



**ROTARY CLUB TEMPIO PAUSANIA**  
Distretto 2080° R.I.

Consultabile sul sito

[www.rctempiopausania.org](http://www.rctempiopausania.org)

# **BOLLETTINO**

Del Club

**A.R. 2011 - 2012                      febbraio 2012    N° 75**  
**Presidente: Nicolò D'Alessandro**

## **Febbraio** **Mese dell'INTESA MONDIALE**

### **Lettera del Governatore** **Febbraio 2011**



Roma 1 Febbraio 2012

*Cari Presidenti, cari Segretari, cari Soci,*  
con grande gioia e orgoglio apro questa mia lettera con l'annuncio di una bella notizia. L'India, che fino a pochissimo tempo fa rappresentava un epicentro del polio virus selvaggio, ha appena concluso un anno in cui NON sono stati registrati nuovi casi di polio. Il 13 gennaio 2012 è dunque per noi una data

storica, e insieme a tutti i Soci di tutti i Rotary Club del mondo dobbiamo celebrare, con le dovute riserve, il raggiungimento di uno dei più importanti traguardi nell'ambito dello sforzo globale per eradicare la poliomielite! Il fattore chiave del successo in India è stato l'uso diffuso del vaccino orale bivalente antipolio, che è efficace contro entrambi i tipi di poliovirus. Un altro importante elemento è stato il rigoroso monitoraggio, che ha contribuito a ridurre il numero di bambini non raggiunti dagli operatori sanitari durante le Giornate d'Immunizzazione Nazionale a meno dell'1% secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS). "Il raggiungimento di questo traguardo annuale di una India senza polio rappresenta un significativo passo verso un mondo senza polio - un esempio di ciò che si può realizzare a prescindere dai problemi da superare", ha dichiarato Robert S. Scott, presidente della commissione PolioPlus del RI e noi tutti dobbiamo essere fieri perché ciascun rotariano è stato tra gli artefici di questo grande risultato!

Ancora più motivati da questa vittoria e con ancor maggior orgoglio quest'anno festeggeremo il 23 febbraio Rotary Day 2012 e celebrando anche Febbraio il mese dedicato dal RI alla comprensione mondiale. E parlare di Rotary e comprensione mondiale deve per noi rotariani avere un unico significato. Come sapete illumineremo il Palazzo Senatorio in

Campidoglio a Roma. Ci sarà una conferenza nella Sala della Protomoteca durante la quale parleremo della storia del Rotary, dei programmi nazionali ed internazionali, delle azioni concrete realizzate dal Rotary. Faremo una grande festa con luci e proiezioni nella Piazza del Campidoglio con i nostri Sponsor e Testimonial. Vi aspetto in tanti perché è la nostra festa, la festa del Rotary che compie 107 anni! Il Rotary in questi 107 anni è andato sempre più sviluppando i suoi programmi e realizzando i suoi intenti e ha acquisito singolari capacità operative. Portatore di cultura può combattere le mistificazioni e le degenerazioni culturali; emblema di professionalità, può contribuire alla formazione e al controllo di fenomeni economici, indirizzandoli verso la collaborazione anziché verso la sopraffazione; selezionatore di merito e di attitudini, può disporre sempre di uomini e donne leader capaci, in grado di assumere anche con l'esempio funzioni di guida.

Continuando nel percorso formativo distrettuale, la mattina dell'11 febbraio ci sarà, come noto, l'IDIR Istituto Distrettuale di Informazione Rotariana a Velletri di cui avete ricevuto il programma, che trovate anche sul sito. Pochi giorni fa abbiamo avuto l'IDIR in Sardegna organizzato in maniera esemplare dal RC di Sedilo Marghine C.S. Tutti i 28 Club della Sardegna erano presenti e oltre 140 Soci. E' stata veramente una bellissima giornata rotariana, concreta e piacevole. Sono certa che anche l'11 febbraio, l'IDIR dedicato ai Club di Roma e del Lazio sarà un successo e avrà grande partecipazione.

Carissimi, ho ripreso a gennaio le visite dei Club e ancora una volta affermo con convinzione quanto siano importanti per il Governatore questi incontri perché offrono l'opportunità non solo di conoscere da vicino i Soci ma anche di conoscere i progetti dei Club direttamente dalle parole appassionate di coloro che li hanno pensati e realizzati. I progetti sono tanti, piccoli e grandi, aiutano molte persone, aiutano a diffondere gli ideali rotariani e aiutano anche a far conoscere il Rotary per il suo vero ruolo: riunire uomini e donne che dedicano volontariamente parte della loro vita ad aiutare concretamente

persone meno fortunate. Questi successi, questi motivi di appartenenza dobbiamo ricordare quando altri motivi discutibili ci possono allontanare dal Club. Dobbiamo essere sempre animati da grande fiducia ed entusiasmo e credere nel Rotary.

Da ogni visita torno ancora più orgogliosa di essere rotariana, più ricca di ricordi ed emozioni.

A tal proposito desidero ringraziare in modo speciale il RC di Ozieri che mi ha regalato la più grande emozione che potessi mai avere facendomi ascoltare una vecchia registrazione dell'allora Presidente Piero Manconi che aveva raccolto il discorso del Governatore Tonino Tranquilli in visita il 1 dicembre 1984 al Club. Sono tornata indietro di 25 anni, a quel 15 luglio del 1987 quando mio Padre moriva improvvisamente; da allora non avevo più avuto modo di riascoltare la sua voce. Ascoltare le sue parole che invocavano la pace nel Paese, ascoltare il suo dichiarato amore verso il Rotary, la riconoscenza verso i Club per l'accoglienza e i progetti realizzati, ascoltare l'invito ai Club all'armonia e alla correttezza mi hanno fatto capire perché oggi io sia qui con voi Governatore orgoglioso del Distretto 2080!

Cari Amici, celebriamo allora i 107 anni della nascita del Rotary con orgoglio dell'appartenenza e consapevoli che ciascuno di noi può fare la differenza perché in un periodo difficile e critico economicamente, socialmente e politicamente è dal comportamento individuale che possiamo ricominciare e creare un mondo più giusto, un mondo migliore.

Con affetto

*Marta*



# Conviviale con Signore e Ospiti

24 febbraio 2012

Tema della serata:

**Le Aziende in crisi: le opportunità**

**Relatore: Dott. Gian Carlo Fenu**

Ristorante "Li Naccari"

E' toccato a Gian Carlo.

Nel programma di rotazione degli incaricati a tenere una relazione durante la conviviale, oggi è di turno Gian Carlo Fenu. L'argomento è interessante. "La crisi attuale ed il concordato preventivo".



Viene seguito con buona attenzione da tutti ed alla fine della relazione si accende un proficuo dibattito al quale intervengono parecchi soci.



Sull'argomento Gian Carlo, insieme ad altri amici, ha pubblicato per la collana "Guida

Pratica Fiscale" un libro concepito a beneficio di addetti ai lavori, ma ugualmente per tutti comprensibile.

Siamo in un buon numero al ristorante "Li Naccari". Ripenso al nome "LI NACCARI". Il nome del ristorante è di recente fantasia; la nuova fantasia che ha dato nuovo colore ai luoghi, comunque conosciuti e ugualmente ricordati con il nome antico del sito. E chi dimentica che qui a "Li Naccari" siamo in località Scarracciana?

E' qui che nel lontano 1955 è nato il Club di Tempio. Nessuno dei fondatori di quasi 60 anni fa è oggi presente, ma tanti sono ricordati, specie da chi è nel Rotary da ormai tanto tempo.

Torniamo alla conviviale, lasciando per un momento considerazioni, pensieri e ricordi che si affacciano l'un dietro l'altro quasi come una "consecutio" matematica per la quale se ad un numero aggiungiamo un addendo nasce di conseguenza una somma.

Dicevo che siamo un buon numero.

Le nostre conviviali sono abbastanza ben frequentate. Forse ne facciamo qualcuna in meno rispetto a tempi passati, probabilmente perché si ha necessità di limitare per quanto possibile gli interventi del cassiere, ma è sempre un piacere stare insieme.

La relazione è stata molto apprezzata, certo più della cena che non è stata all'altezza delle ultime conviviali. Ma è sempre bene quel che ..... si vive insieme.

Il Presidente ci ha ricordato gli impegni prossimi del Club.

Prepariamoci anche a ricevere gli amici di Olbia e La Maddalena nella consueta, gradita attesa giornata degli auguri pasquali.

*Lino Acciario*



## Forum Distrettuale

### “LA DONAZIONE DEL SANGUE DEL CORDONE OMBELICALE”

UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI SASSARI  
AULA MAGNA  
SABATO 18 FEBBRAIO 2012



*Il Rotary Club Sassari Nord promuove il Forum Distrettuale sulla donazione del sangue del cordone ombelicale, che si inserisce nel progetto denominato “Dalla vita alla vita – Donazione del Cordone ombelicale” fortemente voluto dal Governatore del Distretto 2080 R.I. Dott.ssa Daniela Tranquilli Franceschetti.*



*Il principale obiettivo del progetto è quello di raggiungere con una corretta informazione il maggior numero di persone affinché siano*

*informate dell'importanza della donazione del cordone ombelicale. Infatti il sangue del cordone ombelicale, è ricco di cellule staminali molto simili a quelle del midollo osseo. Queste cellule hanno un ruolo fondamentale nella cura di gravi malattie del sangue, quali la leucemia, il linfoma, la talassemia, alcune forme di immunodeficienza e alcuni difetti metabolici. Donare il sangue cordonale a una banca di raccolta pubblica è un investimento per il futuro, perché contribuisce ad aumentare la probabilità di reperire una donazione compatibile e con una dose adeguata di cellule per ogni paziente in attesa di trapianto.*

**Michele Caria**

**Presidente R.C. Sassari Nord 2011 - 2012**

Alla presenza del Governatore Daniela Tranquilli Franceschetti si è svolto presso l'Aula Magna dell'Università di Sassari il Forum sulla donazione del sangue cordonale. Ha partecipato il Presidente del Rotary Club Tempio Pausania e l'Assistente del Governatore Salvina Deiana.

E' stato un convegno di alto spessore scientifico. I rotariani Andrea Montella, Anatomico presso l' Ateneo sassarese e Carlo Carcassi, dell'Università di Cagliari, hanno rispettivamente inquadrato il problema e nello specifico informato che cosa sono e a cosa servono le cellule staminali cordonali.

Ha moderato il Prof. Maurizio Longinotti, ematologo dell'Università di Sassari.

Interessante la relazione della Dottoressa Maria Riccardi sul trapianto prenatale delle cellula staminali cordonali. Gli aspetti etici e giuridici sono stati affrontati dall'Avv. Cristina Sardu. Apprezzato l'intervento del Dott. Marino Argiolas che dirige la Banca del sangue del cordone ombelicale a Cagliari.

La Dottoressa Carolina Sciomer ha parlato del ruolo dell'ADISCO nella promozione della donazione del sangue cordonale.

**Ninni D'Alessandro**

# La Carota

## *Curiamoci con la Carota*

La carota, dal nome scientifico *Daucus Carota* L. è una pianta erbacea biennale con radice a fittone, gracile nelle varietà selvatiche, ingrossata in quelle coltivate.

Il nome del genere deriva dal greco *Daukos* che vuol dire addormentare, infatti i greci consideravano le carote un buon calmante. Carota deriva dal latino "caro" che significa carnoso, alludendo all'aspetto della radice.



La carota selvatica potrebbe essere confusa con un'altra ombrellifera "la cicuta minore" ma un segno semplice e immediato per distinguere le due piante durante la fioritura è la macchia color porpora della carota in mezzo all'ombrella.

E'conosciuta e consumata da almeno 2000 anni per le sue proprietà, le parti utilizzate sono i semi e la radice.

Il principio attivo è il carotene, precursore della vitamina A, contiene inoltre vitamine B

e C, zuccheri, sali minerali, ferro, calcio, potassio ecc...

Le proprietà delle carote sono molteplici: tonico, remineralizzante, ottimo antianemico, regolatore intestinale, diuretico e rinfrescante, decongestiona le pelli infiammate, lenisce le scottature e agisce come bioattivante cutaneo. Per questi motivi il succo di carota fresca dovrebbe entrare nella nostra alimentazione giornaliera in quanto apporta grandi quantità di vitamine e ci aiuta a prevenire alcune malattie.

I nostri nonni facevano bere il passato di carota ai bimbi con la diarrea, antico rimedio molto valido. In Gallura si usava la carota macinata posta in una garza per curare e cicatrizzare le piaghe da decubito.

Si utilizza anche il succo di carota cotto con l'aggiunta di miele per curare la tosse e l'abbassamento di voce.

Un tempo si utilizzavano i semi della carota per stimolare la montata latte, ma oggi non è scientificamente provato.

Sempre in fitoterapia si usa l'infuso dei semi per facilitare la digestione, in genere 4 grammi in un bicchiere d'acqua, mentre il cataplasma di polpa grattugiata dà sollievo in caso di scottature.

In cosmesi la carota si usa per lozioni, maschere e creme contro le macchie della pelle.

D'estate è consigliabile mangiare carote per aumentare le difese della pelle e facilitare l'abbronzatura.

*Giovanna Pintus*



# La gnacchera

Racconto di Giulio Cossu

La grande gnacchera, dalle valve interne lucide, velate di iridescenze violacee di madreperla, aveva in me un ammiratore assiduo, forse anche un amico.

Non avevo avuto mai, infatti, il coraggio di strapparla dal verde angolo di mare dove essa viveva ancorata al fondo sassoso come una grande pala di cactus.

A volte aperta, a volte chiusa o socchiusa, essa viveva grazie a questa sua capacità istintiva di illudere al gioco e di attirare come suo cibo i piccoli molluschi e i pesci neonati che le scivolavano accanto.

Io la osservavo a lungo e ne ammiravo l'abilità oltre che la composta, rigida bellezza.

La contemplavo, accanto a un gruppo di anemoni chiari e a tante altre piccole meraviglie del fondo marino, attraverso la maschera subacquea, oltre il cui cristallo io potevo godere lo spettacolo del mondo favoloso della scogliera sommersa.

E sempre scartavo il pensiero perfido che avrei potuto anche farla mia e trovarvi dentro, magari, una magnifica perla.

La luce filtrata dallo specchio di superficie creava giochi di chiaroscuri indescrivibili, riflessi sinuosi tra le alghe oscillanti.

Argenti affusolati guizzavano a sciami con brillii colorati e festosi.

Non era facile indovinare gli agguati che dappertutto erano apparentemente sopiti in quel regno di vita sommersa. L'angolo mi era diventato familiare e quella presenza fissa della gnacchera era un punto di riferimento costante.

Mi sembrava piuttosto adulta e forte, esperta e saggia. Anche quando ero sdraiato sulla sabbia, a godermi il primo sole estivo e la brezza frizzante sprigionata dall'infrangersi delle onde morenti, ne seguivo il ricordo tra

molte altre riflessioni alla deriva, utili e inutili, e stabilivo sempre che non l'avrei mai strappata al suo mondo, dove stava così bene; per assecondare il mio istinto di possesso e la mia vanità di avere un qualche cosa di insolito, da esibire anche agli altri. Come perpetrare un simile tradimento?

Essa sarebbe rimasta là; almeno per quanto da me dipendeva, regina della sassaia, al margine dell'abisso, a chiudersi e schiudersi beatamente al flusso stanco delle correnti profonde, a contemplare forse anche il disfarsi inutile dei ricami frivoli di spuma che su, in alto, in superficie il capriccio dell'acqua creava con una fecondità d'estro costante.

Poteva soddisfare la mia vanità qualche altra preda passeggera e occasionale: la gnacchera amica doveva sopravvivere. Un impegno che avevo preso con me stesso e che s'intonava del resto con la serenità riposante di quei giorni di libertà sciolta che mi concedevo, di domenica, sulla riva del mare.

Qui era tutto luce, né poteva essere torbido nessun intento, almeno per me. La solitudine costante e distensiva. Passava solo, a qualche distanza, sul sentiero alto, qualche pastore in cerca di bestie smarrite e fuggiasche. Fischiaava a lungo ferendo il silenzio. Io salutavo con un cenno vago della mano. Oppure era la stessa bestia vagabonda che si fermava a guardarmi con i suoi occhi placidi e malinconici e continuava poi la sua ricerca di cibo, afferrando col muso ciuffi di rosmarini fioriti di azzurro o di altre frasche aromate.

Affidavo la mia nudità al sole, abbandonato, nello sforzo di liberarmi di ogni pensiero che potesse darmi fastidio. Il mio corpo giovane, libero di quasi tutto l'impaccio delle vesti, si abbronzava con la patina sapida del salmastro. Qualche uccello marino, un magrone o un gabbiano, appariva e scompariva quasi a salutarmi cordiale.

E ogni tanto la visita, nelle giornate serene, alla gnacchera amica. La osservavo, in

immersione, attraverso l'acqua limpida che la ingrandiva, e mi sforzavo di ripercorrerne la vita, di immaginarne la nascita, l'infanzia, l'adolescenza. Volevo capire la sua esistenza, i suoi abbandoni, le sue lotte, il suo sonno, le sue distensioni, i suoi amori.

Né pensavo per lei alla morte, né sapevo immaginare come potesse finire naturalmente.

Mi sembrava protetta e inarrivabile. Solo intuitivo che doveva avere una certa età, che forse era già vecchia di molti anni: la crescita di quelle pinne ad aloni ogivali sovrapposti doveva essere per forza frutto di un certo tempo. Lo attestavano le loro dimensioni. Né riuscivo ad individuare il suo sesso. Potevo solo constatare che era un mitilo gigante o un mollusco; non avrei saputo bene come definirlo. Dovevo accontentarmi di questa definizione approssimativa: uno, insomma dei tanti esseri enigmatici di quello come di tanti altri scorci abissali.

Io passavo accanto col mio nuoto incerto e trepido. Essa continuava a schiudersi e chiudersi, quasi a comunicare con me con un suo linguaggio primordiale incomprensibile. Dovevano sembrare ad essa anomale quelle mie sfioranti affondate, lunghe solo quanto un respiro di subacqueo dilettante, in un ambiente che pareva sempre accogliermi con diffidenza. Né essa né io sapevamo che un giorno però sarebbe stata la vittima di una legge crudele che vige, oltre che nel mare, anche sulla terra tra gli uomini: il debole e lo sprovveduto sono vittima del forte e del furbo.

Dramma al quale assistei, in un mattino più azzurro del solito, attento in una spietata lucidità impassibile di cui più tardi mi pentii.

In fondo avrei potuto salvarla, solo a volerlo, la mia amica.

Arrivavo guardingo e mi tenevo in superficie, evitando di muovere troppo le pinne di gomma: l'angolo della scogliera sommersa era sconvolto da una presenza

nuova: un grande polpo, venuto chissà da dove, allungava e ritraeva i suoi morbidi, lunghi, mobilissimi tentacoli.

Era chiaro che la sua vittima impossibile doveva essere la gnacchera, la sua parte viva e molle. Ma essa, forte della sua corazza, si divertiva ad alletterarlo con le sue schiuse e le sue serrate brusche.

Sembrava un gioco ed era un duello mortale.

La gnacchera continuava sicura ad alternare la sua posizione; il polpo attaccava paziente. Il duello di sopravvivenza durava a lungo.

Io trattenevo il gesto, spettatore inerte, volutamente, e rapito, affascinato, in attesa. Il polpo allungava ogni tanto il suo tentacolo in un colpo che falliva perché la gnacchera era più fulminea a serrarsi.

Mi pareva perfino di poter interpretare quel suo gesto abile come un segno di vittoria.

Così fino alla catastrofe del dramma. Il polpo a un tratto si scostò veloce, fingendo di fuggire. Strisciò affusolato sulla sassaia del fondale, cercò una piccola pietra adatta che afferrò con un tentacolo. E tornò improvviso all'agguato, un po' al di sopra della vittima che continuò il suo gioco di sfida.

Al momento giusto il sasso cadde tra le valve aperte, ne impedì inesorabile la chiusura... Il polpo affamato fece scempio e pasto della sua meritata conquista...

Meditavo, più tardi, supino, al sole, con le braccia e le mani a guanciaie dietro la testa.

Gli occhi socchiusi, meditavo su quel duello. Il sussurro snervante dell'onda morente sul bagnasciuga mi richiamava alla dimenticanza, alla dispersione del ricordo, al sonno; spegneva in me l'impulso di riimmergermi per fare mio almeno il relitto della gnacchera, le sue valve ormai vuote e inutili, velate di viola e di madreperla.

*Giulio Cossu*

## **Riunione Soci** **14 febbraio 2012 - Sede**

Confermata per il 1° aprile presso il Ristorante “Golden Gate”, alle ore 12,30, la Conviviale di Pasqua con gli Amici di Olbia e La Maddalena.

E’ stato fissato per i primi di marzo il tempo utile per la prenotazione delle Uova di Pasqua che anche quest’anno servirà per la raccolta fondi finalizzata all’End Polio Now.

Durante la conviviale verrà assegnato il Premio “Artigiano di Gallura” giunto alla VI edizione. L’apposita commissione presieduta da Lino Acciario è al lavoro per definire chi sarà il premiato.

Entrerà a far parte dell’effettivo del Club l’Avv. Ilaria Battino. Il Presidente consegnerà il distintivo nel corso della conviviale di Pasqua.

La favata di Ozieri si svolgerà il 10 marzo. Le adesioni dovranno pervenire entro il 23 febbraio.

ECR: Si stanno vagliando le date possibili per l’Educazione Continua Rotariana che si svolgerà in interclub. Valutando la disponibilità degli Istruttori Distrettuali è possibile organizzare per il 21 aprile il secondo incontro e per maggio, in data ancora da stabilirsi, il terzo incontro.

E’ stato inviato l’elaborato di Gian Paolo Sanna per la pubblicazione “I Club del 2080 si raccontano”. Siamo in attesa di notizie dall’apposita commissione.



### **Logo A.R. 2012 - 2013**

Il Presidente eletto Franco Pintus parteciperà al SIPE che si terrà presso le “Antiche Terme di Sardara” il 24 marzo.

Lo stesso Presidente eletto con la Signora Giovanna e l’Assistente del Governatore Salvina Deiana parteciperanno alla Convention del 6 marzo a Bangkok.

### **ROTARY CLUB TEMPIO PAUSANIA DISTRETTO 2080° R.I.**

Club Number: 12450

Anno Rotariano 2011 – 2012

Presidente Club: Nicolò D’Alessandro

Governatore Distretto 2080: Daniela Tranquilli  
Franceschetti

Presidente R.I.: Kalyan Banerjee

Sede: Tempio Pausania, Via Asproni n. 12

Sito Internet: [www.rctempiopausania.org](http://www.rctempiopausania.org)

Bollettino N. 75

Curato da Mario Rau e Ninni D’Alessandro

Con il contributo di

Giovanna Rau Pintus

Lino Acciario

Pier Mario Posadino

Roberto Carbini