



Cafasse-Monasterolo: tutto pronto per il 4 Novembre

CAFASSE (osn) Doppio appuntamento per la ricorrenza del IV Novembre. L'Amministrazione organizza due distinte commemorazioni. Si parte domenica 27 ottobre

a Monasterolo. Il ritrovo è alle 10.30 nella sede della Filarmonica Monasterolese. Poi la sfilata fino alla chiesa dove, alle 11.15, sarà officiata la messa. Per le 12.15 verranno

poste le corone d'alloro ai monumenti dei caduti e si terranno i discorsi delle autorità. Si prosegue a Cafasse il prossimo 3 novembre. Presenti gli allievi delle medie.

34 Rubriche

MERCOLEDÌ 23 OTTOBRE 1919
Il Canavese



UNA CINQUANTINA I DEVESINI
Presenti con la giornata iniziata con la visita al santuario e la partecipazione alla santa messa

CIRIÈ (ces) Domenica 13 ottobre gran successo di partecipanti alla gita in bus al sacromonte di Oropa organizzata dall'Associazione Turistica Pro Loco «Dveisin Festa-

ASSOCIAZIONE «DVEISIN FESTAREUL» «Cartolina» dal sacromonte di Oropa

reul». Una cinquantina i devesini presenti con la giornata iniziata

con la visita al santuario e la partecipazione alla santa messa. Dopo

la salita in funivia al lago Mucrone e al pranzo visita nel pomeriggio

alla «Tenuta Roletto» con degustazione vini.

FRONT In località Grange i volontari in campo nonostante la pioggia

Mercatino Missionario

Tra mille oggetti pazientemente raccolti o donati da generosi benefattori



MERCATINO PER LE MISSIONI
Domenica 20 ottobre nonostante una pioggia incessante che non ha scalfito per nulla la gioiosa volontà dei molti partecipanti di fare festa e del bene per le Missioni nel Mondo

FRONT (mag) Mercatino Missionario a Grange domenica 20 ottobre nonostante una pioggia incessante che non ha scalfito per nulla la gioiosa volontà dei molti partecipanti di fare festa e del bene per le Missioni. Grande idea. Ed ecco la chiesa divenire un bellissimo ampio locale per



grandi e piccoli sotto l'attento controllo di suor Olga irrefrenabile.

Nel locale adiacente grande il lavoro dei parrochiani e delle signore addette con **Marco Leone** nell'allestimento del mercatino ad opera delle abilissime volontarie di Grange con Rivarossa e grazie

ad una organizzazione strepitosa tra mille oggetti pazientemente raccolti o donati da generosi benefattori per l'occasione. Per le castagne ci ha pensato **Chiara Amateis** a gestire il difficile compito. Poi per tutti merenda e cioccolata.

«Carenza nutrizionale e energetica nello sport», al via la campagna di sensibilizzazione sui rischi

TORINO (bom) Quando le attività sportive, agonistiche o amatoriali, si svolgono in condizioni di carenza nutrizionale assoluta o relativa, con deficit energetico, i ben noti benefici per la salute possono ribaltarsi in rischi potenzialmente seri, con ricadute anche sulla «performance». Se ne è parlato venerdì 18 ottobre, a Torino, nel corso di un convegno (referente scientifico il professor **Carlo Campagnoli**) organizzato presso l'Aula Magna della Cavalieria Reale rivolto soprattutto ai responsabili di gruppi sportivi (istitutori, consulenti medici, dietologi...), ai docenti delle scuole, agli studenti a indirizzo sportivo e di Scienze Motorie e a chi pratica sport di tipo agonistico o amatoriale. Un appuntamento a cura di: Associazione Prevenzione Anoressia Torino (P.R.A.T.), CONI Comitato Regionale Piemonte, Struttura Universitaria di Igien e Scienze Motorie (SUISM); con il Patrocinio di Città di Torino, Commissione Regionale Pari Opportunità, Consulta Femminile della Regione Piemonte, MIUR Ufficio Scolastico Regionale per il Piemonte, Ordine dei Farmacisti, Ordine dei Medici, Fondazione Osteoporosi, Fondazione Medicina a misura di Donna; con il contributo di Rotary Distretto 2031, Rotary Club Torino Sud-Est, Clinica Fornaca; e il sostegno di Federfarma.

ARGOMENTO POCO NOTO

Nonostante questi rischi, e l'assoluta necessità di provvedimenti tempestivi, siano documentati da molte decine di studi scientifici, l'argomento è poco noto tra gli «addetti ai lavori» negli ambiti dello sport sia agonistico che amatoriale. È opportuna e urgente una sensibilizzazione di medici, allenatori, insegnanti, genitori, e anche degli sportivi stessi che devono essere informati delle conseguenze sfavorevoli della carenza nutrizionale e portati ad una maggiore attenzione alle esigenze del proprio organismo.

LE CONSEGUENZE NELLE RAGAZZE

Astenia e calo della «performance».
- Mancanza del flusso mestruale (amenorrea), segnale precoce di patimento dell'organismo.

- Riduzione (transitoria) della fertilità.
- Problemi per le ossa sino all'osteoporosi, con aumento delle fratture già in anni giovanili;
- «Triade delle atlete» (carenza nutrizionale, amenorrea, osteoporosi);
- Soprattutto nelle forme di anoressia (la cui prevalenza è 2-4 volte più elevata negli sport favorevoli alla magrezza);
- Nelle adolescenti può essere penalizzata la crescita staturale, perdendo comunque gli anni più favorevoli per la buona strutturazione ossea.

Conseguenze a livello cardiovascolare: alterazioni del ritmo cardiaco e della pressione arteriosa; disfunzione endoteliale.

È indispensabile, sia per le ossa sia per contrastare le potenziali conseguenze cardiovascolari e ridurre il rischio di anoressia (prevenendone la cronicizzazione e le deleterie conseguenze, tra cui una mortalità almeno 10 volte superiore rispetto alle pari età), il sollecito recupero di una adeguata nutrizione.

I contraccettivi ormonali, pur ridando le mestruazioni, non favoriscono le ossa nelle giovanissime.

LE CONSEGUENZE NEI RAGAZZI

Astenia e calo della «performance».
- Ridotta funzione testicolare: ipogonadismo maschile da esercizio.
- Possibile (transitoria) riduzione della fertilità.
- Ridotta mineralizzazione ossea (analogie con la «triade delle atlete»).

LA CAMPAGNA DI SENSIBILIZZAZIONE

La Campagna di sensibilizzazione si basa su 1. un documento scientifico di tipo divulgativo, con materiale di approfondimento (28 articoli della letteratura scientifica in originale) disponibile on-line; ampia distribuzione del pieghevole informativo «BADA a NON ROMPERTI... e NON SOLO» sui segni di allarme e sugli opportuni provvedimenti nei confronti della carenza energetica.

Altre informazioni su www.prevenzioneanoressia.org - www.piemonte.coni.it/piemonte/scuola-regionale.html.



ORATORI PROTAGONISTI Sopra l'attività a Barbania e, sotto, a Levone grazie a genitori e volontari

BARBANIA E LEVONE. DETERMINANTE LA PRESENZA DI ANIMATORI E GENITORI

Apertura autunnale degli oratori alla presenza del diacono Farina: «Percorso di felice comunità»

BARBANIA (mag) A seguire il catechismo e l'apertura degli oratori di Barbania e di Levone il diacono **Giovanni Farina**: auguri di pronta guarigione al parroco don **Antonello Scano**. Sabato pomeriggio 19 ottobre a Levone in casa Parrocchiale tutti i volontari in oratorio per il secondo pomeriggio e con gli animatori Arianna, Nassi, Lucia, Machaela, Nadia e Alexandra è stato facile dare il via ai giochi ed agli incontri un pochino colorati: non poteva che terminare con una super merenda. A Barbania sabato pomeriggio 19 ottobre tutti a Catechismo in Oratorio e poi alla santa messa delle 18 dove i bimbi hanno letto un brano del

Vangelo: complimenti per l'entusiasmo. Insomma si è partiti per un anno insieme: «Ci attende un percorso di felice Comunità» - Spiega il diacono Farina - Tutte le parrocchie seguiranno lo stesso percorso, intanto devo ringraziare i volontari che si mettono a disposizione e i genitori che collaborano con grande partecipazione. Inoltre occorre sottolinea-



re che i nostri bimbi grazie alle Catechiste seguono settimanalmente il percorso con entusiasmo e questo è importante».