

**Presidente:** Giovanna Sellerio  
**Segretario:** Gabriela Dinu  
**Prefetto:** Nadia Bellezza

**Riunioni di Club**  
Lunedì, ore 19,30 presso NH Hotel Fiera  
Via degli Alberghi, 1 – 20017 Rho (MI)

**6 febbraio 2017 – serata Simone Tomasina**

RELAZIONE DELLA SERATA DEL 6 FEBBRAIO 2017

Come di consueto la presidente ha presentato il relatore della serata Simone Tomasina che ci ha parlato di “Dieta vegana: scelte consapevoli”. Ha poi annunciato i prossimi incontri: 13 febbraio tema “Legalità”, 16 febbraio consiglio del club e 20 febbraio Interclub organizzato dal R.C. Milano Giardini.

Simone, che molto probabilmente entrerà nel nostro club, ci ha presentato e illustrato diverse diapositive la prima essendo una piramide alimentare vegana per una dieta vegetariana che proibisce la carne e tutti gli alimenti di origine animale, compreso il latte che dovrebbe essere solo riservato ai piccoli di animali. Infatti la filosofia vegana è contro lo sfruttamento di tutti gli animali.



La dottrina vegana è favorevole all’ambiente naturale mentre oggi invece vede l’utilizzo del 51% dei gas serra per l’allevamento, il 70% dell’acqua in agricoltura e il 50% dei cereali. La riduzione delle foreste sulla terra è enorme.



Il tenore di colesterolo negli uomini è 210 per le persone normali, 161 per i vegetariani e solo 133 per i vegani. I trigliceridi è più bassa per i vegani della media mondiale del 20% cosa che allunga la vita di 13 anni (l’enorme obesità degli americani è dovuta alla alimentazione elevata di carni).

Per le proteine è di 18/250 per la carne, 14/17 per la soya, 19/25 per i vegani e per altri alimenti variano da 13 a 21.

Il relatore ci ha poi indicato 10 miti vegani da sfatare:

1. carenza di calcio
2. non buona salute
3. perdita del peso
4. avere sempre fame
5. complicata
6. per altri prodotti
7. sono deboli
8. senza alternative
9. troppo costosa
10. magri e gracili.

**Presidente:** Giovanna Sellerio  
**Segretario:** Gabriela Dinu  
**Prefetto:** Nadia Bellezza

**Riunioni di Club**  
 Lunedì, ore 19,30 presso NH Hotel Fiera  
 Via degli Alberghi, 1 – 20017 Rho (MI)

6 febbraio 2017 – serata Simone Tomasina

Chissà se i vegani  
 a mezzanotte fissano  
 le piante,  
 al posto del frigo.

I primi 5 punti sono semplicemente sbagliati, per i punti 6 e 7 ci vuole tempo e bisogna fare sport senza problemi, per l'8 bisogna seguire una dieta bilanciata, per il 9 più si sviluppa più il costo si riduce e per il 10 non ci sono differenze rispetto alle altre classi sociali.

**QUESTA INSALATA  
 E' MORTA**



vivivegan.com

per dare da mangiare  
 a un vegano!

**AIUTACI** a fermare questa  
 violenza, mangia un sasso!



Ci sono stati poi parecchi interventi anche di critica da parte di numerosi soci ai quali il relatore ha dato a volte risposte adeguate mentre per altre ha glissato.

Soci Presenti	17
% presenze Soci	45%

**Presidente:** Giovanna Sellerio  
**Segretario:** Gabriela Dinu  
**Prefetto:** Nadia Bellezza

**Riunioni di Club**  
Lunedì, ore 19,30 presso NH Hotel Fiera  
Via degli Alberghi, 1 – 20017 Rho (MI)

**6 febbraio 2017 – serata Simone Tomasina**

Ospiti del Club 2  
Ospiti dei Soci 0  
Totale Presenze 19

**ROTARY**  
*Un'idea meravigliosa*

**CARI SOCI AMICI ED OSPITI**

Il prossimo incontro sarà presso la nostra sede:  
NH FIERA V:LE DEGLI ALBERGHI1 RHO/PERO  
USCITA SUD

argomento: DALLE PRIMAVERE ARABE AL  
CALIFFATO I CASI DI SIRIA LIBIA E IRAQ

relatore: Dr. Lorenzo Cremonesi (inviato Corriere  
della Sera )

Attendo vostre adesioni max entro venerdì mattina  
considerando che in coincidenza inizierà il MICAM  
in Fiera.

Ricordo a chi è interessato all'INTERCLUB-CENA  
MEDIEVALE presso NH di Largo Augusto con  
inizio alle ore 19,45 organizzato dal ROTARY  
MILANO GIARDINI di farmi pervenire adesioni  
entro il 15-02 (il costo per ospiti è di euro 45,00)  
Buona serata

Nadia



Cara rotariana e caro rotariano,  
UN'IDEA MERAVIGLIOSA è un libro per tutti,  
rotariani e amici, grandi e piccini.

Un libro da regalare ai propri figli e ai figli degli  
amici, per trasmettere con parole semplici il  
significato di appartenenza alla grande famiglia  
rotariana, che da sempre si prodiga per aiutare il  
prossimo.

Un libro che puoi regalare ai tuoi clienti più  
affezionati, trasmettendo il messaggio che la tua  
azienda destina parte dei suoi proventi a migliorare la  
vita delle persone.

Le nostre conquiste, la storia e i progetti, raccontati  
attraverso i meravigliosi disegni di famosi illustratori  
per l'infanzia, ricordano a ogni adulto quanto sia facile  
cambiare il mondo,  
anche solo con un'idea.

Caro Presidente, caro Segretario,  
inviamo il messaggio con le comunicazioni della  
settimana.

**DAL DISTRETTO**

**MILANO IDENTITÀ E FUTURO – 8 FEBBRAIO**  
Riportiamo di seguito l'invito del Governatore inviato  
a tutti i soci

“Carissimo/a,  
hai certamente visto la campagna fatta nelle stazioni  
della metropolitana e sui jumbo tram dell'ATM per  
promuovere la presenza del Rotary a Milano e  
sostenere lo sviluppo della città nelle sue eccellenze  
con il forum MILANO, IDENTITÀ E FUTURO,  
aperto a tutta la cittadinanza.

**Presidente:** Giovanna Sellerio  
**Segretario:** Gabriela Dinu  
**Prefetto:** Nadia Bellezza

**Riunioni di Club**  
Lunedì, ore 19,30 presso NH Hotel Fiera  
Via degli Alberghi, 1 – 20017 Rho (MI)

**6 febbraio 2017 – serata Simone Tomasina**

Il primo dei quattro appuntamenti previsti in quest'anno rotariano, da febbraio a maggio, è dedicato alla INTERNAZIONALITÀ della nostra città e si terrà

mercoledì 8 febbraio prossimo, dalle ore 18.00 alle 20.00, nella Sala Conferenze di Palazzo Reale, in Piazza del Duomo.

Conto che tu possa parteciparvi perché vorrei che noi rotariani, per primi, dimostrassimo vero e sincero interesse al futuro di Milano.

I più cordiali saluti.

PierMarco Romagnoli”

**CORSI DI PROJECT MANAGEMENT – 9 FEBBRAIO**

A seguito dei positivi commenti ricevuti in merito ai seminari già tenutisi, vi invitiamo a promuovere ulteriormente la partecipazione dei vostri soci.

L'ultimo incontro si terrà il

9 febbraio alle ore 18.00 presso SIAM Via Santa Marta 18 Milano.

Il Presidente o il Segretario o il Prefetto del Club sono pregati di registrare su GeRo (Sezione Eventi Distrettuali, Seminario Azione Professionale) i partecipanti. Le registrazioni verranno chiuse al raggiungimento del numero massimo di disponibilità della sala.

Clicca qui per i dettagli

**PRESENTAZIONE RICERCA IPSOS – 21 FEBBRAIO**

Abbiamo inviato ieri un invito ai Presidenti e alla Squadra da parte del Presidente della Commissione Distrettuale Pubblica Immagine Giuseppe Uselli per invitarli a partecipare il

21 febbraio alle ore 18.00, al SIAM in via Santa Marta 18 – Milano

ad una presentazione sui risultati condotti da IPSOS sulla percezione del Rotary da parte dei rotariani e non rotariani.

**PRESENTAZIONI DEI RELATORI AI CORSI DI PROJECT MANAGEMENT E SEMINARIO LEADERSHIP**

Tutte le presentazioni illustrate durante i corsi di Project Management e al Seminario Leadership sono disponibili in GeRo, nella sezione eventi, cliccando sull'evento interessato e poi sull'icona “Documentazione”

**RYLA 2017 – ISCRIZIONI IN SCADENZA**

Vi invitiamo a prendere visione del programma RYLA per l'anno 2017 (dall'8 al 12 marzo 2017) e, se interessati, far pervenire quanto prima la relativa modulistica qui allegata.

Il tema scelto per il Seminario RYLA (Rotary Youth Leadership Award) 2016 è “RYLA: Leadership in Azione - Oltre i Limiti che ci poniamo”.

**INTERCLUB MILANO NORD EST – 20 FEBBRAIO 2017**

Inoltriamo messaggio da parte del Rotary Club Milano Nord Est rivolto ai Club del Distretto 2041:

“Cari amici,

il nostro club Rotary Club Milano Nord Est sta' organizzando un'Interclub che si terrà lunedì 20 febbraio 2017 ore 20 presso l'Hotels NH Touring in Via Tarchetti 2 a Milano, in cui ci onorerà della sua presenza il Governatore PierMarco Romagnoli.

Portiamo alla vostra attenzione l'evento per tema e relatore di rilievo:

Tema - Progetti per le nuove abitazioni nelle zone sismiche da ricostruire.

Relatore - Prof. Architetto Marco Albin, socio del nostro club.

Ospiti della serata: il Prof. Azzone Rettore del Politecnico di Milano (impegnato nell'ambito della ricostruzione nelle zone terremotate di tre regioni italiane), che ha collaborato con il Prof. Architetto Albin - Il rappresentante della Protezione Civile della Lombardia Dottor Fabrizio Cristalli - Il vice Ministro al Tesoro con delega alla Protezione Civile Dottoressa Paola De Micheli

**Presidente:** Giovanna Sellerio  
**Segretario:** Gabriela Dinu  
**Prefetto:** Nadia Bellezza

**Riunioni di Club**  
Lunedì, ore 19,30 presso NH Hotel Fiera  
Via degli Alberghi, 1 – 20017 Rho (MI)

### 6 febbraio 2017 – serata Simone Tomasina

I club interessati ad aderire alla serata sono invitati ad prenotarsi in segreteria a Elena Agosti: elenaagosti.rotarynordest@gmail.com - Telefono 02 23951712 oppure 348 4207232”

#### DALLA COMMISSIONE TRF

Riportiamo di seguito una segnalazione da parte della Rotary Foundation:

“La Fondazione Rotary e UNESCO-IHE Institute for Water Education collaborano per affrontare la crisi idrica e dei servizi igienici nel mondo e offrono fino a 10 borse di studio per studi universitari presso il campus Delft dell'UNESCO-IHE in Olanda. La partnership mira ad aumentare il numero di professionisti in grado di progettare, pianificare e implementare soluzioni sostenibili nel settore idrico e dei servizi igienico-sanitari nelle aree in via di sviluppo. Le borse di studio, inoltre, mirano a promuovere relazioni produttive a lungo termine tra i Rotariani e i professionisti qualificati del settore igienico-sanitario delle loro comunità.

I borsisti riceveranno un Master of Science nel settore idrico e igienico-sanitario urbano, gestione idrica o scienze idriche e ingegneria. I laureati collaborano con i loro sponsor di club in un progetto della relativa area d'intervento a beneficio della loro comunità locale.

La scadenza per inoltrare le domande è il 15 giugno. Per maggiori informazioni, fare riferimento al kit della domanda e al documento con i termini e condizioni della borsa di studio.

Per eventuali domande in merito, inviare un'email a grants@rotary.org”

#### EVENTI DI CLUB

Per visualizzare in tempo reale le conviviali dei Club del Distretto **CLICCA QUI**

Consigliamo di riportare questo link sul bollettino di Club per permettere ai soci di essere sempre aggiornati su riunioni ed eventi dei Club del Distretto.

Un augurio a tutti di buon fine settimana.  
Luciano Zuffi  
Direttore Operativo

Via Canova, 19A - 20145 Milano  
Tel. +39 02 36580221  
e-mail: segreteria@rotary2041.it  
www.rotary2041.it

Cari amici,  
come rispondereste a queste domande?

- Il Rotary è simile al Lions?
- I Rotariani credono nel futuro del Rotary?
- Quanti italiani conoscono il Rotary?
- Cosa pensano gli italiani del Rotary?

Abbiamo posto questa e molte altre domande ai rotariani e agli italiani in una ricerca condotta dalla IPSOS di Nando Pagnoncelli.

I risultati sono ora disponibili e a nome del Governatore vi invito alla presentazione della ricerca il

21 febbraio alle ore 18.00,  
al SIAM in via Santa Marta 18 - Milano

Conoscerci un po' di più da vicino, sapere quale è la percezione del Rotary da parte dei non rotariani, può essere utile a rendere sempre più attuale e efficace il nostro impegno nel servire.

Non mancate!

I Presidenti, come abitualmente, possono prenotarsi accedendo a GeRo nell'evento in oggetto.

Cordiali saluti

Giuseppe Uselli  
Presidente Commissione Distrettuale Pubblica  
Immagine