

#aggiungIOPOSSOatavola, al via le cene di beneficenza

SAN FOCA – Le restrizioni anti Covid19 non fermano le Cene di beneficenza di Io Posso. L'annuale appuntamento conviviale torna puntuale ma con una nuova formula "a distanza". A caratterizzare questa **sesta edizione** sarà una speciale "dinner box" contenente tutti gli ingredienti utili a preparare con semplicità, ognuno in casa propria, una cena, dall'antipasto al dolce – vino compreso, con la guida del regista e scrittore "gastrofilosofo" Donpasta.

Si potrà farlo tutti insieme **sabato 19 dicembre 2020**, da condividendo preparazione e "consumazione" stessa in diretta sui canali social. Così ci si potrà stringere idealmente attorno ad un'unica tavolata, lungo tutta l'Italia, a dispetto della pandemia.

È **#aggiungIOPOSSOatavola** il titolo dell'iniziativa organizzata dall'associazione salentina 2HE, attuatrice del progetto solidale nazionale Io Posso, proprio per dare seguito anche quest'anno alla tradizione delle cene di beneficenza che tra novembre e dicembre si sono svolte negli ultimi cinque anni in ristoranti e strutture ricettive di varie parti d'Italia, grazie all'ormai capillare rete di volontari e di sostenitori "iopossini". Sarà un'occasione per restare *uniti anche a distanza* e sostenere i progetti di Io Posso tra cui «La Terrazza "Tutti al mare!"» di San Foca di Melendugno (Lecce), il primo accesso attrezzato al mare in Italia per persone affette da Sla, nato nel 2015 da un'idea di **Gateano Fuso** (1976-2020), ispiratore e fondatore di Io Posso, scomparso lo scorso 14 novembre dopo sei anni di lotta alla Sclerosi Laterale Amiotrofica.

Dettagli su www.ioposso.eu, www.facebook.com/iopossoltreSLA, www.youtube.com/watch?v=YxIcb9lIhI

Come partecipare

Chiunque potrà partecipare ad **#aggiungIOPOSSOatavola** prenotando la speciale “dinner box” per due persone con contributo minimo di 50 euro (spese di spedizione escluse, previste in tutta Italia per chi prenota entro il 10 dicembre). Info e prenotazioni al numero 3661810331 – anche Whatsapp – oppure alla mail ordini@ioposso.eu.

È possibile effettuare la propria donazione attraverso bonifico, carta di credito o anche in contanti per chi effettuerà il ritiro presso la sede Io Posso in via S. D'Acquisto 44 a Calimera (Lecce). Il contributo per partecipare all'iniziativa, al netto delle spese vive di progetto, sarà devoluto interamente a Io Posso.

Una volta ricevuta la scatola a casa, ogni partecipante potrà preparare una cena seguendo le semplici ricette suggerite da Io Posso e il racconto emozionale di **Donpasta** o semplicemente usando la propria creatività in cucina. Si potrà cenare idealmente insieme tenendosi uniti attraverso i social e in particolare i canali di Io Posso. Dalle **ore 20 del 19 dicembre**, inoltre, sarà possibile partecipare alla diretta **#aggiungIOPOSSOatavola** sulla pagina Facebook @iopossoltresla con la partecipazione dei volontari de «La Terrazza “Tutti al mare!”» e di speciali **commensali da tutta Italia**.

Cosa c'è nella scatola

A fronte di una donazione di 50 euro si riceve una “dinner box” che contiene un gadget firmato Io Posso, un contributo del regista e scrittore gastrofilosofo Donpasta, suggerimenti per la preparazione della cena, e una serie di ingredienti per una cena completa (dall'antipasto al dessert) per due persone e cioè:

– Friselline Salentine (circa 150 g.) – **Panificio Verri** di

Caprarica di Lecce (LE)

– Crema di Tonno all'arancia di Sicilia (130 g.) – **Drago Conserve** di Siracusa (SR)

– Crema di Olive nere (180 g.) – **Pralina srl** di Melpignano (LE)

– Formetta di cacioricotta (350 g.) – **Puglialat** di Noci (BA)

– Riso Carnaroli (250 g.) – **Riso Grazia** di Minerbe (VR)

– Zafferano in pistilli purissimi (0.20 g) – **Zafferano del Salento** di Trepuzzi (LE)

– Filetto di tonno all'olio d'oliva (200 g.) – **Drago Conserve** di Siracusa (SR)

– Puntarelle di cicoria sott'olio (290 g.) – **Terra Noscia** di Salve (LE)

– Confezione di cioccolatini e gelèe – **Cioccolato Maglio** di Maglie (LE)

– Cupeta salentina (Croccante di mandorle e miele) – **Stella Dolciumi** di Martano (LE)

– Fichi secchi mandorlati – **MCA ortofrutta** di Nociglia (LE)

– Bottiglia di vino rosso "IoRosso" (da uve Negramaro e Malvasia) – **Azienda Agricola Zacheo** di Carpignano Salentino (LE)

Il tema del 2020

"La forza della fragilità" è il tema della speciale cena di beneficenza di quest'anno. L'immagine scelta è quella del soffione che, proprio mentre cede alla forza del vento sta compiendo il suo gesto più profondo: seminare altra vita attorno a sé. Un tema dal significato ancora più intenso per tutti gli "iopossini" dopo la recente scomparsa del fondatore

di Io Posso Gaetano Fuso, nel cui ricordo prosegue l'attività dell'associazione.

Gadget natalizi 2020

“La forza della fragilità” caratterizza anche la palla di ceramica 2020 di Io Posso realizzata artigianalmente dalle ceramiciste Margherita Nardi e Giuseppina Tomai Pitinca. È solo uno dei consueti gadget natalizi proposti ogni fine d'anno da Io Posso per sostenere «La Terrazza “Tutti al mare!”» e tutti gli altri progetti di inclusione sociale. Anche per il Natale 2020 prosegue la collaborazione con Cioccolato Maglio che firma i cioccolatini e le gelatine di frutta racchiuse in speciali confezioni marchiate Io Posso.

IoPossoSocialRun

Il 19 e 20 dicembre si svolgerà la #IoPossoSocialRun, una corsa di podismo virtuale non competitiva e marcia ludico motoria su una distanza di almeno 10 km (percorso a scelta del singolo partecipante) dedicata a GaetanoFuso. Tutto il ricavato verrà devoluto all'associazione 2HE per «La Terrazza “Tutti al mare!”». Iscrizioni aperte fino al 18 dicembre sul portale www.cronogare.it/io-posso-social-run. Due i livelli di registrazione: Basic (5 euro) e Pro (12 euro) con il quale si ha diritto alla maglietta dell'evento.

“Io Posso... è vincere ogni giorno”

Il progetto Io Posso, attuato fin dal principio dall'associazione 2HE – Center For Human Health and Environment (di cui è presidente Giorgia Rollo, moglie di Gaetano), prosegue ormai grazie alla grande rete di sostenitori presenti in tutta Italia e con attività in piedi tutto l'anno a favore dell'inclusione sociale, con particolare attenzione anche al turismo accessibile. «**La Terrazza “Tutti al mare!”**» rappresenta il progetto simbolo di Io Posso: in sei anni di attività ha offerto i propri servizi completamente gratuiti a più di settecento ospiti con gravi

disabilità motorie, anche immobilizzati e/o dipendenti da macchinari elettrici, provenienti da tutta Italia ed anche Europa ed è ormai un modello replicato in altre regioni italiane.

Da alcuni anni ZHE ha anche iniziato un'attività di supporto alla ricerca scientifica focalizzata alle terapie geniche applicate alla cura della Sclerosi Laterale Amiotrofica ed ha appena concluso il progetto-pilota "Resilienza a domicilio" che ha portato il sostegno psicologico nelle case di dieci famiglie colpite da questa malattia.

Il lavoro di inclusione sociale va avanti grazie a tutti coloro che vogliono condividere lo spirito e il motto di Gaetano: "Io Posso... è vincere ogni giorno!".

Daniele De Michele, Aka, Donpasta, testimonial di **#aggiungIOPOSSOatavola**

Il suo primo film "I Villani" co-prodotto da Rai Cinema e finanziato dal Mibac è stato presentato alle Giornate degli Autori e dopo un lungo tour nazionale e internazionale è stato presentato in prima visione su Rai3 come puntata speciale di Geo. Per il New York Times, "uno (e per certi versi unico) dei più inventivi attivisti del cibo". Collabora con Geo And Geo (Rai3), La Effe, Fahreneth (Radio3). Nel 2014 ha pubblicato Artusi Remix (Mondadori), frutto di un lavoro condiviso con il Comitato Scientifico di Casartusi. Per Treccani e Corriere della Sera ha curato la serie web-tv "Le nonne d'Italia in cucina", viaggio nelle venti regioni incontrando nonne in cucina. Il suo primo progetto, "Food sound system" è divenuto un libro, edito da Kowalski, e uno spettacolo multimediale, in tournée in giro per il mondo da ormai dieci anni. Nel febbraio 2013 pubblica: La Parmigiana e la Rivoluzione. Scrive regolarmente per Repubblica, Corriere della Sera, Left.

<https://www.youtube.com/watch?v=YxIcb9lIhI>