

## **ATTIVITA' E PROSPETTIVE FUTURE DELL' ASSOCIAZIONE**

Cari soci e socie,  
l'anno corrente che sta' per concludersi con le tradizionali festività natalizie, segna anche la scadenza naturale del mandato di questo direttivo associativo. Che dire di questo biennio! Si sono fatte tante cose e molte altre sarebbero da fare per dare visibilità e dignità urbanistica al nostro quartiere. Per una questione di spazio le cose fatte e quelle da fare le vedremo nei dettagli nell'assemblea dei soci che terremo a gennaio. Affinché queste aspettative possano realizzarsi, occorre non solo un direttivo capace e motivato, ma anche una grande associazione in cui ognuno è chiamato a dare il proprio contributo in modo costruttivo ed innovativo. Pertanto al fine di mettere in campo questi propositi, tutti siamo chiamati all'assemblea dei soci che si terrà venerdì 22 gennaio 2016 l'ora ed il luogo vi saranno comunicati con congruo anticipo con invito scritto. L'assemblea oltre ad approvare il bilancio consuntivo di fine anno, dovrà anche eleggere i membri del nuovo direttivo che nel prossimo biennio guiderà l'associazione, quindi un appuntamento importante per dare nuova identità alla nostra associazione che, come tutti saprete, quest'anno è giunta al suo ventesimo anno di costituzione. Pertanto per non buttare alle ortiche tutto ciò che si è fatto in questo ventennio, come presidente rivolgo un invito caloroso a tutti i soci che vogliono mettersi in gioco per contribuire fattivamente alla crescita della nostra associazione, questo lo si può fare solo dando la propria disponibilità alla candidatura.

Abbiamo bisogno di persone che credano nell'associazionismo e che vogliano rendere fruibile una parte del loro tempo libero; vi assicuro che non occorre altro per costruire una squadra vincente che possa traghettare l'associazione verso nuovi e più ambiziosi obiettivi. Come tutti avrete visto, nelle prossime settimane aprirà un altro punto di aggregazione vicino la nostra sede del centro sportivo: "IL CAFFE' DEI POETI" dove poter consumare un buon caffè con gli amici o leggere semplicemente un giornale in compagnia. Vi assicuro che sono presidi sociali molto importanti, utili alla nostra zona affinché non debba sembrare solo un dormitorio; vedete siamo nel mondo della globalizzazione eppure mi sto convincendo sempre di più che col passare del tempo siamo sempre più soli, sembrerebbe un paradosso, ma non lo è, se provate a riflettere forse mi darete ragione.



A nome mio e del direttivo vi porgo i migliori auguri per un Felice Natale e un Nuovo Anno pieno di soddisfazioni e salute.

IL PRESIDENTE

Luciano Corsica

L'Associazione di quartiere "Contrade Termoli Nord" è giunta al termine del 2015 vorrei fare alcune considerazioni sugli avvenimenti che hanno caratterizzato l'Associazione Contrade Termoli Nord.

Gli eventi organizzati sempre in maniera puntuale e precisa dal presidente dell'Associazione Luciano Corsica sono stati indubbiamente momenti conviviali e di svago ma non solo. Non secondaria, infatti, è stata la parte culturale e di apprendimento che ciascun appuntamento ha portato con sé.

Interessantissima è stata la manifestazione dedicata a "Cantine aperte" che ha permesso a tutti i numerosi partecipanti di trascorrere una giornata all'insegna del ...buon bere ma anche dell'apprendimento delle varie tecniche di vinificazione tra i tre tipi di vino (rosato, bianco, rosso). La visita di alcune tra le più importanti aziende vinicole dell'Abruzzo ha permesso di assaggiare e confrontare varie qualità di vino con l'impiego di uve tipiche della regione. Questa giornata è stata il giusto completamento all'evento teorico pratico organizzato l'anno scorso sulla vinificazione.



L'evento conclusivo dell'anno è stato il corso sulla caseificazione dei formaggi che ha visto una partecipazione nutrita di persone attente ed interessate all'argomento.

Il corso si è avvalso della completa ed esauriente relazione introduttiva di Luciano Corsica, che ha spiegato con l'aiuto di interessanti "slides" i processi di formazione dei vari formaggi ottenuti da 4 tipi di latte: vaccino, caprino, ovino e bufalino.

La parte pratica e degustativa è stata affidata alla professionalità del presidente dell'ONAF Gabriele Di Blasio che ha spiegato e fatto provare varie forme di formaggio, valutandone anche criticamente la forma, la stagionatura, il sapore e l'odore.



Mi preme in questa occasione ringraziare il Presidente dell'Associazione Luciano Corsica ed il Direttivo tutto per la grande disponibilità mostrata. Un Augurio per il 2016, che sia un anno ancora più ricco di eventi di convivialità e di buon lavoro per L'Associazione Contrade Termoli Nord.

Il socio Giacomo Mascilongo

Le sfide del cambiamento climatico e dell'efficienza energetica nelle aree urbane impongono di ripensare il ruolo della pianificazione urbanistica nel contrastare il consumo di energia e le connesse emissioni di gas a effetto serra. In questa prospettiva, nell'ambito degli impegni assunti a livello internazionale e nazionale, nelle agende delle amministrazioni locali, in Italia come in Europa, sono stati posti gli obiettivi della sostenibilità ambientale, dell'adattamento e della mitigazione al cambiamento climatico. In sostanza, si tratta di un impegno per lo sviluppo di un ambiente urbano di qualità, che assicuri benessere e sicurezza agli abitanti offrendo sistemi edilizi avanzati e impianti efficienti, nonché ambienti urbani diversificati che contengano la mobilità.

Di fronte all'esigenza prioritaria di migliorare le prestazioni degli insediamenti urbani, il punto focale è certamente la riqualificazione dal punto di vista energetico dei tessuti urbani degradati, al fine di perseguire le finalità originarie del Trattato di Kyoto. La questione principale consiste, pertanto, nel comprendere come il consumo energetico degli edifici esistenti e le relative emissioni possano essere influenzati dalle pratiche di pianificazione e dalle politiche urbane, sottoponendo a verifica quelle ora impiegate. Viene naturale una riflessione che assegna un importante ruolo culturale e comportamentale ai cittadini, soprattutto di quei cittadini che vivono una sorta di marginalizzazione urbanistica.

È noto come la domanda energetica degli edifici, dominata dal condizionamento invernale ed estivo, sia per lo più influenzata dalle caratteristiche dell'edificio, in particolare dalle prestazioni dei materiali da costruzione e dall'efficienza degli impianti, nonché dal disegno degli edifici e dal comportamento degli occupanti.

Nonostante rimanga un argomento controverso, è indiscutibile che il raggiungimento di migliori rendimenti energetici dello patrimonio edilizio esistente debba necessariamente interessare la pianificazione, coinvolgendo quelle caratteristiche

fisico/spaziali delle città che possono massimizzare la disponibilità di luce solare e ridurre le infiltrazioni causate dai venti dominanti.

Ad esempio l'importanza dell'esposizione solare e della schermatura dai venti, sin dalla organizzazione urbana di epoca greco-romana, rivela un legame tra sito, caratteristiche climatiche e risposta progettuale.

La prospettiva consiste nella capacità di promuovere la consapevolezza dei cittadini e degli operatori e di attivare meccanismi di mercato che internalizzino il valore aggiunto dell'efficienza energetica.

E' innegabile che il tema dell'efficienza energetica va inserito nel dibattito sulle nuove forme di intervento sulla città.

Nel campo dell'energia, l'intervento pubblico è un fenomeno relativamente recente; siamo stati spettatori, purtroppo poco consapevoli e partecipi, del processo di inclusione della politica energetica in un quadro più generale di *governance urbana*. Le forme d'intervento sulla città hanno subito una profonda modifica, con la proliferazione di nuovi strumenti grazie a un intenso dibattito disciplinare sul ruolo e sull'efficacia della pianificazione.

Restano, ancora, incomplete le misure di sostegno del pubblico alle aspettative dei cittadini nonostante il poderoso patrimonio di direttive comunitarie.

Le comunità urbane e la *governance pubblica* possono e devono portare avanti una comune *mission* vincente, sia sul piano tecnico ed economico sia su quello culturale, che possa consentire loro di affrontare e contribuire alla risoluzione del cosiddetto *trilemma energetico*, ovvero garantire sicurezza energetica, accesso all'energia a prezzi competitivi nonché sostenibilità ambientale degli usi energetici.

Il socio Antonio Malerba

## Sostanze mangiaproteine

In natura esistono delle sostanze appartenenti alla classe degli enzimi, che sono in grado di demolire le proteine con lo stesso meccanismo con cui un muro viene ridotto ad ogni singolo mattone, o parte di esso, da un martello pneumatico. Queste sostanze le troviamo nel nostro organismo, ed entrano nella composizione di alcuni vegetali e sono anche responsabili del processo di maturazione di molti prodotti alimentari (carne, formaggi, salumi) e non di rado sono capaci di influenzare in negativo o in positivo anche i processi che sono alla base delle vinificazione. Per conoscere più da vicino questi martelli biologici possiamo fare degli esperimenti da condurre dentro le mura domestiche. Prendete dei fogli di gelatina, la cosiddetta "colla di pesce", usati abitualmente per preparare dessert o gelatine di frutta e usateli, secondo le istruzioni della confezione, per gelificare un bicchiere di acqua. Per tale esperimento è opportuno usare un bicchiere di plastica per facilitare l'uscita della gelatina una volta solidificata, a questo punto ponete la gelatina a temperatura ambiente su un piatto e depositateci sopra una fetta di kiwi fresco appena tagliato. Nel giro di 10 o 12 ore, vedrete con vostra sorpresa, la gelatina dissolversi in una pozza di acqua. In pratica cosa avete fatto? Avete semplicemente messo a contatto il collagene della gelatina, che è una proteina, con quel famoso enzima che in questo caso si chiama actinidina contenuto nel kiwi, il quale grazie al suo potere "proteolitico" è riuscito a distruggere il reticolo tridimensionale del collagene.

Queste sostanze, con nomi diversi, sono contenuti nell'ananas, nella papaia e nei fichi. Per questo motivo se volete preparare una gelatina a partire da questi vegetali, dovrete prima disattivare quegli enzimi, per esempio scaldando il succo che si intende gelificare a 80°C., così facendo viene denaturato perdendo le sue proprietà proteolitiche. Una volta in possesso di queste nozioni potreste metterle subito in pratica in cucina. Una bella bistecca molto spessa, magari poco frollata, può essere resa morbida facendola marinare in un frullato o succo di ananas fresco, il cui enzima bromelina ad una temperatura di 37 /40°C. per qualche ora renderà la carne morbida tanto da sfaldarla con un grissino, questo perché grazie all'azione della bromelina, il collagene che avvolgeva le fibre come una guaina è stato completamente degradato. Il più potente enzima, sfruttato anche dal punto di vista commerciale è la papaina presente nella papaia, la quale viene iniettata nei tranci di carne di animali particolarmente duri, come il toro o il bisonte, per renderli più appetibili e quindi commerciabili. Alla luce di questi fatti quando state per portare a termine un pranzo importante, soprattutto se a base di proteine animali o insaccati, sarebbe auspicabile chiuderlo con una bella porzione dei vegetali sopra citati. Questo renderà la vostra digestione più agevole e vi metterà al riparo dagli incubi notturni.

Luciano Corsica

t  
e  
c  
n  
o  
l  
o  
g  
o

## Tesseramenti e contatti

Per chi avesse intenzione di iscriversi alla nostra associazione usufruendo di tutti i vantaggi offerti, contribuire allo sviluppo di attività ricreative, culturali, organizzative e rafforzare la nostra voce rappresentativa, può contattare i seguenti numeri telefonici:

Associazione tel. 320 85 42 347  
Luciano Corsica (Presidente) tel. 349 49 97 848

Giuseppe Ursitti (tesoriere) tel. 349 64 34 072  
Antonio Di Vito (segretario) tel. 331 67 11 695

**Associazione contrade "Termoli nord"** via A. Manzoni, 112 86039 - TERMOLI (CB)

e-mail: [info@asstermolinord.it](mailto:info@asstermolinord.it) web: [www.asstermolinord.it](http://www.asstermolinord.it) cell. 320 85 42 347 cell. 349 64 34 072