Giornalino a cura della Redazione dell'Associazione di Promozione Sociale "GAS.P.A.R.8" - www.gaspar8.net - info@gaspar8.net
Realizzato con Scribus/Ubuntu - stampato in proprio e distribuito gratuitamente

G@SPAR8.net

anno 4
n. 31
settembre 2012

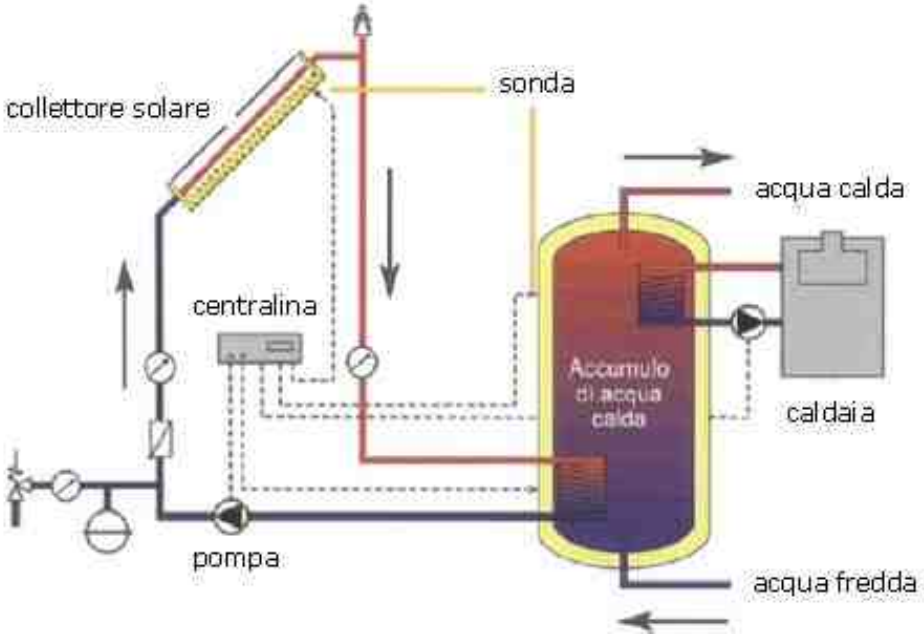
Per saperne di più

Continuano gli articoli di Roberto riguardanti le energie rinnovabili. In questo numero ci presenta il solare termico.

Nell'ambito delle fonti rinnovabili il solare termodinamico è una delle fonti più pratiche, dalla resa sicura e dalla facile installazione.

Per solare termodinamico intendiamo un dispositivo che permette di catturare l'energia del sole, di immagazzinarla e usarla essenzialmente per due scopi, produrre acqua calda per uso personale o produrre acqua calda per riscaldare l'abitazione.

Una cosa che pochi sanno è che il solare termodinamico è sei volte più efficiente (rapporto tra costo/energia prodotta) di un impianto fotovoltaico e si ammortizza nel giro di 3-10 anni a seconda delle caratteristiche del luogo e dell'impianto. Per una famiglia di quattro persone serve di solito un impianto che occupi una superficie di circa 1 metro quadrato a persona, e quindi 4 metri quadrati in tutto, se si vuole soltanto l'acqua calda. Per ottenere anche il riscaldamento, si può arrivare a 10 metri quadrati. I costi variano molto a seconda della qualità dei componenti installati. Si parte da un minimo di 800 euro al metro quadro per arrivare sino a 1.500 euro. Un impianto da 4 m quadrati può quindi costare dai 3.200 ai 6.000 euro, mentre si sale a 8.000-15.000 euro per uno da 10 m quadri. Nonostante i vantaggi il solare termico in Italia versa da due anni in una fase di stagnazione. A fine 2011 la nuova capacità installata si era ridotta del 15%, dai 500mila metri quadrati del 2010 a poco più di 415mila metri quadrati (per una potenza di 290 MWth). La colpa, risiede prevalentemente nell' incertezza normativa che riguarda gli incentivi. Chi installa un impianto solare termico, infatti, usufruisce di una detrazione del 55% spalmata nell'arco di 10 anni (meno appetibile, dunque, rispetto alle tariffe riconosciute dai Conti Energia al fotovoltaico) e che scenderà al 50% dal 1 gennaio 2013 sino al 30 giugno. Gli incentivi sono stati prorogati di anno in anno, con una regolamentazione di breve periodo che ha lasciato a lungo il mercato nell'incertezza. A tutt'oggi si è in attesa di un Conto energia termico che fissi delle linee guida per i mesi a venire; stando alle prime indiscrezioni, il budget per gli incentivi indicato nelle prime bozze del decreto sarebbe però limitato a soli 700 milioni di euro.



Ancora una volta come nel fotovoltaico è la classe politica che può rendere questa fonte rinnovabile competitiva rispetto alle fonti tradizionali, ma l'azione dei nostri governanti sembra essere guidata da ottiche a breve periodo e non da una lungimirante visione a lungo periodo rispetto allo sviluppo del paese.

Ricordiamo che rispetto allo stesso fotovoltaico il solare termodinamico, essendo per definizione legato all'abitazione in cui dovrà riversare il suo effetto, non si presta ad un uso "industriale" di tipo massivo e non comporta affatto perdita di terreno agricolo.

Il mercato del solare termico italiano è il secondo in Europa dopo la Germania, e vanta numeri decisamente positivi: una capacità totale installata di 2,7 milioni di metri quadri, pari a quasi 2 GWth, un volume d'affari di mezzo miliardo di euro (+3% nel 2010 rispetto all'anno precedente) e circa 15.000 occupati nel segmento. Ma se andiamo a vedere l'installato pro capite il panorama cambia. La densità di impianti solari termici installati in Italia, infatti, è ancora al di sotto della media europea, nonostante le grandi potenzialità. Insomma, molto è stato fatto, ma resta ancora tanto da fare. Roberto Carletti

A Pannelli solari
B Boiler Solare
C Stazione solare di comando
D Caldaia
E Utilizzatore

Gaspar8 People Space

Festa Eco Allegro

L'8 ed il 9 Settembre ha avuto luogo a I Terzi, un piccolo borgo vicino a Palinuro, una vivacissima festa dedicata alla vita, al lavoro e alla tradizione contadina, prodotti locali, anche biologici, all'artigianato, ai giochi tradizionali, arricchita con laboratori dedicati sia agli adulti che ai piccoli, come quello per la pasta fatta in casa, la realizzazione del pane a lievitazione naturale, la filatura della mozzarella di bufala, arti pittoriche e tante attività per i piccini, compreso uno spettacolo di burattini, di clown e zucchero filato gratis per tutti i piccolini.

Mentre percorrevamo in auto la strada che collega Palinuro alla Braccianense (a metà della quale si trova I Terzi), io e mio marito siamo stati colpiti dagli innumerevoli cartelli "Pizzo del Prete non si tocca": è il territorio dove il comune di Roma vuole costruire la discarica, una volta chiusa quella di Malagrotta. Questa festa ha voluto comunicare qualcosa in più rispetto alla condivisione delle loro tradizioni contadine.

Siamo arrivati a I Terzi, e ci è voluta tanta pazienza e tanta capacità di convincimento per allontanare i miei figli (2 e 5 anni) dall'angolo degli animali. Già, alla festa c'erano dei piccoli recinti con caprette, pecorelle, asini, un vitellino, galline e paperotti, ed i bambini erano incantati ed incuriositi.

Lasciato l'angolo degli animali, ci siamo imbattuti in una serie di stand, curati ma semplici, di ceramiche, prodotti di cucito, di solidarietà e di prodotti alimentari di vario genere, ma, soprattutto, nell'angolo dedicato alla difesa del territorio e alla gestione dei rifiuti: in occasione della festa si è voluto dare evidenza alla battaglia, veramente poco pubblicizzata, che questa gente sta combattendo nella solitudine. Si tratta di una comunità essenzialmente contadina che teme l 'avvelenamento susseguente al contributo di inquinanti della discarica in relazione alla propria salute ed ai propri guadagni. Sfido chiunque a decidere di acquistare un prodotto coltivato nei pressi di una discarica per quanto tecnologicamente avanzata e dotata dei migliori impianti di trattamento dei rifiuti.

Di tutti questi stand ed angoli divulgativi, quello che ho potuto frequentare maggiormente è stato l'angolo dedicato ai bambini. Quando siamo arrivati era in corso lo spettacolo dei burattini, ma i miei due scatenatissimi figlioli, non l'hanno considerato neanche per un istante, si sono avventati immediatamente su un banchetto pienissimo di giocattoli usati. Abituata a vedere mucchi di giocattoli nella spazzatura, quelli dei miei figli, un banchetto dedicato al riciclo dei giocattoli usati mi è sembrata un'iniziativa di grande civiltà e rispetto dell'ambiente. Con pochi euro, i piccoletti hanno avuto un bel giocattolo con cui trastullarsi per tutta la serata. A questo punto abbiamo incontrato gli altri soci, Hedwig, Laura, Cristofaro e Massimo con relative famiglie. Abbiamo cenato e consumato un ottimo pasto completo, con un prezzo veramente modico, formato unicamente con piatti tipici della tradizione contadina, mirabile la pezzata di pecora.

Dopo cena, i bambini si sono divertiti arrampicandosi su un trattore presente nel bel mezzo della piazza, hanno potuto non solo conoscere il mezzo di trasporto ma averne esperienza diretta, salendo al posto di guida, sulle ruote ed in ogni posto in cui le loro agili membra sono state in grado di portarli.

Verso le 22.00 la mia famiglia ha abbandonato la festa. Gli altri soci hanno continuato a girovagare per la piazzetta ed hanno continuato a prendere contatti con alcuni artigiani e coltivatori. In particolare, le ladies hanno conosciuto una signora che si occupa della realizzazione in casa di prodotti di igiene personale e non. Le hanno chiesto immediatamente se è disponibile ad organizzare un corso per insegnare a tutti noi a fare altrettanto.

Siamo in attesa di un suo riscontro. Cinzia Pierro

Terra & Mare

Bentornati dalle vacanze estive!

Settembre qui a Roma è ancora un mese pienamente estivo, tuttavia la minore potenza del Sole e il tono diverso della pioggia sanno già di autunno.

In cucina si riaffacciano zuppe e minestre, addolcite dalle prime zucche o caratterizzate dal sapore di bosco dei funghi.

Dal fruttivendolo resistono i meloni e compaiono mele, fichi, uva e cachi.

In pescheria conviene acquistare alici, calamari, mazzancolle, moscardini, seppie, sogliole e triglie.

Per questo mese abbiamo scelto:

Frutta: kaki/cachi

Quella del kaki è una delle più antiche piante da frutta coltivate dall'uomo, conosciuta per il suo uso in Cina da più di 2.000 anni. La sua prima descrizione botanica pubblicata risale al 1780.

I primi impianti specializzati in Italia sono sorti nel Salernitano a partire dal 1916. In Campania viene chiamato 'legnasanta' perchè il frutto tagliato in due contiene un' immagine che rimanda al crocefisso. In Italia è coltivato su tutto il territorio nazionale, ma le maggiori produzioni vengono effettuate in Veneto, in Emilia Romagna, in Campania, in Abruzzo e in Sicilia; in quest'ultima regione il cachi ha una notevole importanza dal punto di vista economico, infatti una speciale varietà di questo frutto, il cachi di Misilmeri, è famoso ed esportato in tutto il mondo

Il cachi è un frutto dalla polpa molto tenera (ad eccezione di varietà come il c. vaniglia e il c. mela, dalla polpa molto più soda) e fortemente zuccherina.

Frutto tipicamente autunnale, viene solitamente raccolto ancora acerbo e lasciato maturare nei magazzini.

Questa procedura, detta ammezzimento, non provoca alterazioni del sapore e permette di ridurre al minimo il caratteristico effetto astringente, causato dal contenuto di tannini e caratteristico del frutto acerbo.

Il frutto maturo ha proprietà lassative, va conservato in frigorifero e consumato entro pochi giorni essendo molto deteriorabile

Informazoni alimentari:

Vitamine contenute: A, C, K; Calorie:70 kcal/100 g ;Proteine: 0,58 g; grassi: 0,19 g; carboidrati per differenza: 18,59 g (fibre: 3,6); ceneri: 0,33 g; acqua: 80,32 g; colesterolo: 0 g; sodio: 1 g.

Verdura: Zucca

In Italia ne esistono almeno ciquanta varietà commerciali, coltivate soprattutto nel mantovano.

Piantata verso marzo/aprile, la zucca inizia ad essere buona dai primi giorni di settembre ma raggiunge la piena maturazione verso la fine del mese.

Al momento dell' acquisto la zucca deve essere fresca, soda e priva di ammaccature; colpendone la buccia si deve sentire un rumore sordo, indice del buon livello di maturazione. Il picciolo dev'essere attaccato saldamente e abbastanza grande.

La polpa della zucca contiene carotenoidi e mucillagini che fanno bene alla pelle e all'organismo mentre i semi contengono olii grassi, melene e fitolecitina che fanno bene all'organismo. Aiuta ad alleviare/prevenire le infiammazioni della pelle e i problemi alle vie urinarie nonchè i problemi gastro-intestinali.

Benchè dolcissima, è un alimento povero di calorie (18kcal/100g) e adatto persino ai diabetici. Viene assai utilizzata anche in ambito erboristico, fitoterapico e cosmetico.

Contiene acqua al 94,5%, proteine al 1,1% e grassi allo 0,1%.

Il colorito giallo-arancio indica il contenuto di carotenoidi e pro-vitamina A; è inoltre ricca di fosforo, ferro, magnesio e potassio. Ha un buon contenuto di vitamina C e di vitamine del gruppo B.

Come cucinare la zucca:

Buona se cotta a vapore, viene lessata per zuppe e minestroni, oppure costituire la base per torte. Si può cuocere in padella tagliata a cubetti e condita con olio, sale e pepe . Un metodo diffuso per la cottura al forno prevede di aprire la zucca, lavarla e privarla dei semi e cucinarla tagliata a spicchi.

Pesce di Settembre: Alici o Acciughe

L' alice (Engraulis encrasicholus), è un pesce di tipo pelagico, ovvero che nuota o che viene trasportato dalle correnti e il cui ciclo vitale si svolge prevalentemente lontano dal fondo marino. Il corpo è lungo, provvisto di squame. Il muso è breve, con la mascella inferiore più corta di quella superiore. Le pinne pettorali sono normali. La pinna caudale è a V. Il colore è verde azzurro, i fianchi e la pancia sono di colore argento e solcati da una linea marrone. Può essere lunga da 15-18 centimetri fino ad un massimo di 20 centimetri. Il suo ciclo vitale dura al massimo 48 mesi.

Fa parte del gruppo dei 'pesci azzurri', molto comune nel Mar Mediterraneo; è però presente anche nel Mar Baltico e nell' Atlantico. Molto apprezzati sono i pesciolini appena nati, chiamati bianchetti. L'acciuga ha carne ricca di proteine nobili e di ferro: molto saporita e purtroppo un pò grassa molto utilizzata per fritture e ripieni.

Catia Fracassi

News dal gruppo info-culturale

Dopo la pausa estiva riprendono le attività di Gaspar8 e dei suoi gruppi di progetto. Anche il gruppo infoculturale si è rimesso in moto con molte idee che speriamo, grazie alla partecipazione di tutti i soci, di realizzare.

Innanzitutto vorremmo riavviare gli incontri di approfondimento e culturali presso la Biblioteca Rugantino, orientativamente ogni ultimo lunedì del mese, a partire dalle 18 ottobre circa. Molti i temi "caldi" che vorremmo trattare: l'impresa sociale come strumento per superare la realtà detentiva, l'agricoltura biodinamica, le discariche, le associazioni antimafia, ecc. Oltre a questi momenti di approfondimento immaginiamo anche degli incontri di carattere più culturale e artistico, grazie al prezioso contributo della Dott.ssa Francesca Pagliaro, che ci guiderà alla scoperta di tesori nascosti. Infine, speriamo di affiancare con degustazioni di prodotti resi disponibili dai nostri fornitori vecchi e nuovi gli incontri in biblioteca. Vi invitiamo, dunque, fin da ora a partecipare a queste iniziative, che sono occasioni se non uniche, almeno rare di questi tempi per crescere in autonomia e consapevolezza.

Per continuare ad approfondire le tematiche che ci interessano come gruppo intendiamo elaborare una breve bibliografia di testi e volumi in uscita da sottoporre ai soci con cadenza all'incirca bimestrale.

Riprendono anche le visite culturali. Le proposte sono varie ed invitanti: domenica 7 ottobre c'è la possibilità di fare urban trek per Roma e così scoprire la "Città degli Artisti", mentre domenica 14 ottobre siamo tutti invitati a partecipare alla Giornata del Camminare. A partire da novembre avremo la possibilità di visitare il Colosseo, il Palatino e i Fori, e la mostra alle Scuderie del Quirinale. Le informazioni su queste attività saranno inviate tramite mail. In primavera contiamo anche di riprendere le visite presso i produttori.

È nostra intenzione riprendere la… "buona pratica" della cena sociale! La nostra proposta è di dilatare la loro frequenza per consentire una più numerosa partecipazione dei soci e per poterla organizzare adeguatamente. La prossima vorremmo realizzarla a ridosso delle festività natalizie, orientativamente venerdì 14 dicembre. Strada facendo vi aggiorneremo ma intanto… segnatelo in agenda!

Vorremmo, inoltre, realizzare un laboratorio di cosmesi naturale. Stiamo valutando tale opportunità, ma intanto chiediamo ai soci che fossero interessati di esprimere un consenso di massima, per verificare se ci sono le condizioni per avviarlo.

Abbiamo cercato di diversificare le proposte per venire incontro agli interessi dei soci.

Speriamo, quindi, di vedervi partecipare numerosi.

Un saluto dal gruppo infoculturale.

Convegno nazionale GAS-DES

Nel numero 28 del giornalino avevamo dato comunicazione dell'Assemblea nazionale GAS/DES di fine giugno, ma non dimentichiamo che si è tenuto anche il Convegno nazionale GAS/DES a Venezia-Mestre il 15-16 settembre 2012, il cui titolo era:

(RI)COSTRUIRE COMUNITÀ TERRITORIALI CAPACI DI FUTURO - Gruppi di Acquisto Solidale e Distretti di Economia Solidale: nuovi attori nell'economia e nelle politiche dei territori.

Il Convegno aveva le seguenti caratteristiche (che lo differenziano dall'Assemblea):

1. la finalità di fare il punto, divulgare e teorizzare (su) le pratiche dell'Economia Solidale cercando di tessere un filo che renda il programma comunicativo non solo dei processi del 'nostro' movimento di trasformazione ma anche di una proposta di modello economico alternativo;
2. declinato su tre temi affini a quelli di quattro workshop, legati all'Economia Solidale, successivamente presentati nell'ambito della Conferenza per la Decrescita (19-23 settembre 2012 a Venezia);
3. basato su contributi di relatori, sia di tipo esperienziale sia di tipo teorico;

I contributi/relatori sono venuti dalle RES del territorio nazionale al fine di rafforzare la reciproca conoscenza/dialogo tra reti territoriali e per coinvolgerle concretamente nei temi del Convegno, per cercare di:

- mantenere un elevato livello di "partecipazione" anche attraverso il dibattito;
- renderlo fruibile anche in modo modulare;
- gettare dei semi per avere delle ricadute sul territorio ospitante e più in generale su tutti i percorsi ecosolidali.

La discussione prosegue sul nostro forum http://gasparotto.forumattivo.com/f7-mondo-gas-des dove trovare link ai documenti ufficiali.

Antonio Di Bartolo

GASPAR8 FAI DA TE

E' ricominciato l'anno lavorativo, scolastico .... insomma tutto come prima della pausa estiva. Non può quindi mancare anche nell'autunno 2012 il laboratorio del pane.

E' in previsione un incontro, come sempre presso la mia abitazione, il 9 novembre. Chiunque sia interessato a partecipare e voglia avere maggiori informazioni può scrivere a redazione@gaspar8.net oppure contattarmi al numero 3472206710. Grazie, spero a presto Anna