

**Stelle a 4 zampe**  
 TUTTO PER I VOSTRI AMICI ANIMALI  
 Accessori Mangini  
 Prodotti Igiene  
 Prodotti per la cura  
**NEW! Toelettatura**  
**X TUTTI GLI ANIMALI DOMESTICI**  
 Via Crispi, 1 Ficarazzi  
 (Angolo Via Padre La Rocca)  
 Cell. 340.8574279




Nella piccola frazione di Porticello, a Santa Flavia, un gruppo di giovani ha dato vita alla prima libreria di strada in Sicilia sulle orme delle "Little Free Library", fondata negli Stati Uniti nel 2009, su una idea di Todd Bol di Hudson nel Wisconsin.

L'idea è quella di creare una libreria artigianale e posizionarla in strada al passaggio della gente. Al suo interno ci sono dei libri di generi diversi che possono essere letti, portati via e riportati, do-

## FREE LIBRARY a Porticello

nati. Una libreria in movimento. Si possono anche riunire diverse persone per far nascere gruppi di lettura dei libri presenti. Lo scopo è quello di una relazione sociale in cui persone scambiano idee e libri, si incontrano per leggere e scambiarsi opinioni; una relazione culturale perchè leggere è cultura; uno scambio intergenerazionale e di integrazione. Attorno alla libreria di strada possono scambiarsi idee e letture persone con diverse età, ma che hanno in comune l'amore per la lettura ed i libri. Una libreria di strada si basa soprattutto sull'amore per la lettura ed il libro. Puoi leggere sul posto il libro che prendi oppure puoi prenderlo e portarlo via con l'impegno di riportarlo. Puoi donare i tuoi libri per dare modo ad altri di leggere. Il motto è molto semplice e diretto: **'Take a book - Return a book'** **'Prendi un libro - Riporta un libro'**.

La speranza di questi ragazzi è che in Sicilia possano nascere altre realtà come Porticello e che l'amore per i libri e la lettura possa spingere la Little Free Library ha coinvolgere un sempre maggiore numero di fruitori.

## Un defibrillatore per il palazzetto sportivo di Ficarazzi

**E' stato donato dal Sindaco Paolo Martorana con la sua indennità di carica**

La legge impone alle associazioni sportive o altri enti che praticano attivamente sport anche a livello amatoriale di dotarsi di una unità di defibrillazione e di un responsabile che lo sappia usare, durante le attività di allenamento e di gara. Per questo motivo la Asd Volley Città di Ficarazzi aveva indetto un sorteggio tra amici e familiari delle atlete per arrivare alla quota di acquisto dell'attrezzatura.

Una gara di solidarietà per dotare il palazzetto dello sport del defibrillatore, strumento utile e salvavita in attesa dei soccorsi quando si è in presenza di un arresto cardiaco. Il fine della legge era appunto



quello di garantire un soccorso immediato in caso di crisi cardiaca che risulta salvavita se praticata entro pochi secondi. L'amministrazione comunale ha aderito alla gara di solidarietà ed il sindaco, avv. Paolo Martorana ha messo a disposizione la sua indennità di carica

per l'acquisto del defibrillatore.

Un gesto per essere vicino alle realtà sportive che soffrono la crisi economica e che difficilmente avrebbero potuto procedere all'acquisto da sole. Ora le associazioni e gli eventi all'interno del palazzetto comunale avranno il defibrillatore e, oltre ad aver rispettato la legge, una sicurezza maggiore.

## La Libreria di strada la vogliamo anche a Ficarazzi.

L'iniziativa della Free Library è da sposare. Per questo Ecosicilia e MSA Alleanza Sociale stanno costruendo la nicchia che ospiterà i libri e la sistemano presso la Piazza Padre Pio. Un luogo centrale e facilmente raggiungibile, ma anche simbolo di degrado sociale. Una libreria da strada aperta a tutti e che ha lo scopo di rendere fruibile la cultura del libro ai ragazzi e attenzione sulla situazione della piazza.

Si spera che in primavera possa essere inaugurata la nuova libreria, magari con una festa.

**Puoi approfondire tutte le tematiche sul sito internet: [www.ecosicilia.it](http://www.ecosicilia.it)**

Collegati anche con i tuoi dispositivi mobili. Il sito è ottimizzato per cellulari e tablet.

**EcoSicilia.it**  
 Un sito internet che parla di ecologia, ambiente, volontariato e benessere. Ecosicilia.it vuole essere il punto di riferimento per coloro che amano questa stupenda isola e ne vogliono scoprire la bellezza.



**www.ecosicilia.it**  
 Associazione di tutela ambientale e di solidarietà nata con lo scopo di vivere meglio e riscoprire la natura senza lasciare indietro nessuno.

**EXTRA**  
 PORTE E FINESTRE  
**SERRAMENTI IN PVC**  
 con la detrazione fiscale RISPARMI il 65%

- PORTE BLINDATE
- PORTE IN LEGNO
- PORTE SCORREVOLI
- PORTE STAMPATE
- PORTE LACCATE



Seguici su EXTRA PORTE E FINESTRE

Esposizione: Via Celsi, 65/A FICARAZZI  
 Contatti: tel. 091.7486669 - cell. 334.5026667

**SALVATORE MILITELLO**  
 PARRUCCHIERE

Rinnova il tuo LOOK



Via Alongi, 16 Ficarazzi  
 Tel. 393.9752399

## Parte la macchina della solidarietà a Palermo.

Raccolti in pochi giorni migliaia di euro. La sfida è dare alla Ex Fonderia Basile la dignità di laboratorio artigianale per gli ultimi. Una valanga di solidarietà che sta muovendo la società civile.

Palermo si è mobilitata per la Missione di Speranza e Carità di Biagio Conte. Il laico francescano aveva



cominciato lo sciopero della fame dopo che la Fonderia Basile dove erano sorti i laboratori artigianali della Missione erano stati messi in asta e venduti a privati. Dopo diversi giorni di digiuno che hanno messo a dura prova la resistenza di Biagio Conte gli imprenditori di Partinico che si erano aggiudicati il bene all'asta hanno voluto incontrarlo e hanno deciso di rivendere il bene alla Missione per la stessa cifra di acquisto e hanno pure fatto una donazione.

Dopo l'annuncio di Bonetti e Cannone, i due imprenditori di Partinico che avevano acquistato all'asta la Fonderia, Biagio Conte ha sospeso lo sciopero della fame e si è messo all'opera per trovare i fondi per pagare i 164 mila euro ai proprie-

tari. E qui che Palermo si è messa in moto per donare alla Missione anche un solo euro. Le manifestazioni di solidarietà non sono mancate.

Via Archirafi, sede della Missione, è un via vai di gente che dona. Molti hanno preferito i canali telematici per le donazioni. Anche diversi istituti scolastici e molte associazioni si sono mobilitate per crescere la rete di solidarietà attorno a Biagio Conte. Gli istituti alberghieri hanno fatto una enorme torta e venduto le fettine. Il ricavato sarà devoluto alla missione.

Altra buona notizia per la Missione è la firma alla Regione della concessione della Ex caserma aeronautica di via Decollati che ospita attualmente oltre 800 immigrati con un canone di affitto di circa duecento euro l'anno. Una cifra irrisoria che pone fine al lungo e travagliato iter burocratico per l'uso di questi locali da parte della Missione di Carità.

## NO Trivelle



Il governo di Renzi ha dato il via libera al referendum contro le trivellazioni in Italia fortemente voluto dalle Regioni e da tutte le associazioni ambientaliste. Il governo sembra sperare che il referendum non arrivi al quorum richiesto del 50 % degli aventi diritto per affondare il quesito referendario.

Per questo motivo le associazione e i promotori referendari sperano in una campagna referendaria diffusa mediante la rete ed i social e dai tanti comitati spontanei che nascono in questi giorni in tutta Italia.

Si tenta di evitare che gli elettori votino e si stanno bruciando centinaia di milioni di euro per fare una tornata elettorale singola per il referendum e non accoppiarla alle elezioni amministrative già in programma.

Una scelta del governo che così punta all'astensionismo per evitare il risultato del referendum. Noi di Ecosicilia siamo per il NO alle TRIVELLE e per un futuro basato su energie alternative e pulite. Basta con le energie fossili che sono troppo inquinanti per il pianeta.

La nostra associazione sarà in prima linea per il Si al referendum e saremo presenti nel territorio con gazebo e materiale informativo. Saremo parte attiva della campagna referendaria per il Si perchè è in gioco il nostro territorio e l'ambiente che ci circonda.

In questa battaglia ci sentiamo vicini ai Gruppi di Ricerca Ecologica che, come noi, hanno a cuore questo referendum.



IL CHIOSCO DA  
**SANSONE**  
 CAFFETTERIA & GELATERIA

Via B. Mattarella, 46, Bagheria  
 info 331 9082497 - 333 2027752

La SICILIA è la culla della conservazione del tonno. Grazie all'ingegno di imprenditori siciliani il mondo può gustare la conserva di tonno tutto l'anno.

## Una antica ricetta per conservare il TONNO

*Favignana è l'isola dove ho vissuto fino ai miei quattordici anni. Poi mi sono trasferita a Trapani e a Palermo per studiare, ma la casa paterna è sempre lì ad aspettarmi nella stagione estiva. I favignanesi sono molto bravi nel cucinare e conservare il tonno e, questa, è una ricetta che ho appreso dalla mia gemella Margherita.*



Comprare dei pezzi di tonno fresco da 600-700g ( è importante il peso perchè altrimenti verrebbe o troppo o poco salato ).

Il taglio consigliato è filetto o curiddra bianca. Metterlo a bagno in una insalatiera con acqua ed un bel pugno di sale per almeno tre ore. Trascorso questo tempo, in una grossa pentola mettere acqua, tonno ben sgocciolato e 110 g di sale ogni litro di acqua che si è messa in pentola. Portare sul fuoco e, da quando

bolle, cuocere 40 minuti. Scolarlo su di un colapasta e porlo, quando è freddo, in frigorifero anche per tutta la notte: deve essere ben asciutto.

Tagliarlo a pezzettoni abbastanza grossi e invasare spingendo il più possibile (per risparmiare olio ). Io metto in barattoli da 250g alcuni pezzi di tonno, olio di oliva, altri pezzi.. ancora olio... l'importante è che il tonno sia ben coperto di olio e non fuoriescono dei pezzetti. Chiudere con i coperchi e metterli in un largo tegame avvolti da strofinacci (per evitare che si tocchino durante la bollitura): riempire il tegame di acqua e, dalla bollitura, calcolare 40 minuti di tempo. Alla fine, non toccare i barattoli dentro il tegame, ma aspettare il completo raffreddamento. Consumarli dopo un mesetto circa. Io, non avendo messo all'inizio un pugno eccessivo di sale nell'acqua, mi sono pappata il tonno dopo pochi giorni. Se si fa il tonno in questo modo, non si riesce più a mangiare quello comprato nelle scatolette. Ottimo è servito come antipasto (per gli ospiti di riguardo, non certo ai primi che capitano ) o usato per condire gli spaghetti con un semplice soffritto di aglio e prezzemolo.

**TRATTO DAL BLOG: Panza&Presenza**



### Due siciliani vincono al Carnevale di Venezia

Hanno portato nella laguna di Venezia i colori dei carretti siciliani indossando abiti di carnevale che ne ricordano i fasti. Due siciliani, uno di Scicli e uno di Ragusa, hanno scelto il tema del carretto siciliano per creare due abiti in velluto rosso molto belli e suggestivi che usano nastri, specchietti, borchie e pennacchi colorati. Due abiti che richiamano i sfarzi del carretto siciliano e della decorazione del cavallo di traino. I due siciliani hanno vinto il concorso "La Maschera più a tema" del Carnevale di Venezia famoso in tutto il mondo.

**EcoSicilia.it**

### Oratorio S. Onofrio a Palermo



L'iniziativa è promossa dall'associazione La carovana degli artisti nell'ambito del progetto Zyz-Palermo Splendente. L'obiettivo è duplice: far conoscere ai cittadini chiese poco conosciute e valorizzare l'attività delle confraternite che nei quartieri storici operano a livello sociale. «Vogliamo far conoscere il nostro patrimonio folkloristico».

Restituire alla città un sito di interesse artistico-culturale e saldare rapporti più stretti con le confraternite che del monumento è gestore. Per fare conoscere quel che questi gruppi religiosi realizzano sul piano sociale nel quartiere. Questo il segno che contraddistingue la riapertura al pubblico a partire da domani dell'oratorio di Sant'Onofrio, a Palermo, promossa dall'associazione La carovana degli artisti, nell'ambito del progetto Zyz-Palermo Splendente. Un percorso che in due mesi ha promosso visite guidate in altre due chiese del capoluogo: Maria Santissima degli Agonizzanti e San Matteo. Adesso è la volta di Sant'Onofrio pilusu, il santo a cui le donne si raccomandavano per trovare marito, e all'oratorio cinquecentesco a lui dedicato nell'omonima piazza alle spalle dell'area Quaroni.

«Non si tratta di una vera e propria riapertura perché la chiesa è già aperta e di proprietà della compagnia di sant'Onofrio Re Eremita - racconta a MeridioNews Gianluca Pipitò, vicepresidente dell'associazione La carovana degli artisti -. Noi abbiamo chiuso un accordo per la restituzione al pubblico dell'oratorio. La confraternite ci danno la disponibilità per realizzare visite guidate ed eventi culturali, mentre noi le coinvolgiamo e le sosteniamo nelle attività sociali sul territorio. Sono una risorsa storica e culturale ma anche attiva».

**GAETANO PASSARELLO**  
VENDITA RICAMBI ELETTRODOMESTICI

VENDITA RICAMBI E ACCESSORI ORIGINALI PER  
**BIMBY E FOLLETO**

RIPARAZIONI ELETTRODOMESTICI E TV  
RIPARAZIONI E MONTAGGIO  
ANTENNE VIA SATELLITE

Via XX Settembre, 48 (Piazza Indipendenza), Bagheria  
info 091 904387 - 333 1793412

**OFFERTA**  
STREPITOSA

**GRAFICO A DOMICILIO**  
per curare la Vs Immagine aziendale

utilizzando le migliori aziende di stampa italiane.

GRAFICA PER STAMPA TIPOGRAFICA, SERIGRAFIA  
STAMPA PER ESERCIZIO E GRANDE PORNIA  
SMB INTERNET E SERVIZI DI MAIL

**Info al 393.5154113**

**SALVATORE MILITELLO**  
PARRUCCHIERE

Rinnova  
il tuo  
**LOOK**



Via Alongi, 16 Ficarazzi  
Tel. 393.9752399

**COMPRA SOLO  
ARANCE SICILIANE!  
SOSTIENI L'ECONOMIA ITALIANA**

**AIUTA GLI AGRICOLTORI  
ITALIANI  
MANGIA PRODOTTI SANI**

**#COMPRAITALIANO**

**f LEGA DELLA TERRA**



**LEGA DELLA TERRA**

# Il Grano Antico: un amore riscoperto

La volontà di alcuni agricoltori di produrre il grano antico per un ritorno alla biodiversità e ad una agricoltura bioetica, priva di veleni e chimica.



le sostanze nutritive ne fanno un prodotto indicato per uno stile di vita sano e consapevole. Si chiama agricoltura bioetica perchè segue il naturale svolgersi delle fasi di produzione puntando su concimi naturali e stimolando la natura a proteggersi da sola. Un equilibrio naturale che rende il grano finale un' autentica delizia per il palato.

I prodotti agricoli di oggi sono condizionati dalle multinazionali che controllano la produzione e la commercializzazione fino all'utente finale. Le grandi imprese hanno lo scopo del profitto portando ai margini la qualità e il rispetto per l'ambiente.

Per questo i grani antichi che sono rimasti immutati nel tempo rappresentano una riscoperta del sapore e della biodiversità. La loro produzione è una benedizione del territorio e l'uso in cucina di questo grano è un vantaggio non solo nel sapore, ma anche nella salute.

Un grano privo di residui chimici perchè coltivato senza l'utilizzo di fitofarmaci e veleni in tutta la fase della vita della pianta. Oltre a questo, il giusto equilibrio del-

Il costo è ovviamente più elevato. Al consumatore finale potrebbe sembrare proibitivo. In realtà è un delicato equilibrio che remunera il coltivatore e la filiera di produzione. Il fatto di rendere pubblico il costo di ogni passaggio da l'idea che acquistando un kg di farina biologica e prodotta da grani antichi è economicamente conveniente se si considera il ritorno ad un' agricoltura di qualità e priva di modifiche delle sementi in laboratorio.

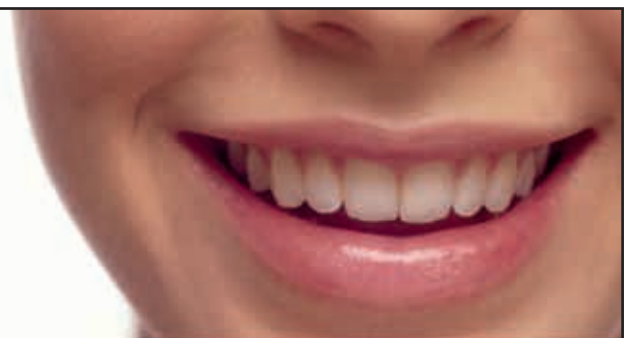
Le caratteristiche chimiche dei grani antichi sono ben diversi da quelli di oggi. Basti dare un'occhiata alla quantità di glutine e ai carboidrati presenti. Nella farina di grano antico possono essere ben quattro volte meno. Un segnale che fa pensare al legame tra agricoltura e salute.

## La modifica genetica del grano per l'industria del pane



La modificazione genetica del grano è avvenuta dopo gli anni sessanta per ottenere una varietà di grano che rispondesse meglio al mercato. In questo senso si è lavorato in laboratorio per creare sementi che producessero una pianta più bassa e con più chicchi nella spiga. Un accorgimento per permettere alle macchine raccogliatrici di lavorare più velocemente nella raccolta. Una spiga con più chicchi ha aumentato notevolmente la produzione per ettaro di terreno.

Altro punto su cui si è lavorato in laboratorio per la modifica genetica del grano è la sua quantità di glutine. La panificazione industriale ed i ritmi di produzione nei panifici ha reso necessario un alto contenuto di glutine nelle farine che permettono una lavorazione più snella e veloce nella produzione di pane e negli altri prodotti da forno.



## Studio Odontoiatrico

*Dott. Vincenzo Tomasello*

Si effettuano cure conservative, protesiche, ortodontiche, implantologiche, ecc.

Riceve per appuntamento

Via Senatore Durante, 2, Bagheria | info 091 963606 - 328 1130535