

La Darsena 'ritrovata' accoglie il vecchio Barcone

Dopo anni di 'riposo' sulle sponde castellettesi del Naviglio Grande, il Barcone è tornato in acqua, in un viaggio tra storia/ricordo verso la Darsena di Milano. Il 6 maggio, attraversando i luoghi più suggestivi del territorio: il ponte di Castelletto, Bernate Ticino, Boffalora,... e via via verso Milano. Giunto a destinazione è divenuto 'sede' di mostre ed incontri, nel cuore della città, così che tutti, anche i più giovani possano conoscerlo.

SCUOLE E INGRESSI SERALI: I PRIMI SUCCESSI DELL'EXPO

di Vittorio Gualdoni

Circa 200.000 presenze al giorno, già oltre un milione e 700.000 biglietti venduti dal 2 maggio. L'EXPO di Milano piace, fa inorgoglire la città, capace di 'cancellare' il teppismo dei black block e di farla risaltare per cultura, architettura e voglia di riscatto sui più prestigiosi giornali del mondo. L'EXPO piace anche perchè 'funziona': molti padiglioni sono davvero opere d'arte, capaci di raccontare il futurodell'alimentazione e al tempo stesso emozionare e stupire il visitatore. Ma vi è anche lo spettacolo (l'Albero della Vita è davvero affascinante, soprattutto la sera, capace di 'rapire' l'attenzione di tutti ed essere rilanciato con 'selfie' e filmati in internet), il divertimento ed il gusto (questo, in alcune situazioni, ancora un po' troppo caro). Ma il primo impatto è davvero coinvolgente: una vera e propria città che ci 'obbliga' a tornare, per poter essere ammirata, che ci proietta in un futuro nemmeno poi così lontano, che mostra l'Italia bella che funziona (come ha detto e ribadito fiero Matteo Renzi), ma anche la sensibilità verso il prossimo (come ricordato nel messaggio di apertura Papa Francesco e ripreso dalla Caritas con l'iniziativa di dare ai poveri le eccedenze raccolte a fine giornata). Di certo, un primo risultato c'è già: è tornato l'orgoglio di essere milanese.





VOCE AGLI 'ESCLUSI' CON CARITAS

Lunedì serata in Duomo, martedì in EXPO

Caritas porta all'Expo la voce degli esclusi. Comincerà a farlo il 19 maggio con il primo atto ufficiale della sua partecipazione all'esposizione universale, il Caritas Day: un'intera giornata dedicata al diritto al cibo, alla lotta alla fame nel mondo, alle buone pratiche che avrà per protagonisti i rappresentanti di migliaia di volontari e operatori impegnati quotidianamente nella lotta alla fame, anche nelle aree del pianeta più povere che non sono rappresentate da Expo. Un grande racconto dalla parte dei più deboli che sarà introdotto il giorno prima, il 18 maggio, in piazza Duomo da una serata di musica, teatro, fede, riflessione e preghiera per condividere con il cardinale Angelo Scola, il cardinale Oscar Rodriguez Maradiaga e tutti i cittadini ambrosiani il significato profondo che rappresenta il messaggio di Expo per la vita e per



L'AGRICOLTURA CONTRO LA CRISI

Coldiretti presenta i progetti per il futuro

Per la prima volta arriva ad Expo la nuova agricoltura italiana che sconfigge la crisi e salva il pianeta, con la mostra degli esempi di creatività delle imprese multifunzionali che operano nelle attività connesse a quella agricola, dagli agridetersivi agli agrivestiti fino al prato pret a porter, che saranno in mostra lunedi 18 maggio 2015, dalle 10 al Padiglione Coldiretti, inizio del Cardo. Una opportunità resa possibile in Italia dagli effetti della legge di orientamento (la numero 228 del 18 maggio 2001) fortemente sostenuta dalla Coldiretti, che ha di fatto rivoluzionato l'attività d'impresa nelle campagne italiane aprendo nuove opportunità occupazionali nell'agribenessere, nella tutela ambientale, nel risparmio energetico, nel recupero degli scarti, nelle attività sociali, dagli agriasilo fino alla pet-therapy.



Acconciature Lucia Ornaghi
PIAZZA SAN GIORGIO
CUGGIONO (MI)
TEL. 02.97.24.03.58
acconciaturelucia@email.it

Oggi concedetevi dei momenti di relax!
Coccolatevi con i prodotti
MEDAVITA
e pensate solo a voi stesse per qualche istante.

SI RICEVE ANCHE SU APPUNTAMENTO
ORARI DI APERTURA
MARTEDÌ, MERCOLEDÌ E GIOVEDÌ:
9.00 - 12.00 / 14.00 - 19.00
VENERDÌ: 8.30 - 19.00
(ORARIO CONTINUATO)
SABATO: 8.00 - 18.00
(ORARIO CONTINUATO)

Un ‘mercato’ di qualità: gli ambulanti ci provano

In un mondo sempre più globalizzato, la differenza torna ad essere la qualità. Lo sanno bene alcuni ambulanti del mercato del sabato di Cuggiono, che si stanno organizzato per una proposta di ‘livello’: “Con alcuni altri standisti (Nicoletta e Gabriella) stiamo cercando di offrire prodotti sempre più di qualità accanto ai normali prodotti industriali - ci spiega Enrico - se noi sappiamo scegliere ‘bene’ il cliente sarà anche più contento”.



‘Chicche di Salute’: gli alimenti per vivere la primavera

di Laura Locati



Le giornate si allungano, la natura rifiorisce, ma noi tra una calda giornata di sole e l’improvvisa pioggia a catinelle tipiche di questa stagione pazzerella abbiamo solo voglia di dormire. Stanchezza, irritabilità, cefalee, debolezza muscolare sono tutti sintomi del cambio di stagione. Ecco come, con semplici accorgimenti alimentari, possiamo contrastare queste manifestazioni sgradite, fare un carico di energia e godere al meglio questi mesi. PRIMA REGOLA: DEPURARE. Fondamentale per espellere le tossine accumulate durante il periodo invernale. Via libera quindi a tutte le erbe amare come catalogna, erbe spontanee, radici ma anche carciofi e asparagi. Importantissimo è l’apporto idrico, per cui dovremmo bere nell’arco di una giornata due litri tra acqua, infusi e tisane. SECONDA REGOLA: NUTRIRE il corpo con alimenti genuini e freschi. Come fare la scelta giusta? Semplicissimo! Utilizzate gli alimenti che hanno subito meno processi industriali: NO a tutto ciò che deriva dalle farine raffinate, alimenti ricchi di grassi saturi come latticini e carni grasse, zuccheri semplici (dolciumi, snack, bibite), alcolici. LIMITIAMO il consumo di scatolame, insaccati e stagionati, alimenti confezionati e pronti. PREFERIAMO cereali integrali, alimenti ricchi di omega 3 (come il pesce azzurro, o il salmone), la frutta secca (soprattutto noci, anacardi e mandorle), i semi oleosi (da aggiungere a volontà nelle insalate o nelle zuppe come semi di zucca, di lino, di girasole….), frutta e verdura cruda. TERZA REGOLA: RIPRISTINARE le scorte di minerali. In particolare il MAGNESIO in quanto riveste una rilevanza fondamentale intervenendo in diversi processi metabolici, nella regolazione della pressione arteriosa e nel contrastare manifestazioni allergiche tipiche di questa stagione. La carenza di questo minerale può manifestarsi con crampi muscolari, confusione mentale, nervosismo, irritabilità, insonnia, malattie della pelle, aritmie, alitosi, stipsi, secrezioni maleodoranti, mestruazioni dolorose. La dose quotidiana consigliata è di 350mg/die ma può tranquillamente raddoppiare in particolari situazioni come la gravidanza, l’allattamento, intensa attività sportiva. Dove troviamo naturalmente questa preziosa fonte di energia? In ordine decrescente: Verdura a foglia verde, Kiwi, Arance, Agrumi, Pompelmo, Carciofi, Bieta, Cavolfiore, Broccoli, Cavoli Bruxelles, Fagioli, Ceci, Noci, Mandorle, Nocciole, Pollo, Grana, Bresaola, Pistacchi, Riso integrale, Cacao in polvere e latte di mucca.







Remando sulle nostre vie d'acqua: la Viacolmarmo

Due imbarcazioni, 14 vogatori di punta a testa (con timoniere) e attorno solo il rumore dell'acqua e della natura. Non importa il tempo che impiegherai, perché non è una competizione, ma l'occasione per navigare sulle nostre vie d'acqua e riscoprire luoghi simbolo, tradizioni e il cibo tipico del territorio. Ecco la 'Viacolmarmo', la vogata sul percorso Lago Maggiore, Ticino, Villoresi, Naviglio Grande fino alla Darsena di Milano.

UN EXPRESSO DI CULTURE... OSPITE AL PADIGLIONE ITALIA

di Laura Garavaglia

Lo scorso 4 maggio una piccola parte del nostro Liceo (d'Arconate, ndr) si è recata a Expo, appositamente invitata al Padiglione Italia per presentare il progetto vincitore del secondo premio al concorso regionale 'Scuole per l'Expo'. E' toccato a noi, parte della classe 3C (Gaia Tucci, Erica Selmi, Laura Garavaglia, Anna De Franceschi, Mariasole Raggi) e parte della 5A (Federica Liguori, Mattia Cucchetti, Nicolò Lambertini, Noemi Bregolin, Angelica Ciprandi, Alberto Pomini, Angela Ruggiero, Elisabetta Mereghetti), accompagnati dai prof referenti del progetto Monica Tizzoni e Ciro Fiorillo, cercare di rappresentare al meglio il lavoro svolto in un anno da tutto l'Istituto Omnicomprensivo europeo di Arconate e Buscate. Nella mattinata, dopo aver recuperato gli speciali 'pass' riservati ad ognuno di noi, avendo tempo per una breve esplorazione prima di pranzo, ci siamo goduti le meraviglie di Expo. Passeggiando lungo il Decumano, abbiamo visitato il Brasile, la Thailandia, la Cambogia, la Colombia e infine la Cina, dove abbiamo pranzato con qualche piatto tipico. Verso le 15 abbiamo raggiunto il Padiglione Italia, di fronte all'Albero della Vita; un ascensore di vetro ci ha portati direttamente al terzo piano del padiglione, dove era presente un'area riservata a noi all'interno del percorso tematico 'Vivaio Italia'. Ognuno si è dedicato a raccontare una parte del nostro sito web, proiettato su uno schermo così che i visitatori potessero vederlo: cioccolato e caffè tra varie curiosità, cucina, musica, cinema, letteratura, arte, storia e il nostro progetto teatro. Un'ora e molte foto dopo, abbiamo lasciato il padiglione soddisfatti ed abbiamo approfittato del tempo restante per visitare altri due affascinanti padiglioni, il Kuwait e il Marocco. Alla conclusione della giornata, ripercorrendo il lunghissimo viale principale per raggiungere la stazione, l'impressione generale era di vedere tutto il mondo affacciato sul Decumano, dai Paesi più poveri, a quelli più ricchi, ed abbiamo notato che, in qualche modo, tra strutture sfarzose o più semplici, i temi del nostro progetto, caffè e cioccolato, erano sempre presenti.



FACCIAMO COLAZIONE IN CAMMINO

Organizzata da 'SaniperScelta' alla Garagiola

Un successo la prima edizione di 'Colazione in Cammino', un seminario pratico voluto dal Comune di Inveruno per 'BenVenga Maggio' e organizzato dall'associazione 'SaniperScelta' alla cascina Garagiola. Divisi in gruppi Sani Active (gli sportivi), Sani Sofa (i sedentari) e Sani kids (i bambini), tutti hanno iniziato la colazione con acqua e limone, per poi costruire la colazione ideale scegliendo tra molte alternative, sempre guidati da Liana Zorzi, direttore di Sani per Scelta e ambasciatrice di Salute, mentre i bambini hanno seguito Cristina Ferrario, giornalista e ambasciatrice di Sani per Scelta. "Non c'è cibo senza attività fisica" sottolinea Liana Zorzi. "Per questo, dopo aver mangiato e chiacchierato, ci siamo divisi in due gruppi: con me hanno corso per circa 50 minuti, mentre con Cristina hanno camminato per 40 minuti".



TRE GIORNI PER TUTTI E CON EXPO

L'esposizione apre e a Buscate tante iniziative

Una tre giorni intensa, una partenza col botto a Buscate: in occasione di Expo 2015, l'Amministrazione comunale con le diverse associazioni ludiche, sportive ed educative ha proposto un cartellone di eventi di ogni tipologia e per ogni interesse: dall'alimentazione all'importanza dell'acqua, dagli orti didattici alle start up, approfonditi con conferenze, convegni e laboratori didattici. Tra i momenti focali della tre giorni (dall'1 al 3 maggio), l'inaugurazione della mostra sulla Villa De Rosales presso la villa stessa, che rimarrà aperta per tutti i weekend da qui fino alla fine di Expo, e l'apertura del parco storico della villa (in uso pubblico per i prossimi 10 anni). O ancora la serata con il comico Max Pisu. E, intanto si sta mettendo a punto il programma delle iniziative estive, sempre nell'ambito di Expo.



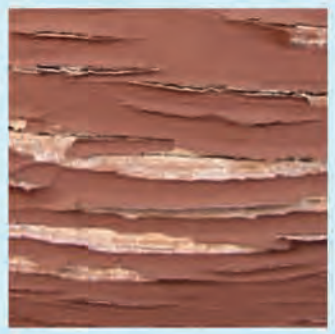


IL LEGNO

Il fascino e il calore che il legno trasmette si differenzia da tutti gli altri materiali.
Il legno è un elemento naturale, ecologico e conferisce all'arredo un aspetto caldo e romantico.
Si differenzia da molti altri elementi perchè è "vivo" e, come tale, necessita di particolari cure e una manutenzione attenta e continua.

I Nemici naturali del legno

1) Umidità



Il legno secco assorbe acqua se si trova nell'aria umida, infatti al variare dell'umidità fa registrare variazioni dimensionali di oltre il 4%. Così i serramenti esterni si "muovono" continuamente con il variare dell'umidità giornaliera. Il risultato è che, mentre il supporto in legno si "muove" molto al variare dell'umidità, la pellicola di vernice sovrastante può seguirlo in misura molto inferiore. Tra il legno ed il film insorgono dunque delle forti sollecitazioni che col tempo finiscono per provocare il distacco della pellicola di vernice dal legno, oppure causare delle piccole fessure che provocheranno in seguito il distacco della vernice dal supporto in legno.

2) Sbalzi di temperatura



Essendo il coefficiente di dilatazione termica del legno molto basso ed al contrario i coefficienti di dilatazione delle vernici più comuni assai elevati, questa differenza di dilatazione comporta delle sollecitazioni in senso contrario ad ogni sbalzo di temperatura. Questo incessante succedersi delle sollecitazioni demolisce presto lo strato di vernice.

3) Esposizione alle intemperie

Il succedersi delle stagioni e di eventi atmosferici anche intensi deturpa lo strato superficiale di ogni vernice. Occorre quindi procedere a manutenzioni periodiche.

4) Degradazioni Biologiche

Il legno è soggetto all'attacco di vari organismi come batteri, funghi e organismi di natura animale come coleotteri, tarli e termiti.

Le Soluzioni



Il **colorificio Rossi Service S.r.l.** di Cuggiono dispone di una numerosissima gamma di prodotti atti a risolvere tutti i problemi sopra elencati.
Recentemente i prodotti ad acqua hanno fatto progressi impensabili e hanno superato di gran lunga i prodotti a solvente con una durata fino a 2 volte superiore.



All'interno del proprio negozio il personale specializzato è a disposizione per analizzare ogni tipo di problematica consigliando la soluzione più adatta alla vostra esigenza.
L'utilizzo di igrometri e spettrofotometri permettono una accurata analisi del supporto e la possibilità di formuare ad-hoc qualsiasi colore dando, di volta in volta, il ciclo di lavorazione adatto per poter ottenere il risultato richiesto.
Inoltre il **Colorificio Rossi Service S.r.l.** dispone di una vastissima gamma di attrezzature e prodotti complementari atti a facilitare il lavoro e a garantire una riuscita ottimale.
La tecnologia dei prodotti ad acqua e la nanotecnologia sta facendo passi da gigante, il **colorificio Rossi Service S.r.l.** è sempre in costante ricerca di questi prodotti e ne analizza, all'interno del proprio laboratorio, l'effettiva efficacia e durata.

