



FOGLIO INFORMATIVO  
N. 3

SETTEMBRE 2024



**FOGLIO INFORMATIVO**  
**N. 3**  
**SETTEMBRE 2024**

**ROTARY INTERNATIONAL**

**Presidente Internazionale:**

**Stephanie A. Urchick**

**R.C. McMurray, Pennsylvania, USA**



**2071° DISTRETTO**

**Governatore: Pietro Belli R.C. Fiesole**

**Assistente del Governatore**

**per area Toscana 4: Lucia Cerri**

**R.C. Pistoia-Montecatini Terme**

**Marino Marini**

**ROTARY CLUB DI EMPOLI**

**CONSIGLIO DIRETTIVO**

**ANNO 2024 – 2025**

**Presidente: Roberto Gelli**

**Pres. Usc.te: Andrea Cantini**

**Vice Pres.: Valentina Cioli**

**Pres. Eletto: Giovanni Calugi**

**Segretario: Maurizio Leschiera**

**Tesoriere: Alessandra Nacci**

**Consiglieri: Luca Bartali**

**Elisa Castellani**

**Francesco Minoli**

**Alessandro Montelione**

**Consigl. Prefetto: Giovanni Petralli**

**E-mail: info@rotaryclubempoli.it**



(in copertina) Il manifesto di ragguardevoli dimensioni (cm. 136,4 x 196,5; circa 1908, litografia a colori) è firmato Plinio Nomellini, in alto a sinistra.

La ditta di Oneglia venne fondata nel 1873 da Pietro Sasso e Agostino Novaro (padre del poeta Angiolo Silvio). Fusa con la Nestlé nel 1989, dopo vari passaggi di proprietà, fa oggi parte del gruppo Carapelli di Firenze. Lo stabilimento di Oneglia venne chiuso nel 1997. L'olio Sasso ebbe celebrità al tempo di "Carosello" per il tormentone "La pancia non c'è più", interpretato dall'attore Mimmo Craig. Il livornese Plinio Nomellini (1866-1943), dopo un esordio macchiaiolo, si accostò ad ispirazioni di realismo lirico, patetico e intimista, fino a tentare soluzioni divisioniste, ben visibili nei suoi numerosi manifesti. Riscosse sempre grande successo, sia come pittore che come cartellonista.



## PROGRAMMA DEL MESE DI OTTOBRE

Giovedì 3 ottobre

Ristorante VIVA  
Viale Togliatti, 159  
Sovigliana Vinci – Ore 20.00

Riunione conviviale

La prof.ssa Caterina Rizzo, dell'Università di Pisa, parlerà sul tema:

“ Intelligenza artificiale e sanità: le nuove frontiere della medicina ”.

È gradita la presenza di consorti e di eventuali ospiti



Organizzata da:  
LA MAGIA DEL ROTARY Area Toscana 4

*Notte Di Musica*  
5 Ottobre 2024 ore 20.00  
*Cena e Concerto*  
a favore: Polio Plus

MONTECATINI TERME "TETTUCCIO"

Per Info e prenotazioni: *Lucia Corri*  
costo serata € 60.00 335 165 1741

Omaggio a:  
*Giacomo Puccini e non solo....*

 Rotary  
"Distretto 2071"

**Sabato 26 ottobre**

**Ore 11.00**

Gita al Frantoio Buonamici, via Montebeni 11, Fiesole (FI),  
con la delegazione empolesse dell' Accademia Italiana della Cucina.

Il dott. Cesare Buonamici e lo chef Mattia Barciulli parleranno sul tema:

“ Olio nuovo: esperienza di gusto e tradizione ”.

Seguirà una degustazione

È gradita la presenza di consorti e di eventuali ospiti

---

---

## NOTIZIARIO SETTEMBRE 2024

Riunione conviviale del 5 settembre

Ristorante Cucina S. Andrea. Empoli

Presiede il Presidente: Roberto Gelli

Soci presenti: Bartali, Batistini, Bini, A. Busoni, Calugi, Cantini, Caponi, Casarosa, Cerbioni, Ciari, A. Cioli, V. Cioli, Dani, Fanciullacci, Frati, Freschi, Gelli, Guerri, Lastraioli, Leschiera, Lucchesi Palli, Mancini, Martelli, Morocutti, Nacci, Pagliai, Papanti, Periti, Pisacreta, Piscini, Pucci, Sturla, Trinci, Tzivelis

**CONVIVIALE DEL BILANCIO DEL ROTARY CLUB EMPOLI**

**Giovedì 5 Settembre Cucina S.Andrea Empoli**

Giovedì 5 Settembre si è svolta la consueta conviviale riservata ai soli soci e socie, presenti in gran numero, per la presentazione dei bilanci consuntivo e preventivo.

Dopo una gustosa e apprezzata cena il Presidente Andrea Gelli ha fatto una breve presentazione dei prossimi appuntamenti e ha poi passato la parola per illustrare il bilancio consuntivo, riguardante l'annata rotariana 2023/24. alla tesoriera Valentina Cioli e, successivamente, ad Alessandra Nacci, tesoriera per il 2024/25, che ha a sua volta presentato il bilancio preventivo per l'annata da poco iniziata. I bilanci, molto dettagliati e precisi hanno raccolto l'approvazione all'unanimità dei soci e socie presenti. Il Past President Andrea Cantini e il Presidente in carica Roberto Gelli hanno manifestato la loro completa soddisfazione per l'esito di questo importantissimo appuntamento nella vita del Club.



Riunione conviviale del 19 settembre

Ristorante Cucina S. Andrea. Empoli

Presiede il Presidente: Roberto Gelli

Soci presenti: Bini, Biondi, F. Busoni e Sig.ra, Cantini e Sig.ra, Ciari e Sig.ra, A. Cioli e Sig.ra, V. Cioli, Dani, Fondi, Frati, Gelli e Sig.ra, Guerri, Leschiera, Mazzoni, Nacci, Papanti, G. Petralli, Piscini, Prosperi, Troiano, Trinci

Ospite del Club: per. est. Elisa Fontani

Ospiti dei Soci: ing. Gianni Barresi, dott. Filippo Bertelli e Sig.ra, arch. Tiziano Pucci

Relatori: prof.ssa Silvia Carpitelli, prof. Lorenzo Spina

Argomento della relazione: "Longevità in salute: nutrizione equilibrata e attività fisica"

## **CONVIVIALE ROTARY CLUB EMPOLI "LONGEVITA' E SALUTE"**

**Giovedì 19 settembre 2024 Cucina S.Andrea**

Serata molto interessante quella organizzata dal Rotary Club Empoli sul tema "Longevità e salute: nutrizione equilibrata e attività fisica", relatori il dr.Lorenzo Spina, personal fitness coach, titolare di una palestra a Empoli, e la dr.ssa Silvia Carpitelli, biologa nutrizionista. Il dr.Spina, stimolato dal presidente Roberto Gelli, ha parlato dell'attività fisica come necessaria, a tutte le età, per mantenere la persona in buona salute: bastano in età adulta quaranta minuti di camminata almeno tre volte la settimana per prevenire importanti malattie come il diabete mellito, l'ipertensione arteriosa, le malattie cardiovascolari, l'obesità.

Meglio sarebbe abbinare anche l'attività fisica in palestra, che è utile per mantenere il tono muscolare, per migliorare la funzionalità delle articolazioni allo scopo di prevenire le cadute che, negli adulti e soprattutto negli anziani, possono portare a fratture, in particolare del femore, che contribuiscono a provocare inabilità e quindi a minare l'autonomia delle persone. Da notare, ha poi precisato lo Spina, come il movimento in genere concorre in maniera determinante anche ad innalzare il tono dell'umore, che si risolve così in una buona qualità di vita. Ovviamente è importante abbinare una nutrizione equilibrata, ha spiegato la dr.ssa Carpitelli, con inserimento di tutti i nutrienti, con limitazione degli zuccheri e dei grassi animali, abbondanza di frutta e verdura, con un consumo limitato di vino , con l'obiettivo di raggiungere il peso ideale e di mantenerlo nel tempo. Le relazioni hanno suscitato vivo interesse nei soci e socie, presenti con ospiti, che hanno posto varie domande, che hanno suscitato le risposte dei relatori, sempre chiare ed esaurienti. Il Presidente ha ringraziato i relatori e tutti i presenti manifestando grande soddisfazione per la riuscita della serata.



