L'Associazione Carabinieri al Centro Civico

Successo per la Mostra in divisa

Dopo una settimana di apertura - dal 20 al 27 novembre - nel Centro Civico "Buranello" si è conclusa col giusto successo di critica e di pubblico (circa 700 visitatori, malgrado non sia stata pubblicizzata più di tanto) la mostra sulla storia dell'Arma dei Carabinieri organizzata dalla sezione di San Pier d'Arena dell'Associazione Nazionale Carabinieri. È stata pensata, voluta e realizzata fedelmente al principio che anima l'ANC: "i Carabinieri tra la Gente, con la Gente, per la Gente", con lo scopo di far conoscere l'Associazione e i suoi compiti. È stato bello vedere l'interesse con cui gli adulti hanno visitato, osservato, parlato e discusso coi membri dell'ANC presenti, ma soprattutto è stato piacevole e di buon auspicio l'interesse dei ragazzi e dei bambini in visita, fra i quali ci sono coloro che diverranno i Carabinieri dei prossimi decenni, i futuri membri di questa che è una delle (poche, purtroppo) istituzioni pubbliche a godere di una solida stima da parte della popolazione italiana.
Osservando i documenti, le foto, gli oggetti, i cimeli, i libri esposti e chiacchierando coi Carabinieri in pensione oggi membri dell'ANC che erano "in servizio" alla mostra, si capisce bene che – parafrasando il Salmo 109 della Bibbia – "eris Carabiniere in aeternum": chi diventa Carabiniere lo rimane per sempre. Perché quella dell'Arma è una divisa che veste l'anima oltre e più che il corpo, che si indossa e si vive con lo stesso spirito di servizio verso la Nazione e verso la gente tanto nella più piccola Stazione sperduta sulle montagne italiane quanto come nei campi polverosi e violenti dell'Iraq e di Haiti.
Un sincero ringraziamento va a Elena Di Florio, Assessore alla Cultura del Municipio Centro Ovest, che ha appoggiato la Mostra e l'attività organizzativa dell'ANC.

Gian Antonio Dall'Aglio

Ci scrive "L'Albero Dolceverde dei Giardini Pavanello"

Carissimo Gazzettino,
le voremmo presentare la nostra Associazione "L'Albero Dolceverde dei Giardini Pavanello". Fondata da un gruppo di cittadini con l'intento di ricreare un po' di tessuto sociale fra le persone. Con questo scopo abbiamo coinvolto cittadini e commercianti di via Carlo Rolando e dintorni per adottare i Giardini Pavanello dove si è svolta la Festa delle Lanterne il giorno di San Martino, l'11 novembre. Sempre con lo stesso scopo abbiamo organizzato i mercatini di Natale coinvolgendo la gente del quartiere a portare i loro manufatti le loro idee le loro passioni. I nostri mercatini si svolgeranno in via Rolando zona pedonale nei giorni 11, 18, 22 dicembre. Speriamo di risentirci presto per potervi segnalare nosttre nuove iniziative.

il presidente Gaetano Russo

La parola all'esperto

L'obesità e il calcolo della massa grassa

L'obesità insorge quando l'apporto alimentare eccede la spesa energetica. Tale squilibrio ha, in genere, una genesi multifattoriale. Infatti, sebbene fattori genetici possano influenzare la suscettibilità ad un ambiente favorente l'obesità, fattori ambientali, stili di vita, condizione socio-culturale giocano un ruolo eziologico preponderante.
È diffusa e corretta l'abitudine a registrare periodicamente peso e altezza di soggetti in età evolutiva, ma risulta più completo conoscere anche la distribuzione della massa grassa e della massa magra. Infatti, l'aspetto esteriore di una persona non indica necessariamente la massa grassa del suo corpo e chi ne accumula troppa rischia la salute. A tale scopo le tecniche di campo più diffuse sono la misurazione delle pliche cutanee e l'impedenzometria bioelettrica.
Vediamo come questo metodo, semplice e rapido, venga applicato.
Il soggetto impugna lo strumento in piedi con braccia tese avanti, una corrente impercettibile viene fatta passare attraverso il corpo. Poiché la massa grassa ha un'impedenza più elevata la quantità di corrente che passa attraverso i tessuti rispecchia la quantità relativa di grasso contenuta in detti tessuti. Con tale tecnica, il valore dell'impedenza, della conduttività, o di entrambe, è trasformato in valutazione del grasso corporeo relativo. Un sistema che invece non richiede strumenti particolari è il calcolo del Body Mass Index-BMI che è altamente correlato con la composizione corporea.
La misura del peso e dell'altezza permettono di ricavare il BMI: misurazione del grado di sovrappeso o di obesità corporei, ottenuta dividendo il peso (in chilogrammi) per il quadrato dell'altezza (in metri). Il BMI, nonostante sia un metodo di misurazione del grasso totale più accurato rispetto al peso corporeo considerato da solo, presenta dei limiti di cui bisogna tenere conto: in soggetti con massa muscolare molto rappresentata il grassso corporeo totale viene sovrastimato dal BMI; in soggetti che hanno subito una perdita muscolare (es: soggetti anziani o soggetti allattati per lunghi periodi di tempo) la quantità di grasso corporeo viene sottostimata dal BMI; soggetti con statura inferiore ai 150 cm o superiore ai 200 cm presentano valori di BMI rispettivamente molto elevati o molto bassi, mentre non sono in sovrappeso o sottopeso.

Claudio Scotton