VOLUME 18 | EDIZIONE AUTUNNALE 2024

QualBuonVento

TUTTO IL POSITIVO CHE CERCHI



CULTURA

AEFFE

STORIA MULTIFORME DI UN PERSONAGGIO IMMAGINARIO

PROGETTO A CURA DI PIERANGELO MERLO

SPORT

RACEWARS

UNO DEI MOTORSHOW ITALIANI PIÙ GRANDI NASCE A TREVISO

TERRITORIO

PIETROVECCHIO

LA TRADIZIONE INCONTRA L'INNOVAZIONE

INSIEME A LAURA

LAVORO

AMORIM CORK

25 ANNI D'ECCELLENZA

VISITA IL SITO SCANSIONANDO IL QR

QualBuonVento - N.8 Settembre 2024 - Dicembre 2024 - Distribuito gratuitamente - Graphic & Design Demapubblicita.com - n. 235/16 del Registro Stampa del Tribunale di Treviso



QualBuonVento.com

SIAMO FELICI?

Dobbiamo essere noi stessi.

Siamo stati nel passato e tutt'ora,
condizionati su troppe cose; scuola, lavoro, società...
Rischiando di perdere la nostra identità.
Non dobbiamo piacere agli altri,
fare quello che vogliono gli altri,
quelli che ci criticano, ci giudicano, ci invidiano...

Dobbiamo fare quello che piace a noi,
quello che ci fa felici,
anche se andiamo controcorrente.

Solo così saremo veramente sereni, realizzati, felici!!!

Nello Mazzer

Territorio

5 **PIETROVECCHIO**
INNOVAZIONE INCONTRA TRADIZIONE

10 **10 MILA PASSI**
DI SALUTE

Cultura

14 **AEFFE**
STORIA MULTIFORME DI UN PERSONAGGIO IMMAGINARIO

19 **MUSEO EMIGRAZIONE**
STORIA DELL'EMIGRAZIONE ITALIANA

Sport

26 **RACEWARS**
NON SOLO UN RADUNO D'AUTO

31 **4 ABITUDINI**
PICCOLI CAMBIAMENTI PORTANO A GRANDI RISULTATI

Lavoro

36 **AMORIMCORK**
25 ANNI D'ECCELLENZA

Spiritualità

41 **PRIMA O POI SBOCCERAI**
LA CORSA DELLA VITA

45 **NELLO**
UOMO IMPRENDITORE MARITO PADRE

Salute

MINDFUL EATING
RITROVA IL PIACERE DI MANGIARE

Cucina

TORTA SALATA
PROSCIUTTO COTTO ZUCCHINE RICOTTA

QualBuonVento

Periodico a distribuzione gratuita

DIRETTORE RESPONSABILE: Giampiero Maset

REDAZIONE: Claudia De Vido, Nello Mazzer, Luca Mazzer, Christian Mazzer, Giorgia D'Andrea, Emanuela Marsura, Elena Sartor, Lara Pumo, Anna Zuccaro, Anita Varaschin, Irene Rosolen, Valentina Notturno, Fr. Alberto Maria Osenga, Silvia Dalle Crode, Adriano Armelin, Ludovica Da Rè

COLLABORATORI PER QUESTO NUMERO: Claudia De Vido, Giorgia D'Andrea, Adriano Armellin, Ludovica Da Rè, Anna Zuccaro, Daniele Modolo, Emanuela Marsura, dott.ssa Mary Nicastro, Antonella Di Vincenzo, Pierangelo Merlo, Laura Pietrovecchio

PROGETTO GRAFICO: Giorgia D'Andrea

EDITORE:

DEMA® ENERGIA DELLA COMUNICAZIONE | SEDE Via Ungheresca Sud, 22 - 31020 San Vendemiano (TV)

CONTATTI Tel. 0438 430698 / E-mail redazione@qualbuonvento.com

Periodico online e cartaceo iscritto al n. 235/16 del Registro Stampa del Tribunale di Treviso

TERRITORIO

PIETRO VECCHIO



INNOVAZIONE INCONTRA TRADIZIONE

05

GRAZIE A LAURA PIETROVECCHIO

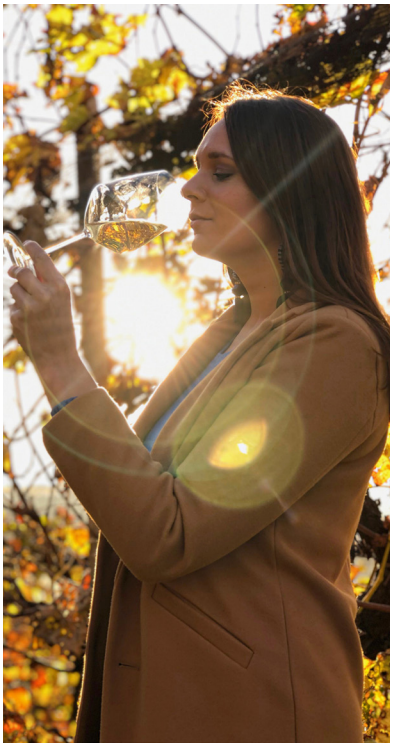
L'ORIGINE DELLA CANTINA PIETROVECCHIO

Laura (1) è la figlia del proprietario della cantina Pietrovecchio e rappresenta la quarta generazione che porta avanti il nome e la tradizione della famiglia. Tutto è iniziato con il suo bisnonno Giovanni e suo fratello Natale, i fondatori della cantina. Fin da piccola, Laura ha passato innumerevoli ore osservando con ammirazione suo nonno Aldo e il prozio Elio (3) lavorare con dedizione sui ripidi pendii della collina. Anche se il sudore scendeva loro sul viso, non si fermavano mai per riposarsi. Osservava affascinata anche come accoglievano i clienti con ospitalità e calore, offrendo sempre pane caldo, sopressa e un goto de vin (de quel bon). Ricorda con gioia quando, durante la vendita del vino sfuso in damigiana, arrivavano clienti da tutta Italia. Con grande orgoglio, suo nonno e il prozio la sollevavano in braccio e dicevano:

> "Questo sarà il nostro futuro, la nostra futura padroncina della cantina"

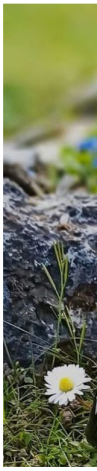
Per Laura, quei momenti erano pura felicità. A 25 anni, Laura prende una decisione importante: iscriversi all'università di Scienze e Tecnologie Viticole ed Enologiche a Conegliano (UNIPD). Non voleva solo continuare il lavoro del bisnonno, ma anche migliorare e innovare la cantina. Suo padre era al settimo cielo quando lo ha scoperto, perché non si sarebbe mai aspettato che una donna, sua unica figlia, volesse intraprendere questo percorso. Del resto, il mondo del vino era storicamente risevato agli uomini e, fino a poco tempo fa, era quasi impensabile che una ragazza potesse entrare a far parte di questo settore.

> "Pietrovecchio è il cognome di una lunga generazione di famiglia che ha saputo prendersi cura delle amate colline del prosecco di Valdobbiadene con impegno e sacrificio."



1 *Laura Pietrovecchio*





L'INNOVAZIONE CHE È RIVOLUZIONE

Laura sente un forte desiderio di dare una boccata d'aria fresca alla cantina. Era convinta che le colline del prosecco, un paesaggio unico nel suo genere, avessero un potenziale enorme che meritava di essere espresso appieno. Così ha iniziato a innovare su tutti i fronti, partendo dal prodotto e dalla sua denominazione, *Prosecco Superiore DOCG di Valdobbiadene.*

Ha deciso di riscrivere in chiave moderna l'identità del prodotto capostipite di Valdobbiadene: il vino con il fondo. Laura ha deciso di modernizzare l'etichetta, progettandola interamente da sola. Voleva un logo forte e distintivo, che includesse dei grappoli d'uva, le chiavi dell'antico stemma dei Pietrovecchio e un leone al centro, in omaggio a sua madre, una donna forte che l'ha sempre guidata nelle decisioni importanti. Laura ha poi ampliato la linea di produzione introducendo prosecco Brut ed Extra Dry, seguendo personalmente il processo di spumantizzazione. Alla fine, ha raggiunto il traguardo di ben quattro prodotti: Vin col fondo, EXTRA BRUT, BRUT ed EXTRA DRY. (2)

(Spoiler: è in programma un nuovo prodotto!)



C'era un grande bisogno di portare più persone in cantina per raccontare la bellezza del paesaggio, la sua storia e far toccare con mano la terra che dà questo magnifico frutto chiamato Glera, il vitigno del prosecco.

Voleva che le persone vedessero con i loro occhi il duro lavoro che c'è dietro una bottiglia di Valdobbiadene DOCG. Per lavorare un solo ettaro di collina vicino al Cartizze, possono occorrere dalle 700 alle 900 ore all'anno, interamente a mano!

Così, Laura si è messa al lavoro. Tramite i social, il passaparola e tanto impegno, oggi accoglie quotidianamente due o tre gruppi che vengono a fare degustazioni e visite da tutto il mondo. E pensare che tutto è iniziato durante la pandemia, quando il settore della ristorazione era in crisi con pochissime vendite. Laura ha avuto l'idea di recuperare due tavolini di legno dalla vecchia cantina, aprire una buona bottiglia e organizzare piccoli aperitivi durante la fase della zona gialla. Era sufficiente per vendere qualche bottiglia e permettere a giovani e non solo di godersi un piccolo aperitivo. Il piccolo aperitivo si trasforma poi in un evento che permea le domeniche di ogni mese.

Ma Laura voleva di più:

> **"con un panorama pazzesco immerso nel cuore delle colline del Valdobbiadene Docg, perché non avere anche una cantina pazzesca?"**

Visto il successo degli aperitivi in vigna nei weekend e la mancanza di una sala degustazione vera e propria, Laura ha avviato progetti e idee che si sono concretizzati nel rinnovo della struttura. Nella casa che un tempo apparteneva al nonno, accanto all'attuale zona di vinificazione, ha realizzato non solo una sala degustazione, ma anche un ufficio, due suite al piano superiore e una terrazza panoramica. Il gioiello della corona rimane comunque la sala degustazione, moderna ma con richiami alla storicità della cantina, con dettagli in legno e pareti in Biancone di Valdo, la pietra tipica di Valdobbiadene.

2 *prodotti vinicoli della cantina rinnovati*





3 *padre di Laura bisononno Giovanni*



LA BRAND IDENTITY IN QUATTRO PAROLE

INNOVAZIONE: *per tutti i progetti portati avanti in questi anni*

TRADIZIONE: *moderno, ma senza dimenticare il passato*

QUALITÀ: *perché non rinunciamo mai alla qualità dei nostri prodotti*

GENUINITÀ: *siamo una famiglia semplice, spontanea , che racconta ai clienti in modo semplice e divertente tutta la bellezza del nostro territorio e dei nostri prodotti*





IL LATO POSITIVO

Laura ha fatto luce su quanto il mondo del vino fosse stato discriminatorio in passato, quando

> “si credeva che le donne, a causa del ciclo mestruale, potessero alterare la qualità del vino.”

L’esperienza di Laura nel settore vitivinicolo è stata un vero e proprio altalenare di emozioni. Sin dall’università, si trovava in un ambiente fortemente maschile: in aula c’erano circa 60 ragazzi contro 8 ragazze.

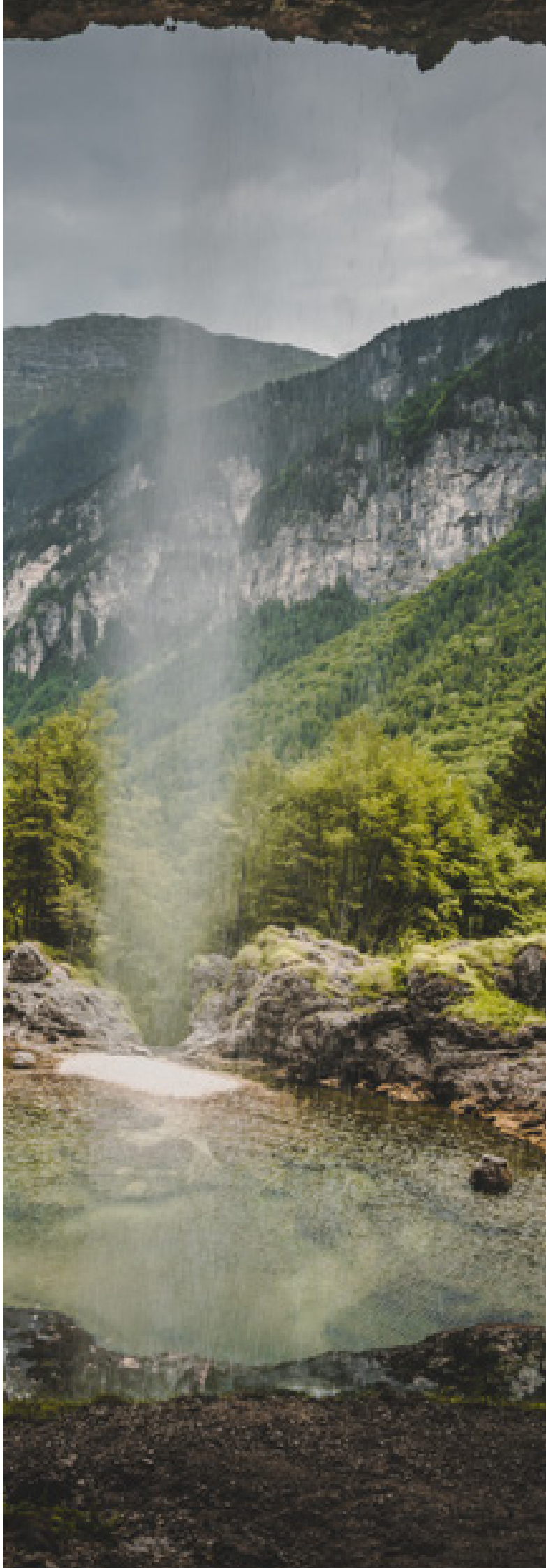
Entrare nel mondo del vino, dominato dagli uomini, non è stato facile per Laura. A Valdobbiadene, in particolare, si trovava spesso a confrontarsi con mentalità chiuse e stereotipi radicati. Molti contadini della zona credevano che una donna non fosse in grado di gestire una cantina. Tuttavia, Laura ha riscontrato un’accoglienza positiva nel turismo, con visitatori da tutto il mondo che ammiravano la sua dedizione e il fatto che seguisse personalmente la vinificazione.

I complimenti erano frequenti, soprattutto da parte di stranieri che riconoscevano il suo impegno in un settore tradizionalmente maschile. Il padre inizialmente pensava che, essendo figlia unica e lui stesso figlio unico, avrebbe dovuto vendere tutto una volta andato in pensione, credendo che Laura non avrebbe portato avanti l’attività. Tuttavia, con la decisione di Laura di prendere in mano la cantina, ha trovato una nuova speranza per il futuro dell’azienda. Il nonno e lo zio di Laura, avevano sempre avuto fiducia: “Loro, non so perché, hanno sempre visto qualcosa in me, un potenziale che magari mio papà sottovalutava”. In conclusione, l’esperienza di Laura nel settore vitivinicolo, sebbene complessa e sfidante, è stata anche piena di soddisfazioni e riconoscimenti, dimostrando che la determinazione e la passione possono rompere anche le barriere più dure.

Giorgia D`Andrea

TERRITORIO

10 MILA PASSI



10 MILA PASSI | 10

DI SALUTE

PERCHÉ 10 MILA PASSI?

10.000 passi di Salute è l'attività motoria media quotidiana raccomandata dagli esperti di Salute (OMS); certo, non tutti riescono a praticarla quotidianamente, ma anche solo come impegno/obiettivo è una "buona abitudine", che fa bene alla salute fisica e al benessere generale, anche psicologico, delle persone e aiuta a prevenire molte malattie cardiologiche, polmonari, sovrappeso e obesità, diabete, etc. Oggi con i moderni device, cellulari e orologi, tutti possiamo facilmente monitorare i metri/passi che ogni giorno facciamo. Si tratta di un'attività facile e accessibile a tutti, da praticare all'aperto, ovunque e in grande libertà di orari e luoghi, ancor più piacevole nella bella stagione, ma non solo.

1 *Artegna Sentiero delle Cascate*



Venzone 2



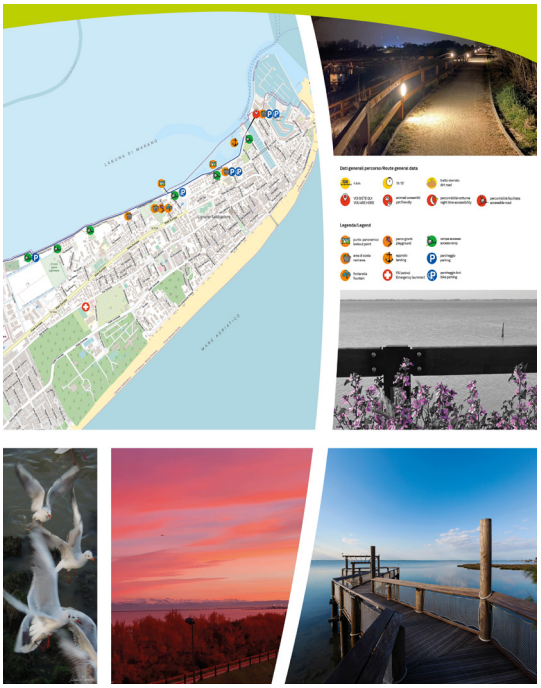
3 *Artegna*



IL PROGETTO

Si tratta di un progetto promosso e sostenuto dalla Regione Friuli Venezia Giulia con il coordinamento della Direzione Centrale Salute, realizzato da Federsanità ANCI FVG, in collaborazione con il Dipartimento di Scienze Economiche e Statistiche dell'Università di Udine e Promoturismo FVG.
La finalità è quella di rendere facilmente accessibili a tutti le scelte salutari, con l'obiettivo della massima diffusione e coinvolgimento della popolazione. Attualmente aderiscono alla Rete "10mila passi per la Salute", ben 91 comuni friulani per 82 percorsi, dal mare ai monti, laghi, fiumi e colline, alla scoperta dei tesori della regione. Per la riuscita del progetto, si sono rivelate fondamentali le collaborazioni e sinergie attivate con i comuni e le comunità e le associazioni locali, che oltre ad identificare e valorizzare gli 82 percorsi, hanno promosso, anche in modo autonomo, passeggiate, gruppi di cammino, corsi di ginnastica nelle palestre comunali, incontri sui "sani stili di vita", etc. attivando quindi un "volano spontaneo" per numerose e variegate attività. L'attività fisica e motoria, le passeggiate all'aperto, corse e corsette, nordic walking, etc., si possono praticare da soli o in piccoli gruppi, anche con i "Gruppi di Cammino" e le associazioni sportive, consentendo di scoprire natura, bellezze paesaggistiche, artistiche e storiche di piccole e medie località, spesso vicine e poco conosciute.
Tutti i comuni aderenti a 10mila passi di salute si sono impegnati a realizzare e promuovere percorsi pedonali/prevalentemente pedonali e "inclusivi per tutti", per i quali Federsanità ANCI FVG ha fatto realizzare e installare oltre 80 cartelloni, in italiano e in inglese, con itinerari, foto e mappe, insieme alla segnaletica coordinata e dedicata. Per tutti i percorsi di volta in volta inaugurati sono state organizzate passeggiate e incontri, sempre molto affollati.

4 *Programma escurisione Lignano*



5 *La Via Dell'Alba Lignano Sabbiadoro*



Adriano Armellin

ESERCITA OGNI TIPO DI ARTE. NON IMPORTA QUANTO BENE O QUANTO MALE, NON PER I SOLDI O LA FAMA



MA PER SPERIMENTARE IL DIVENTARE. PER SCOPRIRE COSA C'È DENTRO DI TE. PER FAR CRESCERE LA TUA ANIMA

CULTURA

AEFFE



STORIA MULTIFORME DI UN PERSONAGGIO IMMAGINARIO

14

L'EVOLUZIONE DI UNA TESI

IL DESIGN INCONTRA L'ARTE

Cosa succede se si unisce il design all'arte, romanzando un personaggio conosciuto in un mistico viaggio all'estero ed elaborandone la storia?

È Pierangelo Merlo che vuole far vivere dal principio il suo progetto multiforme, sfruttando la sua tesi di laurea.

> *AEFFE (1) prende vita quasi sei anni fa durante un viaggio di venti giorni in Tanzania. Un giorno, in un piccolo villaggio di nome Iwafi, mentre passeggiavo, ho incontrato un uomo molto simpatico. Questo signore con un buffo nome, successivamente da me soprannominato Abayomi Fifi, era entusiasta che io, in quanto uomo dalla pelle bianca, mi fossi presentato alla sua casa, un'abitazione piccolissima e mezza distrutta. In Tanzania, nelle zone più povere, le case sono fatte di terracotta senza pavimento e senza camino, soltanto con un tetto di lamiera. È stato molto simpatico lo scambio che c'è stato tra noi, nei suoi occhi traspariva la felicità di essersi costruito da solo la casa che mi ha mostrato e di possedere con orgoglio qualcosa di proprio.*

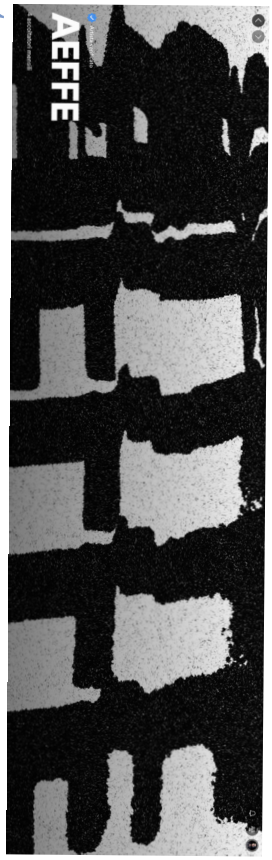
Tornato in Italia, "Abayomi Fifi" inizia ad essere utilizzato da Pier nella sua vita quotidiana e quando inizia a condividerlo con gli amici, si evolve in una specie di altr'ego. Il suo personaggio inizia ad assumere sfumature sempre più varie e complesse, alimentate dagli amici di Pier, il quale decide di diffondere il nome di Abayomi dappertutto. Diventa talmente "rumoroso" che ispira la mente artistica di un amico in particolare: nasce il progetto AEFFE. L'obiettivo è far divertire il pubblico, grazie alla sperimentazione grafica e musicale, offrendo così un'esperienza pluriforme e tangibile con più sensi: tatto, udito, vista. Un'esperienza sinestetica che utilizza le forme di linguaggio classico in modo futuristico per raccontare una storia.

Nicola Tenan racconta la storia con la musica.

Pierangelo Merlo la racconta in veste grafica.

Abayomi Fifi è la storia da raccontare.

1 *logo AEFFE visual*



> *Come il personaggio alla quale è ispirato, il brand è energico e controverso; AEFFE è l'emblema del racconto di finzione del protagonista, la punta dell'iceberg della storia di Abayomi Fifi. Questo progetto punta a raccontare una storia falsa, in un contesto realistico, in tre diverse forme: un libro, un vinile e streaming online. La missione è di far divertire il fruitore e di esaltare il concetto di multiformità di una storia.*



IL LIBRO

Il libro mette insieme i pezzi della vita di Abayomi, in ordine cronologico dalla nascita fino al presente odierno. Suddiviso in fascicoli, ognuno di questi contiene una serie di capitoli, (2) che narrano grazie a testo e immagini descrittive. Lo stile del libro non può che seguire l'aesthetic brutalista in tutta la sua rusticità: richiama la natura nuda e cruda, spontanea del personaggio e della sua realtà. Ricrea una sensazione rocciosa grazie al richiamo di texture e pattern di materiali naturali o metallici mentre si analizzano i tratti grafici e tipografici del libro.

IL VINILE

Il disco *(3)* prende nome dal villaggio natale del protagonista e il relativo codice postale (59205) del luogo. Ogni canzone ha un titolo collegato al libro, nello specifico ad un momento o periodo della vita del personaggio. Le canzoni accompagnano i capitoli, cercano di trasmettere all'ascoltatore le vibes della storia, alternando tracce dal ritmo ruggente, ad altre tracce sperdute e desolate.
L'album IWAFI 59205 è composto da 8 canzoni con 8 titoli diversi:



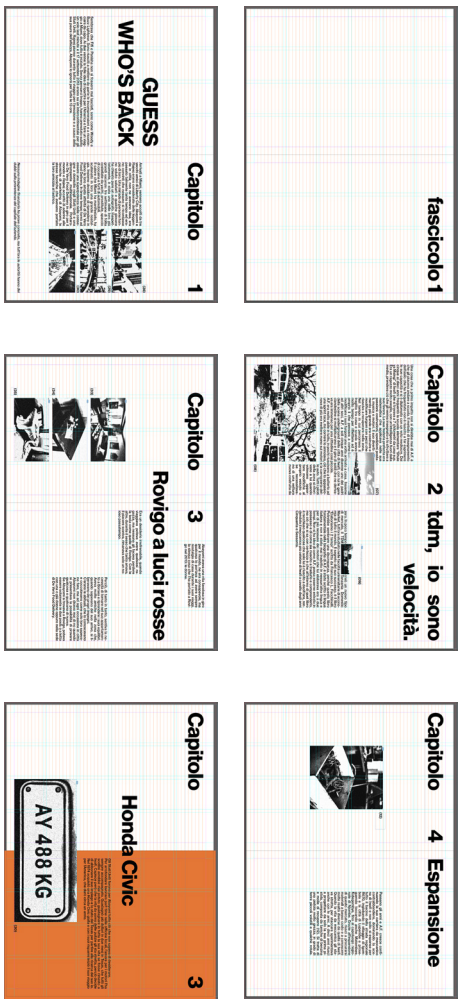


4 Esempi di rilegatura filo refe a vista

3 mockup vinile



2 impaginazione capitoli del libro sulla storia di ABAYOMI



ALBUM TITLES

MANDAZI: nasce da una brutta esperienza in Tanzania, un'indigestione proprio di mandazi, un piatto tipico fritto.

HONDA CIVIC: dedicata all'auto preferita del protagonista. Il brano è relativo al modello del 1990, nel libro viene citata la passione per queste auto nel Capitolo 3 del Fascicolo 2, raccontando della prima auto che ha acquistato.

MILLING MACHINE: deriva dalla fresatrice che utilizzano per produrre la farina; in Tanzania il possesso di una fresatrice, oltre ad essere una forma di sussistenza, pare essere uno status. Nelle mappe tanzaniane, accostate al nome del proprietario, vengono riconosciute come riferimento geografico, cosa alquanto particolare.

MATEMBWE: città vicino ad Iwafi, la reference principale del libro è la gara Iwafi-Matembwe dove A.F. uccide per sbaglio il figlio del sindaco.

INTERLUDE: il nome di questa traccia è breve e coinciso, lo spettatore sa già cosa aspettarsi, un interludio.

IWAFI 59205: canzone omonima dell'album. Da questo pezzo in poi, l'album si trasforma e inizia a far viaggiare la mente, appare nostalgico. Questa traccia segna il cambio timbro del messaggio, introducendo le ultime due canzoni molto tranquille.

A.F. : la sigla sta per Abayomi Fifi, è molto nostalgica e racconta l'ultimo periodo della sua vita.

R.P. : il brano elogia l'importanza di un altro personaggio chiave, infatti la sigla sta per Rajeej Panisha.

5 QR code album spotify

01 MANDAZI.wav
02 HONDA CIVIC.wav
03 MILLING MACHINE.wav
04 MATEMBWE.wav
05 INTERLUDE.wav
06 IWAFI 59205.wav
07 A.F. .wav
08 R.P. .wav

6 mockup copertina vinile







LE IMMAGINI

Ho voluto dare un aspetto rovinato e retro alle immagini, in modo da far immergere ed immedesimare il più possibile lo spettatore, come se fossero dei reali reperti fotografici scattati dai personaggi della storia.

Per fare ciò, le immagini sono dei deep fake elaborate con intelligenza artificiale per rafforzare l'idea che nulla è veramente del tutto reale. *(5)*
Come la storia di Abayomi, sono un insieme di tante informazioni veritiere elaborate così intensamente che producono un prodotto fallace, ma comunque realistico.

LA VIDEOGRAFICA

Il processo per ricreare paesaggi e situazioni semi-realistiche, è tratto dalla registrazione di visual di un videogioco 3d: BeamNG.drive, un simulatore di guida di veicoli di tutte le sorti.

Mi sono immedesimato in una persona che riprende con un cellulare in mano, realizzando dei filmati inediti, anche con droni ed elicotteri all'interno del gioco.

Esportandoli poi in Adobe Premier ha modificato i frame in modo tale che avessero la stessa formattazione grafica del vinile e del libro. *(6)*



7 processo di creazione videografiche su BeamNGdrive e modifica su Adobe Premiere

8 processo di creazione formattazione grafica su photoshop



Immagine generata



Effetti applicati in Photshop



Risultato Finale

IL LATO POSITIVO

In genere, i lavori personali sono molto difficili da concludere: o si perde la voglia o non si riescono a trovare gli strumenti adatti per portarlo a termine. La tesi mi ha permesso di settarmi un obiettivo e di rimanere fedele ad esso, per via dell'importanza che andava via via acquistando e per le scadenze burocratiche che mi hanno costretto ad un'ottima e ferrata organizzazione dei tempi. Questo mi ha spinto a dare il meglio di me in un progetto, usando i miei limiti per creare qualcosa di estremamente personale. Ho espresso al massimo le skills che ho appreso con il tempo, portandole ad un livello ancora più elevato; per quanto il risultato potesse essere bello non ho provato ad andare oltre ai miei limiti, ho utilizzato ciò che avevo a mia disposizione.

Giorgia D'Andrea
Pierangelo Merlo

EMIGRAZIONE ITALIANA



STORIA DELL'EMIGRAZIONE ITALIANA | 19

LA RICERCA DI NUOVE OPPORTUNITÀ

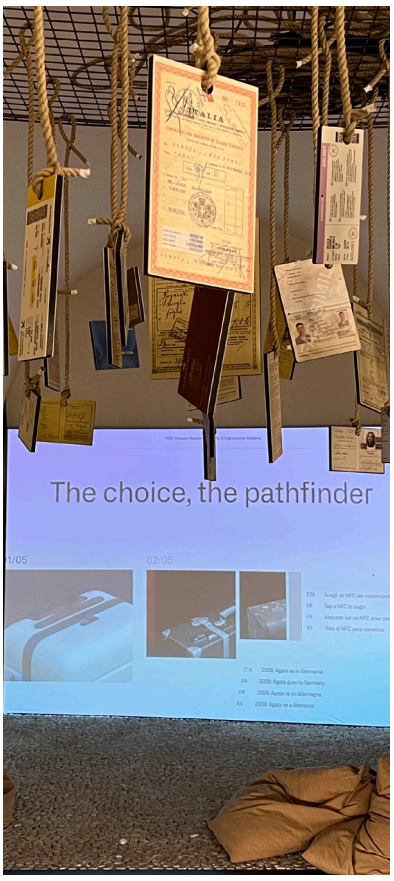
L'INCONTRO CON UNA MELODIA FAMILIARE

Mi trovo in metropolitana, al centro della consueta fretta mattutina milanese quando una musichetta a me familiare cattura la mia attenzione. Si tratta di un motivetto che arriva dritto dal Barbiere di Siviglia. Ma come, mi dico, l'opera? A quest'ora del mattino? Poi il mio sguardo viene catturato da uno di quegli schermi che lasciano scorrere le notizie, solo che di fronte a me si palesa un distinto signore (scoprirò in seguito che si tratta dell'attore Luca Vullo) che, usando la gestualità tipica italiana mi sta dicendo qualcosa: vieni a Genova. Qui, nell'antica commenda di San Giovanni di Pré, troverai ad accoglierti il Museo nazionale dell'Emigrazione Italiana (da ora in poi MEI nel testo).

LA NASCITA DEL MUSEO INTERNAZIONALE DELL'EMIGRAZIONE

Ma che cosa particolare, mi dico. Non sapevo che esistesse un museo di questo tipo. E invece è una bella realtà dal 12 maggio del 2022, e si sviluppa su tre piani per offrire un'esperienza immersiva e multimediale attraverso la quale si ripercorre la storia dell'emigrazione italiana, dall'Unità d'Italia ai giorni nostri.
Ne volete un assaggio? Vi posso solo dire che all'ingresso vi verrà rilasciato un passaporto personalizzato con il quale, grazie a una speciale tecnologia, potrete accedere a una serie di documenti, lettere e soprattutto storie di tanti connazionali che sono partiti, alcuni con la morte nel cuore, per cercare condizioni di vita migliori per sé e per la propria famiglia.

1 *L'Arpista*





2 *memorial of emigration*

UN'INTERVISTA CON IL DIRETTORE MEI

Per voi ho voluto saperne di più e proprio per questo ho voluto incontrare il suo direttore, il dott. Pierangelo Campodonico, che mi ha gentilmente concesso un po' del suo tempo per rispondere a qualche domanda. Ho iniziato l'intervista chiedendo com'è nata l'idea di scomodare il Barbiere di Siviglia e il suo motivo "Largo al factotum" per promuovere un museo sull'emigrazione. Il Direttore mi ha risposto che l'intuizione è stata del presidente Paolo Masini, allorché ha passato in rassegna il contributo del nostro Paese all'umanità, dall'enogastronomia alla cultura, per poi giungere alla conclusione che lo fosse anche quella caratteristica, tutta italiana, di riuscire a parlare con ogni parte del corpo. Stava pensando alla cara e spesso stereotipata gestualità che, ridendo e scherzando, è assimilabile al concetto di patrimonio immateriale dell'umanità Unesco. L'Opera, per dire, lo è diventata proprio quest'anno. Dove trovare allora una sintesi tra il bel canto e la gestualità? La risposta è stata nella persona e nell'arte dell'attore e sceneggiatore Luca Vullo, che ha dato vita a uno spot per il museo tanto gradevole quanto efficace nell'invitare gli astanti alla visita. L'intento, prosegue Campodonico, era anche

3 *"emigrazioni e politica"*



quello di sdrammatizzare l'immagine classica dell'emigrante italiano, mediamente disperato, che si vede costretto ad abbandonare la sua terra e spesso anche la sua famiglia per partire, con l'inseparabile valigia di cartone, verso un destino ignoto e incerto.
In fondo, il Figaro rossiniano era un factotum, ovvero un uomo tuttofare, e non è stata forse questa la storia di tanti nostri emigranti che si sono dovuti adattare a un nuovo paese e a quanto aveva da offrire in quel momento in termini di lavoro e condizioni di vita? Ma questa è una mia personale interpretazione. Prendetela con il beneficio del dubbio.



COLLABORAZIONI E PROGETTI INTERNAZIONALI

Tornando alla nostra chiacchierata, la mia seconda curiosità ha riguardato cosa ci si deve aspettare visitando il Mei. Qui devo dire che la risposta del Direttore è stata lunga e articolata, evidenziando una serie di caratteristiche davvero interessanti. La prima è che il MEI è un museo nuovo, nel senso che è riuscito nell'intento di dare valore in un unico luogo ad un patrimonio vasto e disperso nei tanti archivi storici dedicati all'emigrazione, disseminati in giro per il mondo. Non solo, a detta del suo Direttore, che vanta una lunga esperienza nella direzione di istituzioni museali, il MEI è anche una realtà che può contare su una fitta rete di relazioni.

Mi spiego, proprio in questi giorni una delle curatrici si trova dall'altro capo del mondo, per la precisione a Melbourne, alla ricerca di altro materiale documentale. Nel mese di novembre si darà seguito alla collaborazione con Costa, che negli anni di flusso migratorio intenso ha messo a disposizione di tanti i propri bastimenti per le traversate oceaniche per l'iniziativa dal suggestivo nome di Crociera delle Radici. A dicembre partirà il progetto Diaspore per raccontare come è cambiata la migrazione e chi sono i migranti di oggi e quindi non solo fughe di cervelli ma anche i pensionati che vogliono trascorrere una vecchiaia serena in un paese dove i risparmi di una vita siano sufficienti a garantirsi una vita dignitosa. Sempre legata al tema della relazione c'è il turismo delle radici ovvero gli italiani di terza e quarta generazione che vengono in Italia per visitare il paese o la città di origine dei propri nonni e capire così cosa li ha spinti a varcare l'Oceano per cercare fortuna in Argentina piuttosto che in Brasile o negli Stati Uniti.



4 *Canopi: nave Britannica utilizzata ampiamente per emigrazioni Italiane negli anni novanta*

STORIE DI EMIGRAZIONE

Il MEI offre così un percorso conoscitivo e multimediale che permette di venire in contatto con tante storie diverse, ognuna delle quali si racconta nella sua unicità e diversità. Tanto parlare di storie mi ha fatto sorgere spontanea la domanda se esistano un oggetto esposto o una storia più rappresentativi di altri e se sì, perché. Il Direttore mi ha risposto che è difficile dirlo, nel senso che visitando il Museo ognuno di noi troverà una storia che fa vibrare una corda particolare, che si tratti di ricordi personali o di una storia ascoltata da bambino. Per farmi capire cosa intende mi fa il suo personale esempio raccontandomi la storia di Pietro Lorenzoni.

LA STORIA DI PIETRO LORENZONI

Originario di Marostica, si vede costretto dalle circostanze ad abbandonare tutto per cercare fortuna oltreoceano e in particolare in Brasile. Quindi prepara armi e bagagli e con tutta la famiglia, composta tra l'altro da due figli piccoli, parte alla volta di Genova per imbarcarsi. Una volta arrivato in città, però, scopre che il suo bastimento è in ritardo sulla tabella di marcia e quindi si deve industriare per pagarsi l'alloggio in attesa di partire. Finita questa disavventura finalmente ha inizio il viaggio che lo porta nel Brasile del sud – a proposito il 2024 segna i 150 anni del fenomeno migratorio in questa parte del paese – dove in realtà lo aspetta un secondo viaggio. Perché i terreni destinati ai migranti italiani si trovavano nella parte interna del paese. Quindi, dopo il viaggio via mare, ecco arrivare quello via terra a bordo di un carro trainato dagli zebù (una specie di toro dei paesi tropicali. n.d.r.). E questa è la storia che ha colpito il Direttore perché aveva un'analogia con una storia di migrazione familiare.



ALTRE STORIE DI MIGRAZIONE

Ma ce ne sono tante altre. Qualche esempio? Le spose di guerra, ovvero quelle donne promesse in moglie ai soldati americani durante la Prima Guerra Mondiale, che si trovarono a partire in massa per gli Stati Uniti per ricongiungersi ai loro uomini. Da Napoli, mi racconta il Direttore, ne partirono ben tre bastimenti. O ancora, i viaggi degli esuli politici durante gli anni del fascismo che fecero un doppio viaggio, dapprima di fuga dall'Italia e poi di rientro in Italia non appena il fascismo cadde e nacque la Repubblica. O ancora, il viaggio dei perseguitati per motivi razziali e qui non può non venirmi in mente Rita Levi Montalcini, che trovò all'estero terreno fertile per le sue intuizioni e i suoi studi. O ancora, l'emigrazione per vocazione con dichiarati intenti missionari. Come vedete di storie che potrete sentire affini ce ne sono tante e di sicuro anche voi troverete la vostra.





IL SIGNIFICATO DI RICORDARE L'EMIGRAZIONE

Alla luce di tutto questo mi è venuto spontaneo chiedere se ha ancora senso, nel 2024, ricordare l'emigrazione del secolo scorso. La risposta è stata un sì convinto nella misura in cui il passato ci serve per illuminare, letteralmente, il presente, per capire dinamiche e motivazioni dell'emigrare nella sua totalità, non solo dall'Italia verso l'estero, ma anche dall'estero verso il nostro paese. Per questo tanto il MEI quanto il Galata museo del Mare sono dei "ripetitori", ha specificato il Direttore, ovvero servono ad amplificare la memoria e la mantengono viva. In fondo non possiamo dimenticare che la nostra emigrazione, tradotta in numeri, è stata pari a 27 milioni di persone partite, di cui ben 2/3 non ha fatto ritorno nel nostro paese. Non vale dunque la pena di ricordarli, ma soprattutto non vale la pena di capire cosa li ha spinti a partire e perché?

> "Il museo dell'emigrazione è lì per ricordarcelo."

Fin qui il museo di Genova. Ma dovete sapere che negli Stati Uniti, proprio accanto all'isola che ospita la Statua della Libertà, esiste un altro isolotto chiamato Ellis Island, che ospita il museo dell'immigrazione statunitense, l'Ellis Island National Museum of Immigration. Lo dovete immaginare come un edificio in mattoni suddiviso su

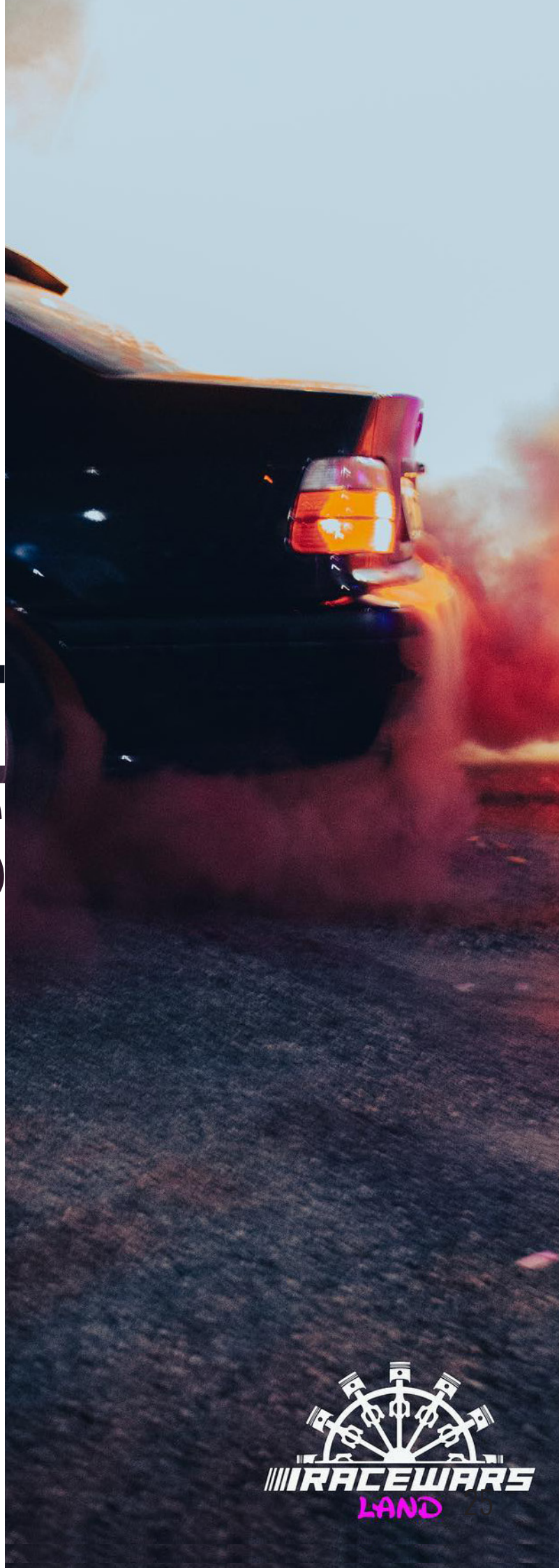


due piani. Questa era la porta d'America, nel senso che i bastimenti carichi di migranti dalle regioni più povere della nostra Italia e del mondo arrivavano qui per essere smistati. Sì, ho usato proprio il verbo smistati, come si farebbe per una mandria di animali. Le persone, infatti, erano sottoposte a visita medica e per qualsiasi malattia, anche di lieve entità, sottoposti a quarantena. Questa trafila l'ha fatta anche nonno Nicola, che a un certo punto della sua vita, dopo aver combattuto nella Grande Guerra, si vide costretto, per la mancanza di lavoro che ha accompagnato tanti reduci, a partire per andare a cercare fortuna in America, forte del fatto che altri compaesani già lavoravano là e che quindi per lui non sarebbe stato difficile trovare un lavoro.
E così fece il viaggio fino a Napoli per imbarcarsi in un viaggio che durava, quando il meteo era favorevole, tre mesi buoni. Posso solo immaginare l'emozione e le lacrime quando in mezzo al mare e alla nebbia spuntava la Statua della Libertà. Era il segno che la lunga traversata era giunta a compimento e finalmente eri arrivato a destinazione. Quello che i migranti non sapevano era cosa li aspettava a Ellis Island. Nel caso del nonno però le cose andarono per il verso giusto e gli fu data la possibilità di sbarcare a New York, che da Ellis Island dista pochi minuti di navigazione. Da lì poi si spostò a Lockport, dove divenne capocantiere. Vale dunque la pena di ricordare e per fortuna abbiamo i musei dedicati alle migrazioni a ricordarcelo.

Antonella Di Vincenzo

SPORT

RACE
WARS





1 Cosplay Bumble Bee robot

LE ORIGINI DI RACEWARS

26

NON SOLO UN RADUNO D'AUTO

L'IDEA VINCENTE

Parte tutto da Simone Stefanelli, dipendente di un indoor kart, e un post su Facebook nel 2020. Tutto nasce dalla sua iniziativa per tirare su di morale il capo per via della scarsa clientela del periodo: ha l'idea di organizzare un ritrovo automobilistico tra compari con la stessa passione, data l'abbondante cerchia di amici con cui organizzava uscite regolari per correre in montagna. Si presentano ben 300 macchine al raduno. L'idea di avere un posto dove poter trovare un punto inclusivo di condivisione della propria passione di nicchia, finisce per attirare così tante persone desiderose di mostrare e di vivere la propria passione per le macchine, da bloccare la strada da Treviso a Conegliano. Tutto il ricavato va in beneficenza. Simone si rende conto che la cosa ha un potenziale enorme che va sfruttato: creare un posto dove i motori siano l'attrazione principale.



SI INIZIA A FARE SUL SERIO

Un unico problema: la burocrazia. L'anno dopo, usufruendo del suo lavoro nel settore della segnaletica stradale, stipula un appalto con la comandante del corpo di polizia, che risolve i suoi problemi al riguardo. Ora, avendo il supporto per quanto riguarda la parte legislativa, fondamentale per portare avanti l'iniziativa, punta ad organizzare tre date in un anno. Di quelle date, due vengono cancellate, sempre perché il raduno spopola nuovamente e ancora di più, intasando tutta Treviso a suon di motori. Nel frattempo, si introducono altri due collaboratori che si inseriscono gestendo la parte di social media management e amministrazione finanze: Enrico e Simona. Assieme fanno un evento che supera di quasi il doppio gli anni prima. La zona dove svolgono di solito gli eventi a Treviso diventa zona proibita, dato che per l'ennesima volta l'evento è stato un successo al punto tale da creare intasamenti nel piccolo borgo. L'evento è di portata troppo grande rispetto alle possibilità del posto ospitante, è necessario spostarsi in una zona più ampia che può ospitare un evento più numeroso. Si ritrovano quindi a Villorba in un parcheggio privato ad uso pubblico. Questa volta lo spazio dà la possibilità di aggiungere dell'intrattenimento trasversale all'evento. Montano un palco con ospiti vari, dj's sets, food trucks. Il tutto inizia a prendere la forma di ciò che è il racewars dei giorni odierni. Il tutto prende forma per diventare un vero e proprio festival.

2 *Spettacoli circensi*

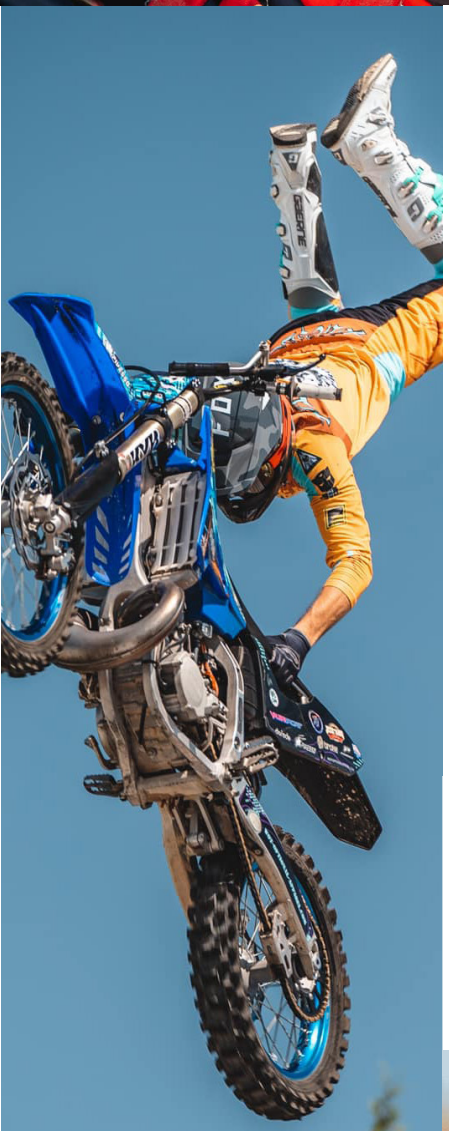




SPORT







RACE WARS OGGI

Racewars Land è un evento annuale dedicato agli appassionati di auto e moto, che si tiene a Treviso. L'evento ospita una vasta esposizione di oltre 1000 veicoli, tra auto, moto e camion, e include intrattenimento dal vivo, attrazioni interattive e stand di sponsor. Progettato per un pubblico eterogeneo, dai giovani neopatentati ai collezionisti esperti, Racewars Land mira a creare un'esperienza coinvolgente e memorabile nel mondo dei motori.

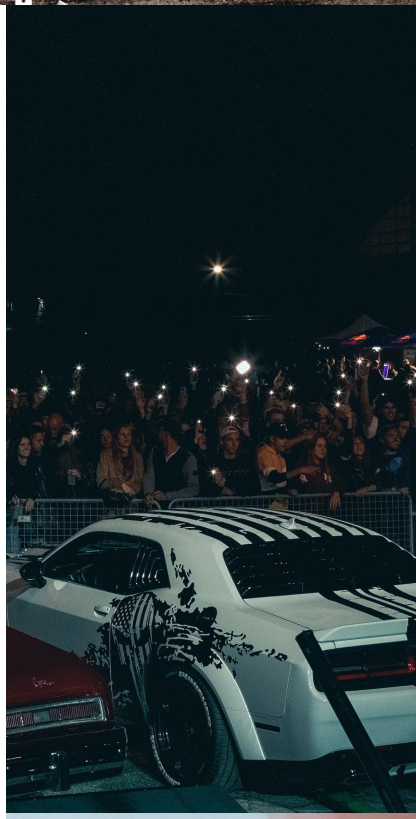
Caratteristiche principali.

Attività: Intrattenimento dal vivo, esposizioni di veicoli, attrazioni interattive.

Obiettivo: offrire un'esperienza motoristica familiare dove sentirsi liberi di parlare e sparlare della propria passione.

Punti salienti: oltre 1000 auto, moto e camion in mostra, musica, spettacoli e altre performance dal vivo.

Giorgia D'Andrea








NON PUOI
CONTROLLARE
IL VENTO
MA PUOI
ADEGUARE
LE VELE

SPORT

4 ABITUDINI



LA FORZA DELLE ABITUDINI | 31

PICCOLI CAMBIAMENTI PORTANO A GRANDI RISULTATI

Catapultiamoci nella stagione estiva, una stagione che richiama l'idea di vacanze, viaggi e relax; spesso anche un momento di socializzazione e riconnessione con amici e famigliari; insomma, un'opportunità per rallentare il ritmo e ricaricare le batterie. Per quanto mi riguarda dico sempre che è il miglior momento da dedicare allo sport ed ai miei lunghi allenamenti. Ci sono molte ore di luce, il clima è appropriato ed il sole mi dà continua energia. È a questo punto del discorso che, solitamente, vengo interrotto e mi viene chiesto:

> "Ma come fai a mantenere elevati i tuoi standard di allenamento anche quando la situazione non depone a favore? Quando spesso il riposo notturno non è stato dei migliori e le temperature elevate farebbero deporre per delle lunghe parentesi di riposo, magari al fresco e con una bibita gelata?"

La risposta è sempre la stessa: metto in pratica un buon trucco; dico che è buono non solo perché lo suggerisce l'Harvard Business Review, ma perché l'ho già sperimentato in tante altre mie attività e funziona alla grande. Dunque: l'Harvard Business Review esprime un concetto molto semplice. Per raggiungere grandi risultati, comincia da piccole abitudini. Tutto qui, ma andiamo per gradi.

COS'È DAVVERO UN'ABITUDINE

In poche parole, noi chiamiamo "abitudine" un comportamento o un processo di pensiero che, dopo averlo ripetuto molte volte, è diventato automatico. E che, in un medesimo contesto, tendiamo a replicare con scioltezza, senza neanche doverlo decidere, spesso in modo inconsapevole. Pensa, per esempio, alla sequenza dei gesti che fai per l'igiene quotidiana, o al fatto che ti siedi sempre allo stesso posto quando sei a tavola. O di come, guidando l'auto, cambi marcia al momento giusto. Beh, considera che il 45% delle attività che svolgiamo ogni giorno (emozioni e pensieri compresi) è frutto di un'abitudine.

COME SI FORMANO LE ABITUDINI

In sostanza, le abitudini sono routine o abilità consolidate. Sono stabili: hanno bisogno di alcune settimane per formarsi, ma si cancellano altrettanto lentamente. Per consolidarle è necessario attivare quello che in psicologia viene chiamato il "ciclo dell'abitudine" e comprende tre elementi.



1 *Yucon Artic Ultra*



Il primo è la situazione o l'ambiente in cui usi il "pilota automatico". Il secondo è lo specifico, tipico comportamento che attivi in quella situazione o in quell'ambiente. Il terzo è il vantaggio o la gratificazione che ottieni dal fatto di aver attivato quel comportamento. Di questi tre elementi devi tener conto anche quando vuoi modificare una vecchia abitudine, o cancellare un'abitudine dannosa. Nel senso che dovrai prima riconoscerli, e poi "smontarli" o sottoporli a revisione, a uno a uno. "Ma come Daniele, proprio tu ci proponi di utilizzare dei comportamenti ripetuti, reiterando automaticamente delle routine? Proprio tu che hai eletto a tua bandiera la poesia di Martha Medeiros che ha come incipit: Lentamente muore/ chi diventa schiavo dell'abitudine? Ebbene sì. Ma fai attenzione! Medeiros condanna, appunto, l'essere schiavi dell'abitudine, che è cosa bene diversa dal perseguire un risultato sfruttando consapevolmente dei meccanismi automatici, senza investire ogni volta risorse preziose come: energia, attenzione, focalizzazione, capacità decisionale, ecc."

QUANDO LE ABITUDINI CI RENDONO SCHIAVI?

Proviamo a capire: c'è un solo modo in cui le abitudini possono "renderci schiavi". Succede quando quello che facciamo abitualmente si trasforma in un automatismo, di gesto o di pensiero, al quale non riusciamo più a sfuggire. Mi riferisco, per esempio, ad un fenomeno poco considerato: la fissità funzionale; una situazione in cui siamo così abituati a usare un oggetto (per esempio, un cucchiaio) in un certo modo, da non riuscire neanche a immaginare di poterlo impiegare altrimenti. Lo stesso vale per l'impego del tempo: spesso si è cosı abituati a fare sempre le stesse cose nello stesso momento da non accorgersi di quante altre alternative ci siano. Vuoi un esempio molto semplice? Non riesci proprio ad allenarti per il troppo caldo. Prova a puntare la sveglia 3 ore prima ed uscire appena fa luce e vedrai la soddisfazione una volta completato il compito!



2 *Alaska Ultra Sport*



3 *Deserto del Sahara in bici*

COME FARE?

Alle volte mi imbatto in persone che tristemente mi comunicano di non essere state in grado di mettere in pratica i miei suggerimenti. Questo accade perché spesso, pretendiamo che il cambiamento sia troppo improvviso e radicale. Per esempio: la persona che non si è mai allenata all'alba, a digiuno, si propone di farlo da subito, tutti i giorni. La ragazza/o che sta incollata/o all'email fino a mezzanotte decide di eseguire degli esercizi addominali ogni sera per un'ora prima di addormentarsi... L'uomo/donna che ha appena finito di ingurgitare mezzo kg di gelato stabilisce di abolire da subito qualsiasi tipo di dolce... Quando ragioniamo in questo modo, rischiamo di scoraggiarci in fretta e di esporci alla frustrazione: i grandi obiettivi richiedono grandi sforzi, coerenza e una dedizione totale. E può bastare un inciampo o una distrazione per farci sentire così frustrati da convincerci ad abbandonare il nostro progetto. Molto meglio cominciare con micro-abitudini: piccole cose facili da fare, che possono essere parti, o passi, di un obiettivo più grande. Anche questo non è semplice da fare, perché modificare comportamenti consolidati non lo è mai. Ma è molto più agevole (e indolore!) che rivoluzionare tutto in una volta sola.

Daniele Modolo

OGNUNO DI NOI E... UNA VITA FELICE!

Ogni essere umano che nasce nel nostro pianeta Terra, ha uno scopo che è unico per tutti: l'amore, la felicità, la salute!
Se da giovani, non tutti ma i più, vivono infanzia e giovinezza in uno stato di costante ben-essere, spesso arriva un momento in cui ogni cosa cambia frequenza. Come avessimo la consapevolezza che entrare nel mondo adulto, cambi anche la visione verso le "cose" del mondo.

Si può ipotizzare che sia proprio così. Già dal momento in cui si entra a far parte della scuola, ci sottoponiamo inconsciamente a far parte di un "sistema"; un po' alla volta ci allontaniamo da tutti i nostri naturali istinti di sopravvivenza per seguire "regole, leggi e progetti" imposti dalla società.

Da questo momento però, favoriamo ad ogni personale conflitto latente a diventare manifesto, dando inizio ad ogni forma di disarmonia fisica.

Un secolo fa vivevamo un po' allo stato brado, gli ospedali erano quasi un miraggio e esistevano i medici di famiglia, che spesso visitavano a domicilio, talvolta guarendo con una pacca nella spalla, farmaci naturali ma mirati e rassicurando la persona e la famiglia.

Negli anni il progresso ha garantito una maggior igiene e condizioni di vita più agevoli in ogni ambito, dimenticando però la salutare iniezione di ottimismo e la rassicurazione che talvolta favoriscono molto la guarigione del paziente, con il risultato che ora esiste un servizio sanitario in ogni dove, che ha fatto passi da gigante nella scoperta e trattamento di innumerevoli e gravissime patologie.

Tuttavia questo aspetto non garantisce assolutamente in tutti i casi la guarigione della persona, se non prende consapevolezza del proprio sè, se non si ama veramente, se non ha un suo credo e non ha fiducia in se stesso.

In tutta questa introduzione infatti, manca l'aspetto più importante: Credo e Fede!

Avere fede e credere (non significa necessariamente essere parte di una religione), riapre quelle porte chiuse del nostro cuore, restituisce il senso perduto del nostro esistere! Il pianeta ha miliardi di anni e in ogni epoca è esistito un profeta, noi conosciamo maggiormente il grande profeta Gesù!
Nella sua breve ma esemplare esistenza ha trasmesso e insegnato soprattutto attraverso le parabole ed il suo esempio ogni segreto per una vita sana e felice.

Avere la curiosità e l'interesse ad approfondire il significato, è garanzia per ognuno, non di evitare le pene della vita, ma di superarle, evolvere per arrivare alla propria personale realizzazione!

Claudia De Vido

LAVORO

AMORIM CORK



25 ANNI D'ECCELLENZA | 36

IL VALORE DEL SUGHERO

Operativa dal 1999 sul territorio italiano, l'azienda leader nella produzione e vendita di tappi in sughero ha unito ricerca scientifica, produzione all'avanguardia e sostenibilità, mettendo radici a Conegliano per diventare, oggi, la filiale più grossa del Gruppo Amorim.

UNA STORIA D'ECCELLENZA

partita dal momento in cui la casa madre in Portogallo ha deciso di investire nel nostro Paese. Ha operato una scelta lungimirante, creando da zero quella che oggi è una realtà a cui guarda tanto chi punta a una produzione di performance, qualitativa e quantitativa, quanto chi cerca un riferimento di economia circolare, visto che è tra le prime in Italia ad averne completata una.

Nel 2001 erano già 100 milioni i tappi che uscivano dalla filiera coneglianese. Con l'ambizione di arrivare a triplicare la produzione viene chiesto un finanziamento alla casa madre per arrivare a rendere ancora più operativa l'azienda: 2,4 milioni di investimento, danno vita alla sede attuale, inaugurata il 25 agosto 2003. Nel 2009, quando arriva in Italia Americo Amorim, l'imprenditore più importante del Portogallo e patron dell'azienda, i 300 milioni di tappi sono già raggiunti. L'obiettivo così si affina e punta al mezzo miliardo di pezzi per la filiale italiana, così piena di energia e qualità riconosciuta su un territorio nazionale sensibile al settore enologico, tra le punte del Made in Italy.

L'eccellenza chiede di essere temprata, in Italia è il 2011, l'anno in cui arrivano gli effetti della recessione, una crisi che vede Amorim Cork Italia prendere una decisione che sembra controcorrente: ha il coraggio di osare un investimento per l'aumento delle capacità produttive del 30%. A infondere fiducia, il sempre impeccabile servizio ai clienti, che oltre a un prodotto di qualità, assicurava di essere competitivi a livello umano. Un plusvalore intangibile, che già delinea la particolare attenzione dell'azienda nel tessere reti di relazioni, linea di conduzione che l'accompagnerà fino ad oggi.



1 *Magazzino verticale Amorim Cork Italia 2024*

IL BOOM

Il percorso si mantiene lineare e in continua crescita, di fatturato ma anche di reputazione, fino a un altro momento storico complesso, il biennio 2020-2021 quando la pandemia da Covid-19 si abbatte a livello globale su sistemi produttivi e società. Un periodo in cui Amorim Cork Italia, forte della sua affidabilità e del fatto che sia rimasto attivo il comparto food di cui fa parte, ha sempre lavorato. Quando nel 2022 il post-pandemia ha visto una sorta di ritorno alla vita, il settore è esploso, la gente ha aumentato infatti i consumi, anche enologici, in modo esponenziale. Il 2023 è l'anno della morigeratezza, con le famiglie che contengono le spese, ma in Amorim si assiste invece ad un aumento della produzione: viene inserito il secondo turno di lavoro, ma manca lo spazio di stoccaggio. Per l'azienda è il momento di replicare l'azione di coraggio del 2011, ovvero rispondere alla crisi con un nuovo investimento:

"Abbiamo deciso così di allargarci e acquistare ben tre capannoni nei pressi della nostra sede. – afferma l'a.d. Carlos Veloso dos Santos – Si tratta di 6,4 milioni di euro di investimento, tra acquisizione e rifacimento del layout produttivo, che porteranno a 100 milioni di euro di fatturato in più nei prossimi 3-4 anni. Significa, anche, potenziare quanto già facciamo in Italia, passando da 1,2 milioni di tappi al giorno a 1,8 milioni di tappi al giorno, ovvero il +50% della capacità produttiva"



2 *Gruppo Amorim Cork Italia 2024*

3 *A.D. Amorim Cork Italia CARLOS VELOSO DOS SANTOS*



Visita al magazzino Amorim Cork 4



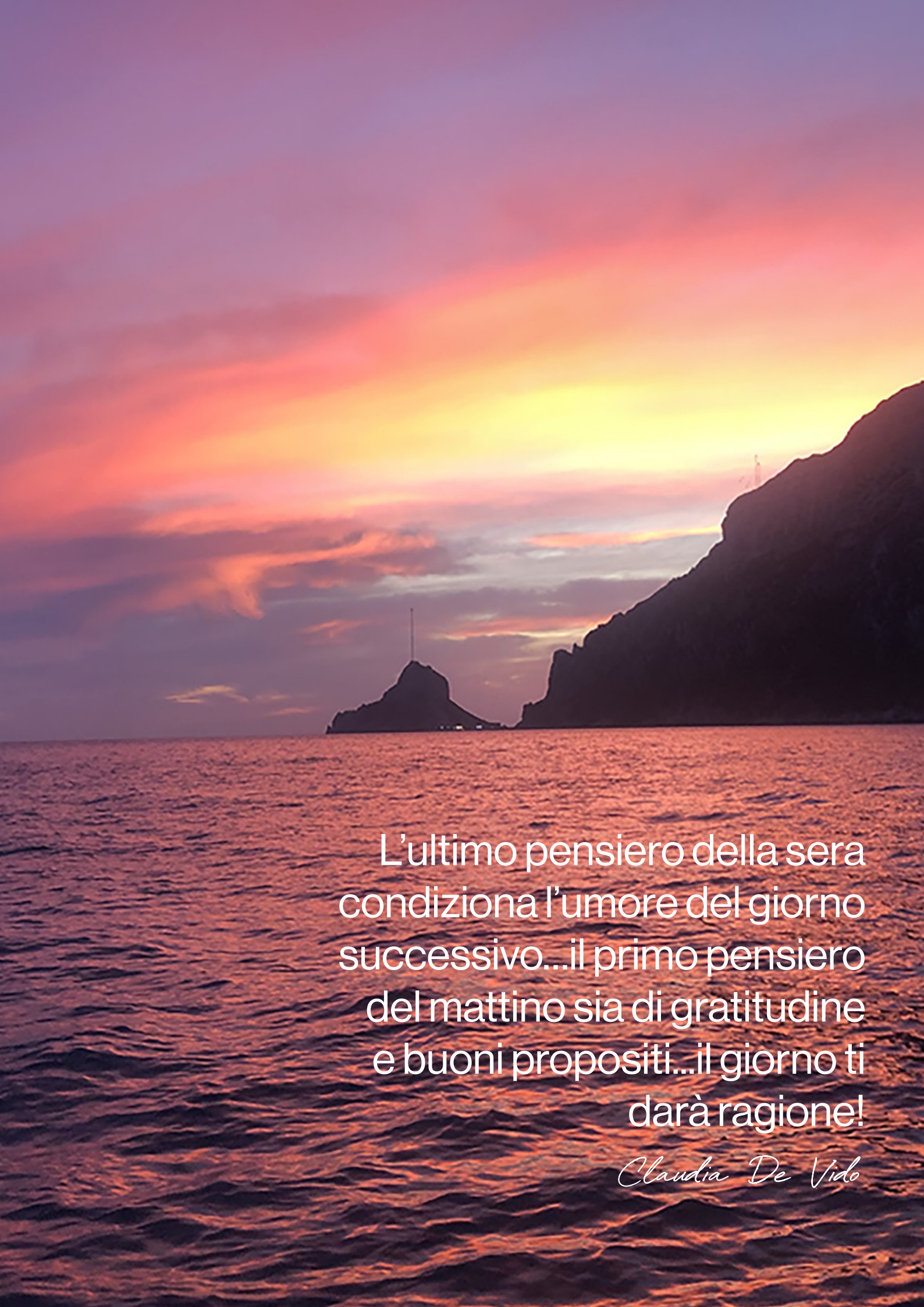
AMORIM CORK OGGI

Una visione che oggi, nel 2024, non manca di avere un lungo orizzonte, continua infatti l'a.d.: "L'obiettivo per i prossimi 25 anni è essere un partner sempre più strategico per le cantine. Lavoriamo molto sul customer care, perché non vogliamo essere solo fornitori di materiali, la parte del servizio è fondamentale. Inoltre, desideriamo essere sempre più un esempio di sostenibilità trasversale a più settori, una vera e propria azienda esemplare. Per questo sono davvero tanti i percorsi che intraprendiamo in tal senso (come i riconoscimenti Family Audit, Organizzazione Positiva, Parità Genere): è giusto crescere in modo consapevole e responsabile.

Nascono da questo intento anche progetti come quelli di qualità ambientale, quello della collezione SUBER per il riciclo dei tappi usati e la rivalorizzazione della granina, iniziative di giustizia sociale come il welfare interno, ma anche culturali: in occasione dei 25 anni, infatti, abbiamo in previsione un omaggio al territorio, che sveleremo prossimamente". Obiettivi di business concreti affiancano i pilastri dell'economia circolare, in Amorim Cork Italia, azienda capace di osare, che augura a sé e ai suoi dipendenti, collaboratori, clienti, 25 (e più) di questi anni. Una realtà che si dimostra ogni giorno il vero consulente del cliente, progettando al suo fianco e offrendo un servizio "taylor made". Conclude a tal proposito Carlos Veloso dos Santos:

> **"Per noi, dotare Conegliano di una maggior capacità industriale significa rispondere ancora di più just in time e just in place alle necessità dei nostri clienti, sempre di più assillati dalla mancanza di programmazione e dal dover rispondere in modo molto veloce alle sollecitazioni del mercato."**

Anna Zuccaro

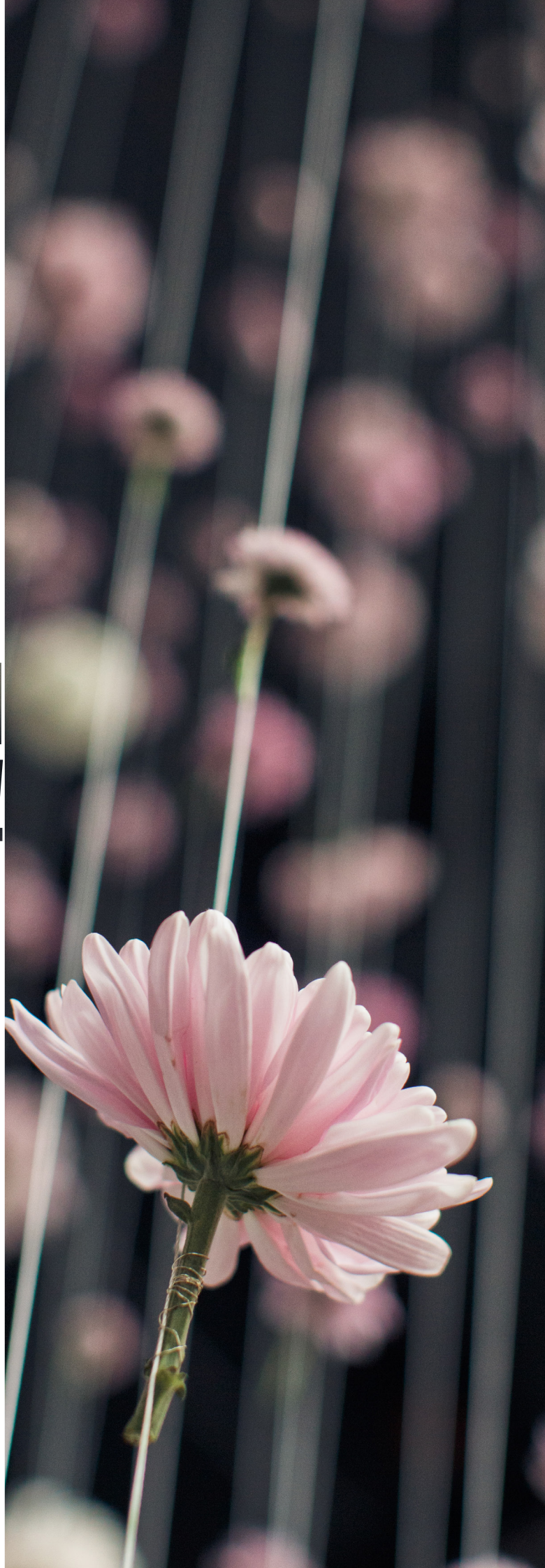


L’ultimo pensiero della sera condiziona l’umore del giorno successivo...il primo pensiero del mattino sia di gratitudine e buoni propositi...il giorno ti darà ragione!

Claudia De Vido

SPIRITUALITÀ

PRIMA O POI SBOCCERAI!



PRIMA O POI SBOCCERAI! 41

LA CORSA DELLA VITA

È UN ATTO DI FIDUCIA QUELLO CHE LA VITA CI CHIEDE

nei confronti delle giovani generazioni. Questo concorda con quanto va dicendo lo psichiatra Vittorino Andreoli:

ai giovani va insegnato il futuro

E non lo si può fare suscitando desideri a breve termine, ma con progetti a lungo termine, è lì che abita il sogno di poter essere. Ma non possiamo essere "maestri di futuro" se noi stessi, noi adulti intendo, non siamo capaci di progetti a largo respiro, ad orizzonte ampio, se non ci "in-vestiamo" di progetti in grado di assumere tutte le variabili... quei "sassolini" che, "andando e facendo", s'incontrano. Dobbiamo superare la tentazione di una misurazione continua. Passiamo tutta la vita nella valutazione, al setaccio dello sguardo degli altri. Appena nati ci pesano, ci misurano, contano le dita, scrutano nei nostri orecchi e nei nostri occhi, ci ascoltano. Orgoglio tra mamme: è più alto, è più basso; è più magra, è più cicciottella; è più agile, è più lento; è più abile, è più imbranato...

Alla scuola dell'infanzia inizia il confronto con fratelli e cugini: alla sua età già leggeva... già scriveva, contava fino a 1000. Invece lui... invece lei... ancora gioca, fa scarabocchi... sottolinea la voce sconfortante del genitore... dei nonni. Alla scuola primaria e su, su... Ogni prestazione è valutata: sa le date della storia, sa il calcolo mentale, usa il tablet, salta un metro, suona il violino, è nella squadra di calcio... è arrivato primo... prima. A 21 anni si laurea a pieni voti, e poi accede alla magistrale, e poi è richiesto da un'azienda famosa... magari straniera, lo vogliono in una squadra di professionisti, gareggia con i più noti... ha una bella fidanzata... è ricercato tra gli amici... E poi fa un bel matrimonio, ha già dei figli... viaggia continuamente, parla 4 lingue, è stato promosso direttore...

Siamo sotto una lente che ispeziona tutti i dettagli della nostra vita, immersi in un ritmo frenetico di prestazione, che solo farne un elenco mi dà ansia. Ma c'è un momento, a volte in età giovanile, o matura (dai 30 in su), in cui emerge la domanda:





"CHI SONO VERAMENTE IO?"

Sono la bambina che ha iniziato a camminare a 10 mesi... e che già dagli 8 usava il vasetto? Sono quella che recitava le poesie agli sposi sopra una sedia... vestita di organza bianca? Sono quella che nell'adolescenza, per uno stress emotivo, ha iniziato ad arrotondarsi... che proprio allora ha visto i tanti amici e amiche scemare? Beh, sì, sono tutto questo... e anche molto, molto, molto di più! Sono quella che, dopo una scuoletta di tre anni (l'ex scuola magistrale per maestre giardiniere, da il Giardino d'Infanzia di Froebel), fatta di programmi che già allora lasciavano desiderare, ha lavorato 44 anni nella scuola, imparando l'essere maestra da bambini e bambine, da colleghe e genitori. E pure quella che non ha mai smesso di apprendere, approfondendo tutto quanto la incuriosiva, e che per questo è entrata in un gruppo di ricerca e sperimentazione che metteva a confronto insegnanti dall'infanzia alle superiori, e per questo ha viaggiato più volte verso Milano. Sono quella che pensava di morire senza accedere al mondo del PC, messa a confronto con l'abilità dei giovani figli di un'amica. Ma che a 40 anni, ripresa in mano la sua passione, il pianoforte, l'ha dovuta però lasciare per un incidente che le impediva di guidare, e che, grazie ad un'amica, ha potuto avvicinarsi al mondo dell'informatica...



scoprendone le possibilità creative. E ancora, sono quella che, vestita dalla curiosità consegnatami dal prof. Tarcisio, insegnante di matematica alle medie, appena andata in pensione si è gustata il Festival di Filosofia di Modena - Carpi - Sassuolo. E, dopo breve sosta, si è regalata la formazione con Arno Stern, in Svizzera, sul Gioco del dipingere per condurre laboratori di pittura per tutte le età.
E forse sono quella che dal 2020, alle porte della pandemia, ha iniziato a frequentare presso la LUA (la scuola di scrittura autobiografica), iniziando a febbraio del 2024 il terzo corso. O anche quella che sta collaborando per un progetto che vuole affiancare i giovani adulti per aiutarli nel loro divenire genitori, per garantire ad ogni bimbo e bimba una crescita serena. Beh, ancora oggi mi chiedo:

> "Ma chi sono io?"

E attendo... guardando, e ricordando che...



Qualunque fiore tu sia,
quando verrà il tuo tempo,
sboccerai.

Prima di allora
una lunga e fredda notte potrà passare.
Anche dai sogni della notte trarrai forza e nutrimento.

Perciò sii paziente verso quanto ti accade
e curati e amati
senza paragonarti
o voler essere un altro fiore,
perché non esiste fiore migliore di quello
che si apre nella pienezza di ciò che è.

E quando ciò accadrà,
potrai scoprire
che andavi sognando
di essere un fiore
che aveva da fiorire.



Emanuela Marsura

SPIRITUALITÀ

UNA DEDICA A NELLO







NELLO: UOMO, IMPRENDITORE, MARITO, PADRE

LA NASCITA DI QBV

Da quasi 10 anni dalla fondazione del giornale Qual Buon Vento, ci siamo prodigati e impegnati a rendere partecipi le nostre comunità di quanto di bello e buono ci sia intorno a noi nelle realtà di ogni giorno, che molto spesso restano in secondo piano rispetto a quanto viene divulgato e pubblicato in ogni modalità. Ogni giorno ricerchiamo e riceviamo belle notizie, che quanto prima condividiamo e pubblichiamo sul nostro giornale, inconsapevoli di quali belle realtà succedono anche nelle nostre famiglie. Per questo desidero confidarvi:

Chi è Nello?

Ho conosciuto colui che attualmente è il mio sposo nel 1987; allora era sub-agente di assicurazioni e contattava piccoli imprenditori per proporre una formula di polizze vita. Io ascoltavo per il mio papà questo tipo di proposta e notai da subito il suo carisma discreto e rispettoso e ne rimasi colpita piacevolmente. Trascorso circa un mese, cercò non tanto di verificare se la proposta incontrava il nostro interesse, ma si mostrava piuttosto interessato ad approfondire la nostra conoscenza. Da quel momento, sempre con molto rispetto ed umiltà ci siamo frequentati, conosciuti e infine amati fino a giungere nel 1990 a proclamare la nostra promessa d'amore. Nello da maschio alfa aveva bisogno di dimostrare a se stesso che nel gioco della vita si può essere un asso e nel 1988, abbandonando la certezza di una posizione subordinata, ha scelto di intraprendere un'attività imprenditoriale partendo da zero esperienza, conoscenza e portafoglio. Io non avevo un lavoro fisso ed ho potuto essergli a fianco fin da subito con mansioni di segreteria; dopo circa due anni ero con lui socia, oltre che fidanzata. A trent'anni è diventato papà del nostro primo figlio, rivestendo il suo ruolo di padre con grande senso di responsabilità, presenza, collaborazione. Il mondo imprenditoriale non è stato facile; ogni giorno sfide e prove ci portavano dubbi sul proseguo del nostro lavoro, ma costanza e fiducia sono state alleate. Tutto sembrava procedere nella tranquillità di una famiglia normale, composta da due sposi con due bambini (Christian è nato a distanza di tre anni da Luca, 1993 e 1996); nessuno nasce imparato ed anche per noi ogni giorno era un nuovo giorno con sfide inaspettate. Nell'anno 2001 la vita con i suoi risvolti imprevedibili si è infiltrata invadendo le nostre vite e trasformando la realtà quotidiana, cambiando ogni quadro della nostra vita: la salute, che non è una certezza, stava diventando l'antagonista della nostra quotidianità. Tutto era da riprogrammare, tutto cambiava aspetto, i sogni cambiavano. Ciò che non è cambiato, anzi è stato ampiamente confermato, è il rispetto, l'umiltà, la discrezione, il senso di responsabilità, la fiducia, la collaborazione e non da ultimo l'Amore che Nello ha dimostrato fin dall'inizio nel 1987 e confermato le promesse di matrimonio che molto spesso risultano solo promesse scritte: "Prometto di esserti fedele sempre, nella gioia e nel dolore, nella salute e nella malattia, di amarti e di onorarti ogni giorno della mia vita!" Questa realtà non esclude che ci siano stati momenti di sconforto e di incomprensione reciproci, ma alla fine l'Amore Vince ed io mi sento orgogliosa e privilegiata di poter vivere, godere ed avere un Amore così sincero e auguro possa esserlo ad ogni coppia di sposi realmente innamorati!

Claudia De Vido

SALUTE

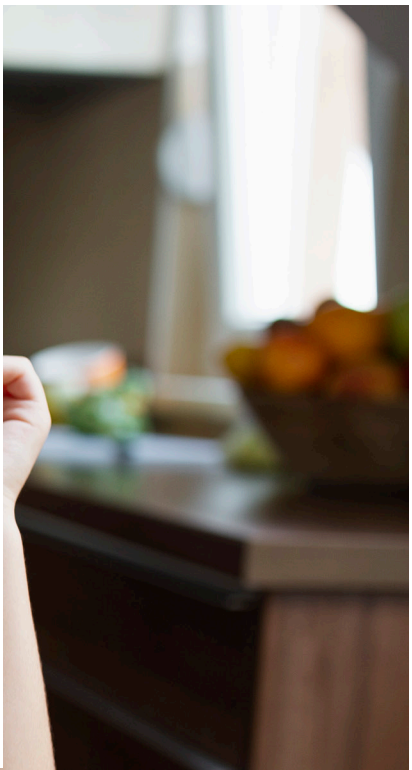
MINDFUL EATING



RITROVARE IL PIACERE DI MANGIARE

CON IL MINDFUL EATING

Quante volte capita di fare una colazione al volo (sia al bar che a casa) o un pranzo frettoloso, magari con lo sguardo incollato ad uno schermo? Quante volte, spinti dallo stress, si ricerca il cibo come valvola di sfogo? E quante volte, invece, si dedicano il tempo e l'attenzione necessari al cibo? Beh, capita molto poco. Considerando che mangiare è un atto "meccanico", talvolta capita che diventi un gesto ripetitivo e non consapevole che fa parte della routine quotidiana e al quale non diamo l'importanza giusta. Altre volte, invece, attribuiamo al cibo un significato simbolico-emotivo e, travolti dalla frenesia della routine quotidiana e sopraffatti da ansia e stress, utilizziamo il cibo come valvola di sfogo. Spesso, in ogni caso, non siamo "presenti" nel tempo che dedichiamo a nutrirci, subendo così anche gli effetti di una cattiva digestione e ingurgitiamo qualsiasi cosa senza trarre l'effettivo gusto dal cibo che stiamo mangiando, rendendo l'atto del mangiare, ancora una volta, un semplice meccanismo automatico. Premettiamo che il cibo serve a nutrire le nostre cellule ed è necessario per consentirci di assumere le energie che fungono da benzina per far "funzionare" tutto il nostro corpo; ma esso non è solo alimento del corpo, bensì anche per la mente e per l'anima. Ma esistono delle strategie che ci consentono di riappropriarci dell'abilità di gustare in modo completo il cibo? Sì! Una pratica molto utile è quella del Mindful eating, tecnica che applica i principi della mindfulness all'alimentazione.





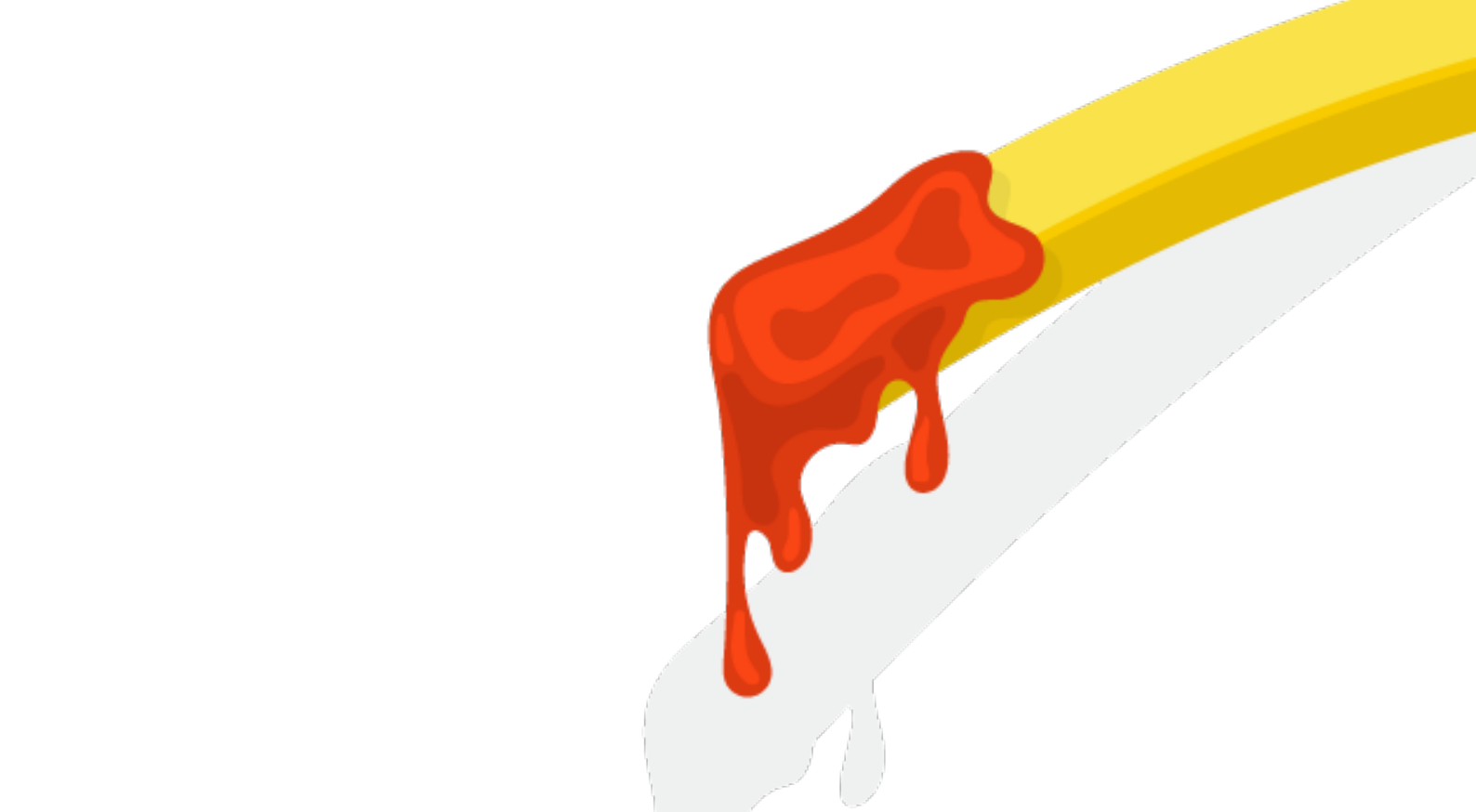
COSA SI INTENDE PER MINDFULNESS?

Il termine mindfulness si può tradurre con consapevolezza. Questa pratica è storicamente legata alla tradizione meditativa buddhista, che la chiama "sati", ossia la consapevolezza che si attiva quando si pone l'attenzione al processo dell'esperienza così come si svolge, momento per momento. La base della mindful è quella dell'essere presente e consapevole nel "qui e ora" e di concentrare l'attenzione al "momento" ed essere pienamente consapevoli di ciò che sta succedendo senza filtri e senza giudizio. Oggi la mindfulness, spogliata dalle sue origini spirituali, è entrata a far parte delle risorse di cura utilizzate nel mondo occidentale e viene impiegata non solo per favorire il benessere emotivo e mentale, ma anche nella gestione dello stress, del dolore e delle malattie fisiche nonché, attraverso la mindful eating, anche della consapevolezza alimentare. Pertanto la Mindful eating è un'evoluzione della mindfulness, che permette di esercitare un'attenzione intesa come consapevolezza esplicita, ai processi di assunzione del cibo.

COSA VUOL DIRE "ESSERE CONSAPEVOLI" DI SÉ E DELL'ALIMENTAZIONE?

Diventare consapevoli delle esperienze sensoriali vuol dire portare l'attenzione a ciò che accade a livello dei sensi, quindi al tatto, udito, vista, gusto e olfatto. Questo permette di concentrarsi sull'esperienza presente e non essere trascinati dallo stato emotivo al di fuori dell'attimo presente. Anche le sensazioni fisiche sono importanti: leggerezza, pesantezza/pienezza, dolore, tensione, caldo, freddo, disagio, etc. Jan Chozen Bays, nel suo libro "Mindful eating", sintetizza il tutto attraverso il concetto dei nove tipi di fame: fame degli occhi, fame del tatto, fame delle orecchie, fame del naso, fame della bocca, fame dello stomaco, fame cellulare, fame della mente e fame del cuore. Per un efficace Mindful eating, l'autrice consiglia di concentrarsi su ogni tipo di fame, quindi su ogni senso, e di valutare, in una scala da 0 a 10, il livello di fame.
Porre l'attenzione sull'identificazione del tipo di fame che si prova è importante poiché molto spesso quella che sembra fame dello stomaco, per esempio, risulta invece fame del cuore, cioè riconducibile ad una ricerca di appagamento emotivo.





A CHI È RIVOLTO?

Il Mindful eating è un'attività utile a tutti, senza distinzione di sesso ed età. Viene applicato, con le dovute precauzioni e accorgimenti specifici, anche nella pratica clinica nella terapia dei disturbi del comportamento alimentare, nello specifico per il binge eating, nella fame nervosa ed emozionale e per "coadiuvare" la cura dell'obesità.

Praticare il Mindful eating è alla base del saper mangiare in modo adeguato e consapevole e ad avere un'esperienza completa e coinvolgente con il cibo. Se sei interessato a scoprire come ritrovare il tuo equilibrio, ti informiamo che nello studio di NUTRIGENIMED, i professionisti titolati a svolgere tale pratica, stanno organizzando dei corsi, pertanto, se sei INTERESSATO, puoi mandare una mail all'indirizzo mail info@nutrigenimed.it scrivendo come oggetto "INFO CORSO MINDFUL" e sarai contattato per poterti iscrivere ai nostri corsi.

Dott.ssa Mary Nicastro





TORTA SALATA

Ingredienti

- 1 rotolo pasta sfoglia rotonda
- 100gr prosciutto cotto
- 250gr ricotta
- 1 uovo
- 1 zucchina media
- 20gr parmigiano

Procedimento

Stendere il rotolo di pasta sfoglia su una teglia da forno rotonda e procedere con la preparazione del ripieno. In una ciotola grattugiare finemente la zucchina, spezzettare il prosciutto cotto, aggiungere l'uovo, la ricotta e il parmigiano. Condire a piacere con olio, sale e pepe ed amalgamare il tutto. Riempire la pasta sfoglia stendendo bene gli ingredienti e richiudere i bordi di pasta verso l'interno. Infornare per 20/25 minuti a 200 gradi forno ventilato.

Gustare in compagnia.

Ludovica Da Rè



CHI È QBV

Siamo una rivista no-profit dedicata a offrire uno spazio di espressione e condivisione delle tante piccole e grandi notizie che riguardano il nostro prezioso territorio.

Siamo fermamente convinti che ogni comunità sia ricca di storie incredibili, persone straordinarie e iniziative meritevoli di attenzione.

In un'epoca in cui le notizie negative e sensazionalistiche spesso dominano i titoli, noi scegliamo di focalizzarci sul positivo. Speriamo di contribuire a creare un senso di appartenenza e di orgoglio per il nostro territorio, e di stimolare un dialogo aperto e costruttivo tra i membri della nostra comunità.

Ogni articolo è pensato per ispirare e informare, offrendo una prospettiva positiva e costruttiva sul mondo che ci circonda. Crediamo nel potere della parola scritta e nelle immagini per creare un impatto duraturo e significativo.

In definitiva, siamo molto più di una semplice rivista: siamo una piattaforma di condivisione e di scoperta, un luogo dove le storie locali possono brillare e trovare il riconoscimento che meritano. Siamo qui per celebrare il nostro territorio e per dare voce a tutti coloro che lo rendono un posto speciale.

Con il vostro supporto, continueremo a crescere e a diffondere il nostro messaggio di positività e speranza.



TUTTO IL POSITIVO CHE CERCHI!

All'interno si possono trovare notizie, messaggi, approfondimenti tutti al positivo!
L'amore è l'unica forza motrice capace di creare un cambiamento concreto.
Il nostro scopo è quello di creare una comunità positiva in cui si possibile vivere con GIOIA, FEDE, SPERANZA e AMORE.



SOSTIENICI

con la tua AZIONE

PUOI SCRIVERE ARTICOLI, SEGNALARE NOTIZIE POSITIVE O DISTRIBUIRE LA RIVISTA

con la tua OFFERTA

BANCA DELLA MARCA IBAN:
IT28G0708461880000000201428
CAUSALE: QUALBUONVENTO.COM

con la tua PREGHIERA

TI CHIEDIAMO DI PREGARE PER NOI E PER L'EFFICACIA DELLA NOSTRA MISSIONE