

Rotary

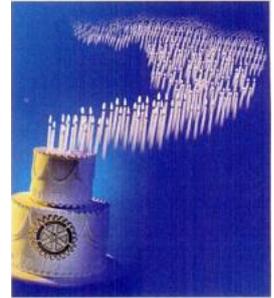


Periodico d'informazione del Club

ANNO 2014/2015 – N.36

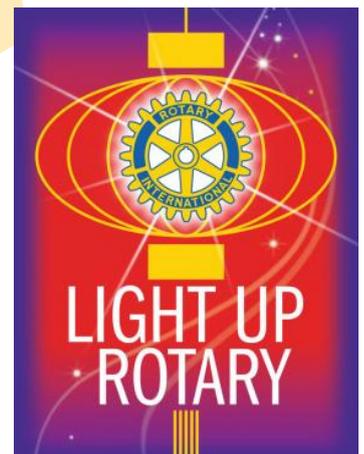
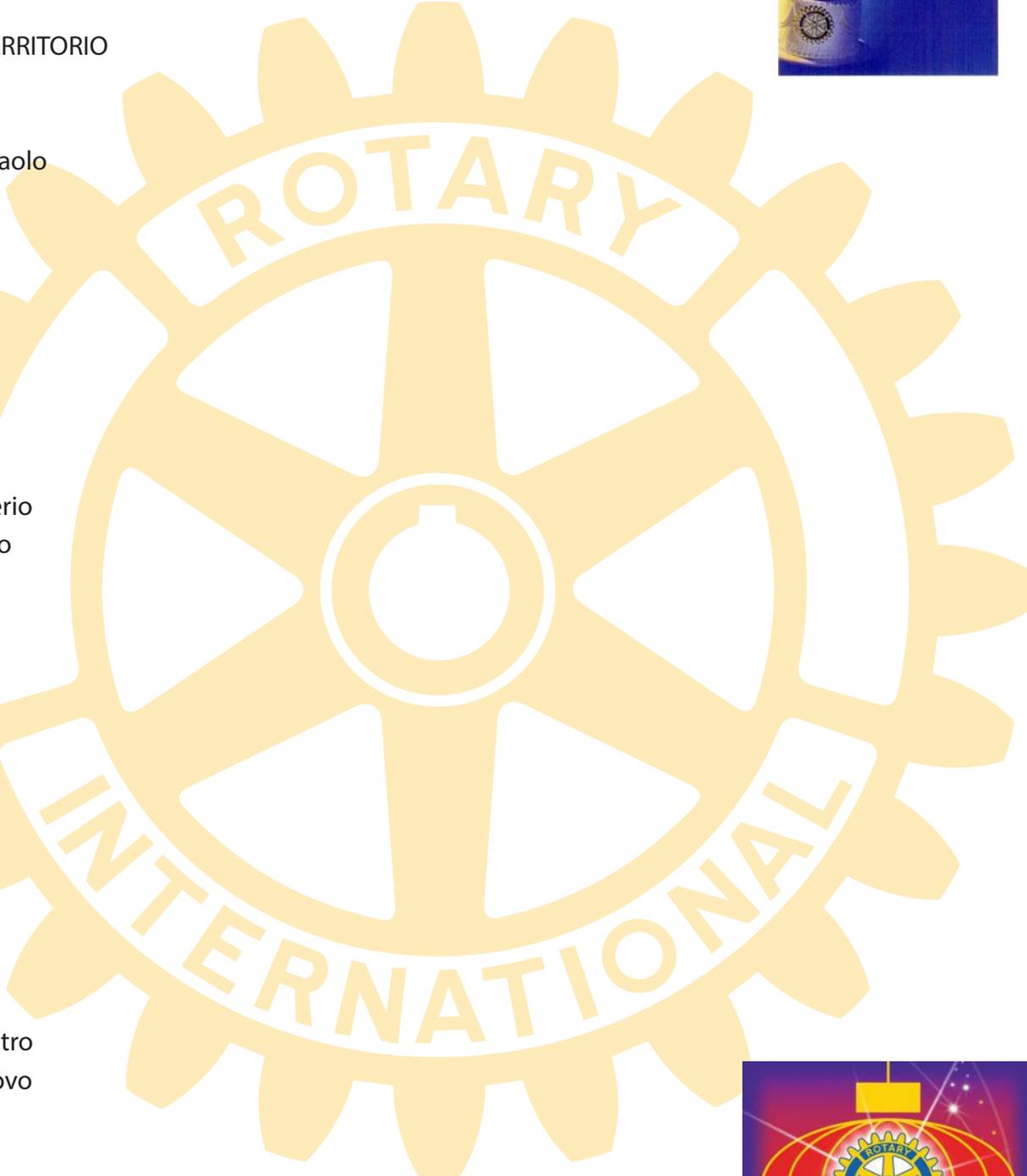
Club Dalmine Centenario

100 Percent
Paul Harris
Fellow Club



IL NOSTRO TERRITORIO

Arcene
Azzano San Paolo
Bergamo
Boltiere
Bonate Sopra
Bonate Sotto
Brembate
Brusaporto
Cavernago
Ciserano
Cologno al Serio
Comun Nuovo
Curno
Dalmine
Filago
Ghisalba
Grassobbio
Lallio
Levate
Mozzo
Orio al Serio
Osio Sopra
Osio Sotto
Pognano
Ponte San Pietro
Pontirolo Nuovo
Spirano
Stezzano
Treviolo
Urgnano
Valbrembo
Verdellino
Verdello
Zanica



Apnee notturne e disturbi del sonno



Ospite del nostro club, lo scorso giovedì 12 febbraio, l'amico medico otorinolaringoiatra Federico Luzzago – Rotariano del Brescia Sud-Est Montichiari – per una relazione che ci ha illuminato (a proposito di Light up...) sui catastrofici effetti che può causare un sonno frequentemente disturbato da roncopia e/o apnee.

**IL RUSSAMENTO (RONCOPATIA)
INTERESSA IL 60% DELLA POPOLAZIONE MASCHILE E
IL 40% DI QUELLA FEMMINILE ADULTA**

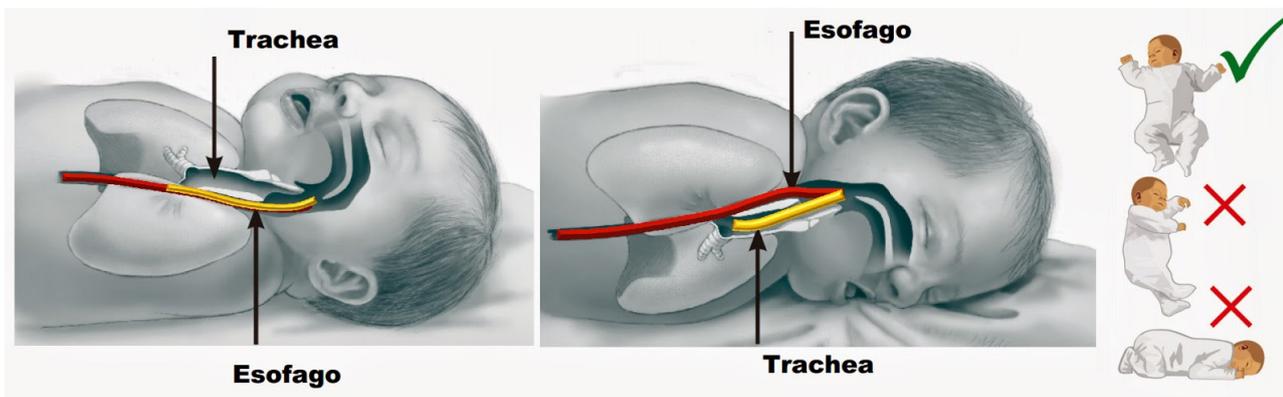
Un tema che, al di là degli aspetti tecnici esaurientemente illustrati da Federico, ci ha fatto molto riflettere collocato nel programma Sicurezza Stradale che da anni vede il nostro club impegnato su più fronti.

Parlare di qualità del sonno, sudorazione notturna, risvegli notturni con sensazioni di soffocamento, stanchezza al risveglio, sonnolenza diurna, addormentamento durante attività ripetitive, dissertare sul numero e la cadenza dei cosiddetti “sonnellini” può a volte far sorridere e se da un lato il problema è spesso sottovalutato dall'altro può causare, oltre che cattiva qualità della vita anche problemi in soggetti che svolgono attività lavorative per le quali il colpo di sonno può essere fatale.

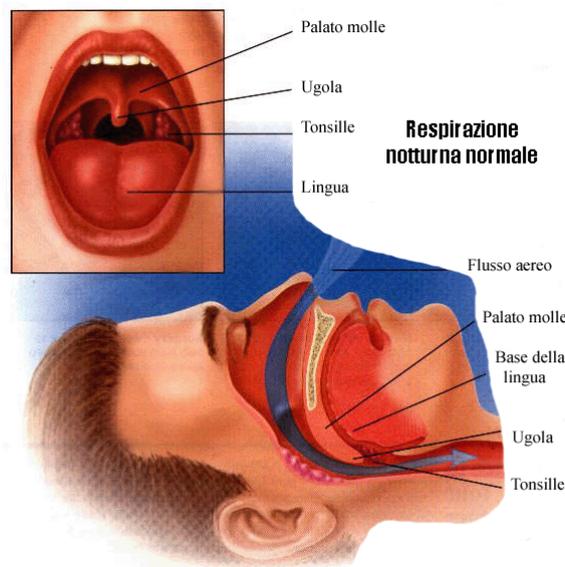
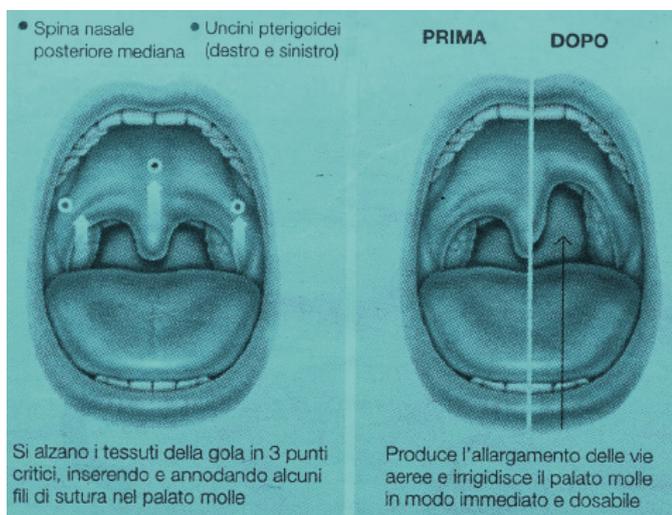


Ecco quindi la necessità di una verifica delle proprie condizioni fisiche e di non sottovalutare mai quei piccoli grandi campanelli d'allarme che il nostro corpo lancia quando non si trova in condizioni ottimali.

Dalle piccole grandi indagini ai rimedi sin dall'età pediatrica con il controllo della postura durante il sonno, la ricerca delle cause dei risvegli agitati, della sudorazione notturna, dell'enuresi, del rallentamento dell'accrescimento e delle difficoltà di apprendimento magari combinato all'iperattività ed all'ipersonnolenza diurna.



Riscontro della sintomologia, verifiche, esami strumentali ed individuazione della corretta terapia non escludendo, ove necessario, il ricorso ad interventi chirurgici di faringoplastica.



CLUB DI SAN FRANCISCO SVELA FORMULA PER AUMENTARE E CONSERVARE I SOCI



I soci del Rotary Club di San Francisco Evening s’incontrano tre volte al mese in una enoteca dopo il lavoro, organizzano una gita una volta al mese, e promuovono tutte le loro attività sui social media, come Meetup e Facebook.

L’essere il primo club della città che s’incontra di sera, ha consentito di attrarre molti giovani professionisti provenienti dalle aziende tecnologiche della Silicon Valley i cui orari lavorativi non permettono loro di fare parte di un club tradizionale che si riunisce per la prima colazione o per pranzo. Ma non è stato solo l’orario serale che ha aiutato il club a crescere del 30 per cento da quando è stato fondato a metà del 2013.

Danielle Lallement, che ha ricoperto l’incarico della presidenza durante la fondazione del club, ha dichiarato che il club ha avuto successo perché accoglie le scelte dei soci.

“La maggior parte dei nostri soci appartiene alla fascia d’età tra i 30 e i 40 anni, e loro obblighi finanziari e di lavoro sono molto grandi, per cui cerchiamo di accomodare le loro esigenze”, ha spiegato. “Siamo estremamente flessibili con i nostri soci, sia per quanto riguarda la loro presenza alle riunioni, le loro opzioni di pagamento e le aspettative”.

Ad esempio, quasi la metà dei soci proviene da diversi Paesi del mondo per cui i leader del club fanno a meno di recitare il pegno di fedeltà alla patria all’apertura delle riunioni.



Inoltre, i soci possono pianificare con facilità il pagamento ricorrente delle quote sociali online, e alle riunioni viene portato un lettore di carte di credito per consentire il pagamento delle quote sul posto via PayPal. Sin dall’inizio, i soci avevano deciso di trasformare l’ultima riunione del mese in un evento sociale. Ed è così che si sono recati al San Francisco Ballet, hanno cantato in un bar con karaoke, hanno giocato a golf, e hanno seguito le lezioni di un professionista del golf per migliorare le loro abilità di gioco.



Ai soci viene richiesto di partecipare ad almeno la metà delle riunioni, ma di non sentirsi sotto pressione se non possono davvero farcela, soprattutto a fronte dei singolari eventi della vita come il matrimonio, la nascita di un bambino, o l'aumento del carico di lavoro che li costringe a lavorare di più. I dirigenti del club spesso usano Skype o una linea conferenze per partecipare alle riunioni consigliari a cui non possono partecipare di persona.



DIFFONDERE LA PAROLA ATTRAVERSO I SOCIAL MEDIA

Lallement faceva parte del Rotary Club di Sparks, Nevada, prima di trasferirsi a San Francisco per motivi di lavoro. Dopo aver scoperto che in città non c'era un club serale, lei si era unita ad un gruppetto di altri ex Rotariani e insieme hanno cominciato a frequentare eventi sociali dove poter allacciare rapporti con altri. Il primo incontro è stato presso il Banco alimentare di San Francisco che è stato pubblicizzato tramite il sito online Meetup, che ha permesso di ottenere la partecipazione di numerosi nuovi soci.

“La pubblicità sui social media ha promosso in nostri eventi alla grande”, ha affermato Lallement. Oltre a pubblicare le loro attività su Facebook e Meetup, il club utilizza l'applicazione Eventbrite per promuovere e vendere i biglietti agli eventi sociali. E i soci del club restano in contatto tra di loro attraverso Twitter e LinkedIn.

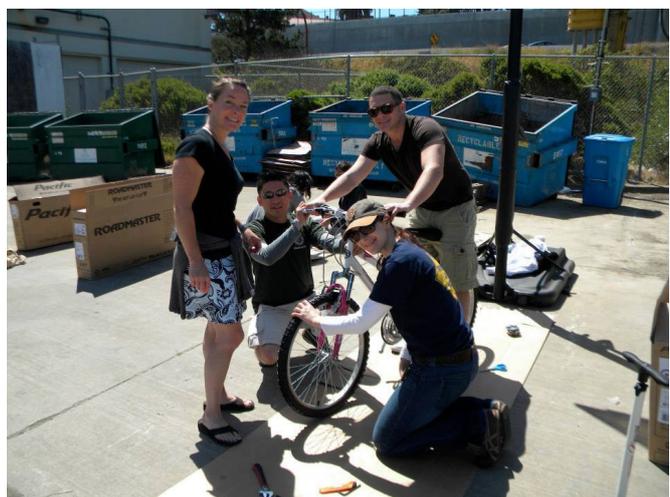
L'IMPORTANZA DEI PROGETTI

Lallement, che è un'infermiera, sapeva anche che il servizio è importante, perché i giovani sono desiderosi di “sporcarsi le mani”. Insieme al suo club in Nevada, aveva preso parte ad un progetto antielmintico e ad un viaggio per la somministrazione del vaccino antipolio in Ghana, aveva partecipato agli interventi al labbro leporino in India, e aveva distribuito zanzariere per combattere la malaria in Zambia.

Il club serale di San Francisco ha collaborato con il no-profit Hug It Forward e con cinque altri Rotary club per i lavori di ristrutturazione di una scuola in Guatemala. Il club ha ottenuto anche la sua prima sovvenzione distrettuale lo scorso anno per il progetto “Un seme per l'America”, che aveva come obiettivo di fornire agli studenti di San Francisco lezioni gratuite in programmazione informatica. Tra gli altri progetti, si possono citare la pulizia di sentieri e lo scavo di trincee e la costruzione di case per l'organizzazione Habitat for Humanity insieme ai soci del club Interact.

Oggi il club non è più l'unico club con riunioni serali nella zona. Il suo successo ha portato alla creazione del Rotary Club di Rafael Evening, e di due altri club provvisori, Mid-Peninsula Evening e San Francisco SOMA.

“L'idea è davvero decollata”, ha dichiarato Lallement, “e non esiste alcuna ragione che impedisce di ripetere questa formula altrove”.



a cura di Arnold R. Grahl

Rotary News



Lo sviluppo professionale è a portata di mano grazie al Centro Formazione del Rotary, con una vasta gamma di corsi interattivi sui tool online del Rotary, e sullo sviluppo di doti di leadership per prepararti a nuovi ruoli nell'organizzazione.

Tutti coloro che hanno un account in Il mio Rotary possono seguire un corso gratuito nel Centro Formazione. Tra i tanti corsi, Come organizzare un webinar, Come presentare una proposta di legislazione, Risorse Rotary Club Centrale e selezioni specifiche per i vari incarichi.

Il Centro Formazione si trova sotto la voce FORMARSI E INFORMARSI su Rotary.org/it. Se sei già registrato per il sito, dovresti avere già il tuo profilo. In caso contrario, è facile creare un account. Da IL MIO PROFILO, potrai modificare il tuo profilo, trovare annunci sui corsi nuovi e in programma e unirti alla community per le discussioni.

Il modo migliore per cominciare è seguire il video Come navigare nel Centro Formazione, che spiega cosa è disponibile e come usare al meglio il materiale disponibile.

Il catalogo del Centro consente di navigare tra l'elenco degli argomenti o vedere una lista completa di tutti i corsi disponibili. Per selezionare un corso, si può procedere immediatamente al corso, oppure salvarlo per un secondo momento, ritornando ai corsi salvati attraverso il tab I MIEI CORSI.

I materiali sono disponibili in vari formati, tra cui PDF e Word, moduli di apprendimento interattivi e video. Solo alcuni moduli sono provvisti di audio, ma tutti hanno la funzionalità che consente all'utente di controllare quando passare alla pagina successiva.

La barra nella parte superiore dello schermo mostra i progressi fatti in ogni corso. È possibile vedere una schermata di tutti i corsi a cui si è registrati usando il tab STORICO CORSI, che consente inoltre di stampare un certificato dopo aver completato tutti i requisiti. Alcuni leader distrettuali richiedono ai partecipanti delle sessioni in persona di presentare uno di questi certificati stampati prima di procedere con la sessione.

“Questo è il modo migliore per usare il Centro”, secondo Adam Arents, Supervisor of learning technology del Rotary, perchè consente una formazione più interattiva, piuttosto della lettura di una serie di documenti inviati tramite email.

Per i distretti che sponsorizzano borse di studio o borsisti, si consiglia il corso Orientamento per borsisti, squadre di formazione professionale e borsisti della pace del Rotary.

Uno dei corsi più popolari è Rafforzare il Rotary, come anche il corso sulle Risorse Rotary Club Central, per aiutare i soci a definire obiettivi e migliorare le informazioni sull'effettivo.

Per la prima volta, è stato aggiunto un corso obbligatorio per i delegati al Consiglio di Legislazione 2016.

Sempre secondo Arents, “Il Centro Formazione del Rotary è un potente strumento. Molti Rotariani non sono a conoscenza dell'enorme gamma di opzioni disponibili nel Centro, tutte molto utili, e noi ci stiamo adoperando per farle conoscere”.

CLUB DEL COLORADO E KOSOVO INSIEME PER RESTAURARE I SERVIZI IGIENICI NELLE SCUOLE

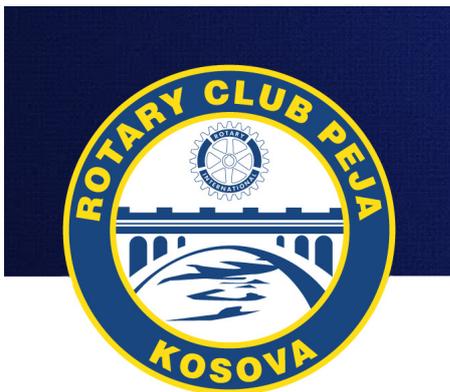


Grazie ad una sovvenzione globale di 50.000 USD della Rotary Foundation, i Rotary club di Edwards, Colorado, USA, e di Peja, Kosovo, hanno fornito acqua pulita e nuovi servizi igienici a sei scuole intorno a Peja.

Referenze foto per gentile concessione di Richard Dangler

Le scuole degradate di Peja, nelle montagne del Kosovo occidentale, ricordano a tutti il conflitto etnico e la guerra devastante degli anni '90.

Per restaurare i servizi igienici di queste scuole, i soci del Rotary locale hanno collaborato con Rotariani del Colorado. Anche se i residenti hanno ricostruito lentamente le infrastrutture cittadine dopo anni di negligenza, la maggior parte delle risorse è destinata a migliorare le strade, ricostruire le case e creare nuove imprese. I fondi restanti sono insufficienti a restaurare le scuole.



Di conseguenza, gli studenti si ammalavano e dovevano abbandonare gli studi, secondo Neshad Asllani, socio del Rotary Club di Peja e medico in Kosovo. “Gli studenti sani diventano spesso studenti migliori”, ha affermato Neshad.

L'anno scorso, il suo club ha unito le forze con il Rotary Club di Edwards, Colorado, per fornire acqua pulita e servizi igienici moderni a sei scuole della zona. Il progetto di 50.000 dollari è stato finanziato tramite una sovvenzione globale della Fondazione Rotary, e completato a settembre. Sono stati forniti nuovi lavandini, riparati i tetti, installati pavimenti ed infissi e create nuove fosse settiche.



International Relief & Development



USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE

Il progetto è stato avviato da Richard Dangler, RC di Edwards, che nel 2008/2009 era stato capo ingegnere idrico per l'organizzazione International Relief and Development nella regione, ed aveva contribuito a installare un sistema idrico in Kosovo da 1 milioni di dollari, finanziato da USAID. La rete idrica ha beneficiato la maggior parte delle case e delle imprese, ma l'impianto non arriva alle scuole nelle zone rurali. Dangler ricorda che le strutture igienico-sanitarie di quelle scuole erano "terribili"; i mobili bagno erano allagati, l'acqua dei rubinetti era sporca, e i muri, i pavimenti e i tetti fatiscenti non consentivano di usare i servizi igienici".

Dangler, recatosi a Peja nel 2013 per sviluppare il progetto con i soci del posto, ha dichiarato che l'apporto comunitario è stato determinante.

Il progetto prevede anche l'istruzione su acqua e servizi igienico-sanitari nelle sei scuole in questione. Gli studenti creeranno poster per la promozione di buone pratiche igieniche e impareranno le malattie trasmesse dalla cattiva igiene. Il club di Peja creerà delle commissioni per la salute formate da docenti e studenti. I membri di commissione dovranno anche monitorare la manutenzione dei servizi igienici e sviluppare campagne sanitarie e di sensibilizzazione per educare l'intera comunità.

Asllani ha osservato che, anche se l'impatto della guerra continua ad essere sentito, progetti come questo contribuiscono a risollevarlo lo spirito dei residenti e a ricostruire le infrastrutture della regione. "Le opere avviate dalle ONG e organizzazioni come il Rotary hanno aiutato il nostro popolo a superare le loro animosità del passato con la realizzazione di progetti che puntano al futuro".

Dangler ha aggiunto che "le persone che hanno vissuto il conflitto vogliono mettersi alle spalle quel periodo. Il miglioramento dei servizi igienici nelle scuole era in cima alla lista delle priorità della comunità. Mettere il focus sui bambini e sulla loro educazione era il modo migliore di guardare al futuro piuttosto che al passato".

a cura di Ryan Hyland

Rotary News

Il Concerto Grosso



In quest'Anno Rotariano, caratterizzato dal tema presidenziale: “ Light up Rotary “, accogliendo l’invito del Presidente Internazionale Gary C.K. Huang, il nostro Distretto ha voluto proporre l’effettuazione contemporanea nelle sette province lombarde di appartenenza di una manifestazione denominata Concerto Grosso che vedrà impegnati gli oltre 2.000 soci del 2042.

Per opportunità di calendario festeggeremo i 110 anni della nostra associazione, che cadono il prossimo lunedì 23, tutti insieme sabato 21 febbraio.

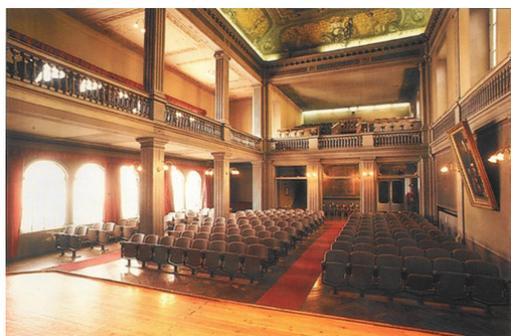
Varie le interpretazioni del “ Concerto Grosso “ distrettuale riassunte in una locandina presentata anche a Bergamo in una conferenza stampa lo scorso 13 febbraio con la presenza dei nove Rotary Club bergamaschi, degli Assistenti del Governatore e del Presidente della Commissione Distrettuale Pubblica Immagine Paolo Moretti.



Scelta differente per i due gruppi orobici che contraddistinguono i club del capoluogo (1) e quelli con sede in provincia (2).

Gli amici del Gruppo 1 organizzano:

R.C. Bergamo e R.C. Bergamo Città Alta un concerto che verrà proposto dagli Allievi del Conservatorio di Bergamo in Sala Piatti alle 20,30



R.C. Bergamo Nord e R.C. Bergamo Sud, sempre alle 20,30 in Sala Greppi un concerto a cura della BBBand, gruppo composto da Rotariani e amici; il loro repertorio è composto da cover di brani che spaziano tra il rock, il soul, il blues e la dance.



Il R.C. Bergamo Ovest si ritroverà alla Parrocchia di Almenno San Bartolomeo con un programma musicale formato da musica sacra, una sequenza di Ave Maria eseguite dalle Scholae Cantorum di Rovetta e Ponte Nossa.



Tutti e quattro insieme i club cui appartiene il Dalmine Centenario - Orobico 2 - con Romano di Lombardia, Sarnico e Valle Cavallina e Treviglio e Pianura Bergamasca con lo spettacolo di arte, musica, danza e teatro uniti per la storia di un sogno Rotariano divenuto realtà: la lotta per l'eradicazione della polio.

CINE TEATRO DI COLOGNOLA
VIA SAN SISTO 9 - BERGAMO

Sabato 21 febbraio 2015 - CONCERTO GROSSO - ore 20:30



ENDPOLIONOW

LA STORIA DI UN SOGNO

Arte, Musica, Danza e Teatro uniti per la Storia di un Sogno Rotariano diventato realtà

Regia di Oreste Castagna

I quattro Rotary Club del Gruppo Orobico 2



RC Dalmine Centenario
RC Romano di Lombardia
RC Sarnico e Valle Cavallina
RC Treviglio e della Pianura Bergamasca

interpretano in chiave originale il Concerto Grosso, evento promosso dal Distretto 2042 del Rotary International in occasione del 110° anniversario del sodalizio, per raccontare la storia di un sogno diventato realtà: il grande Progetto internazionale per la eradicazione della poliomielite nel mondo, nato dall'intuizione di Sergio Mulitsch di Palmenberg.

Regia: **Oreste Castagna**
Assistente alla Regia: **Vera Vavassori**
Drammaturgia: **Mino Carrara**

Artisti in Scena:

Virna Bassani (Attrice)
Oreste Castagna (Attore Regista)
Mino Carrara (Attore)
Giorgia Colleoni (violino)
Alessia Defilippo (violino)
Angelo Giussani (oboe)

Team ginnastica ritmica "Orobica Ginnastica"
con Daniela Spagnolo (allenatrice),

Minicoro Monterosso diretto da **Silvana Conversano**,
Stefania Sonzogni e **Andrea Possenti** di TangoPasiòn
Danzatrici "Studio Danza Attitude" coreografia di **Serenella Barbieri**
Saveria Savidya (tanpura)

Lo spettacolo contribuirà alla raccolta fondi a favore di End Polio Now, progetto internazionale che mira all'eradicazione della Poliomielite in collaborazione con la Bill & Melinda Gates Foundation, che si impegna a triplicare quanto raccolto dal Rotary in tutto il mondo mettendo a disposizione le risorse per nuovi vaccini da distribuire nei Paesi tuttora endemici.

IL CONSIGLIO DIRETTIVO

Presidente
Eugenio Sorrentino

Vice Presidente e
Delegato Programma Pilota
Luca Della Volta

Segretario
Luca Scaburri

Tesoriere e
Delegato Rotary Foundation
Carmine Pagano

Prefetto
Stefano Beretta

Past Presidente
Roberto Peroni

Presidente Eletto
Silvano Onori

Consiglieri
Antonio Bernardini
Walter Consoli
Federico Friedel Elzi
Roberto Lodovici
Liana Nava
Stefania Pendezza
Andrea Salvi

Web Master
Daniele Della Volta

CALENDARIO DEGLI INCONTRI



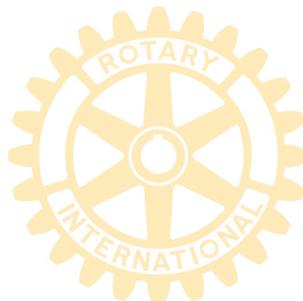
Concerto Grosso Gruppo Orobico 2

Teatro di Colognola
ore 20,00



Meteocuriosità Relatore Mario Giuliacci

Ristorante La Vacherie
ore 20,00



Il nostro Club lo trovi anche su



La missione del Rotary International è di servire gli altri, promuovere l'integrità e propagare nel mondo la comprensione reciproca, la cooperazione e la pace attraverso il diffondersi di relazioni amichevoli fra persone esercitanti diverse attività economiche, professionali e di leadership nelle loro comunità.

ROTARY CLUB DALMINE CENTENARIO FAMILY

