



Numero II - Anno 2009



PALAZZOLO A 5 STELLE

L'altra informazione di Palazzolo

**Numero di novembre-dicembre
2009**

Stampato su carta riciclata

Contatti:
palazzoloa5stelle@gmail.com

L'EDITORIALE

UN ANNO DA RECORD!

Ecco alcuni dati significativi sull'andamento del blog da marzo a oggi:

> 263 articoli pubblicati

> 921 commenti

> **46.200 visite totali**

> record contatti quotidiani:

>>1.115 visite - 8 giugno 2009 (tema: diretta elezioni comunali)

>> 862 visite - 9 ottobre 2009

(tema: chiusura rocker's)

record contatti mensili:

>> 8064 visite - mese di giugno 2009

(in piena campagna elettorale)

>> **8164 visite** - mese di ottobre 2009

commenti/contatti da parte degli esponenti delle principali forze politiche (e non solo) locali

> totale visualizzazioni **video** realizzati dai 5 stelle : **16.677**

>>video più visto: **PRIMA CRITICAL MASS A PALAZZOLO S/O** (4679 visite)

> costanti segnalazioni/contatti da parte di privati cittadini e associazioni locali palazzolesi: Tennis club, Associazione Modellismo, Associazione Arca, Anpi, Associazione Teatroflautomagico e tanti altri...

> articolo più letto:

VOGLIONO CHIUDERE IL ROCKER'S? (1010 visite)

> rubrica più letta:

FIATO SUL COLLO (720 visite)

> proposta di **PALAZZOLO A 5 STELLE** più letta:

MENO SOLDI PER SINDACO E ASSESSORI (535 visite)

La redazione di Palazzolo a 5 Stelle



FIATO SUL COLLO

CONSIGLIO COMUNALE DEL 14/10

L'atteggiamento di maggior dialogo fra opposizione e maggioranza ha fatto, seppur modestamente, sentire la propria influenza nell'ultimo consiglio comunale. Il consiglio si è aperto con l'interrogazione da parte del PD in merito all'inspiegabile chiusura dell'accesso al Parco della terza Villa Kupfer. Il Sindaco Sala risponde affermando di avere già incontrato i cittadini che proprio nei giorni scorsi avevano presentato una petizione per chiedere motivazione dell'accaduto e che nelle prossime settimane si impegnerà a trovare una **"congiunzione d' intenti soddisfacente"** anche con la Villa Anziani per trovare una soluzione. Sui motivi della chiusura e circa il presunto accesso privilegiato di determinati cittadini "con gabbiette alla mano" ai cancelli preclusi il sindaco **non ha dato però alcuna spiegazione**. Segue l'interpellanza del PD sulla **chiusura del teatro sociale**, precluso già della precedente amministrazione per instabilità strutturale del palco, ad oggi in verifica, a detta dell'assessore Lancini, degli investimenti necessari alla ristrutturazione (che non dovranno far uscire il comune dal patto di stabilità), e quella in merito alla **chiusura della pista pedonale** che collega via Sgrazzuti con il Lungo Oglio, dovuta alla rottura degli assi in legno. L'ultima interpellanza del PD riguarda alcuni **abusi edilizi** verificatisi nel recupero dei fabbricati storici di proprietà Marzoli in via Torre del Popolo. L'assessore Raccagni risponde che si sta procedendo ad un'istruttoria da parte dell'Ufficio Tecnico ma **rimane il dubbio sul perché tali abusi non siano stati avvistati prima**. Seguono diverse approvazioni. Il **piano di applicazione della legge 13/2009** sullo sviluppo e la riqualificazione del patrimonio edilizio/urbanistico della Lombardia (Piano Casa), illustrato dall'Ass Raccagni, viene approvato all'unanimità anche grazie ad un sostanziale freno all'espansione urbanistica previsto nel piano medesimo. La seconda votazione riguarda l'approvazione del **piano di lottizzazione della zona Sgraffigna**, che passa **senza il consenso del PD e con l'astensione di Palazzolo Cambia**. Saranno previsti 32 lotti di cui solo 5 non edificabili, ed opere per un valore di 2 milioni di euro. Verranno però realizzati una pista ciclabile ed un parco pubblico di 5300mq. Ultima approvazione quella della variazione al bilancio previsionale, che inserisce **50.000 euro** da destinare in parte (**20.000 euro**) ad **associazioni culturali e sportive**, ed in parte (**30.000 euro**) a **garanzia dei finanziamenti per le PMI (piccole medie imprese) promossi dalla regione**. Il consiglio si conclude con una buona notizia: **la commissione per le pari opportunità da organo consultivo diventerà una commissione consigliare permanente, al pari di quelle indispensabili.**

CONSUMO RESPONSABILE

PREGI E DIFETTI DELLO ZUCCHERO

Lo zucchero o saccarosio è composto da due zuccheri semplici: glucosio e fruttosio. Il saccarosio è estratto dalla barbabietola e dalla canna da zucchero, raffinato con procedimenti chimici complessi e tossici per la salute. Procedimenti che eliminano tutte le sostanze vitali come **vitamine, sali minerali, enzimi** riducendo lo zucchero bianco ad apportatore di calorie pure. Il consumo dello zucchero è comparso per la prima volta sulle tavole intorno al **1700**, prima di questa data il consumo di alimenti dolcificati era estremamente ridotto e si utilizzava **frutta o miele**. Lo zucchero bianco si trova spesso nascosto in cibi di uso comune: nei prodotti da forno (biscotti, brioches...), nelle bevande gasate (anche in quelle amare), nei succhi di frutta industriali, nelle marmellate (fino al 70%), nei dentifrici ("ma non è lo zucchero il maggior imputato delle carie?"), nelle conserve, nello scatolame, nei farmaci (leggere le etichette per credere), e ovviamente nei dolci di ogni genere.



Le sostanze zuccherine sono alimenti importantissimi della nostra dieta poiché rappresentano la fonte primaria per la produzione di energia. L'uso dello zucchero bianco è collegato da tempo a parecchie patologie, **dall'obesità all'arteriosclerosi**. Inoltre è determinante nel favorire uno scompenso del **pancreas**, che è la ghiandola che produce **insulina**. Ogni volta che nella dieta è presente lo zucchero bianco il pancreas fa uno sforzo notevole per produrre l'insulina necessaria a far sì che lo zucchero mangiato sia utilizzato dalle cellule. A lungo andare il pancreas si "esaurisce" e le sue riserve funzionali diventano insufficienti: ecco allora comparire il **Diabete Mellito**. Altre conseguenze negative sono la **perdita di calcio nei denti e nelle ossa** e quindi **osteoporosi, artrosi, carie**. Il consumo regolare di zucchero bianco causa indebolimento dell'organismo e delle sue difese nei confronti delle malattie. Per salvaguardarci è quindi importante sostituire lo zucchero bianco con lo **zucchero di canna integrale biologico**. Altri dolcificanti salutari sono il malto d'orzo, il succo d'acero e il miele.

