Periodico della Società Cooperativa Sociale
"Questa Città" a r.l.

il sommergibile

Numero 39 - Dicembre 2019
Iscritto al n. 12/07 del Registro dei Giornali
e Periodici tenuto c/o il Tribunale di Trani

3 DICEMBRE
GIORNATA INTERNAZIONALE
DELLE PERSONE
CON DISABILITA'

Cos'è "la normalità", Che cos'è" la disabilità"?

Nel 1981 è stata proclamata la Giornata internazionale delle persone con disabilità con lo scopo di promuovere i diritti e il benessere dei disabili. La giornata del 3 dicembre deve ricordarci l'importanza di valorizzare ogni singolo individuo abbattendo le barriere che limitano diritti imprescindibili per tutti.
Ma ci siamo davvero mai chiesti che cos'è la disabilità? Cosa vuol dire essere disabile? Come percepisce la propria vita un ragazzo disabile?
Si potrebbe tentare di dare una risposta attraverso una riflessione, molto intensa, ma carica di significato; vedere un bambino che corre in piena libertà e che "passeggia in bicicletta", guardare una persona seduta a tavola che con estrema semplicità e disinvoltura utilizza forchetta e coltello, osservare la semplicità con cui una persona si riesce a spostare da uno spazio ad un altro, genera in un ragazzo "disabile" uno stupore simile a quello che una persona "normale" può provare nel vedere un individuo che cammina e danza su una corda sospesa in aria, le dita di un pianista che creano una stupenda melodia o il corpo di un contorsionista che assume posizioni innaturali per la maggior parte delle persone;
Per il pianista è normale suonare il pianoforte, per il funambolo è normale camminare su una corda, per quasi tutti è normale saper usare forchetta

continua a pag. seguente

MEDITERRANEA DA SCOPRIRE

"NEL CORSO DEGLI ULTIMI QUINDICI GIORNI SONO STATO A DIETA; QUANTO HO PERSO? QUINDICI GIORNI" *dall'autobiografia di Mark Twain.*

Molti di noi staranno sorridendo nel leggere questa frase, forse perché un po' tutti ci immedesimiamo nello scrittore statunitense. L'argomento cibo, dieta, forma fisica rivestono un'importanza sempre maggiore nella nostra società, ma tanti sono i falsi miti da sfatare e le cattive abitudini da cambiare. Per fare questo ci siamo rivolti alla dott.ssa Mariangela Aquila, biologa nutrizionista cha da vari anni segue il progetto di educazione alimentare presso il Centro Diurno di Gravina.

Dottoressa Aquila, cosa si intende per dieta mediterranea?
"La dieta mediterranea è un modello nutrizionale diffuso nei paesi del bacino del Mediterraneo. Fu ideata fra gli anni '50 e '60 dal fisiologo statunitense Angel Keys che, trovandosi nel Sud Italia, aveva notato che rispetto al suo paese, dove il tasso di mortalità per malattie cardiovascolari ed il tasso di obesità erano molto elevati, in queste zone l'aspettativa di vita era più alta e c'era una modesta incidenza di malattie cardiovascolari, nonostante un livello socioeconomico basso e la scarsità di assistenza sanitaria in quei luoghi. Studiando tutti questi fattori, lo studioso capì che ciò era riconducibile all'alimentazione ed alle sue caratteristiche".

Perché si chiama mediterranea?
"Proprio perché si basa su alimenti primari il cui consumo è abituale in paesi del bacino del Mediterraneo".

In che cosa consiste?
"È una dieta che privilegia cereali, possibilmente integrali, frutta, verdura, olio di oliva (grasso insaturo) rispetto ad un uso più raro di carni rosse e grassi animali (grassi saturi) con un consumo moderato di pesce, carni bianche, legumi, uova, latticini, vino rosso. Questa composizione è stata tradotta dal nutrizionista Marino Niola nel 2015 in una piramide alimentare che parte dal basso verso l'alto in ordine di importanza e di consumo di questi alimenti. Sinteticamente dovremmo consumare frutta e verdura 5

continua a pag. seguente

(continua da pag. 1)

e coltello a tavola, passeggiare e andare in bicicletta;
Per chi come tanti, fin dalla nascita e non, si trova in una condizione di "diversa normalità" e' normale muoversi male, parlare con difficoltà, non camminare e non saper andare in bicicletta etc...
L'espressione disabile sottolinea un "deficit" ciò che manca rispetto a un'abilità, rispetto alla normalità, alla norma…
Ma esiste davvero una normalità? È davvero giusto parlare di disabilità come un limite?
A tal proposito riportiamo alcune definizioni di disabilità e normalità che i ragazzi del centro sociale polivalente per persone con disabilità Dahlia di Gravina hanno voluto sottolineare:

Cos'è per te la disabilità?

G.L.: "per me la disabilità non esiste proprio…sono uguale a tutti quanti"

R.A.: "per me la disabilità è aiutare"

Cos'è per te la normalità?

R.A.: "Io stessa…"

G.L.: "è che sono uguale a tutti gli altri…"

Talvolta i veri limiti esistono in chi guarda… credi ancora che sia giusto parlare di disabilità come diversità?
Se una persona è diversa da noi in maniera più evidente scattano tutta una serie di meccanismi che sono alimentati dalla paura della diversità, ma se riusciamo ad andare "oltre", gli scenari cambiano radicalmente.
La disabilità è quindi da intendersi come scoperta dell'alto; impariamo a costruire un mondo senza barriere, in cui la diversità arricchisce e abbatte gli schemi diventando fonte di crescita. Diamo a tutti la libertà di essere se stessi nella propria individualità.

CENTRO SOCIALE POLIVALETE DAHLIA GRAVINA

volte al giorno, pesce 3-4 volte a settimana, carne 3 volte a settimana, formaggi 2 volte a settimana, uova 2-3 a settimana, se non ci sono problemi di colesterolo, affettati 1 volta a settimana (sono da evitare a causa dei nitrati che sono conservanti cancerogeni). Non dimentichiamo i legumi, fonte di proteine vegetali, da consumare 2-3 volte a settimana, e pane e pasta, fonte di carboidrati, da mangiare tutti i giorni. Fondamentale alla base di questa piramide è l'acqua, che è un alimento vero e proprio, contiene sali minerali, fornisce il giusto apporto di sodio e potassio garantendo la giusta idratazione al nostro organismo. Ne dovremmo bere 2 litri al giorno da distribuire durante la giornata".

Perché è stata dichiarata patrimonio dell'UNESCO?

"Nel 2010 è stata riconosciuta dall'UNESCO come bene protetto ed inserita nella lista dei patrimoni orali e immateriali dell'umanità di Italia, Marocco, Spagna. Nel 2013 questo riconoscimento è stato esteso anche a Cipro, Portogallo e Croazia perché è la dieta più sana, che apporta i maggiori benefici al nostro organismo. In quanto patrimonio UNESCO è intoccabile, non può essere modificata neanche nelle percentuali di quantità dei cibi anche se io personalmente ritengo che la percentuale dei carboidrati (55%) vada diminuita perché quando è stata elaborata la dieta mediterranea i carboidrati erano di prima qualità mentre oggi che sono raffinati stanno creando problemi all'insulina, l'ormone che noi produciamo per la digestione, e questo sta creando un aumento di obesità".

Dottoressa questa considerazione sposta l'attenzione da quali cibi consumare alla qualità degli stessi, unitamente al problema dell'inquinamento. C'è un collegamento tra una buona alimentazione e l'impatto sull'ambiente?

"Questo è un punto di vista molto importante. Negli ultimi anni si sta ponendo molta attenzione ai prodotti a Km 0, cioè di produzione locale. Spesso sulle nostre tavole arrivano prodotti dall'estero e fuori stagione. Il loro consumo è da evitare in quanto la stagionalità di un prodotto dà maggiore garanzia che non siano state usate troppe sostanze nocive per la produzione e che non ci siano troppi conservanti. Paradossalmente andrebbero preferiti frutti un po' guasti, ma biologici a bei frutti grossi, integri e lucidi. D'altronde anche i nostri terreni sono stati sfruttati tantissimo, le falde acquifere sono spesso inquinate, bisogna fare attenzione a quello che si compra, avendo fiducia nel proprio rivenditore".

Quali sono le sane abitudini alimentari che dovremmo avere?

"L'alimentazione per essere sana deve essere varia. Bisogna poi suddividere l'apporto calorico giornaliero in 5-6 pasti per dare ritmo al nostro metabolismo. Non va mai saltata la colazione, che anzi deve essere consumata con calma per iniziare bene la giornata (è stata scientificamente dimostrata da uno studio la correlazione fra l'abitudine di saltare la colazione e l'obesità, soprattutto infantile). Un'altra sana abitudine è quella di un buon sonno, dalle sei alle otto ore continuative di riposo. Dormire troppo o troppo poco o modificare gli orari del sonno influisce sullo stato di salute e può essere causa di obesità. Dovremmo poi correggere la cattiva abitudine diffusa soprattutto al Sud di cenare tardi, bisognerebbe avere orari regolari dei pasti, cenare massimo alle 20 e andare a dormire dopo tre ore, magari dopo aver fatto una bella passeggiata. Altra cattiva abitudine è quella di andare in palestra in orari serali, perché l'adrenalina che l'organismo produce quando fa attività fisica danneggia un buon sonno. Bisognerebbe fare attività fisica dalle 8 alle 18, non oltre. Tutto questo rientra nella dieta mediterranea…".

Dottoressa allora parlare di dieta non significa solo parlare di cibo o di restrizioni alimentari, significa parlare di un modo di vivere?

"Esattamente. Infatti dieta deriva dal greco *deitos* che significa stile di vita".

Dottoressa nel salutarla le chiediamo di svelarci una sana abitudine da adottare, un trucchetto per rendere più efficace la nostra dieta

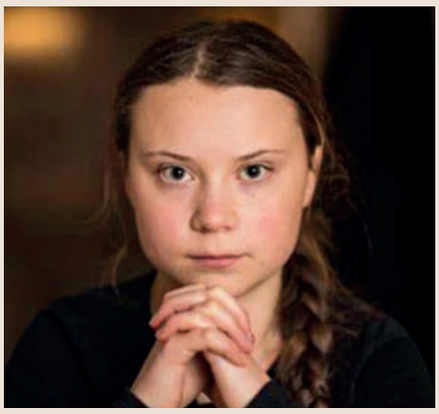
"Cominciare la giornata a digiuno con due bicchieri d'acqua con succo di limone, non perché faccia dimagrire, ma perché è come fare una doccia interna. Essendo una sostanza acida, il succo di limone alcalinizza l'acidità del nostro stomaco, diventa un gastroprotettore naturale, oltre che contenere Vitamina C".

NUNZIA VARVARA
Centro Diurno Gravina

L'APPROFONDIMENTO

Da quando è scesa in campo per protestare contro tutte quelle politiche di sviluppo che a livello globale stanno arrecando danni al clima pericolosissimi per la nostra stessa sopravvivenza è diventata icona della lotta ambientale su scala mondiale. Stiamo parlando di Greta Thunberg, adolescente di sedici anni che con il suo esempio sta guidando migliaia di giovani in direzione opposta all'azione cinica di tutti quegli "adulti" che, perseguendo un proprio tornaconto, hanno smesso di occuparsi del futuro dei propri figli.

L'argomento è apparso appetitoso per i ragazzi della nostra redazione che hanno voluto approfondire la figura di questa piccola grande ragazzina svedese. Di seguito l'articolo prodotto dai collaboratori della redazione della comunità alloggio e del gruppo appartamento di Gravina.



È stata candidata al Premio Nobel per la pace, iscritta tra i 25 teenager più influenti da Time, si è presentata davanti ai principali meeting internazionali dove ha accusato, senza possibilità di appello, capi di stato e grandi imprenditori e ha annunciato l'imminente cambiamento, ossia quello di portare alla salvaguardia il pianeta "malato" dal riscaldamento globale. E' Greta Thunberg che sta sensibilizzando all'azione un'intera generazione. E' lei l'ideatrice dei Fridays For Future, l'artefice delle manifestazioni per promuovere politiche e comportamenti sostenibili, è lei che ha portato nelle strade centinaia di studenti in occasione degli scioperi internazionali del 15 marzo e del 27 settembre. Il primo sciopero di Greta è avvenuto un venerdì davanti al Parlamento svedese con il cartello con scritto "Sciopero per il clima". Quella manifestazione dell'agosto 2018 è diventata così lo scatto dell'anno per protestare contro la mancanza di iniziative concrete che possano fermare il cambiamento climatico. In molti paesi, soprattutto nel Nord Europa, i dirigenti scolastici hanno aderito ufficialmente alla protesta: i ragazzi potranno andare in piazza senza che la loro assenza da scuola venga conteggiata. In altri, tra cui l'Italia, la mobilitazione è lasciata alla libera scelta dei singoli.

Ma chi è veramente Greta Thunberg? Greta, giovane studentessa svedese nata nel 2003 e affetta dalla sindrome di asperger, un problema imparentato con l'autismo che porta ad avere disturbi ossessivo-compulsivi.

Come tutti i suoi coetanei, Greta viene informata dei problemi causati all'ambiente dall'inquinamento, tramite lezioni a scuola e filmati di approfondimento che lasciano su di lei una traccia molto profonda. La giovane svedese si preoccupa dell'argomento e del fatto che i giovani di tutto il mondo non sembrino allarmati dalle urgenze della natura tanto da mobilitarsi in prima persona.

Nonostante tutti i suoi sforzi e la buona volontà, i giudizi del mondo intero su Greta sembrano essere divisi in due fazioni nette e contrapposte. C'è chi la loda e chi l'ha paragonata a Giovanna D'Arco. Milioni di persone si sono commosse ascoltando il suo discorso al Summit sul clima tenutosi all'Onu, a New York, in cui rimproverava i presenti dicendo che qualcuno le ha rubato il futuro, che siamo sull'orlo di un'estinzione di massa e che occorre fare qualcosa subito. Dall'altra parte c'è chi pensa che "la figura di Greta Thunberg è stata pianificata a tavolino e costruita mediaticamente per favorire la quarta rivoluzione industriale dell'economia verde ed è il frutto di un esperimento di ingegneria sociale per manipolare, condizionare e spingere le masse ad agire su scala globale". Dure parole che possono essere associate a tante altre in cui Greta viene definita un "burattino" manovrato da grossi nomi politici o associazioni.

Greta Thunberg un anno fa era da sola, oggi scioperano milioni giovani in tutto il mondo, un milione solo in Italia. Anche una persona può fare la differenza se la causa per cui è in lotta coglie nel sentimento comune: "il pianeta da salvare oggi non domani", come la sedicenne svedese va letteralmente urlando ai potenti della terra.

COMUNITA' ALLOGGIO
E GRUPPO APPARTAMENTO - GRAVINA

CASA DEL FARE-ASSIEME

UNA REALTÀ IN FORTE CRESCITA

Cosa sono i gruppi FareAssieme?

Nato per la prima volta a Trento nel 1999, il FareAssieme è un modo di affrontare il disagio psichico attraverso il coinvolgimento alla pari di utenti, familiari, operatori e cittadini, riconoscendo ad ognuna di queste figure l'esperienza maturata a contatto con la malattia mentale. Il loro sapere messo insieme aumenta quello collettivo, contribuendo a migliorare la qualità dell'intero sistema sociale.

Va da sé che in questa ottica a essere valorizzate sono le collaborazioni e le risorse di ognuno, in cui viene riposta grande fiducia nel cambiamento.

Sul territorio della sesta provincia pugliese arrivano nel 2011, anno in cui nascono i gruppi lavoro trasversali del Dipartimento di Salute Mentale della ASL BAT, finalizzati al raggiungimento di obiettivi di innovazione operativa e organizzativa che vede coinvolti i Centri di Salute Mentale dei territori di Andria, Barletta, Bisceglie, Trani e la Cooperativa Sociale Questa Città.

Nel 2013 il gruppo del FareAssieme del DSM BAT, dopo un percorso organizzativo e formativo di un anno, svolge per sei mesi la prima sperimentazione presso i Servizi Psichiatrici di Diagnosi e Cura di Barletta e Bisceglie, coinvolgendo gli U.F.E. (gli Utenti Familiari Esperti), i degenti, i loro familiari e gli operatori di reparto.

E' da questa prima esperienza positiva della nuova prassi che nasceranno nel 2015 micro esperienze di fareassieme nelle singole unità operative della Asl Bat, fino ad arrivare ad inaugurare l'anno scorso la CASA del FAREASSIEME di Trani.

Oggi questo gruppo vede la collaborazione sempre più stretta dei diversi CSM della sesta provincia e della Cooperativa Sociale Questa Città.

LA REDAZIONE

FARE-ASSIEME SIGNIFICA:

Credere che tutti possediamo
un sapere dato dall'esperienza:
"chi in prima persona ha vissuto un disagio psichico è una voce da ascoltare, una testimonianza preziosa!"

Credere nel protagonismo,
anche per chi ha sperimentato gravi difficoltà:
"quando si impara a riconoscere la propria situazione si diventa responsabili e pienamente cooperanti"

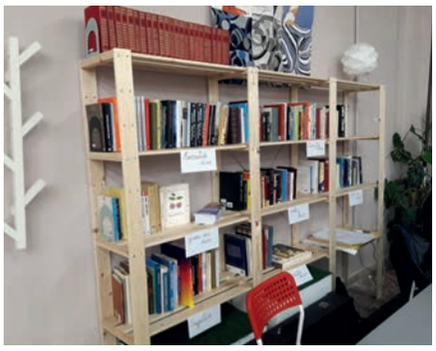
Credere che il cambiamento sia sempre possibile:
"si può migliorare quando si viene aiutati a prendersi cura della propria fragilità"

Credere che ognuno ha delle risorse da riconoscere,
e non solo dei problemi:
"non un malato, non una macchina rotta, ma una persona che va messa al primo posto, prima della malattia".

Nasce il Centro lettura della
"Casa del FareAssieme

Con l'inaugurazione lo scorso 21 novembre del centro lettura "Book Sharing", si arricchisce l'offerta delle attività poste in essere dal gruppo FareAssieme di Trani.
Non solo quindi cineforum, laboratori creativi, iniziative di formazione e informazione, la Casa del FareAssieme, inaugurata nel dicembre 2018 all'interno di un'ala dell'ex Ospedaletto cittadino, diventa anche luogo in cui poter leggere libri, prenderli in prestito o semplicemente scambiarli.
Nell'occasione è stato presentato anche il libro "Novecento", di Alessandro Baricco, da parte della dottoressa Ottavia Digiaro, a cui è seguita una rappresentazione teatrale a cura del dottor Nunzio Tota con lettura dei testi da parte di utenti e operatori del CSM e della Cooperativa Sociale "Questa Città".
Il maestro Mauro dell'Olio ha eseguito al pianoforte brani musicali sul tema di diversi autori, con il contributo di Luca Fusaro al sax.
Gli operatori e gli addetti al "Centro lettura", grazie al loro entusiasmo e alla loro creatività, sono riusciti ad allestire l'ambiente che è risultato confortevole, accogliente e adatto all'uso.
Il team ha disposto librerie, tavolinetti, cartelloni con scritte invitanti alla lettura, cesti con riviste varie e addobbi con grande senso estetico.
Operatori e addetti hanno lavorato con gioia impegnandosi ed esprimendo la propria vena creativa, augurandosi che anche gli utenti del centro, che si spera siano numerosi, trovino il posto rispondente alle proprie esigenze.

Il Team del "Centro lettura"



Un altro esempio di FareAssieme è la collaborazione di Nicola de Lucia con la nostra redazione giornalistica. A partire da questa uscita, ad ogni nuova pubblicazione de "IL Sommergibile" Nicola si occuperà di approfondire le tematiche più disparate riguardanti la città di Trani. Il suo primo articolo riguarda l'inaugurazione della terza sede dell'associazione Trani Soccorso.

Inaugurata la terza sede dell'associazione di volontariato Trani Soccorso. Punto di riferimento della Protezione civile, la struttura è situata sulla strada provinciale per Corato in contrada Schinosa presso villa Seggettaro (location che dal 1983 è stata concessa in locazione al Centro nazionale delle ricerche e in seguito all'associazione il Pineto).
L'apertura alla cittadinanza del luogo è avvenuta all'insegna di una grande festa spalmata su due giorni, il cui ricavato sarà utilizzato dall'associazione per l'acquisto di un nuovo mezzo di soccorso.
L'evento è stato patrocinato dall'amministrazione comunale di Trani.
Trani Soccorso è nata 6 anni fa, precisamente il 18 agosto 2013. La sua prima sede è ubicata nella zona sud di Trani, e sin dall'inizio si è prodigata nell'offrire i servizi utili dal punto di vista socio-sanitario per la cittadinanza, e con il passare del tempo ha acquisito la possibilità di disporre anche del tele-soccorso, un servizio rivolto principalmente agli anziani, ai disabili o a chi vive in solitudine, oltre che a numerosi mezzi di trasporto, mentre la seconda sede è posizionata nella parte centrale della città.

Nicola de Lucia

RECENSEO

"BRAVE RAGAZZE"

Per la nuova uscita della rubrica Recenseo, abbiamo scelto di riaffidarne la stesura agli ospiti della Casa per la vita di Poggiorsini, già conosciuti dai lettori di questa sezione, per la loro passione per la cinematografia.

Questa volta vi proponiamo la recensione di Giovanni e Nella, i quali, recatosi come di consueto presso il Cinema Red Carpet di Matera, si sono cimentati nella visione di un film tutto italiano, diretto dalla regista/attrice Michela Andreozzi, "Brave ragazze".

La pellicola, ispirata alla storia vera di una banda di rapinatrici francesi travestite da uomini, che operavano nella metà degli anni '80, ha incassato nelle prime 4 settimane di programmazione circa 500.000 €.

La storia, ambientata a Gaeta negli anni '80, ha come protagoniste una improbabile banda di amiche speciali così composta: Ambra Angiolini, madre single che fa fatica ad arrivare a fine mese, due sorelle orfane con mille problemi, Ilenia Pastorelli e Silvia D'Amico e una corista di chiesa molto religiosa, Serena Rossi, vittima di un marito molto violento. Le protagoniste sono rispettivamente Anna, Chicca, Caterina e Maria.

Le quattro, accomunate dalla necessità di "fare soldi", chi per un motivo, chi per un altro, decidono di rapinare un ufficio postale, in maniera del tutto improvvisata e dopo aver messo a segno il primo colpo è impossibile fermarsi: pur restando in fondo al cuore delle brave ragazze, compiono una serie di atti illegali che spingono il commissario Morandi (Luca Argentero) a indagare su di loro. A questo punto diventa sempre più difficile tracciare una linea di confine tra giustizia e vendetta, tra ciò che è giusto e ciò che è sbagliato.

Il lungometraggio si conclude in maniera giusta dal punto di vista legale, prevedendo il carcere per aver commesso il reato, ma in maniera spiacevole per gli spettatori i quali si ritrovano a non saper più distinguere la moralità dalla necessità.

Questo film, seppure ambientato negli anni '80, rappresenta problematiche attuali trattando tematiche tipiche del periodo storico corrente.

La difficoltà economica affrontata da Anna, rispecchia la situazione di molte famiglie italiane, le quali faticano ad arrivare a fine mese; le sorelle Chicca e Caterina, ribelle la prima e ambiziosa e studiosa la seconda, rappresentano la realtà dei giovani di oggi che devono purtroppo fare i conti con la disoccupazione che a sua volte li spinge a fuggire all'estero. Il personaggio di Maria, invece, è, a nostro avviso, il più riuscito. Tratta in maniera semplice e comprensibile l'argomento ritenuto taboo fino a qualche anno fa: la violenza sulle donne.

La casalinga religiosa e sottomessa al marito, si trasforma in una donna forte e coraggiosa, tanto da ribellarsi alle botte e alle minacce, sparando al suo "padrone". Maria, in carcere per giusti motivi, si sente felice e serena molto più di quando lo era tra le mura di casa.

La commedia, secondo noi molto riflessiva, ricorda alle donne di non lasciarsi scoraggiare dal sesso opposto, ma di farsi rispettare nonostante la gonna. Tuttavia, a volte è utile ricordare che "oltre le gonne c'è di più".

CASA PER LA VITA - POGGIORSINI

EQUITAZIONE
a Torre Sansanello

Dapprima hanno stretto amicizia con i cavalli del circolo ippico Torre Sansanello di Corato, spazzolando e pulendo loro zampe e zoccoli. Poi, superata questa prima fase di conoscenza, sono saliti in groppa per godere con gli amici a quattro zampe di lunghe e rilassanti passeggiate.

E' questa l'esperienza vissuta da alcuni ospiti della comunità alloggio e dei gruppi appartamento di Andria che hanno beneficiato di tutti quei vantaggi derivanti dallo stare a contatto con la natura e i cavalli.

Non a caso l'equitazione rientra tra le attività terapeutiche-riabilitative di intervento di tipo educativo che prevede il coinvolgimento di un cavallo; contribuisce a migliorare la qualità della vita della persona e a rinforzare l'autostima del soggetto coinvolto. Attraverso la mediazione degli animali domestici vengono attuati anche percorsi di rieducazione comportamentali. L'utilizzo del cavallo, come strumento vivo e ricco di informazioni ha il fine di promuovere, attivare e sostenere le risorse e le potenzialità di crescita e progettualità individuale, di relazione ed inserimento sociale delle persone con difficoltà. Migliorare la relazione affettiva.

"Vivere bene – dice Sabino, uno dei partecipanti agli incontri – con il massimo relax in campagna, immersi nei colori della natura rupestre, vivere e mangiare bene con la gioia di vivere insieme in un percorso terapeutico insieme ai cavalli e a Silvia, educatrice gentile, esperta e semplice, è stata per me come una elevazione dello spirito, con animo sincero e semplice, con la natura".

Comunità Alloggio e Gruppi Appartamento - Andria

Alla scoperta del TERRITORIO

La città di Andria con il suo centro storico, Castel del monte, la dolina carsica di Gurgo e le grotte affrescate di Santa Margherita sono solo alcune delle meraviglie visitate dagli ospiti delle Comunità di Andria e Trani all'interno del progetto "Passeggiate nella storia".

Conoscere la storia, la cultura, le tradizioni del luogo in cui si vive è per ogni entità sociale, sia essa individuo che comunità, una necessità che trova la sua motivazione nella costruzione e nel mantenimento della propria identità. Purtroppo oggigiorno sono in molti ad aver perso la consapevolezza delle proprie radici. Questa perdita di identità è attribuibile in gran parte alla globalizzazione. È vero, in un mondo globalizzato le distanze si riducono, grazie ai mezzi di comunicazione di mass, permettendo la circolazione di idee e principi validi per molti. È vero anche, però, che la cultura di massa tende a scardinare le radici profonde di ogni popolo, proprio quelle che dovrebbero rappresentare quella risorsa importante da salvaguardare.

Ecco perché in diverse aree del mondo sta crescendo sempre più quel bisogno di appartenenza che un popolo intero o una comunità provano a soddisfare attraverso un processo di riappropriazione delle proprie tracce, da quelle storiche a quelle culturali, linguistiche, economiche, sociali, artistiche e archeologiche. Sulla scorta di questa esigenza si è pensato di proporre agli ospiti delle nostre comunità un itinerario storico, culturale, artistico e paesaggistico, che potesse condurli in una conoscenza più approfondita del territorio locale, di come e di quanto questo sia cambiato nel tempo, e delle piccole e grandi storie che ne hanno segnato il carattere.

Le visite guidate da Silvia Rella, giovane guida turistica del territorio, hanno interessato il centro storico della città federiciana, le chiese, i campanili, le mura ancora visibili in alcune zone dell'area antica, la torre di avvistamento, Andria sotterranea, i vicoli medioevali con le loro edicole votive, le maschere apotropaiche, la via più piccola del mondo, Castel del monte, le lame con le grotte affrescate di Santa Margherita, e la grande dolina carsica di Gurgo e il letto del fiume ormai asciutto Alvedium.

RETE RIABILITATIVA ANDRIA E TRANI

La CASA delle FARFALLE
(L'angolo della Poesia)

Perchè a Natale

Il Natale per noi è un evento grande,
è fatto di cento risposte e di mille domande.
Perché si festeggia il Natale?
La nascita di Gesù non è sempre uguale?
Perché a Natale si fanno i regali,
perché per festeggiarlo si uccidono gli animali?
Perché a Natale si è tutti più buoni?
Infondo l'anno è fatto di mille situazioni.
Perché a Natale si fa spazio al cuore e alla mente?
Passa questo periodo e non ci rimane niente.
Natale è fatto di mille misteri,
si dimenticano i giorni grigi, quelli più neri.
Infondo il Natale non è mai passato;
sfido chiunque a non averlo mai pensato:
A Natale si riuniscono amici e parenti,
si addolciscono i cuori, si addolciscono i sentimenti .
Il Natale è fatto di mille perché,
l'epifania è fatta per portarseli con sé.
E se hai la risposta a ogni domanda,
ti manca poco per diventare santa.

Porzia Ventrelli

La Soc. Coop. Sociale **"Questa Città"**
e la redazione de **"Il Sommergibile"**

Augura a tutti
un
Buon incontro col Signore
e un felice Anno Nuovo

il sommergibile

Periodico della
Soc. Coop. Sociale ***"Questa Città"*** *a r.l.*

Iscritto al n. 12/07 del Registro dei Giornali
e Periodici tenuto c/o il Tribunale di Trani

Sede sociale e direzione:
Via Guardialto, 8 - 70024 Gravina in Puglia

Direttore Responsabile:
Sebastiano Inchingolo

Redazione:
Luciana Zingarelli, Letizia Sansonne
Antonio Vaccariello, Patrizia Zinfollino
Emilia Di Meo, Vittoria Piemonte
Teresa Loglisci e Vincenzo Zagariello
Carmen D'Agostino, Grazia Laddaga

Stampa e Grafica:
Grafiche Guglielmi
via Diaz, 10 - tel. 0883.544843 - Andria