

LA GAZZETTA DEL SOLE

MENSILE GRATUITO DI SOLO BUONE NOTIZIE

Un anno di noi



A volte basta uno sguardo e tutto diventa chiaro. Ed è bastato guardarci: due occhi castani che si riflettono in due azzurri, un lampo e una certezza: "abbiamo una promessa da mantenere". Così da un corso di scrittura

e un'amicizia che oltrepassa il tempo e lo spazio come solo anime affini sono capaci di fare, un giorno abbiamo deciso che era ora di dare forma ad un sogno e mettere un post sulla pagina di #quelledebigliettinigialli per

reclutare qualcuno disposto a unirsi al gruppo ed aiutarci a trasformare tutto in realtà. L'idea brillante è partita da due di noi "bigliettine gialle", Barbara e Carlotta che ci hanno condotte verso questa folle missione di contrastare

la negatività e le brutte notizie, diffondendone di buone e propositive. Un modo per raccontare la bellezza che ci circonda nonostante le difficoltà. Prende forma così la Gazzetta del Sole che viene distribuita nelle sale d'aspetto degli ospedali, con lo scopo di tenere compagnia ed allietare le lunghe attese di pazienti e familiari. Ma la cosa più incredibile è stato il crearsi di questo nuovo gruppo eterogeneo e scanzonato, che non solo scrive ma si diletta in fotografie, progetti solidali, che asseconda un pochino le nostre pazze idee. Il conoscerci, confrontarci, dividerci i ruoli e buttare sul tavolo mille idee diverse è stato un percorso che ci ha arricchito parecchio, ma non solo. La Gazzetta del Sole è nata in un anno complicato e con tutte le difficoltà del caso, in molti avrebbero mollato. Ma non noi. Anzi spesso ci siamo tenuti compagnia, soprattutto durante il lock down con lunghissime zoommate, come piace chiamarle a noi,

per parlare del progetto, per continuare a scrivere ed essere presenti nei social per stare vicini a tutti anche se a distanza e perché no, anche per bere una cosa parlando del più e del meno. Abbiamo progettato, abbiamo riso e condiviso dei momenti unici per poi volerci rivedere non appena ce n'è stata la possibilità. Ed eccoci qui a festeggiare con tutti voi il nostro primo compleanno con una nuova grafica e tantissimi nuovi articoli e progetti per il futuro, quindi restate connessi per non perdere nulla ma proprio nulla. Un grazie speciale va a tutti i nostri compagni di viaggio che ci hanno supportato in questa missione e ci hanno permesso di mantenere la promessa fatta a Barbara e Carlotta, alla quale va il ringraziamento più grande per la sua grande resilienza, speriamo siate orgogliose di noi! Grazie Meraviglie!

**Eleonora Brun e
Marta Santin**

Una pentola piena d'amore



La mamma di Andrea quando è nervosa cucina. La sua specialità sono i dolci. Il risultato sono delizie distribuite in gran quantità a parenti, amici e conoscenti. Zia Geni, all'anagrafe ne dichiara 93 ma pochi ci credono, trascorre le giornate facendo la pasta a mano. Tagliatelle e tortelli per carnivori e vegetariani divisi in pacchetti personalizzati e pronti all'uso. Da casa di Ortensia

è impossibile uscire senza almeno una borsa piena di leccornie di ogni tipo preparate appositamente. La ciliegina sulla torta? Il pane sfornato dalla passione di Raffaele, ricetta segreta s'intende. E poi c'è mamma, lei ti aspetta per consegnarti la cena da portare a casa, già pronta nella pentola per essere scaldata. In quelle giornate frenetiche in cui arrivi a casa e ti senti girare come una trottola, in cui la stanchezza è tale che vorresti buttarti a pesce sul letto senza nemmeno togliere le scarpe, stringi quella pentola fra le mani pensando a quanto è prezioso quel dono. I sapori della cucina di famiglia con cui siamo cresciuti, insuperabili per definizione, si elevano al nostro palato con la consapevolezza di un valore aggiunto, la gratitudine nei confronti di un gesto che arricchisce la nostra memoria gustativa. Nella cucina di uno chef ho letto una frase: "si cucina sempre pensando a qualcuno altrimenti stai solo facendo da mangiare", mi è sembrata una dichiarazione d'amore universale.

Monia Rossi

Di nuovo a distanza



Ce la possiamo fare. Ormai non è più una sorpresa: la DAD ormai sappiamo cos'è com'è dov'è è pure perché. Se poi è mutata in DDI a percentuali variabili, allora vabbè. Che si possa fare scuola attraverso il PC non è più una novità e docenti e discenti a capo chino si sono sottomessi alle nuove grida del Terzo Millennio... Come scusa? A capo chino?!? Le linee guida e le riforme della scuola non piacciono: gli insegnanti le recepiscono come bizzarrie del sistema, gli studenti come complicazioni inutili e le famiglie le accolgono spesso ignari di ciò che c'era ai tempi loro. Anche la Didattica A Distanza... No, questa ha sollevato sconcerto, rispolverato difficoltà, messo a nudo povertà. E poi, poi è (qua-

si) diventata la routine. Una bizzarria da era tecnologica dunque. E anche lo sconforto è diventato routine. Ce la possiamo fare e ce la faremo, ma se la Didattica Digitale Integrata diventasse una risorsa? Alcuni insegnanti riferiscono di non aver mai parlato tanto con gli allievi come ora. Altri hanno somministrato prove innovative con risultati sorprendenti. I ragazzi apprezzano le bizzarrie degli insegnanti folli che provano ad aggirare il sistema. Incluso il sistema di copiatura compiti, ben inteso! Una scuola nuova potrebbe premere alle porte di questo duro passo. La vera riforma ci è stata imposta dalla contingenza: prendere o lasciare è l'invito per tutti, di qua o di là della cattedra. Se prendi

però raddoppi anche, perché insegnando impari anche moltissimo e studiando trasmetti molto di te. Nuove modalità e nuovi compiti sanno essere sfidanti, appassionanti e coinvolgenti, sanno ridurre la distanza tra chi insegna e chi impara e la conoscenza si costruisce spesso insieme in modo realistico. Certo. Ci vogliono pure i mezzi. E ci vogliono pure i banchi: attendiamo con vibrante emozione il giorno in cui sgomiteranno l'un con l'altro seduti vicini. Ci vogliono i banchi, senza le rotelle, e ci vogliono le LIM, tante. Ci vogliono occhi sorridenti e mimica senza maschere (...). Credere nella scuola significa investire in tutto questo (e anche altro). Scrive Zygmunt Bauman: "Se pensi all'anno prossimo, semina il granturco; se pensi ai prossimi 10 anni, pianta un albero; se pensi ai prossimi 100 anni, istruisci le persone". Investire nella scuola significa credere al futuro. E alle capacità della nostra gioventù. È la migliore che potessimo avere: diamole credito, diamole l'intesa.

Elisa Parise

**SOLO
PENSIERI
POSITIVI**

SEI CURIOSO DI SAPERE CHI SIAMO? COSA FACCIAMO? PERCHÉ LO FACCIAMO? VIENI A TROVARCI SUL NOSTRO BLOG <http://lagazzettadelsole.home.blog> o scrivi una mail a lagazzettadelsole@gmail.com. SEGUICI SULLE PAGINE Facebook e Instagram: La Gazzetta del Sole. Progetto a cura di Quelledebigliettinigialli Odv (www.quelledebigliettinigialli.it)

Guerrilla Gardening



Per quanto possa sembrare strano da dire, ci sono guerre ed armi in grado di fare del bene, ma partiamo dall'inizio. Nei primi anni di questo nuovo millennio, schiacciati dal peso visivo dell'eccesso edilizio, oppressi dalla mala gestione territoriale e dal business dell'edificazione, qualcuno ha deciso di opporsi. Ora, per come la vedo io, i piccoli atti di ribellione, progettati in maniera intelligente, sono una forma di protesta spesso più efficace di grandi manifestazioni le quali rischiano di perdersi in strumentalizzazioni finalizzate a soffocare il coinvolgimento a cui tanto si mirava. Proprio con questa filosofia nasce il movimento del Guerrilla Gardening. Il motto di questi combattenti green è molto semplice: trasformiamo il cemento in fiori. Trattasi di una forma di giardinaggio praticata in terreni sui quali non si ha

il diritto legale di coltivare, come terreni abbandonati, aree dismesse, proprietà private o cantieri dove proliferano colate cementizie senza limite. Attivisti, giardinieri, persone comuni che semplicemente credono nella bellezza della natura, nella necessità di riappropriarsi del territorio e di trovare un equilibrio: invece di manifestare a suon di slogan, di cortei e di muri imbrattati, i guerriglieri del verde si occupano di coltivare e mantenere le aiuole spartitraffico, si occupano di coltivare piante laddove s'è aperta una crepa sul cemento, di ripristinare fioriere abbandonate e, in un momento di inaudita violenza, di avvolgere terriccio e semi d'erba in un pallotto di carta di giornale bagnata e lanciarlo lì dove i nuovi ecosistemi stringono i confini della libertà.

Ruggero Vitali



Il mare

Prendo un giorno di ferie dal lavoro, in una stagione calma in cui il mare non è molto frequentato. Preparo lo stretto necessario in uno zaino che mi rappresenti a pieno. Cosa può servirmi ancora? Ovviamente un telo mare che verrà appoggiato sulla sabbia, ma non quella che solitamente si trova in estate bella compatta, ma autunnale, con buche, dunette e pezzi di legno portati dal mare.

Poi non può mancare un asciugamano perché non appena arrivo tolgo le scarpe e i calzini e dopo essermi sistemato, vado subito con i piedi in acqua ed è da lì che inizio a rilassarmi totalmente. Il rumore piacevole delle onde del mare aiutano a far sparire tutti i pensieri che affollano la mia mente. Come mi sei mancata, Bibione!

Katiuscia Salmaso

I libri sono come le persone vivono



Scorrendo svogliatamente le pagine di Instagram, mi sono imbattuto in una foto curiosa che inquadrava alcune panchine di una piazza di Burgas. Burgas è la quarta città in ordine di grandezza della Bulgaria e si affaccia sul Mar Nero. Mi ha incuriosito la particolarità della forma scelta, quella di un libro aperto. I libri sono degli oggetti che

solitamente teniamo in mano invece in questo caso, fanno da seduta alle persone, ribaltando il punto di vista delle cose. Mi piace l'idea che siano i libri ad accogliere le persone e non viceversa perché in fin dei conti lo fanno davvero. Ho comprato libri per curiosità, a volte anche per una copertina particolare che mi aveva invogliato o su consiglio di qualche

amico o recensione. In ogni caso era lui ad accogliere me. I libri sono come le persone. Ci avviciniamo a loro, a volte con sicurezza, altre con titubanza e indecisione. Poi a casa o sul muretto nei pressi della libreria, quasi di soppiatto come fosse il primo bacio, piuttosto che in macchina, quando la curiosità non ci lascia tregua, apriamo la prima pagina e immaginiamo incuriositi come sarà. Se rimarremo delusi da quell'incontro o magari colpiti per il resto della nostra vita. Tutti abbiamo un libro nel cuore che ricordiamo con affetto. Una cosa che faccio spesso è quello di leggere con un sottofondo musicale, un gruppo solitamente, sempre quello per tutto il libro. Riascoltando le canzoni anche dopo alcuni anni, mi ritrovo a rivivere le sensazioni e le storie narrate nel libro. I libri ci fanno piangere, ridere, riflettere arricchendo le nostre vite proprio come le persone. Pagine che scorrono come il tempo, che scivola giorno dopo giorno e ci accompagnano per un periodo nella nostra vita. A volte ne rimangono delusi a volte invece ne scopriamo la grande bellezza gioendo della scelta e dell'opportunità avuta. Mi piace pensare che i libri siano degli oggetti vivi che ci accompagnano come degli amici. Con i loro consigli, con le risate ed anche con le loro storie tristi, non sarebbero dei buoni amici se non lo facessero. Alla fine come si suol dire: "chi trova un libro trova un tesoro".

Michele Vida "Baudasch"

Ginnasta con la Sindrome di Down rompe gli schemi e diventa modella



I sognatori sono così: insistono e non si arrendono mai. Lei è Chelsea Werner, una ginnasta di Danville, in California, affetta da sindrome

di Down e ha mostrato al mondo che non si deve mai smettere di sognare. Chelsea ha iniziato a camminare dopo i due anni a

causa del suo scarso tono muscolare, ma non ha mai mollato e grazie alla sua perseveranza si è guadagnata il titolo di ginnasta a soli

quattro anni. Da lì ha intrapreso un percorso che l'ha portata fino a partecipare al Campionato Nazionale degli Stati Uniti delle Olimpiadi speciali, vincendolo quattro volte. Una strada che l'ha arricchita nel profondo infondendole sicurezza ed insegnandole nuove abilità. Oltre alla ginnastica, Chelsea ha sempre avuto un grande sogno: quello di lavorare nel mondo della moda, un ambiente molto selettivo che incoraggia solo certi stereotipi di bellezza e modelli perfetti. Eppure la giovane ginnasta è stata contattata da un'agenzia di modelle che cerca di creare un cambiamento nella pubblicità, favorendo la positività e promuovendo il messaggio che "ognuno può essere bello e perfetto a modo suo".

Chelsea voleva essere il simbolo di questo cambiamento, rappresentando altre persone con la sindrome di Down e così è stato. Grazie alla sua luminosa energia e al suo incredibile ottimismo è diventata una figura importante, una speranza per tanti genitori di bambini affetti dalla stessa sindrome, dimostrando che possono fare quello che vogliono come chiunque. Dicono che la bellezza sta negli occhi di chi guarda, o per meglio dire, sta negli occhi di chi sa guardare. Dovremmo tutti fermarci, ascoltarci dentro ed imparare ad osservare chi ci sta vicino con lo sguardo del cuore.

Eleonora Brun

Il dolore non ha colore



"A un cuore in pezzi nessuno s'avvicina senza l'alto privilegio di avere sofferto altrettanto"

Emily Dickinson

Il dolore è qualcosa di indescribibile, è rumore che fa male. Il dolore non ha un suono: viaggia nel silenzio e lo riempie. Il dolore si espande, cresce, sovrasta, lacera. Il dolore non ha colore o almeno non ha un colore definito: spesso usa colori bugiardi per vestirsi o meglio per confondersi, per nascondersi, per camuffarsi e poi colpire vigliaccamente, perché lui aggredisce sempre alle spalle, colpisce chi è indifeso, sferra colpi con lame taglienti e poi scappa e ascolta con gioia il male procurato. Il dolore è vigliacco, non ha coraggio di guardare in faccia, fugge lo sguardo e si contorna di falsità. Il dolore assume le

sembianze di un letto, di un ago, di una siringa. Il dolore porta sgomento, paura, riempie di rabbia, di ansia, di preoccupazione, di paura gli occhi di chi lo vede colpire, ma soprattutto il dolore regala impotenza e insicurezza a chi assiste senza poter fare nulla. Il dolore fa barcollare, inginocchiare, cadere, rannicchiare in un angolo, portare le mani alle orecchie per non sentire, chiudere gli occhi per non vedere. Il dolore costringe le mani inermi lungo i fianchi in segno di resa, fa sudare, strappare i capelli, piangere, imprecare, bestemmiare, pregare. Il dolore toglie la dignità e rende fragili, porta a chiedere, a elemosinare, ad aspettare sempre qualcosa da qualcuno, ma troppo spesso nel dolore si è soli. Il dolore si manifesta nell'insensibilità, nella distanza, nel distacco, nella freddezza; si nutre della stoltezza

di tanti, si ciba dell'invidia, si abbevera dinnanzi all'ipocrisia. Ma il dolore si disperde e perde davanti all'unione, davanti alla solidarietà, davanti alla condivisione, davanti alla presenza, davanti alla volontà di pochi che uniti diventano un esercito in grado di affrontarlo e sconfiggere i demoni del suo esercito. Il dolore è essere nudi e indifesi in balia di cose troppo grandi da affrontare; è vedere la pena negli occhi di chi non sa vedere, è scontrarsi con la rassegnazione che vorrebbe vincere sulla speranza, è ricevere consigli da chi non sa neanche quello che dice perché, come diceva William Shakespeare, "tutti gli uomini sanno dare consigli e conforto al dolore che non provano".

Andrea Spessotto

L'ANGOLO DELLA POESIA

Gruppo folklore

*Viene la notte ed è silenzio.
Mentre il mondo, là fuori,
forse non sente, o fatica a sentire.
Buio d'intorno, dove pure Selene
gioca e si nasconde al rinnovarsi
della sua ciclica veste celeste.
Ed è come nuotare nel ventre
del più vasto tra i mari,
mentre tutto sembra fermarsi
nell'attesa della prossima onda,
che proprio non riesco a vedere,
anch'essa celata
nell'oscuro orizzonte del tempo.
Eppure, di dentro, la sento,
mentre cerca e scava
proprio dentro di me,
inesorabile verdetto degli eventi.
Così mi immergo, solitario,
per lasciare che la paura scorra
insieme all'incedere
di questa calda corrente
che al suo seno mi attira,
giù, ancora più giù.
Ed è come sentirsi esplodere
per poi di colpo risalire
fino al limitare di quel solco
che ancora una volta non voglio,
non posso lasciare andare.
Vita.*

Alberto Pagotto

La gioia della noia



Sono seduta ad aspettare: aspetto cibo, aspetto incontri, aspetto responsi. Scollegata per un momento da tutto il resto, rimango sola con me, e mi accorgo che la pioggia ha smesso di cadere. Che le voci delle persone che ho intorno fanno solo da sottofondo al frastuono che ho nella testa. Frastuono che solo l'attesa porta a galla. Perché è in quegli attimi di solitudine che ci si ritrova e ci si "ascolta". È in quei momenti di noia che riscopriamo qualcosa che avevamo dimenticato. Quanto amiamo leggere, il piacere di scrivere assaporando un calice di buon vino. La curiosità guardandoci attorno. Il rumore delle forchette nei piatti, l'insopportabile voce della vicina di tavolo, i suoi discorsi idioti, la sua nebulosa sui congiuntivi. Le voci straniere, il corso dell'acqua

che scorre: silenzioso sì, ma che col suo silenzio rende questo posto magico. L'attesa è la possibilità di alzare lo sguardo e dare un senso allo spazio intorno. I profumi, i colori, l'aria che solletica la testa "rasata di fresco". E accorgersi come la luce cambia intorno mentre le nubi corrono in un cielo che, manco lo sapesse, asseconda coi suoi mutamenti il mio umore. E quando improvvisamente un raggio di sole illumina timido questo tipica veranda sul mio viso spunta un sorriso. Per questo, qualunque sia il motivo per cui siamo obbligati ad aspettare penso che quando ci capita dovremmo disconnetterci dal mondo, chiudere gli occhi, respirare a fondo e riaprirli piano, concentrandoci su ciò che ci circonda. Luci, voci, volti. Perché i nostri occhi hanno

il diritto di "osservare", le nostre orecchie di "sentire" (tranne il fastidioso cane che abbaia al tavolo di fianco), la nostra bocca di assaporare il gusto di un buon vino per poi sorridere, il nostro olfatto per mutare il profumo di queste foglie bagnate in ricordi. Perché anche nell'attesa non siamo mai soli ma la condividiamo con chi stranamente legge ancora un libro invece che uno schermo, con chi scrive sulla tovaglietta di carta chissà quali fantasmagorici progetti, con chi come noi ha paura, non ha più illusioni. È in quella noia del tempo che non passa che possiamo alzare gli occhi e incontrare quelli che, come noi, avevano bisogno solamente di un sorriso.

Marta Santin

Quelli che si presentano: MONIA ROSSI



Nome: Monia

Sogno nel cassetto? una casa vista mare, su un'isoletta ai tropici.

Il viaggio più bello che hai fatto e quello che vorresti fare: due cuori una moto e una tenda, 6500 chilometri di avventure. Vorrei visitare l'India e il Tibet.

Albergo o camper? scegli tu, l'importante è partire!

La canzone che parla di te: Monya - Peter Holm (1968)

La prima e l'ultima cosa che fai durante la giornata: dare un bacio, un rituale irrinunciabile.

La stagione che ti piace di più? Perché? l'estate, sono nata ad agosto, è il mio elemento naturale.

La favola più bella: quelle inventate da mia nonna al momento, protagonista un animaletto, poi insieme si costruiva la storia.

Un colore, un profumo/odore, un suono: bianco come una pagina da scrivere, il profumo di un luogo che visiti per la prima volta, le fusa dei gatti, un mantra rilassante anche nelle giornate più burrascose.

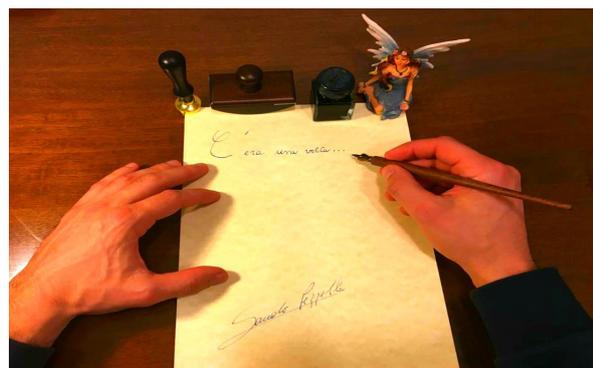
Capo d'abbigliamento che non potresti mai scordare di mettere in valigia: non partirei mai senza un buon libro e una pashmina per il collo.

Cosa non deve mancare a tavola, dolce o salato? il mio peccato di gola è il pane che riesco a gustare con soddisfazione in entrambi i casi.

Attraverso uno scatto

Qui cominciano i sogni, le avventure, gli intrighi e gli amori. Una penna per scriverli, una pergamena per fissarli, una fata per sedurli e, nella mente, incatenarli.

Sandro Pezzella



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. Promuoviamo

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 parzialità 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 visti, nuove idee, spunti di sensibilizzazione e perfino ricette.

La Redazione

La redazione

Marta Santin,
Eleonora Brun,
Alberto Pagotto,
Elisa Parise,
Katusca Salmaso,
Michele Vida,
Martina Cappelletto,
Ruggero Vitali,
Sandro Pezzella,
Monia Rossi,
Andrea Spessotto

Grafica

Martina Moret



Qui trovi
il nostro
manifesto