



## Notiziario dell'associazione

n° 3 - dicembre 2024

### Cari Soci e Amici di Unitre Volvera,

con l'avvicinarsi della fine dell'anno, è il momento di fermarsi un attimo per riflettere su ciò che abbiamo vissuto insieme. Questo 2024 è stato un anno ricco di incontri, scoperte e condivisioni che ci hanno arricchito non solo culturalmente, ma soprattutto umanamente.

Grazie a ciascuno di voi per aver contribuito a rendere viva e speciale la nostra associazione. Ogni corso frequentato, ogni sorriso scambiato, ogni momento passato insieme testimonia la forza della nostra comunità e il valore dell'apprendimento continuo.

Un ringraziamento particolare va ai **docenti**, ai volontari e a tutti coloro che, con il loro impegno e passione, rendono possibile il successo delle nostre attività.

Guardiamo al nuovo anno con entusiasmo e determinazione, pronti a nuove sfide e a continuare a crescere insieme. Che il 2025 porti a tutti voi serenità, salute e tanti momenti da ricordare.

### Corsi in partenza.

<i>cod def</i>	<i>titolo</i>	<i>docente</i>	<i>luogo</i>	<i>n. lez.</i>	<i>giorno</i>	<i>orario</i>	<i>1^ data</i>
a23	Burraco/pinnacola	Balestri/Piras	via Roma	15	venerdì	20,30-22,30	13/12/24

### GITE

**UNIVERSITA' DELLE TRE ETA' – VOLVERA**  
Sabato, 21 dicembre 2024  
**VISITA CULTURALE DEL CASTELLO CAVOUR DI SANTENA**

Ultima proposta di visita culturale prima delle vacanze natalizie: andremo a visitare il Castello Cavour di Santena.

E' un luogo carico di suggestioni storiche e artistiche. Dedicato a Camillo Benso di Cavour e alla sua famiglia, il percorso si articola sui 3 piani del Castello, attraverso 20 stanze riccamente arredate con mobili e oggetti del '700 e dell'800.

Al termine della visita guidata, piccolo spuntino con bevande comprese.

DATA: sabato 21 dicembre 2024  
PARTENZA: ore 15,30 da Piazza Pertini – Volvera  
QUOTA: € 43,00

La quota comprende:

- Viaggio A/R con bus G.T.
- Ingresso al Castello
- Visita guidata
- Rinfresco

Prenotazione e pagamento: venerdì 6 dicembre dalle ore 9,30 alle 12,00

Ai fini organizzativi, chiedo gentilmente a chi è interessato, di inviarmi un messaggio su WhatsApp o telefonicamente al n. 340/3740774.





## Conferenze

Conferenze aperte al pubblico in via Roma, 3 - Sala consigliare. **Ore 17**

titolo	relatore	data
Le cure <b>palliative</b>	Dott. Gottero Mauro	09/12/2024
Presentazione del romanzo "Il Medaglione"	Zannino Anna	16/12/2024

## Proverbi – Aforisma

Dicembre. In quale pozzo misterioso  
è finita tutta la luce dell'anno?  
La corrente dei giorni si è prosciugata  
e le mattine cadono subito nella notte.  
Ma quando il mese sembra più sfinito e buio,  
ecco il Natale, l'irrompere dell'eterno,  
un getto di magia che rimette in moto le nostre vite.  
(*Fabrizio Caramagna*)

## Curiosità

Secondo il calendario gregoriano dicembre è il dodicesimo e ultimo mese dell'anno e il primo mese dell'inverno. Deriva il suo nome dal latino "decem", che significa dieci. Dicembre era infatti il decimo mese del calendario romano che iniziava con il mese di marzo.

## Calendario delle giornate mondiali dicembre 2024

- 1 dicembre: Giornata Mondiale contro l'AIDS
- 2 dicembre: Giornata internazionale per l'abolizione della schiavitù
- 2 dicembre: Cyber Monday
- 3 dicembre: Giornata internazionale delle persone con disabilità
- 5 dicembre: Giornata internazionale del volontariato per lo sviluppo economico e sociale
- 5 dicembre: Giornata Mondiale del suolo
- 7 dicembre: Giornata internazionale dell'aviazione civile
- 9 dicembre: Giornata internazionale contro la corruzione
- 10 dicembre: Giornata internazionale dei diritti degli animali
- 10 dicembre: Giornata mondiale dei diritti umani
- 11 dicembre: Giornata internazionale della montagna
- 11 dicembre: Giornata mondiale del tango
- 18 dicembre: Giornata internazionale dei migranti
- 19 dicembre: Giornata delle Nazioni Unite per la cooperazione Sud – Sud
- 20 dicembre: Giornata internazionale della solidarietà umana
- 21 dicembre: Giornata Mondiale dello snowboard

## Ricetta

### Cappuccino di zucca: la ricetta dell'antipasto cremoso e scenografico

([www.cookist.it](http://www.cookist.it))

Il cappuccino di zucca è un antipasto al bicchiere raffinato e scenografico. Una preparazione autunnale semplice e d'effetto, ideale da portare in tavola per una ricorrenza, una cena con ospiti speciali, o da sistemare nell'angolo dei finger food in occasione di un aperitivo o un pranzo a buffet. A completare il tutto, e a conferire un tocco crunchy, la finitura con semi di zucca tostati, da sostituire a piacimento con mandorle a lamelle, granella di frutta secca o noci pecan. Se desideri, per una nota piacevolmente acidula, e in contrasto con il gusto dolce e delicato della zucca, puoi porre a guarnizione un cucchiaino di confettura di susine o di visciole oppure, al posto dello yogurt greco utilizzato per la mousse, puoi optare per pari quantità di caprino, robiola, ricotta, gorgonzola o altro formaggio cremoso.

### Ingredienti

#### PER LA VELLUTATA DI ZUCCA

- ZUCCA GIÀ PULITA 400 gr; BRODO VEGETALE 500 ml; PATATE 200 gr; CIPOLLA ½; ROSMARINO q.b.; OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA q.b.; SALE q.b.; PEPE q.b.

#### PER LA SPUMA

- YOGURT PANNA FRESCA 250 ml e YOGURT GRECO 160 gr

#### PER LA FINITURA

- SEMI DI ZUCCA TOSTATI q.b.

### Procedimento

1. Pulisci la zucca: tagliala a metà ed elimina, con l'aiuto di un cucchiaino, i semi e i filamenti interni.
2. Privala della buccia, tagliala a fette e riduci la polpa a dadini.
3. Sbuccia le patate, tagliale a cubetti grossolani e raccoglili in una ciotola con la dadolata di zucca.
4. Monda la cipolla, affettala finemente e lasciala appassire in un pentolino con un filo d'olio.
5. Aggiungi la zucca e le patate a tocchetti.
6. Profuma con il rosmarino e lascia rosolare per qualche minuto.
7. Copri con il brodo vegetale bollente.
8. Lascia cuocere fino a quando la zucca e le patate non saranno morbide.
9. Una volta cotte, leva dal fuoco e fai intiepidire.
10. Frulla tutto con un mixer a immersione e aggiusta di sale e di pepe.
11. Al termine dovrai ottenere una vellutata liscia e cremosa.
12. Versa la vellutata di zucca nei bicchierini individuali.
13. Monta nel boccale di un frullatore la panna fresca con lo yogurt greco, fino a ottenere un composto soffice e spumoso.
14. Completa ogni bicchierino di vellutata con un cucchiaino di spuma, cospargi con i semi di zucca tostati, porta in tavola e servi.



UNIVERSITÀ DELLA TERZA ETÀ - APS  
UNITRE – Università delle Tre Età - Sede di VOLVERA

