

clab Studio5

N. 3 - 2013 - Pensato, scritto, fotografato, impaginato, stampato e diffuso dalla cooperativa sociale CLAB - Bolzano

N. 3 - 2013 - Ausgedacht, geschrieben, fotografiert, zusammengesetzt, gedruckt und verteilt von der Sozialgenossenschaft CLAB BZ

Una preoccupazione di base per il gli altri nella nostra vita individuale e di comunità può fare la differenza nel rendere il mondo quel posto migliore che così appassionatamente sogniamo.

Nelson Mandela



In questo numero troverete...



- attività di CLAB
- articoli di approfondimento
- articoli sui nostri interessi e passioni
- presentazione di nuovi collaboratori
- interviste

In dieser Ausgabe finden sie:

- Interviews
- Einige Artikel, um unsere und verschiedene andere Realitäten besser kennenzulernen
- Neue Mitarbeiter stellen sich vor
- Aktivitäten der CLAB
- Besondere Argumente werden aufgegriffen und vertieft

La redazione / Die Redaktion

Kurt Erschbaumer
Manuela Kofler
Donatella Margoni
Roberto Violi
Ulrich Tammerle

Concetto, testi, traduzioni sono stati curati dagli utenti CLAB. Grafica e stampa a cura dello studio grafico CLAB.

Konzept, Texte und Übersetzungen stammen von den Teil der CLAB. Grafik und Druk stammen vom Grafikstudio CLAB.

Cari lettori...

vogliamo proporvi nuovi interessanti articoli raccolti da diverse fonti.

Come nostra principale intenzione, non intendiamo tralasciare anche in questo numero, di **dar voce, a chi nella nostra società di voce ne ha poca.**

Tutti abbiamo dei pensieri, delle opinioni, delle idee, che possono animare questo giornalino.

Nei numeri precedenti il peso più grosso era quello delle interviste. Questa volta invece lasciamo nascere articoli su diversi argomenti, che sono tutti nati dalla nuova redazione, composta da Donatella, Kurt, Roberto, Ulrich e Manuela.

Come rendere il giornalino più succoso e interessante e dare una spinta in avanti?

Non è stato così facile. Ma questa è la nostra intenzione.

In questo numero c'è la novità degli articoli sportivi.

La redazione

Liebe Leser...

auch in dieser Ausgabe wollten wir Menschen eine Stimme zu geben, die sonst in unserer Gesellschaft wenig zu Wort kommen.

Als Neuigkeit haben wir einige Sportartikel, Dank der Leidenschaft eines Mitgliedes der Redaktion.

Die Redaktion



A Firenze contro la mafia

Una delegazione di CLAB alla manifestazione di LIBERA

Libera, l'associazione di Don Ciotti ha organizzato una grande manifestazione a Firenze il 16 Marzo 2013.

A questo incontro hanno partecipato 9 persone della CLAB. La partenza era prevista verso le ore 3 di mattina, e molti non sono neanche riusciti a dormire per l'entusiasmo.

Dopo 5 ore di viaggio, tra una dormitina e una chiacchierata, siamo giunti a destinazione.

Dopo esserci aggregati al corteo, abbiamo iniziato la manifestazione.

Dopo 4 ore ca. di marcia ci siamo ritrovati tutti vicino allo stadio Artemio Franchi, dove terminava il corteo. In tutto si contavano circa 150.000 persone!

Appena arrivati sul palco stavano iniziando ad elencare tutte le vittime colpite dalla mafia.

Successivamente si è tenuto il discorso di Don Luigi Ciotti, fondatore della associazione LIBERA e alla fine un'ospite speciale ha concluso la manifestazione con un piccolo concerto: è arrivata sul palco con la sua chioma rossa.. Fiorella Mannoia, che ha intrattenuto il pubblico con alcune delle sue canzoni più famose.

La manifestazione è durata circa 8 ore. Si è svolta tutta in modo molto pacifico, è stato un po' faticoso... ma alla fine ne è valsa la pena!

LIBERA è un gruppo di associazioni di cui la CLAB fa parte da 2 anni.



Manuela, Ulrike, Francesca e Giulia, che insieme a Doriana, Roberto, Luella, Amedeo, e Patrizia hanno sfilato a Firenze

Veranstaltung gegen die Mafia von LIBERA in Florenz

Heuer sind 9 Personen von der Clab nach Florenz gefahren. Es geschah der 16. März.

Sie waren in Florenz lange Zeit mit dem Umzug zufuss unterwegs.

Es sprach Don Ciotti Präsident von Libera, und unter anderem sang bei einem kleinen Konzert Fiorella

Mannoia.

Insgesamt nahmen an der Veranstaltung 150.000 Personen teil.

Wir von der Clab sind schon seit schon seit ca. 2 Jahren als Verein Mitglieder von LIBERA.

Progetto SET Reality a Lisbona

CLAB si fa conoscere in Europa

CLAB è stata invitata a partecipare al progetto di scambio di buone pratiche tra imprese sociali di Austria, Grecia, Turchia, Portogallo, Romania, Estonia e Inghilterra. L'incontro si è tenuto in aprile 2013 a Lisbona. In tutta l'Europa ci sono grandi ammirazione e interesse per il modello italiano della cooperazione sociale, all'avanguardia nel mondo.



La presidente CLAB Francesca Peruz con alcuni partecipanti al progetto

Esperienze di Viaggio • Reiseerfahrungen

di / von Donatella

Assisi

Questa volta la mia fede mi ha portata a fare un viaggio ad Assisi.

Ci sono rimasta per 3 giorni, ad aprile, ed eravamo una trentina di persone.

Il viaggio è stato faticoso, ma ne è valsa la pena. Per un incidente sull'autostrada il viaggio si è prolungato di 4 ore, che però ho vissuto molto bene assieme ai miei amici, nonostante i dolori ed i disagi. Ero molto contenta di stare in compagnia di queste persone. Per questo ringrazio molto l'associazione UNITALSI che organizza dei viaggi molto piacevoli.

Questi viaggi fanno sì che possa condividere con gli altri la mia situazione. E questo mi dà molto.

Quando abbiamo visitato la chiesa di san Francesco, purtroppo per una barriera architettonica non ho potuto visitare la sua tomba.

Il nuovo papa Francesco I

Abbiamo seguito con trepidazione ed emozione le elezioni del nuovo Papa, eletto il 13.03.2013 alle ore 19:06. Per due membri della redazione era la prima volta che seguivano in diretta l'attesa della fumata bianca. Tra i membri della redazione ci sono alcuni credenti che hanno vissuto con trepidazione ed emozione questo evento.

Ci teniamo a scrivere questo articolo, perché il nuovo papa ci ha colpito in modo molto positivo.

Ci è piaciuto il fatto che era commosso quando ha nominato il precedente Papa Josef Ratzinger.

Siamo stati colpiti anche dalla sua grande umiltà.

Non ci aspettavamo che ci facesse pregare già alla sua prima apparizione. Nemmeno ci saremmo aspettati un papa di origine argentina e Gesuita. Inoltre è molto appassionato di calcio e tiene per il S. Lorenzo, che è una squadra argentina.

Non vedevamo l'ora della fumata bianca, che è arrivata molto presto, prima del previsto.

Questo papa ha deciso di chiamarsi Francesco. È una grande novità per la chiesa. Segno di sostentamento per la popolazione più povera. Nel suo paese usava la bicicletta per spostarsi.

Il suo anno di nascita è il 1936. È una venerabile età. Però sa portare i suoi anni molto bene.

Anche il nostro vescovo Muser è concorde sul fatto che questo papa sia in tutto all'altezza del suo compito. E questo con i tempi che corrono non è di certo una passeggiata. Non lo è nemmeno per chi copre ruoli di poca responsabilità.

Noi come credenti auguriamo al nuovo papa di riuscire al meglio nei suoi intenti di pastore della chiesa, e di poterci riunire in una fede più viva.

Tutto sommato sono tornata a casa contenta e soddisfatta, e con dei bei ricordi.

Die Fahrt nach Assisi war anstrengend, aber es hat sich gelohnt.

Leider konnte ich in der Kirche, die dem heiligen Franziskus geweiht ist, nicht sein Grab besichtigen, weil es zu viele architektonische Hürden gab.

Zum Schluss bin ich aber mit sehr schönen Erinnerungen nach Hause angekommen.

Lourdes

Vado volentieri a Lourdes per la mia fede. Questa mi dà la forza di affrontare il quotidiano, e di superare con coraggio le difficoltà che mi si presentano.

Vado a Lourdes già dal 1989 con l'associazione UNITALSI.

Ho conosciuto questa associazione in un momento difficile della mia vita, e questo mi ha aiutato molto.

Ogni volta che vado a Lourdes la mia fede si rafforza.

In questa esperienza ho fatto molte amicizie. Sono persone che vedo spesso e volentieri.

Con l'UNITALSI vado anche a visitare altri luoghi.

Quando vado a Lourdes, vedo altre persone che soffrono più di me, e così trovo più forza per portare la mia croce.

Ich fahre aus Glaubensgründen gerne nach Lourdes. Werde vom Verein UNITALSI begleitet. **Durch diese Erfahrungen habe ich viele Menschen kennengelernt.**

Ich trage mein Kreuz leichter, wenn ich sehe, dass es andere Menschen gibt, die mehr leiden als ich.



Ulrich der Läufer • Ulrich il corridore

Habe vor ca. 10 Jahren mit dem Laufen begonnen. Bis jetzt konnte ich 6 Dorfläufe gewinnen. Ich trainiere 2 Mal die Woche von 19Uhr bis 20Uhr, auf dem Sportplatz. Da laufe ich 6 Km. Zur Zeit fühle ich mich in Form. Meine Sportgruppe ist der SV- Mölten- Raiffeisen. Im Frühling haben die Dorfläufe wieder begonnen. Meinen ersten Lauf habe ich im Pustertal gehabt, in Oberwielenbach. Dort erlebte ich bereits meinen ersten Sieg.



Ho iniziato lo sport circa 10 anni fa, su consiglio del dottor Regele che mi ha invece sconsigliato il calcio che per me era troppo violento.

Corro volentieri, perché fa bene alla salute. Quando vinco una medaglia sono molto contento.

Spero di poter praticare questo sport per ancora molto tempo. Fino ad ora ho vinto 6 gare di paese.

Mi alleno per 2 volte la settimana, dalle ore 19 alle ore

20, sul campo sportivo, del paese. Qui corro 6 Km. In questo periodo mi sento in forma.

Il mio gruppo sportivo è l' SV-Mölten- Raiffeisen.

A primavera hanno iniziato di nuovo le gare di paese.

La mia prima gara si è tenuta in Val Pusteria a Oberwielenbach. Lì sono anche salito sul gradino più alto del podio per la prima volta.

Ulrich Tammerle

Don@tella#computer

È da tanto tempo che avevo **il desiderio di imparare ad usare il computer**. Finalmente questo si è potuto concretizzare. Ho incominciato a fare il primo corso di computer ad ottobre dello scorso anno. È durato fino a dicembre. Ero subito contenta e soddisfatta.

Quest'anno il corso è iniziato in gennaio e dura fino a giugno. È un bella esperienza. Il gruppo è composto da 7 persone, con le quali mi trovo bene.

Ho incominciato con i disegni e ad usare il mouse.

Ho appreso le nozioni base. E già mi sono appassionata.

Ora spero di continuare, e di possedere presto un mio PC o laptop, per fare più esperienza e mettere in pratica ciò che ho imparato.

Più vado avanti con il corso, più diventa entusiasmante.



Habe eine neues Hobby, den Computer, seitdem ich einen Kurs besuche. Schon die ersten Tage vom Kurs haben mir viel Freude gebracht.

Ich habe den Traum früher oder später einen Laptop zu besitzen.

L'esperienza di "Lessi"

**Un'esperienza di lavoro nel dopoguerra a Bronzolo- Bassa Atesina.
Il racconto di Alessio Erschbaumer, conosciuto come Lessi.**



Mio padre mi ha raccontato spesso delle sue prime esperienze di lavoro, che mi hanno colpito in modo tale che ho pensato di scrivere questo articolo

Lessi ha incominciato molto giovane a provvedere all'aiuto e al sostentamento della propria famiglia.

A 13 anni incomincia a lavorare durante le vacanze di scuola presso la ditta Thomsen. Qui lavora nelle campagne a raccogliere mele, vendemmiare, e fare altri lavori manuali.

A 15 anni incomincia a lavorare nelle cave del paese. Presso queste resta occupato per ben 16 anni.

La sua mansione era quella di cubettista. Praticamente colui che dava forma ai famosi sanpietrini.

In quel luogo rappresentava il lavoro meno pesante. Molti altri per esempio erano occupati a scavare la pietra e procurare la materia prima, il porfido.

Le cave nei dintorni del paese occupavano circa 150 persone. Ed un numero ancora maggiore lavorava nelle

campagne. Erano le due principali occupazioni.

La gente lavorava molte ore, facendo grandi fatiche fisiche.

La strada per raggiungere il posto di lavoro era tutta in salita. Lessi ci impiegava ½ ora camminando velocemente. Quelli che avevano oltrepassato i 40 anni di età ci impiegavano praticamente il doppio del tempo. Allora l'aspettativa di vita era molto inferiore a quella di oggi.

Durante la pausa pranzo gli operai usavano fare una pennichella per terra con una vecchia coperta.

L'assunzione di cibo era molto modesta. L'obesità era praticamente assente in questa fascia di popolazione.

Lessi con la sua statura di 175 cm pesava soltanto 60 kg.

Nel dopolavoro si usava raccogliere la legna che era fonte di energia primaria per riscaldare e per cucinare. Vita pesante, ma anche soddisfacente.

Kurt Erschbaumer

Arbeitserfahrung in der Nachkriegszeit

von Alessio Erschbaumer, als Lessi bekannt.

Mein Vater Alessio hat mir oft von seinen Arbeitserfahrungen erzählt. Und das hat mich so beeindruckt, dass ich gedacht habe einen kurzen Artikel darüber zu schreiben.

Lessi hat im jungen Alter begonnen für seine Familie zu sorgen.

Nach verschiedene Arbeiten da und dort begann er im Pophyrsteinbruch zu arbeiten, und blieb dort 16 Jahre lang tätig. Zu jener Zeit waren in den Steinbrüchen

von Branzoll ca. 150 Personen beschäftigt.

Im Spezifischen war die Aufgabe von Lessi dem Porphy die Form eines Würfels zu geben, wie sie noch häufig auf unseren Strassen und Gehsteigen zu sehen sind.

Um den Arbeitsplatz zu erreichen, ging er ca. ½ zufuss Bergauf. Er war sehr flott unterwegs, denn diejenigen die etwas älter als 40 waren brauchten für den gleichen Weg das doppelte.

Nach der Arbeit wurde oft noch Holz gesammelt.

Ja, eine hartes aber freudereiches Leben.

I nostri farmaci

Non possiamo più pensare un mondo senza farmaci. Ormai in ogni campo della medicina e per ogni malessere esistono i relativi farmaci.

In generale i farmaci sono ben accetti dalla popolazione. Però c'è ancora abbastanza scetticismo per quanto riguarda i farmaci per la psiche, o meglio dire, il nostro cervello. In tal caso il cervello deve essere visto come un organo, come tutti gli altri. Anche se svolge la funzione principale per tutto il nostro organismo, per tutto il nostro corpo.

È importante fidarsi della loro efficacia. Purtroppo gli effetti collaterali sono ancora molto palpabili, ma bisogna considerare che è un male necessario. In molti casi è meglio essere sedati e sentire come un piccolo freno, piuttosto che avere certi disturbi, che sono molto più dolorosi.

Pensando in questo modo, e ciò è alla meno peggio, si riescono ad accettare i psicofarmaci. Vedi il cervello



come il cuore, come i polmoni, come i reni, o come qualunque altro organo. E questo aiuta ad accettare la debolezza muscolare, la stanchezza, in parte anche la diminuita capacità di usare il pensiero. Si può pensare meno ma nel contempo meglio.

Naturalmente ogni tipo di farmaco va prescritto da un medico specialista. Il fai da te in certi casi può essere una cosa molto pericolosa.

Intanto cerchiamo di apprezzare ciò che è stato raggiunto nel campo della medicina, e di accontentarci degli obiettivi fino ad ora raggiunti.

Wissenschaftliche Errungenschaften in der Medizin

Wir können die Medikamente von unserer Welt nicht mehr wegdenken.

Hier schreiben wir im Spezifischen von den Psychopharmaka. Sie können hilfreich sein, auch wenn sie zum Teil noch sehr viele unerwünschte

Nebenwirkungen mit sich tragen. In solchen Fällen sollen wir uns über die positiven Wirkungen konzentrieren können, und unser Gehirn wie ein jedes andere Organ betrachten, damit wir diese Medizinien viel besser akzeptieren können.

Che rapporto hai con i farmaci per la psiche?

Tengo a precisare che il mio desiderio è, e rimarrà quello di poterli ridurre o addirittura eliminare.

Però ho imparato nella mia lunga esperienza, che questi farmaci rimangono comunque molto utili.

Non eliminano del tutto certi sintomi, però sono da considerare come una stampella. In passato ho spesso tentato di eliminarli, con delle sorprese mai piacevoli. Per questo ora li prendo volentieri e sono contento che esistano.

Sono arrivato a capire e ad accettare che i cambiamenti sulla dose e qualunque altro cambiamento va concordato sempre con il medico incaricato.

I sintomi indesiderati, come lo stato di eccessiva stanchezza per l'effetto sedativo che spesso può comparire, va comunque discusso con il dottore, con il quale si può arrivare ad un compromesso che permetta di rimanere abbastanza svegli, se necessario.

Questi sintomi indesiderati, che possono essere di varia natura, vanno comunque visti come la situazione "meno peggio".

I medicinali per la psiche hanno comunque conosciuto dei progressi in questi ultimi anni. Ora sono "meno forti" di quelli usati tempo addietro.

Personalmente, e in generale, non mi vergogno di dire che uso dei psicofarmaci. In effetti non c'è nulla di cui vergognarsi. Non ho deciso io, di avere una malattia psichica. Come per esempio ci sono persone che non hanno mai fumato, e si sono controllate in tutto, e contraggono ugualmente una malattia grave come il cancro.

Purtroppo è ancora diffuso lo stigma del malato psichico, che viene considerato "non normale".

Qui porrei la domanda, chi può dire di sentirsi veramente "normale"?

(Anonimo)

Welches Verhältnis habe ich mit meinen Medikamenten (Psychopharmaka)?

Am Anfang habe ich einige Zeit warten müssen bis mein Organismus daran gewöhnt war. Leider spürte ich die Nebenwirkungen sofort. Nach 1-2 Monaten, als diese Medizinien wirkten, fühlte ich mich besser, und die Nebenwirkungen liessen nach.

Ich nehme die Medikamente weil ich Humorschwankungen, wie

Angstzustände und Depressionen unter Kontrolle zu halten habe.

Zur Zeit bin ich stabil, und habe Freude am Leben, weil ich die kleinen Dinge des Lebens genießen kann. Bin deshalb froh, dass es diese Medikamente gibt.

(Anonym)

La pagina dello sport

Roberto Violi, membro della redazione, è un grande appassionato di motori. Questo dall'età di 9 anni. Nel 1998 Roberto diventa tifoso del pilota Hakkinen, che lo colpisce per la sua freddezza alla guida. **Roberto ha provato una forte emozione nella gara del Belgio.** Qui la sua passione si è accesa in modo definitivo. Spesso e volentieri ci racconta le gare e gli episodi appena vissuti. Per questo motivo la redazione ha deciso, di dedicare una pagina allo sport dei motori. Roberto ci ha dato gli spunti necessari per inserire nel giornalino alcuni momenti salienti dei recenti mondiali di Formula1 e della Moto GP.

In unserer Redaktion ist auch Roberto tätig, welcher schon seit Jahren eine sehr große Leidenschaft für den Motorsport hat. Daher kamen wir auf die Idee 2 Artikel über die rezenten Weltcuprennen zu schreiben, welche am meisten beeindruckt haben.

Mondiale F1 2012

Nella prima gara la Ferrari era poco competitiva. Invece nella seconda gara, grazie alla bravura di Alonso sul bagnato, vince la gara nonostante la macchina sia inferiore alle concorrenti.

All'8ª gara Alonso compie una strepitosa rimonta sul circuito cittadino di Valencia, dove i sorpassi sono molto difficili. Nella 17ª gara Vettel rivale di Alonso, compie una rimonta partendo dai box, arrivando terzo sul circuito di Abu Dhabi.

L'ultima gara, come di consueto è stata seguita da molta gente, dove i due rivali che si sono contesi il mondiale, hanno lottato sotto la pioggia fino alla fine. Nella classifica piloti, alla fine Vettel ha avuto la meglio su Alonso per pochi punti.



Moto GP 2009

La prima gara è stata posticipata per condizioni meteo proibitive.

Nella gara posticipata il giorno seguente vince la Ducati di Stoner.

Dalla seconda gara sono emersi i 3 piloti che si sono poi contesi il mondiale, Rossi, Lorenzo e Stoner.

Nella gara di Barcellona i due piloti a contendersi la vittoria, Rossi e Lorenzo, hanno lottato fino all'ultima curva, dove Rossi ha avuto la meglio sul rivale Lorenzo. Solo in alcune gare sono venuti fuori piloti come Pedrosa e Stoner, che hanno tolto dei punti preziosi ai due leader del mondiale. Nella penultima gara svoltasi in Malesia vince Rossi. Per un errore del box Yamaha, Lorenzo è stato costretto a partire dall'ultima posizione. Ciò gli ha impedito di vincere il mondiale, nonostante una grande rimonta.

Questo mondiale lo vince Rossi con una gara di anticipo.





Ulrike Groschupf

Ti puoi presentare brevemente?

Sono una rilegatrice e vengo dalla Germania. Ho una figlia di 6 anni, Patrizia, con me nella foto.

La mia passione sono le lingue e rilegare libri. Parlo tedesco, italiano, inglese e un po' anche il rumeno.

Quale è stata la tua prima impressione della Clab?

Ho trovato che sia un bel luogo, e un bel modo di vivere in comunità. Anche perché c'è molto rispetto tra le persone. Ognuno può mantenere la propria identità.

Mi piace come i problemi vengono affrontati assieme, il che è una bella chance per tutti, per tirare fuori le proprie qualità.

Hai fatto già esperienze di questo tipo?

Sì, in Germania.

Mi interessa molto la dinamica positiva del gruppo, perché nel gruppo ognuno può tirare fuori il meglio di sé.



Margareth Gasser

Würdest du dich bitte kurz vorstellen?

Bin Margereth aus Jenesen, und 37 Jahre alt.

Wie kommst du mit der Arbeit und den Kollegen zurecht?

Ich komme mit den Kollegen gut aus.

Wo hast du vor der Clab gearbeitet?

Habe früher im Kindergarten in Jenesen gearbeitet.

Addio Michela. Addio Isabella. Ci mancherete.



un anno con | ein Jahr mit

clab



febbraio | Februar 2013
Irene Beltrame (LUB): vetrina per CLAB



gennaio | Januar 2013
**Besuches der Expertenkommission
des Bayerischen Staatsministeriums**



aprile | April 2013
**Premiazione concorso per Bolzano
capitale della cultura 2019**



marzo | März 2013
Festa delle donne



aprile | April 2013
Convegno nazionale origami



maggio | Mai 2013
"21": mostra | Ausstellung Mardi Gras



estate | Sommer 2013
Progetto | Projekt Coopcup



settembre | September 2013
Visite assessori Theiner e Tommasini



ottobre | Oktober 2013
kusudamania @ koncoop.bz



settembre | September 2013
**Pizza tutti insieme | alle zusammen
zum Pizzaessen**



dicembre | Dezember 2013
St. Nikolaus!



novembre | November 2013
Bei Gärtnerei Schullian



■ La cooperativa sociale CLAB ha ricevuto il marchio „Donazioni Sicure“. Il marchio è stato con-
to a Francesca Peruz dai rappresentanti delle Federazioni che gestiscono il sistema „Donazioni S

2013
**Certificazione
Donazioni Sicure | Sicher Spenden**

**Aiutaci a mantenere vivo il nostro sogno!
Unterstützen Sie unser Sozialprojekt!**
IBAN:IT38 D0808111604000311001437

Seguici anche su Facebook! Chiedi l'amicizia a "Clab Coopsociale"
Il nostro blog: <http://www.clabcooperativasociale.blogspot.it/>
Il nostro sito internet: www.clab.bz.it