@-Lato
laboratorio culturale

Guardare, pensare, risolvere ciò che ci circonda con un'attenzione ***differente***

Le rubriche "il film" e "il libro" di questo numero della circolare @-lato sono accomunate dal medesimo, grande, incombente, direi quasi "totalizzante" problema del nostro tempo: il rapporto e l'equilibrio tra uomo e natura. Poco sopra troviamo un approfondimento sui cibi spazzatura. A prima vista non sembrerebbe, ma i due temi sono correlati e a cercar bene e seguendo con attenzione molte linee rosse che collegano i fenomeni e i malesseri della società e del mondo attuali si trovano punti in comune e diversi meccanismi di causa – conseguenza tra le due cose: la ricerca del maggior piacere, del maggior profitto, del superfluo, del consumo fine a se stesso, in spregio alla sostenibilità delle risorse, agli sprechi, alla salute. È un peccato che per contrastare questi perversi meccanismi in cui tutti siamo immersi e spesso, comunque un poco complici, non possa bastare un po' di gentilezza …

@-Lato n° 1 del 16 gennaio 2014

Agenda: appuntamenti di attività e incontri per riflettere, conoscere, cambiare…

Afrodite - Agribirrificio Luppolajo
25 gennaio 2014 ore 17.30, presso Mutty, viale Maifreni - Catiglione delle Stiviere (MN)

Degustazione di birra con orzo e luppolo intermente autoprodotti

Virtutes agendae - Nessuno escluso
Roma - Palazzo delle esposizioni, 17 e 18 gennaio 2014

VIRTUTES AGENDÆ
NESSUNO ESCLUSO

Virtutes Agendae è una manifestazione-convegno ideata dal Modavi Onlus per far incontrare i protagonisti del Terzo Settore con il mondo della politica e della cultura, con l'obiettivo di approfondire tematiche sociali di notevole interesse ed immaginare insieme soluzioni alle problematiche affrontate.....
Clicca qui per maggiori informazioni

Concerti della domenica
Mantova, Teatro Bibiena, fino al 9 marzo

È cominciata domenica 12 gennaio e proseguirà, quasi ogni domenica fino al 9 marzo, alle 17.00, la rassegna di musica classica presso il Teatro Bibiena di Mantova dei "Concerti della Domenica".
Rassegna ormai abituale e seguitissima per la città e il territorio, di ottimo spessore artistico, in una splendida location e a prezzi contenuti (4 euro). Guarda il programma

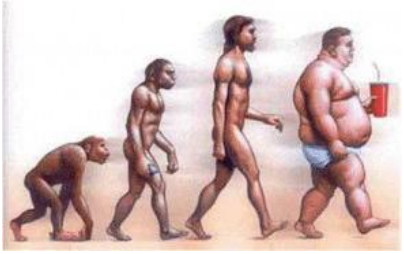
Bandi e concorsi

Nuovo avviso pubblico per la concessione di interventi finanziari a favore delle PMI - Iniziativa "Credito Adesso"
Clicca qui per maggiori informazioni

Spunti e consigli: dati, approfondimenti e riflessioni per un mondo che cambia

Perchè ci piacciono così tanto i cibi spazzatura??

I "cibi spazzatura" o Junk Food, sono prodotti di bassa qualità, ricchi di conservanti, coloranti e sostanze chimiche: merendine, snack, cibo da fast food, bibite gassate, caramelle, gelati confezionati e i cibi molto grassi in genere.
Ma se fanno così male, perchè è difficile smettere di mangiarli? Il dipartimendo Drug Discovery and Developement dell'Istituto Italiano di Tecnologia guidato dal prof. Daniele Piomelli in collaborazione con due Università (una californiana e una newyorkese)hanno portato a termine dei test che evidenziano che la colpa è da ricondurre ad un sorprendente meccanismo biologico che vede la generazione di stimoli positivi nella lingua che inviati al cervello aumentano la produzione di "endocannabinoidi" (sostanza prodotta naturalmente dal nostro corpo, che viene imitata da marijuana e cannabis)e aumentano quindi il desiderio di avere altri cibi grassi.
Questo meccanismo trova spiegazione in un retaggio dei nostri antenati in quanto i cibi grassi rappresentano una primaria fonte di energia che perde però fondamento nei nostri giorni visto la vita più sedentaria - non sprechiamo più così tante calorie nel cacciare la cena!- e quindi è causa di sovrappeso e obesità.



4 motivi "scientifici" per essere gentili

1 - Fa bene al cuore
Le probabilità di infarto e ictus in soggetti con temperamento aggressivo e competitivo aumentano anche del 40 % in confronto a soggetti con temperamento cortese e gentile.
2 - Aiuta nelle liti
La gentilezza ha un effetto spiazzante durante le liti mentre l'aggressività chiama aggressività. Daniela Mapelli - docente di neuropsicologia all'Università di Padova - consiglia <<Nelle situazioni stressanti, dove tutti diamo il peggio di noi, bisognerebbe sforzarsi di chiedere scusa, e farlo sorridendo. L'altro dovrà cambiare completamente registro: il suo cervello sarà costretto a elaborare uno stimolo completamente diverso>>.
3 - E' un buon biglietto da visita
Una ricerca del Timothy Judge dell'University di Notre Dame (USA) dimostra che le persone più gentili sono meno soggette a licenziamenti perchè più gradevoli.Nella North Carolina State University hanno fatto dei test sui lavori di gruppo in ambito lavorativo e sono emerse queste considerazioni: un bravo capo che tratta i colleghi con equità, gentilezza e considerazione, ottiene risultati migliori; i dipendenti che respirano un clima di fiducia, rispetto e equità sono stumolati a lavorare meglio e di più.
4 - Previene il bullismo
L'University of British Columbia ha fatto dei test comportamentali su 400 bambini in età scolare e sono emersi 2 dati interessanti: l'aumento di gentilezza nel bambino aumenta la popolarità a scuola e previene il bullismo se applicato all'intera comunità scolastica
E inoltre la gentilezza è contagiosa!

Il libro

La terra in bilico
di Al Gore, 2008 Saggi Bompiani

Solo un radicale ripensamento del nostro rapporto con la natura può salvare l'equilibrio ecologico del nostro pianeta. Questo ripensamento è però assai di là da venire. Al Gore, ex candidato alla presidenza degli Stati Uniti, presenta dati e teorie sullo sviluppo della terra e del suo inquinamento, affrontando problemi all'ordine del giorno fra cui l'effetto serra, l'esplosione demografica, la sostenibilità dei diversi stili di vita, le risorse energetiche, la desertificazione e lo scioglimento dei ghiacciai, l'innalzamento delle acque.
Per Al Gore, la crisi ambientale affonda le sue radici in ogni aspetto della vita sociale e la risposta deve essere commisurata alla gravità della situazione. È necessaria una mobilitazione mondiale senza precedenti che incida anche sulle tendenze demografiche, sulle scelte tecnologiche e, soprattutto, sull'educazione.

Il film

Home - La nostra terra
di Yann Arthus-Bertrand

Ci sono volute 488 ore di riprese a bordo di elicotteri, 217 giorni di lavorazione attraverso 54 differenti nazioni, per permettere di realizzare Home, documentario spettacolare e di grande impatto emotivo, intenzionato a farci aprire gli occhi sul reale impatto del riscaldamento globale, della deforestazione, dell'inquinamento. L'umanità si trova ormai a un bivio obbligato, tra abitudini negative che dovrebbero appartenere al passato e possibilità di effettuare scelte rivoluzionarie ed eco-compatibili, le uniche in grado di garantirci un futuro non catastrofico perché abbiamo TUTTI UN APPUNTAMENTO CON IL PIANETA

Clicca qui e guarda il trailer

La condizione dei bambini nel mondo 2013 - Bambini e disabilità

Esiste un bambino che non sogni di essere tenuto in considerazione e di vedere riconosciuti le proprie capacità e i propri talenti? La risposta è no. Tutti i bambini hanno sogni e speranze, anche quelli con disabilità. E tutti i bambini meritano la possibilità di realizzare i propri sogni.....
Clicca qui e leggi il rapporto UNICEF

@-Lato è un Laboratorio Culturale e un servizio di informazione che si rivolge a tutti coloro che sono interessati ad approfondire il tema di un'esistenza sostenibile alla luce di una realtà globale in cambiamento che offre opportunità, porta con sé insidie e richiede sguardi, pensieri e soluzioni diverse, laterali.
Oltre a segnalare appuntamenti e occasioni di confronto vogliamo offrire consigli di sopravvivenza sociale ed individuale. Accogliamo suggerimenti e segnalazioni di tutti. Scrivici per partecipare, per dare visibilità ad un'iniziativa o anche soltanto per farci una critica a alato.info@gmail.com. Altrimenti, che laboratorio è?

Laboratorio culturale @-Lato
alato.info@gmail.com - tel. 0376-77.51.59/53

Fondazione Senza Frontiere - Onlus - Via S. Apollonio n. 6 - 46042 Castel Goffredo (MN) - Italia
Codice Fiscale n. 90008460207 Partita IVA n. 01887890208
INFORMATIVA PRIVACY
Titolare del trattamento è la FONDAZIONE SENZA FRONTIERE - ONLUS, con sede in 46042 Castel Goffredo (MN), via S. Apollonio n. 6;
Responsabile del trattamento dati è Castelli Anselmo.
Per i diritti di cui all'art. 7 D.Lgs. 196/2003 e per l'elenco di tutti i responsabili/incaricati del trattamento rivolgersi al Responsabile del trattamento reperibile come segue: Tel. 0376781314 - Fax. 0376772672, E-mail **privacy@senzafrontiere.com**.
Il trattamento sarà svolto dal titolare e dai soggetti incaricati dalla Fondazione, secondo apposita autorizzazione. L'informativa completa è disponibile all'indirizzo **www.senzafrontiere.com**. Per non ricevere altre comunicazioni **cliccare qui.**