

NUMERO SPECIALE
ANNO 01
N. 002

del SOLE

MENSILE
FEBBRAIO 2020

L'alternativa c'è

La tecnologia può aiutare? Per ogni problema ambientale e sociale esiste una soluzione e la tecnologia, anche in questo caso, può risultare l'arma vincente. Esistono infatti molte applicazioni gratuite e accessibili a tutti, applicazioni che non puntano al lucro ma che rispondono alla finalità di evitare che cibo ancora commestibile venga gettato. Ne elenchiamo alcune ma sicuramente ne esistono altre o comunque in un futuro non molto lon-

tano ne nasceranno diverse con lo scopo di aiutarci a risparmiare e a gestire meglio le nostre dispense. Da qualche mese è arrivata in Italia Too Good To Go, una app che permette di scegliere ed acquistare con il 70% di sconto una Magic Box (pacchetto sorpresa) che si potrà poi ritirare in negozio durante gli orari di apertura. All'iniziativa aderiscono negozi di alimentari, mense, gastronomie e ristoranti, preparando nelle scatole

cibi ancora "troppo buoni per essere buttati". Nata in Danimarca quattro anni fa, per ora è presente solo nelle maggiori città italiane ma si sta diffondendo in fretta: 300.000 persone l'hanno già scaricata in pochi mesi e 100.000 pasti sono stati salvati. Simili a TGTG sono l'app Last Minute Sotto Casa e il portale My Foody che raccolgono le segnalazioni dei supermercati sui prodotti vicini alla data di scadenza e su quelli con

difetti nella confezione, salvandoli così dalla discarica per un prezzo scontato. La metà dello spreco alimentare avviene all'interno delle mura domestiche ed alcune applicazioni possono aiutarci a ridurlo. Eco Dal Frigo, ad esempio, permette di digitare l'elenco delle cose rimaste in casa per ottenere una lista di possibili ricette per utilizzarle al meglio. Nelle grandi città ci sono maggiori possibilità di raccogliere e redistribuire il cibo in eccesso: ad esempio a Roma, Torino, Lecce esistono organizzazioni quali Equoevento che recuperano cibo rimasto da matrimoni, battesimi o feste di compleanno. Tante buone idee che dovrebbero diffondersi e

diventare una abitudine per tutti, segno di responsabilità e di rispetto per l'ambiente e per chi non ha i mezzi necessari per nutrirsi a sufficienza.

Margherita Gnoco

Oltre un terzo del cibo prodotto viene sprecato, la metà dello spreco avviene nelle nostre case. In Italia lo spreco annuale si aggira sui 15 miliardi di euro (500 euro al secondo). Se lo spreco alimentare fosse un Paese, sarebbe il terzo più inquinante in termini di emissioni di CO2 dopo Stati Uniti e Cina. Nel mondo 870 milioni di persone patiscono la fame.



Sei curioso di sapere
Chi siamo?
Che cosa facciamo?
Perchè lo facciamo?

Vieni a trovarci su Facebook:

 La Gazzetta del Sole

www.quelledeibigliettinigialli.it
<https://lagazzettadelsole.home.blog>
lagazzettadelsole@gmail.com

I calzini spaiati

I bambini, si sa, sono speciali e dalle loro meravigliose testimonianze nascono le idee migliori, ma senza il supporto di adulti che credano in loro, molte cose non sarebbero possibili. Ho la fortuna di conoscere varie maestre e grazie ad una di loro, Sabrina, ed ai bambini della Scuola Primaria di Terzo di Aquileia, è nata "La Giornata dei Calzini Spaiati". Finalmente ogni calzino può scegliere con chi essere abbinato, non per forza con un suo simile, anzi più spaiata è la coppia più il divertimento è assicurato! La giornata destinata cade nel mese di febbraio: c'è chi si sbizzarrisce solo in quella data e chi lo fa tutto l'anno. Non pensate che sia un'iniziativa



"Il pianeta dei Calzini Spaiati" de La Pina in cui scoprirete come anche il calzino può essere libero di innamorarsi. In questo 2020 la Giornata dei Calzini Spaiati coincide con venerdì 7 febbraio. Ci piacerebbe ricevere durante il mese più corto dell'anno le vostre foto dei calzini spaiati e non dimenticate: #calzini spaiati

Katiuscia Salmaso

leggera, negli anni è cresciuta la famiglia degli spaiati ed il supporto arriva da tutta Italia, grazie anche agli amici claud di corsia che hanno abbracciato questo fantastico evento. Se avete dei bambini ma anche se non li avete, mi permetto di consigliarvi il libro



- 1 SCARICA L'APPLICAZIONE
- 2 INQUADRA IL CODICE
- 3 ACCEDI A INTERNET
- 4 LEGGI IL TUO BIGLIETTO



- 1- Accedi al tuo AppStore, ricerca Qrcode e scarica una delle tante app gratuite
- 2- Avviala ed inquadra il codice che vedi sopra.
- 3- Assicurati di avere una connessione internet
- 4- Automaticamente apparirà il tuo Pensiero Positivo

Bella dentro

Un giorno di poco tempo fa, stanca come sempre per i mille impegni che mi accolgo più o meno volontariamente, comincio a lamentarmi della giornata, delle fatalità, del fatto che l'ingratitudine e l'indifferenza regni sovrana. Improvvisamente, una persona lì vicino mi prende le mani tra le mani, mi fissa negli occhi con prepotenza e mi dice "tu sei UNA BELLA PERSONA, hai un cuore grande, disponibile. Devi essere fiera di questo!" mi da un bacio sulla fronte e se ne va. Alta, bionda, occhi azzurri non ho mai odiato il mio fisico non propriamente da top model, non mi sono mai truccata troppo ne speso soldi a fare mille trattamenti ai capelli. Quando li ho persi ho lasciato che la gente vedesse questa mia fragilità senza coprirmi la testa, non ho mai nascosto i lividi o le botte. Nel bene e nel male madre natura ha fatto un lavoro "passabile". Solo, a differenza delle mie amiche, mi sono sempre



vista... gigante. Quindi ho puntato tutto su di me, inteso come interiorità. Anche se come dico sempre io "che sei bella dentro interessa solo al verme solitario". Ho una buona autostima, un carattere socievole ma ho sempre cercato comunque in ogni caso di essere qualcosa in più, nel limite delle mie capacità, rischiando a volte di risultare invadente. Cammino nei corridoi dell'ospedale con la schiena dritta, salutando con un sonoro "buongiorno" chiunque incontri, siano pazienti o operatori, e anche diverse volte le stesse. Se vedo qualcuno sperduto e in difficoltà a districarsi nel dedalo dei reparti sono io che mi fermo a chiedere "ha bisogno di aiuto?" senza aspettare che titubante quello alzi restio un dito rischiando di non essere minimamente degnato di sguardo da altri operatori. Non sapete

che gioia quando la gratitudine arriva così, come una scchiata di colore addosso solo per essersi esposti per primi. Cerco di essere indipendente, autonoma, ma anche nella più completa e complicata combinazione del tetris che è la mia vita trovo sempre il tempo per chi mi chiede una mano, un aiuto, un consiglio, tempo per quattro chiacchiere. Non cerco di dare consigli, cerco di non giudicare, cerco di ASCOLTARE! Cerco, anche quando è difficile di regalare un sorriso rassicurante, un appiglio, un po' di quel che ci vuole per far sentire gli altri meno soli, meno invisibili come a volte io stessa mi sento. Credo che si possa essere più belli in pigiama, coi calzini antiscivolo, seduti sul divano, con un bicchiere in mano e il cuore pronto ad ascoltare. Scomposti magari, spettinati, ma con gli occhi fissi e attenti su chi ci chiede attenzione. Credo le donne più potenti della storia siano diventate

eroine proprio partendo dall'umiltà e dalla capacità di donare un po' di loro stesse agli altri, senza sfarzi, senza vanagloria, senza pretese. Solo con la loro anima, con la condivisione, con la forza che è derivata dalla loro esperienza. Senza la pretesa di riavere indietro. Questo disse anche Audrey Hepburn, icona di stile e eleganza: "la bellezza di una donna non risiede nel suo trucco, ma è riflessa nella propria anima". Cerco di fare un po' mio questo pensiero, di essere invece che apparire, di dare invece che avere, di fare delle mie esperienze bagaglio e dono. Un "Quanto sei bella", seppur sempre gradito da una donna, non avrà per me mai il peso di quel "sei una bella persona". Il mio Verme Solitario (magari lo avessi davvero) ringrazia.

Marta Santin

La lettrice Vis a Vis

Piazza Carignano è uno degli angoli più suggestivi di Torino: chiusa al traffico, avvolta e scaldata dalla facciata rossa e ondulata dell'omonimo Palazzo, è sempre affollata di turisti che entrano ed escono dal vicino Museo Egizio. Lì può capitare di vedere arrivare in bicicletta e con un carretto pieno di libri, una bella signora con un buffo cappello che si ferma e si siede all'ombra di un parasole di pizzo bianco. Si chiama Chiara Trevisan e di mestiere fa l'artista di strada. È una performer, un'attrice ma soprattutto è la lettrice "vis-a-vis". A chi si avvicina, Chiara propone di scegliere, tra le tante contenute in una scatola di legno, cinque frasi che colpiscono. In base alla scelta e ad una breve conversazione, si mette alla ricerca, fra i libri che ha portato con sé, di un brano, un passo, una poesia o un racconto che possa aiutare la persona che ha davanti a ritrovarsi nelle parole scritte e a vedere le cose da un altro punto di vista, originale e inaspettato. E legge queste pagine solo per lei, "vis-a-vis", appunto. In mezzo alla piazza, tra la gente che cammina a fianco incuriosita. "La pagina giusta per la persona giusta". Perché per ogni domanda esiste un libro che contiene la risposta. Una risposta che non nasce da Chiara ma dalle sue

svariate e multiple letture. In pochi anni ha incontrato più di tremila persone. In cambio di un piccolo contributo volontario hanno avuto il privilegio di vedersi svelate e comprese attraverso le frasi di uno scrittore il più delle volte sconosciuto. Quando non è in Piazza Carignano, Chiara è in giro per l'Italia, invitata a manifestazioni ed

eventi, oppure la si può trovare sui social a leggere fiabe della buonanotte in diretta o ad incontrare su Skype chi a Torino non ha modo di arrivarci. Con la cultura non si campa, afferma qualcuno. Chiara dimostra ogni giorno che si può vivere anche di un mestiere così poetico e bello.

Martina Cappelletto



Non smettere mai di sognare

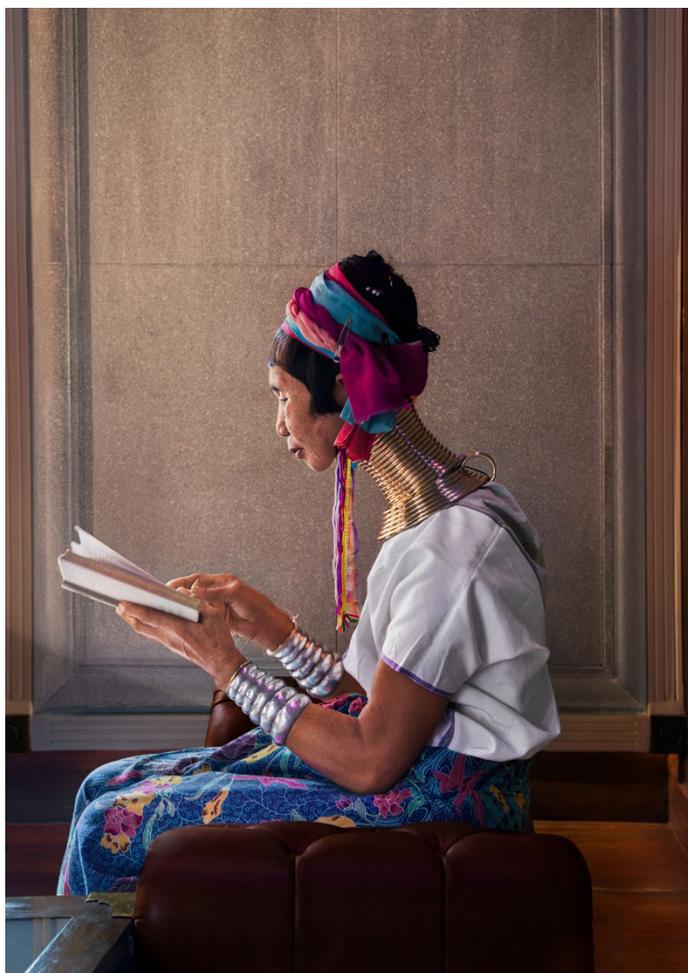
Bastian stava scappando da un gruppo di ragazzi che frequentavano la sua stessa scuola. Per nascondersi da loro, entrò in una vecchia bottega gestita da un anziano signore. All'interno, l'unica fonte luminosa proveniva dalla luce delle candele che illuminavano gli scaffali colmi di libri, dando a quel posto un senso di pace. In quel silenzio quasi mistico, un antico manoscritto risaltò agli occhi del giovane. Lo prese ed una volta aperto, venne ca-

tapultato in un mondo magico chiamato "Fantasia," popolato da creature fatate, draghi e folletti. Ma una strana malattia stava distruggendo la loro terra. La chiamavano "il nulla," un vuoto che stava corrodendo tutto ciò che circondava le persone. Bastian fece amicizia con Falcor, un drago bianco e nel contempo si affezionò agli abitanti di quel luogo tanto che decise di rischiare la sua vita per aiutarli. In una serie di innumerevoli avventure, il

giovane riuscì a scoprire l'origine del male: nel suo mondo, la Terra, il genere umano aveva perduto la capacità di sognare. Senza quella possibilità, le creature di "Fantasia" sarebbero state destinate ad estinguersi e morire. Quando ogni speranza sembrava persa e tutto ciò che era rimasto di quella terra magica fu una piccola pietra luminosa, il ragazzo tornò a credere nei sogni e nella magia. Grazie a lui il nulla venne sconfitto e gli abitanti poterono rivivere in quel manoscritto. Ho scelto di descrivere questo romanzo mettendoci un pizzico di enfasi personale affinché nessuno di noi smetta mai di fantasticare, qualsiasi ostacolo la vita ci metta di fronte, poiché anche nelle difficoltà più importanti, l'arma più bella che abbiamo è la capacità di sognare e far sì che quei pensieri ci rendano felici. Come dice un grande scrittore "A volte la magia funziona." (cit. Terry Brooks).

Sandro Pezzella





LEGGERE, la mostra di Steve McCurry

Sicuramente una mostra da non perdere quella del fotografo Steve McCurry intitolata "Leggere", in programma fino al 13 aprile 2020 all'Arengario di Monza. Si tratta di un'esposizione di 70 immagini, dedicate alla lettura, realizzate dall'artista americano in quarant'anni di carriera e che comprendono la serie che egli stesso ha riunito in un volume, pubblicato come omaggio al grande fotografo ungherese André Kertész, uno dei suoi maestri. Gli scatti raffigurano persone da tutto il mondo, intente nell'atto di leggere; immagini che descrivono attimi profondi ed intimi e raccontano l'amore per la lettura, una passione universale che tocca da vicino chiunque perché capace di accomunare il genere umano. Le fotografie verranno accompagnate da una serie di brani letterari scelti da Roberto Cotroneo (scrittore, giornalista e fotografo italiano), una sorta di viaggio fatto di parole che affiancheranno gli scatti di McCurry. Sicuramente un modo per il visitatore di entrare in contatto diretto con la lettura e con le immagini. Un percorso in contesti diversi, dai luoghi di preghiera in Turchia, alle strade dei mercati in Italia, dai rumori dell'India ai silenzi dell'Asia orientale, dall'Afghanistan a Cuba, dall'Africa agli Stati Uniti. Queste foto riescono a catturare momenti di pace durante i quali le persone si immergono nei libri, nei giornali, nelle riviste. Giovani o anziani, ricchi o poveri, religiosi o laici; per chiunque e dovunque c'è un momento per la lettura.

Per tutta la durata dell'esposizione, sono in programma attività didattiche, incontri e visite guidate, gratuite per i bambini. Una mostra "family friendly", un percorso studiato ad hoc, un kit didattico in omaggio da ritirare in biglietteria appositamente creato per la visita dei più piccoli. Inoltre, all'interno dell'Arengario, un'opera ad "altezza bambino" attenderà i giovani visitatori per un'esperienza immersiva a loro dedicata.

Eleonora Brun

STEVE McCURRY. "Leggere"

Arengario - Monza (Piazza Roma)

17 gennaio - 13 aprile 2020

A cura di Biba Giacchetti e Roberto Cotroneo

Orari

Dal martedì al venerdì

10.00-13.00 e 14.00-19.00

sabato e domenica 10.00-20.00

Biglietti

Intero 10,00 €

Ridotto 8,00 €

(Over 65, ragazzi 13 - 18)

Ridotto bambini 5 €

(4 - 12 anni)

Elogio del difetto

Non si discute, i difetti hanno un fascino inspiegabile. Certo la perfezione ha sicuramente un suo charme, niente da dire, ma l'attrazione che abbiamo per il dettaglio che stona resta il caposaldo della teoria che da secoli domina sul concetto di magnificenza e cioè che non è bello ciò che è bello, ma è bello ciò che piace. Viviamo in una realtà che ha preso troppo spesso il pessimo vizio di camuffare le lacune, spacciandole, a volte, per meraviglie, arrivando al punto di convincerci che il fumo sia meglio dell'arrosto. Personalmente quando faccio la spesa sono quello che compra il mandarino dalla forma strana, sono quello che magari non ti guarda negli occhi perché trova interessante quel neo che odi ma che invece ti caratterizza; sono quello che mentre tutti guardano le stelle e la

luna si focalizza di più nel cercare qualcosa nel buio della notte, sono quello che mentre tutti guardano una bella ragazza si interroga sul perché usi tutto quel trucco per nascondere la sua naturale normalità. E' solo una questione di punti di vista, di scelte. Ognuno è libero di scegliere se pesa di più il proprio sorriso oppure una smagliatura, se pesa di più una carezza o qualche capello grigio, una passeggiata per mano con il proprio partner o un maglione due taglie più grande. Dovremo trovare talmente bella e naturale l'accettazione di quella imperfezione da renderla la migliore alleata della nostra felicità. Trasformare i propri difetti nel proprio punto di forza sarebbe la soluzione ottimale, molto più semplicemente accettare i propri difetti come parte integrante di se stessi è la soluzione per eccellenza.

E' bello entrare in una casa dove si respira aria di famiglia, di sorrisi, di serenità; se poi c'è un filo di polvere sulla mensola tanto importa? E' talmente bello il sorriso di certe persone che un pezzettino d'insalata tra i denti non lo potrà mai rovinare. E' talmente bello guardare le forme di un corpo stretto dentro ad un maglione che, anche se ci sono rimasti sopra i peli del cane, il piacere non cambia. La gioia di un bimbo felice pesa molto di più della sua stampella. Le risate di una donna con le sue amiche pesano molto più dei suoi dolori. Tutto sta nello scegliere se teniamo di più alla forma del nostro sedere o alla qualità del nostro essere. In fondo lo sappiamo tutti che il bello, non ha bisogno di essere perfetto.

Ruggero Vitali



L'ANGOLO DELLA POESIA

Portami a casa

Portami a casa notte,
imperturbabile notte.
Tu sola ti ostini
a dare risalto a questo fuoco
che sotto oscure e sfordite ceneri,
ancor vivo e tenace,
avidamente si nutre dell'aria
che tutto intorno,
al tuo venerato cospetto,
si nasconde, furba,
ma pur grida e gioca!
E insieme a nuove stelle,
testé comparse al limitare
del vasto orizzonte conosciuto,
fa danzare, vibranti,
le ultime gocce di pioggia,
che a guisa d'ali di farfalla
si prendono giuoco della terra,
Lei, tenera madre si divertita
dal nutrimento di quel tocco divino
animato d'incredibile dolcezza.
Così, immutato e cangiante,
in un continuo movimento
che sempre torna per cercare
e riconoscere la sua origine,
io rimango ancora un po'
nel tuo abbraccio, notte,
e piano mi riprendo addosso
il colore di questo giorno che,
nuovo, già bussa e non s'arrende,
Lui, teatro di un fuoco
finalmente libero sopra la cenere,
spazzata via dalla gioia
di un'aria fresca
capace di creare un solco
lungo la terra che porterà
nuova acqua in questo mio mare.

Alberto Pagotto

STORICETTE

“Ehi innamorato, come va la sbobba? Sto morendo di fame...Ahh lascia perdere! La tua mente è lontana da qui!”

Sono queste le parole pronunciate da Little John mentre, preoccupato, si avvicina a Robin Hood che lentamente e con occhi sornioni rimescola qualcosa in un gran calderone. Lui e Frate Tac infatti si avvicinano alla zuppa di carote con una gran fame e la assaggiano per accertarsi che l'innamorato Robin, perso nei suoi pensieri e sogni ad occhi aperti, la cucini come si deve, non lasciandola attaccare e facendo in modo sia saporita al punto giusto. Nonostante il nostro cuore strabocchi d'amore non dobbiamo dimenticare che la buona riuscita di un piatto richiede metodo e accortezza anche se, in cucina, l'amore è un elemento fondamentale!



RICETTA ZUPPA DI CAROTE

dosi per 6 persone

tempo di preparazione 1h e 1/2

INGREDIENTI:

90 g olio oliva

240g cipolle tagliate a fettine

1 litro acqua

450 g carote mondate e tagliate a dadini

1 mazzetto di salvia

1 cucchiaino di sale

PREPARAZIONE

• Scaldate 2/3 dell'olio in una pentola per minestre e fate soffriggere le cipolle
• Quando saranno dorate toglietene metà dal fuoco e mettetela da parte. Versate l'acqua nella pentola, aggiungete le carote e portatele a ebollizione. Salate a piacere, fate cuocere a fiamma bassa, fino a quando le carote saranno diventate morbide e la minestra si sarà addensata.

• A parte, scaldate il resto dell'olio. Aggiungete la salvia e fatela rosolare fino a che sarà croccante. Sgocciolatela e mettetela ad asciugare su carta assorbente da cucina.

• Dopo un'ora di cottura la minestra sarà densa al punto giusto ma, se gradite, potete frullarla o passarla al passaverdura. Per finire aggiungete alla minestra le cipolle che avete messo da parte e regolate di sale

• Versate quindi nei piatti, guarnite con le foglie di salvia fritte e servite

CHI SIAMO?

Siamo un gruppo di sostenitori dell'ottimismo che crede ancora nella capacità di creare bellezza e armonia e nella forza della positività e della collaborazione. Non siamo professionisti ma siamo convinti che i nostri personali talenti e la nostra profonda passione possano contribuire alla diffusione della cultura e della positività, con l'intento di contrastare la negatività che spesso ci circonda. Pro-

muoviamo l'incontro e la connessione tra persone e realtà sociali per costruire sinergie positive e per creare e mettere a disposizione strumenti che riescano a stimolare la parte migliore, fornendo spunti di riflessione e raccontando storie vere che ci riguardano da vicino. La Gazzetta del Sole nasce così, una rivista cartacea che vorremo distribuire gratuitamente nelle sale d'aspetto

degli ospedali per allietare la lunga attesa di pazienti e familiari, rendendo più piacevole lo scorrere del tempo. Un luogo dove trovare storie raccontate da noi, ma non solo una rivista che si sfoglia per caso in cerca di niente e invece vi si trova un po' di tutto, arte, libri, poesie, nuovi punti di vista, nuove idee, spunti di sensibilizzazione e perfino ricette.

MANIFESTO

• La Gazzetta del Sole è innanzi tutto il nostro personale stile di vita, l'approccio al pensiero positivo nonostante le avversità che si possono incontrare, lo stesso che ci fa apprezzare le piccole cose perchè arricchiscono nel profondo.

• Il pensiero della Gazzetta del Sole è sempre costruttivo, mai distruttivo.

• In una società come la nostra dove sono le cattive notizie a prevalere, la Gazzetta del Sole nasce con l'intento di contrastare la negatività, il vittimismo e la polemica.

• La Gazzetta del Sole non decanta il buonismo ma vuole premiare l'armonia e la condivisione reciproca, favorendo la creatività di chi con responsabilità e umiltà sviluppa un approccio positivo al cambiamento.

• La Gazzetta del Sole vuole essere una valida distrazione ed un aiuto concreto per chiunque affronti un momento di instabilità emotiva e fisica, perchè non lo faccia sentire solo.

• La Gazzetta del Sole crede nel talento e nelle persone che lo mettono a disposizione degli altri perchè tingono il mondo di giallo rendendolo speciale e bello.

• La Gazzetta del Sole propone riflessioni ed alternative volte ad aiutare a liberarsi da stereotipi e da schemi mentali, che tendono a limitare il proprio pensiero personale.

• La Gazzetta del Sole vuole stimolare una crescita condivisa e la collaborazione reciproca che porti a riscoprire il bello che ci circonda

• La Gazzetta del Sole vuole favorire momenti di svago e accompagnare i suoi lettori verso un'infinità di viaggi, fatti d'arte, di cultura, di amore, di condivisione e di storie vere raccontate.

• La Gazzetta del Sole non ha scopi di lucro, non vuole generare utili o creare profitto di alcun genere.

QUELLI CHE SI PRESENTANO: ELEONORA BRUN

Nome: *Eleonora*

Età: 37

Segno zodiacale: *Vergine*Leggere o scrivere: *Difficile scegliere... scrivere*Canzoni Preferite: *“L'Errore” (Subsonica) “Piccola Stella Senza Cielo” (Ligabue), “November Rain” (Guns n'Roses), “Babe I'm Gonna Leave You” (Led Zeppelin)*Scrittore preferito: *Pierluigi Cappello (Poeta)*Tre libri da cui non ti separeresti mai: *Un prato in pendio (Pierluigi Cappello), Piccole Donne (Louisa May Alcott), Nei nostri luoghi (Cro) di cui sono un'autrice*Cosa detesti mangiare: *Il cavolfiore*

Appena sveglia non.... *alzate la voce, potrei fare una strage*

Se una cosa ti piace da matti la mangi prima o la lasci per ultima: *La lascio per ultima*

Se fossi un animale saresti: *Un'aquila (Quando arriva una tempesta, tutti gli uccelli corrono ai ripari. Tranne l'aquila, che invece sceglie di volare SOPRA la tempesta.)*

Materia preferita a scuola: *Matematica, i numeri non mi hanno mai fatto paura!*

Se potessi cambiare qualcosa di te, cambieresti... *vorrei essere meno riflessiva e più istintiva*

Divano o “in mille faccende affaccendata”: *Spesso affaccendata ma non snobbo mai il mio divano*

Un desiderio realizzato: *Quasi realizzato... la mia casina*

Il Tuo sogno nel cassetto: *Diventare una scrittrice*

REDAZIONE

Marta Santin, Eleonora Brun,
Genny Marchesan, Alberto Pagotto,
Elena Zoldan, Elisa Parise,
Katuscia Salmaso, Michele Vida,
Martina Cappelletto, Paola Furlanetto,
Ruggero Vitali, Sandro Pezzella

GRAFICA a cura di Martina Moret