo tante difficoltà, una tristezza mi travolge: mi chiedo “cosa mi manca?”. Non tutti possono arrivare al mare o in cima ad un sentiero. Allora mi dico “Catia sorridi, perché siamo qua in prestito” e farò delle mie camminate un percorso, non un traguardo. Come diceva qualcuno “il bello di un viaggio non è dove arrivi, ma il viaggio”. La vita tante volte toglie, ma la vita può anche dare: sta a noi cogliere!





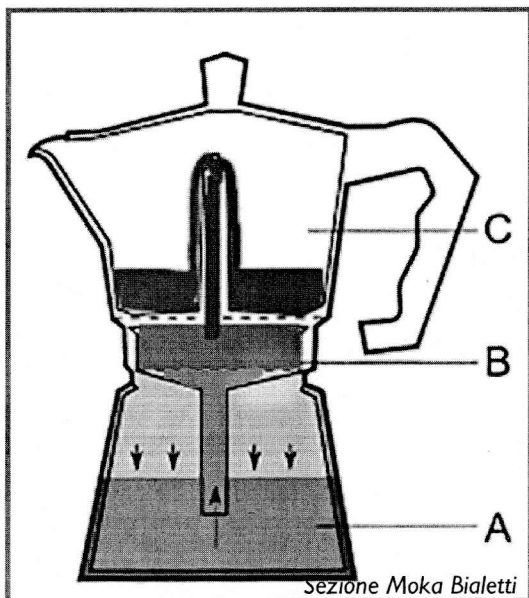
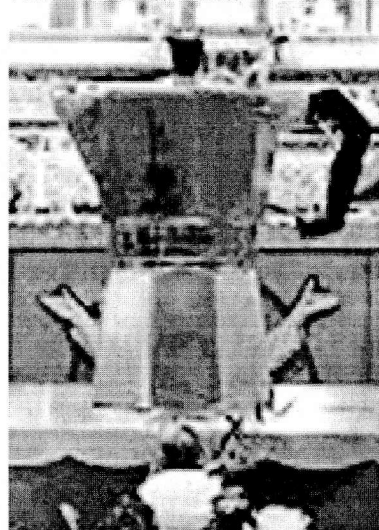
Gli oggetti che vivono con noi • Moka Bialetti • 1933

Uno degli oggetti, che in tutto il mondo rappresenta l'Italia oltre alle Ferrari, la pizza e la moda. E' Lei! presente in quasi tutte le case Italiane dal 1933, da quando Alfonso Bialetti, osservando ad Omegna in Piemonte le donne lavare i panni con uno strano strumento importato dalla Francia, la lessiveuse, trasformò il concetto base di uno strumento per lavare, in quella che sarebbe diventata lo strumento principe per fare il caffè la Moka Bialetti. Aggiunse altre particolarità in quella forma che dovrebbe ricordare una signora con ampia gonna con un braccio al fianco in attesa di quel gorgoglio, che è il classico suono del caffè Italiano. La gonna oltre che aspetti estetici permette di assicurare una presa salda per aprire o chiudere il corpo della macchina in una lega di alluminio, che rilascia portando l'acqua ad alta temperatura quel sapore unito alla polvere di caffè che nessuna macchina nel più perfetto acciaio potrà trasmettere, una valvola che internamente non dovrà mai essere superata dall'acqua, permette di rendere sicura la moka che sviluppa una pressione tale che consente all'acqua di risalire e filtrarsi con la polvere. Il successo mondiale di questo strumento, si deve al figlio di Alfonso, Renato, quello munito di baffoni che interpretato dal grafico Paul Campari nel 1953 diventerà il famoso omino coi baffi. Renato ospite nell'abergo dove avrebbe incontrato degli importantissimi clienti Francesi per firmare un grossissimo accordo commerciale. Sapendo che vi alloggiava anche il famosissimo miliardario Aristotele Onassis, prendendo il coraggio a due mani gli chiese il favore di aiutarlo nella trattativa. Questi passando a fianco al gruppo durante l'incontro, passò diritto, per ritornare sui suoi passi esclamando "Renato, complimenti per la tua macchina per il caffè, veramente eccezionale!" veloce stretta di mano, trattativa conclusa! Alla sua morte nel 2016 i parenti sapendo Renato talmente legato alla sua Moka pensarono di deporre le sue ceneri in una moka da 18 tazze presa dalla normale produzione nell'occasione urna.

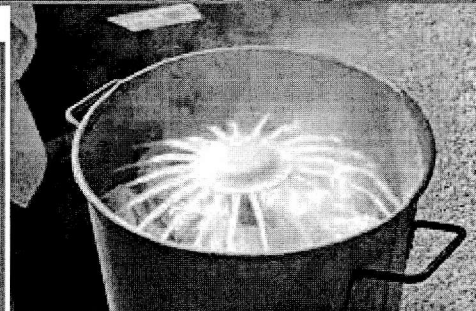


Sezione Lessiveuse

Funerale Renato Bialetti



Sezione Moka Bialetti



Renato Bialetti



Paul Campari l'omino coi baffi