



ANDREA ABONDIO : PARLARE IN PUBBLICO OVVERO LA COMUNICAZIONE EFFICACE



Comincio con un ringraziamento dovuto a chi o a coloro che hanno pensato di invitare Andrea Abondio come relatore e questo non tanto per la poliedricità rappresentativa del nostro quanto per l'indotto spunto riflessivo che il suo intervento ha stimolato in ciascuno di noi. Ma chi è Andrea Abondio? un (vado a stima) trentenne che si è inventato un mestiere? Un attore che recita un ruolo e coinvolge nel suo vissuto un arco multigenerazionale? Un seminatore di dubbi e soluzioni dialetticamente evoluto e psicologicamente strutturato? Un influencer pro-positivo che allena le menti a riflettere prima di parlare? Un po' tutto questo certamente ma anche di più se si pensa che nell'ora circa di suo intrattenimento ha indotto un po' tutti a ripercorrere mentalmente il nostro quotidiano nel relazionarci dialetticamente con gli altri. Andiamo con ordine: il Presidente non c'è ; una leggera indisposizione (auguri

Daniele) gli ha consigliato di riposarsi ma sta già scaldando i muscoli per il rush finale; chi ha fatto gli onori di casa è stato Andrea Agazzi, veloce, incisivo, essenziale ha introdotto l'ospite, ha salutato i convenuti e ha dato il LA alla serata; cena ben coordinata (a proposito, va notato il miglioramento dell'ospitalità generale da parte dell'Albenza) e, un po' prima delle 22 il risoluto Andrea (questa volta Abondio) ha iniziato il suo intervento; un po' didascalico , lievemente assertivo, un pizzico provocatorio. Nell'insieme un buon mix per creare attenzione e risultato. Due concetti chiave; il primo, la differenza fra linguistica (il come dire le cose) e la "subdola"

In questo numero:

- Andrea Abondio - la comunicazione efficace ;
- Compleanni;
- Presenze;
- Programma del Club, dei R.C. dei Gruppi Orobici e nel Distretto.

Anno rotariano 2023 - 2024

TOTALE PRESENZE: 19 = 57%

TOTALE PARTECIPANTI: 24

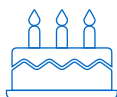
Presidente: **Daniele Gervasio**
Past Presidente: **Silvia Carminati**
Presidente incoming: **Maria Elena Depetroni**
Presidente eletto: **Andrea Agazzi**

Soci presenti il 09 aprile 2024: 19

Andrea Agazzi, Corrado Bassoli, Fabio Bergamaschi, Martina Biava, Pierfranco Bosisio, Silvia Carminati, Filippo Crippa Sardi, Vincenzo Cugno Garrano, Maria Elena Depetroni, Manuela Ghidini Testa, Sereno Locatelli Milesi, Alberto Longo, Giulio Marchesi, Stefania Marsetti, Pietro Moioli, Alessia Orlando, Sergio Panseri, Ettore Roche, Paolo Tamburi.

Coniugi, familiari e ospiti presenti: 5

Ambra, Antonio Florio, Roberta, Sara Cesarin, Gianluigi Marchitelli.



APRILE - auguri ai Soci

03/04 Daniele Gervasio
12/04 Stefania Marsetti
28/04 Sergio Panseri
29/04 Sereno Locatelli Milesi

I prossimi incontri nel nostro Club

- 16 aprile ore 18.30 - **Club Bergamo Nord** - Visita nelle meraviglie della Biblioteca A. Maj
Biblioteca A. Maj
piazza vecchia 15, 24129 Bergamo
- 02 maggio ore 18.15 - **Club Bergamo Nord** - Visita alla mostra "Napoli a Bergamo"
Accademia Carrara
piazza Giacomo Carrara 82, 24121 Bergamo
Relatore: dott.ssa Martina Bagnoli
- 07 maggio ore 20.00 - **Club Bergamo Nord** - Parliamo tra noi - presentazione nuovo socio
Golf Club Albenza
via Longoni 12, 24030 Almenno San Bartolomeo

I prossimi incontri nel Gruppo Orobico 1

- 16 aprile ore 20.00 - **Club Bergamo Citta Alta**- Ennio Morricone, il suono di una vita
La Marianna
Largo Colle Aperto, 4 - 24129 Bergamo

I prossimi incontri nel Distretto 2042 R.I.

- 16 aprile ore 20.00 - **Club Cantù** - Dal grappolo alla bottiglia
Golf Club Carimate
Via Airoldi 2, Carimate (CO)



il muscolo dell'ascolto deve essere allenato e tale esercizio aiuta a cogliere la differenza fra il sentire e l'ascoltare; fra la indifferente gentilezza del sentire un interlocutore e coglierne il pensiero e lo scopo. Altro esercizio proposto è stato l'alzarsi e declamare un numero da uno a dieci senza accordi preventivi, senza valutazioni precostituite evitando le sovrapposizioni di ruolo e dichiarazione analoghe o, ancora, la condivisione, di coppia, di un bastone trasversale tenuto fra le mani e lasciato dall'uno senza accordo con l'altro per capire la capacità di reazione ed evitarne

programmazione neurolinguistica PNL (che è l'arte di comunicare per convincere altri); l'altro il saper ascoltare con il silenzio quale presupposto essenziale perché "il parlarsi sopra" non genera comunicazione.

Altra questione affrontata, e non di poco conto, è il saper esprimere (direi efficacemente) quello che si pensa in modo che il nostro interlocutore comprenda il nostro pensiero prima di essere più o meno convinto della ragione o il torto del nostro punto di vista. Si entra, qui, in una logica di riempimento del contenitore di responsabilità per il quale il successo del passaggio fra parola e ascolto, idealmente, deve saturare la regola del 100% di disponibilità nell'ascoltare e del sapersi esprimere. Bisognava essere presenti per fotografare al meglio l'impatto, anche emotivo, nei convenuti (a proposito si era in 25 compresi il relatore e una manciata fra ospiti e coniugi) quando dalla teoria si è passati alla pratica, con dimostrazioni "muscolari" di capacità di ascolto nel ricordarsi, a distanza di tempo, quanti pomodori o kiwi la mamma di Pierino comprò al mercato (per la cronaca 5 e 2) . Non a caso ho parlato di muscolarità perché proprio



la caduta. Mi rendo conto che la sola lettura e descrizione di tali “esperimenti” può non rendere l’atmosfera venutasi, nel concreto, a creare con soci vecchi e giovani impegnati a seguire con impegno gli esercizi. Il nostro relatore, prima di terminare il suo intervento, ci ha lasciato ancora un paio di regole e consigli: la regola del PREP (Punto-Ragione-Esempio-Punto) in sintesi, se io voglio convincere un altro a scegliere i miei consigli devo partire da un punto (quello che vorrei convincerti a fare) , esprimere la ragione per cui dovrete farlo, farti un esempio di quello che facendolo avrai e infine ritornare al punto : ecco perché dovrete farlo! o per finire, prima di parlare applicare la regola del 5- 3-5 che non è un schema iperdifensivo di Allegri ma è volto della regolazione del respiro o se volete del battito cardiaco inspirando contando mentalmente sino a 5, trattenendo in apnea il respiro contando sino a 3 ed infine regolando l’espirazione ricontando nuovamente sino a 5 il tutto per garantire fluidità di eloquio e calma nell’esposizione. E adesso buon allenamento... avrete tutti un muscolo dell’ascolto ben disposto alle interrelazioni umane!

A.L



Presidente: **Daniele Gervasio**

Segretario: **Sergio Panseri**

email: presidente@rotarybgnord.org

email: segretario@rotarybgnord.org

Consiglio direttivo

Presidente: Daniele Gervasio
Past Presidente: Silvia Carminati
Presidente incoming: Maria Elena Depetroni
Presidente eletto: Andrea Agazzi
Segretario: Sergio Panseri
Tesoriere: Giulio Marchesi
Prefetto: Stefania Marsetti
Consiglieri: Filippo Crippa Sardi, Ivan Lucci,
Caterina Rizzi, Ettore Roche

Presidenti di Commissione

Amministrazione: Andrea Agazzi
Effettivo: Alberto Longo
Pubblica Immagine: Cristiano Arrigoni
Programmi: Andrea Agazzi
Rotary Foundation: Corrado Bassoli
Azione Giovanile: Marco Bona
Ambiente: Andrea Agazzi

Altri riferimenti di contatto del Club al seguente indirizzo: <https://www.rotarybgnord.org/contatti.html>

Motto per il Rotary 2023-2024



**CREIAMO SPERANZA
nel MONDO**

Presidente del Rotary International 2023-2024: **Gordon R. McNally**

Governatore del Distretto 2042: **Giuseppe Del Bene** - email: governatore23_24@rotary2042.it

Segreteria Distrettuale: via Canova, 19/a Milano - tel. +39 02 36580222 - email: segreteria@rotary2042.it

Siti Rotary in internet. I soci potranno trovare notizie ai seguenti indirizzi elettronici:

ROTARY INTERNATIONAL: <http://www.rotary.org>

ROTARY DISTRETTO 2042: <http://rotary2042.it>

Sede delle riunioni conviviali: **Golf Club Albenza, Via Longhi n. 12, 24030, Almenno San Bartolomeo**

Posizione: <https://maps.app.goo.gl/VRAGq9EHyvc3sQ7Z9>

Al fine di evitare "sofferenze" in cucina, spiacevoli ed affannosi assemblaggi di tavoli all'ultimo momento e, di conseguenza, poter organizzare al meglio le conviviali invitiamo tutti i signori Soci a segnalare la loro partecipazione (e di eventuali ospiti) alle conviviali.

Segreteria Distrettuale
Via Canova, 19/A
20145 Milano
Telefono: +39 02 36580222
e-mail:
segreteria@rotary2042.it
governatore23_24@rotary2042.it
pec.
segreteria@pec.rotary2042.it
sito web:
www.rotary2042.it
Codice Fiscale: 97659930156

Giuseppe Del Bene
Governatore 2023-2024

Presidenti
dei Rotary Club del Distretto 2042 RI
Presidenti
dei Rotaract Club del Distretto 2042 RI

e p.c.
Ai Signori

Past Governors
Distretto 2042 RI
DGE Carlo S.N. Fraquelli
DGN Stefano Artese
DGD Giuseppe La Rocca

Assistenti del Governatore
Distretto 2042 RI

Presidenti di Commissione
Distretto 2042 RI

RD Rotaract

Decima lettera del Governatore

Aprile: Mese dell'Ambiente

Carissime Amiche e carissimi Amici Rotariani,

dallo scorso anno il nostro Rotary dedica il mese di aprile all'ambiente.

Questo elemento innovativo si aggiunge ad un'altra importante novità introdotta anch'essa di recente nella nostra organizzazione, ossia quella di aver dichiarato l'ambiente come area focus, la settimana, della Fondazione del Rotary International.

In realtà l'impegno del Rotary International per l'ambiente non è certo una novità: evidenze importanti sia a livello progettuale che di testimonianze da parte di qualificate risorse formatesi in ambiti rotariani se ne annoverano numerose.

In questa mia lettera, come ormai consueto, è mia intenzione darvi una illustrazione di quanto il Rotary stia facendo sia a livello mondiale che nel nostro Distretto, per poi rendervi partecipi di una visione strategica maturata di recente che – auguralmente – potrebbe diventare parte delle iniziative sull'ambiente realizzate nel nostro Distretto.

Porto quindi alla vostra attenzione l'attività dell'Environmental Sustainability Rotary Action Group, che focalizza i propri programmi di intervento sulle seguenti tematiche: biodiversità, vita sostenibile, inquinamento, clima, sistemi alimentari ed economia circolare.

La focalizzazione di questo gruppo di azione rende evidente quanto il Rotary si stia affrancando da una visione semplicistica del problema ambiente, visione che spesso viene



traslata sulla sola tematica dei cambiamenti climatici, senza considerare che attenzione all'ambiente significa anche pensare ad una più vasta serie di ambiti.

Per ciascuna di queste tematiche sono poste in evidenza importanti iniziative progettuali e autorevoli testimonianze. Ne porterò alla vostra attenzione alcune, invitandovi in ogni caso, per questo mese e non soltanto, ad approfondirne i contenuti, oltre a partecipare alle numerose iniziative divulgative che questo Gruppo d'Azione ha organizzato sul proprio sito <https://esrag.org/>.

Anzitutto, è da menzionare la partecipazione di una delegazione Rotariana alla ventottesima conferenza annuale delle Nazioni Unite (COP 28) svoltasi a Dubai alla fine dello scorso anno: numerosi sono stati gli interventi di soci Rotariani di varie nazioni appartenenti a questo gruppo d'azione, che hanno esposto, dibattuto e proposto ai delegati delle Nazioni Unite soluzioni nei numerosi ambiti interessati dal cambiamento climatico, ambiti che vanno dal problema della scarsità delle risorse idriche fino alle conseguenze sulla salute mentale.

Tra le attività progettuali, porto alla vostra attenzione l'esperienza del distretto del Michigan, Stati Uniti d'America, che ha realizzato un "giardino urbano per insetti impollinatori". Un progetto nel quale sono stati coinvolti numerosi rotariani, che ha avuto successo grazie al prezioso contributo di esperti in botanica per la selezione delle specie di piante da coltivare.

Ritengo inoltre molto interessante quanto il gruppo di azione sta sviluppando sul tema dell'utilizzo e dello smaltimento delle plastiche. Il gruppo mette a disposizione competenze progettuali a supporto di una rosa assai diversificata di interventi, che vanno dalla semplice pulizia di ambienti, alla raccolta di dati attraverso app dedicate, fino a progetti che impattano sullo sviluppo economico attraverso l'istituzione o il miglioramento di processi di riduzione di impiego, riciclo o riuso, oltre a progetti che hanno lo scopo di sensibilizzare comportamenti individuali.

Quanto il Rotary sta facendo, oltre a renderci orgogliosi, potrebbe quindi essere fonte di ispirazione per attivare progetti di servizio, e questo non senza considerare l'importanza che riveste l'istituzione di una apposita e dedicata area focus della nostra Fondazione, che agevola notevolmente le opportunità di supporto economico delle iniziative.

Nel nostro distretto abbiamo avuto recenti esperienze assai positive, incentrate principalmente sulla salvaguardia dell'habitat, della flora e delle biodiversità, con una particolare attenzione al tema dell'inquinamento. Ho potuto apprezzare la capacità di alcuni club di instaurare un rapporto molto stretto con le istituzioni scolastiche locali, svolgendo un importante ruolo di sussidiarietà in termini formativi rispetto alle ordinarie attività didattiche.

Non possiamo però dimenticare il contributo che un Past Governor del nostro Distretto, il compianto Prof. Giancarlo Nicola, ha dato alla fondazione di una realtà associativa costituitasi insieme ad altri Club e Distretti italiani, l'A.E.R.A., l'Associazione Europea Rotariani per l'Ambiente, associazione nata nel 1990 nell'ambito del Rotary italiano con lo scopo di promuovere la tutela e la conoscenza dell'ambiente in Italia ed in Europa. L'associazione ha avuto peraltro parte attiva nel seminario tenutosi lo scorso 22 marzo al Politecnico di Milano in occasione della giornata mondiale dell'acqua.

Vorrei infine concludere questa mia lettera lasciandovi un mio pensiero, una visione strategica che ben potrebbe andare a costituire una iniziativa progettuale o ancor meglio programmatica, visione che nasce in ogni caso da una situazione critica in cui – da un lato – la riflessione attorno al tema ambientale rischia di trasformarsi più spesso in un'occasione di scontro piuttosto che in una opportunità di condivisione e di crescita comune, e dall'altro lato si assiste al continuo proliferare di una serie di disposizioni normative nel settore ambientale fortemente impattanti sulle economie nazionali.

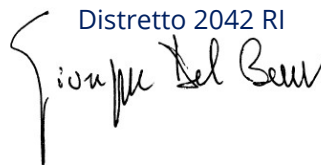


Ritengo quindi che il Rotary, e in particolare il nostro Distretto con la sua estensione e le sue specificità, potrebbe ben muoversi su due fronti paralleli: uno divulgativo, teso a favorire la conoscenza e la diffusione di "buone pratiche" da parte di soggetti appartenenti alla società civile (imprenditori, studenti, associazioni, centri di ricerca), e uno operativo, individuando – inizialmente – uno o due ambiti territoriali che presentino situazioni critiche o di declino economico legate alla sicurezza ambientale, all'interno dei quali – con l'aiuto delle competenze interne ai club del nostro Distretto – promuovere laboratori per individuare soluzioni tecnicamente compatibili con gli attuali vincoli normativi, e favorire un dibattito pubblico sulla ricerca di un nuovo paradigma di sviluppo sostenibile.

È ovvio che un programma di così ampio respiro non potrebbe nascere e svilupparsi in un solo anno, ed è per questo che confido che le persone che ho coinvolto nel pianificare le attività preliminari allo sviluppo di questo programma conservino la passione e l'energia, oltre alle loro capacità, per creare speranza e rendere il nostro Rotary sempre più grande.

Con Rotariana Amicizia,

Giuseppe Del Bene
Governatore a.r. 2023-2024
Distretto 2042 RI



Milano, 3 aprile 2024

