

**San Martino ci dona l'ultima estate
Poi arriva il generale inverno.**

**Periodico d'informazione sulle attività culturali e ricreative
redatto dai Volontari dell'A.V.A. del C.D.A. di VARESE.**

**Centro Polivalente
Via Maspero, 20 – Varese tel. 0332/286390**

Numero 243 novembre 2012

Ciclostilato in proprio dal Servizio Sociale del Comune di Varese per uso interno.

Sommario

Sommario		pag	1
Redazione e Collaboratori		“	3
Editoriale	<i>Mauro Vallini</i>	“	4
<u>Com. dell’A.V.A.</u> Premiazione “Liberi Voli”	<i>A.V.A.</i>	“	5
<u>Com. dell’A.V.A.</u> Soggiorni 2012 (Ischia e Natale, capodanno ed Epifania in Liguria)	<i>A.V.A.</i>	“	7
<u>Com. dell’A.V.A.</u> Pranzo sociale 15 Dic. ‘12	<i>A.V.A.</i>	“	8
<u>Com. del C.D.I.</u> Corsi amatoriali	<i>C.D.I.</i>	“	9
<u>La voce ai lettori:</u> Due novembre	<i>Enrico Robertazzi</i>	“	15
<u>La voce ai lettori:</u> Lasciami dormire	<i>Stefano Robertazzi</i>	“	16
<u>La voce ai lettori:</u> Poesie di Chicca (Amicizia, Amica lontana; Amico)	<i>Nadia Cecconello</i>	“	13
<u>La voce ai lettori:</u> Un nipotino molto intelligente	<i>Lucia Covino</i>	“	17
<u>La voce ai lettori:</u> Miraggi	<i>Carlotta Fidanza Cavallasca</i>	“	18
<u>La voce ai lettori:</u> Poesie di Amalia Aletti (Ritorno alla vita; Sereno compleanno)	<i>Amalia Aletti</i>	“	19
<u>La voce ai lettori:</u> Sentimento	<i>Maria Bezushka</i>	“	20
<u>La voce ai lettori:</u> Riflessione e poesia di Chicca (Non c’è morte; Insonnia)	<i>Lilli Marino</i>	“	21
<u>La voce ai lettori:</u> Poesie di Luciano (Non ha età; Colori)	<i>Luciano Curagi</i>	“	22
Copertina “Storie di casa nostra”	<i>Mauro Vallini</i>	“	23
Quell’angolo Il cuore della città si chiamava Piazza Porcari	<i>Mauro Vallini da Varese News</i>	“	24
Vetrina delle arti e dei mestieri perduti Boaro e Boassaro	<i>Giulio Maran</i>	“	25
Un po’ di storia d’Italia (17 ^a parte)	<i>Giancarlo Campiglio</i>	“	26
Storia della prostituzione (3 ^a parte)	<i>Mauro Vallini</i>	“	30
Quello spirito alpino in difficili momenti di guerra	<i>Franco Pedroletti</i>	“	33
San Martino – ovvero la leggenda di due chiese e le vicissitudini di due guerre	<i>Franco Pedroletti</i>	“	35
Copertina “Saggi, pensieri e riflessioni”	<i>Mauro Vallini</i>	“	37

Riflessioni di Lidia Adelia (Bonifati, Arriva l'autunno, Novembre, Carissima Mery, Ricordi di fanciullezza, Le farfalle)	<i>Lidia Adelia Onorato</i>	“	38
La crisi economica vista da una persona “ignorante”	<i>Franco Pedroletti</i>	“	40
La musica fa stare meglio	<i>Laura Franzini</i>	“	42
Il grande burrone	<i>Adriana Pierantoni da un'e-mail</i>	“	43
La morte di un piccolo borgo	<i>Giancarlo Elli (Ul Selvadigh)</i>	“	44
Nonna Luisa (Lüisina)	<i>Giampiero Brogini</i>	“	45
Ballo – Danza e “Carola”	<i>Ivan Paraluppi</i>	“	46
Come reagiscono i bambini davanti alla televisione	<i>G. Guidi Vallini L. Malesani</i>	“	48
Ricette di felicità	<i>Giuseppina Guidi Vallini</i>	“	49
Ragazza uccisa a Palermo	<i>Mauro Vallini da Internet</i>	“	50
Copertina “L'angolo della poesia”	<i>Mauro Vallini</i>	“	51
Sul molo	<i>Alba Rattaggi</i>	“	51
Poesie di Maria Luisa: Ombra, Vita, Mio	<i>Maria Luisa Henry</i>	“	52
Poesie di Lidia Adelia: Sera, La Luna	<i>Lidia Adelia Onorato</i>	“	53
Poesie di Giancarlo: Il treno dei ricordi, Sull'Ortigara, Autunno sul lago	<i>Giancarlo Elli (ul Selvadigh)</i>	“	54
Poesie di Luigi: L'ora legale; Mia personale	<i>Luigi Fortunato</i>	“	56
Poesie di Giulio: L'aurora; Mondo fatato	<i>Giulio Maran</i>	“	57
Cameo	<i>Luciana Malesani</i>	“	58
Poesie di Seby: La tristezza, Pensieri	<i>Seby Canu</i>	“	58
Copertina “Gocce di scienze”	<i>Mauro Vallini</i>	“	59
Mela d'oriente, Ioto del Giappone, cibo degli dei. Ovvero “Cachi”	<i>Adriana Pierantoni</i>	“	60
Albatro	<i>Jole Ticozzi</i>	“	61
Lo studio sulle origini “La vita portata dalle meteoriti”	<i>A cura di Mauro Vallini</i>	“	62
Scoperto un pianeta di puro diamante	<i>A cura di Mauro Vallini</i>	“	64
Copertina “Rubriche ed avvisi”	<i>Mauro Vallini</i>	“	65
Sapevate che?	<i>Rosalia Albano</i>	“	66
Sorridendo	<i>Rosalia Albano</i>	“	66
Divagazioni	<i>Giovanni Berengan</i>	“	67
Vocabolario	<i>G. Guidi Vallini – L. Malesani</i>	“	68

Spigolando	<i>Jole Ticozzi</i>	“	69
Altre spigolature	<i>Maria Luisa Henry</i>	“	70
In cucina con Seby	<i>Seby Canu</i>	“	71
Storia della ricetta del tortellino	<i>Rosalia Albano</i>	“	71
Cita a Soncino	<i>Alberto Mezzera</i>	“	72
Percorso Fiabe e favole – dal 2000 al 2012 .	<i>Giuseppina Guidi Vallini</i>	“	74
Associazione Anziani di Barasso	<i>Giovanni Berengan</i>	“	76
Festa dei nonni presso la scuola materna Jolanda Trolli	<i>Giuseppina Guidi Vallini</i>	“	77
Festa dei nonni presso la scuola materna Don Milani	<i>Giuseppina Guidi Vallini</i>	“	78
I bambini della scuola materna di Giubia- no “Malnati Macchi Nidoli” al CDI di via Maspero per la festa dei nonni	<i>Giuseppina Guidi Vallini</i>	“	79

Redazione:

Mauro VALLINI	CAPOREDATTORE
Giuseppina GUIDI VALLINI	SEGRETARIA
Giovanni BERENGAN	Rapporti con A.V.A. e Comune

Articelisti:

Rosalia ALBANO	Giovanni BERENGAN	Giampiero BROGGINI
Giancarlo CAMPIGLIO	Seby CANU	Giancarlo ELLI
Luigi FORTUNATO	Laura FRANZINI	Giuseppina GUIDI VALLINI
Maria Luisa HENRY	Luciana MALESANI	Giulio MARAN
Alberto MEZZERA	Lidia Adelia ONORATO	Ivan PARALUPPI
Franco PEDROLETTI	Adriana PIERANTONI	Mauro VALLINI

Hanno contribuito anche:

Maria ALBANESE	Amalia ALETTI	Maria BEZUSHKS
Nadia CECCONELLO	Lucia COVINO	Luciano CURAGI
Giovanni LA PORTA	Lilli MARINO	Carlotta FIDANZA CAVALLASCA
Alberto MEZZERA	Alba RATTAGGI	Silvana ROBERTAZZI
Stefano ROBERTAZZI		

Unitamente a tutti i lettori del nostro periodico, ringraziamo, chi ha voluto contribuire con offerte e in modo particolare: Lidia Grisotto, Laura e una lettrice di Avigno che hanno offerto 10 € ciascuna, Maurizio e Maria Antonia con un contributo di 20 €, e Gianluigi Bosoni che ha offerto 5€. Il totale delle offerte è, quindi, di 55€. Ci serviranno per perfezionare ancora di più il nostro servizio.

EDITORIALE

Mauro Vallini

Cari amici e amiche che leggerete questo numero de LA VOCE, il tempo scorre e già quasi siamo pronti per decorare l'albero di Natale e/o per allestire il presepe. Non è passato molto dai giorni in cui il solleone ci diceva: "è estate!". Ma le foglie appassite, dai caldi colori, ci indicano che i tempi dei bagni di mare sono passati e dobbiamo aspettarci i freddi dell'inverno incombente.

Carducci, nella poesia "San Martino" scriveva «*La nebbia agli irti colli piovigginando sale e sotto il maestrale urla e biancheggia il mar ...*» Ci attendono le nebbie e le piogge, poi le neviccate ed il gelo. Ma è importante che tutto questo avvenga senno' la vita non potrebbe rifiorire nella prossima primavera.

La crisi (è purtroppo un ritornello sempre presente) ci attanaglia e non dà tregua: nuove tasse, gli stipendi e le pensioni che non aumentano, mentre i prezzi sì. Speriamo che si possa uscire da questo scuro tunnel e che infine si possa vedere la luce.

I giovani vivono con la certezza un futuro incerto e gli anziani temono tagli alla loro qualità di vita.

È arduo oggi mantenere accesa la fiammella della speranza. Forse dovremo cambiare tutti i nostri comportamenti e cambiare, dopo una certa età, è veramente difficile.

Ma occupiamoci di questo numero del periodico e scacciamo via i brutti pensieri.

Nello spazio dedicato ai lettori ed agli avvisi troverete le locandine per la premiazione del concorso di poesia "**Liberi Voli**" e del pranzo sociale di Natale ad opera dell'A:V:A.; le comunicazioni del C:D:I: sono relative ai corsi amatoriali. Ricca la sezione di "La voce ai lettori", soprattutto di poesie.

In "**Storie di Casa nostra**" la copertina e due articoli sono dedicati a "Varese com'era". Segue la XVII puntata di un po' di storia d'Italia in cui si tratta della terza guerra d'indipendenza. Concludono la sezione la terza parte della storia della prostituzione (medioevo e rinascimento) e due articoli di Franco Pedroletti.

La novità editoriale è però rappresentata dall'articolo di Giulio Maran. Giulio ha svolto una ricerca sugli antichi mestieri che si svolgevano a Varese. In questo numero di novembre, con presentazione di Giuseppina Guidi Vallini, ne vengono proposti due: boaro e boasciaro (raccoltore di boasce, ossia di sterco). Sono mestieri ormai scomparsi ma che mi piacerebbe, soprattutto l'ultimo, che fossero attribuiti ad alcuni politici ed amministratori che hanno rubato e rubano denaro pubblico, ossia anche il nostro.

Nella parte dedicata alle **riflessioni** segnalerei soprattutto l'articolo di Franco Pedroletti inerente alla crisi economica, l'articolo di Giancarlo Elli e quello di Ivan Paraluppi..

La sezione "**L'angolo della poesia**" è sempre ricca di immagini. Segnarne alcune lo trovo molto difficile.

In "**gocce di scienze**" è da leggere attentamente l'articolo di Adriana Pierantoni su un frutto di stagione, "il kaki".

Nelle **rubriche**, oltre alle usuali rubriche Divagazioni, Curiosità – Lo sapevate che? – Spigolandolo – In cucina con Seby e Vocabolarietto, troverete il resoconto della gita a Soncino, scritto da Alberto Mezzera. Poi cronache delle feste dei nonni che si sono tenute in vari centri anziani di Varese. Un articolo di Giovanni Berengan descrive l'Associazione Anziani di Barasso.

Quindi ... buona lettura.

Comunicazioni dell'A.V.A.



A.V.A. ASSOCIAZIONE VOLONTARIATO ANZIANI
 Associazione di Promozione Sociale C.F. 95017360124
 Centro Sociale Polivalente di Via Maspero, 20 - 21100 VARESE
 Tel. 0332 - 288 147 Fax 0332 - 241 299
 www.avavarese.it - E-mail: info@avavarese.it



LA PREMIAZIONE DELLA 7^A EDIZIONE DEL CONCORSO DI POESIE



Liberi voli



AVRA' LUOGO

SABATO 17 NOVEMBRE 2012

ALLE ORE 14.30

presso il Centro Anziani di via Maspero 20 a Varese

Per informazioni rivolgersi alla coordinatrice Mariapia Giustolisi:
 e-mail m.giustolisi@alice.it
 o all'indirizzo e-mail avavarese@alice.it o **telefonare al 0332/288147**

con il patrocinio del Comune di Varese e della Provincia di Varese



COMUNE DI
VARESE



Soggiorni

In Italia possibile introduzione tassa di soggiorno, che, ove dovuta, dovrà essere pagata direttamente presso l'Hotel

ISCHIA - PARTENZE DI DOMENICA:

HOTEL TERME PARCO VERDE ** - ISCHIA PORTO**

PERIODI (soggiorni settimanali)	Quota	Sett. Suppl.	singola	3° letto
dal 02/12 al 23/12/2012	370	185	70	-30

F06

Organizzazione Tecnica: Etlisind Milano

HOTEL PUNTA DEL SOLE ** - FORIO D'ISCHIA**

PERIODI (soggiorni settimanali)	Quota	Sett. Suppl.	singola
dal 02/12 al 23/12/2012	395	195	150

F07

Organizzazione Tecnica: Etlisind Milano

Le quote comprendono: Viaggio in bus G.T. - Pranzi durante il viaggio (con cambio bus) - Passaggi marittimi A/R - 15 giorni/14 notti - Pensione completa incluse bevande (1/2 minerale + 1/4 di vino) - Sistemazione in camere doppie standard con servizi privati - Assistenza turistica in loco - Assicurazione medico sanitaria, bagaglio e contro annullamenti con le restrizioni previste dalla polizza e disponibile in agenzia .

Le quote non comprendono: mance, extra in genere e tutto quanto non specificato alla voce " la quota comprende".

**CHIUDETE CASA
PER TRE SETTIMANE
RISPARMIATE SULLE SPESE**

SPECIALE ISCHIA 3 SETTIMANE HOTEL TERME PARCO VERDE ****

Periodo			Quota €	singola €
F51.1	Dal 3 febbraio al 24 febbraio 2013	22 giorni 21 notti	650,00	800,00

La quota comprende: viaggio in pullman G.T., pensione completa con bevande ai pasti (1/2 minerale +1/4 vino) dalla cena del primo alla prima colazione dell'ultimo giorno, PRANZI IN RISTORANTE DURANTE IL PERCORSO, drink di benvenuto, assicurazione medico sanitaria, bagaglio e contro annullamenti.

LA QUOTA E' VALIDA PER PRENOTAZIONI EFFETTUATE ENTRO IL 19 NOVEMBRE 2012

Organizzazione Tecnica: ETLISIND Milano

CALDO INVERNO A SORRENTO HOTEL PARCO DEL SOLE ***

Periodo			Quota €	singola €
V51.1	Dal 14 marzo al 28 marzo 2013	15 giorni 14 notti	505,00	785,00

La quota comprende: viaggio in pullman G.T., pensione completa con bevande ai pasti (1/2 minerale +1/4 vino) dalla cena del primo alla prima colazione dell'ultimo giorno, assicurazione medico bagaglio.

Organizzazione Tecnica: VESUVIO EXPRESS

NATALE CAPODANNO EPIFANIA IN LIGURIA

*ARMA DI TAGGIA RIVIERA DEI FIORI HOTEL ARMA ****

Hotel completamente ristrutturato nel 2009, ubicato nel centro a circa 200 metri dal mare. Le Nostre camere RINNOVATE, grandi e spaziose tutte con ARIA CONDIZIONATA dotate di TV color satellitare, bagno,phon telefono diretto, '80% sono con terrazza, privo di barriere architettoniche ascensore al piano che accoglie le carrozzine più piccole per disabili 2 CAMERE PER DISABILI CON BAGNI ATREZZATI. La cucina, di ottimo livello ;buffet d'insalate; pesce ad ogni pasto combinando ricette regionali con piatti internazionali; paste fresche FATTE IN CASA; pasticceria di nostra produzione colazione del mattino a buffet con DOLCE E SALATO PER PARTIRE CON IL MIGLIOR SPRINT. L'albergo dispone di una ampia sala polifunzionale con radiomicrofoni, dove si possono svolgere attività di TV, gioco carte,tombola e altro, solarium , un giardino mantenuto in fioritura in ogni stagione, bar, ampia reception, sala per carte e lettura. Conduzione familiare con presenza costante per ogni evenienza, portineria notturna sempre presente.

23 Dicembre 2012 – 6 Gennaio 2013

QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE (minimo 40 persone)

Euro 750

Supplemento camera singola

Euro 195

23 Dicembre 2012 – 30 Dicembre 2012

QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE (minimo 40 persone)

Euro 500

Supplemento camera singola

Euro 110

30 Dicembre 2012 – 6 Gennaio 2013

QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE (minimo 40 persone)

Euro 500

Supplemento camera singola

Euro 110

Assicurazione annullamento viaggio (facoltativa) € 20,00

LE QUOTE COMPREDONO:

- viaggio in autopullman GT
- sistemazione in camere doppie con servizi
- drink di benvenuto e brindisi dell'arrivederci
- pensione completa dal pranzo del primo giorno al pranzo dell'Epifania dell'ultimo giorno, bevande ai pasti (secondo il turno di partecipazione)
- Pranzo di Natale e cenone di Capodanno con festeggiamenti e musica dal vivo (secondo il turno di partecipazione)
- 1 misurazione della pressione
- cena alla ligure
- una serata danzante con musica dal vivo
- polizza sanitaria
-

LE QUOTE NON COMPREDONO:

- facoltative, extra in genere e tutto quanto non espressamente indicato

Organizzazione Tecnica: Personal Tour



A.V.A.
 Associazione Volontariato Anziani
 Centro Sociale Polivalente
 Via Maspero 20
 21100 - Varese



CI FACCIAMO GLI AUGURI DI BUON NATALE

PRANZO SOCIALE

SABATO 15 DICEMBRE 2012

ORE 12,30

PRESSO IL NOSTRO CENTRO

QUOTA DI PARTECIPAZIONE:

€ 25.00



POSTI DISPONIBILI LIMITATI

Prenotazioni in segreteria A.V.A.
entro l' 11 dicembre 2012

Comunicazioni del CDI

Si comunica che dal 15 ottobre sono iniziati i corsi amatoriali che si protrarranno fino al 26 gennaio 2013.

La scheda d'iscrizione, la tipologia e gli orari, i conduttori e le sedi dove tali corsi si svolgeranno sono riportati nelle pagine seguenti.

Si comunica anche quanto segue:

1. il 16.11, presso il Centro anziani Grilli si svolgerà la festa dei nonni
2. presso il C.D.I. di via Maspero sarà aperta la mostra dei lavori prodotti nei vari corsi amatoriali.



COMUNE DI
VARESE



Assessorato Famiglia, Persona e Università
Centro Diurno Integrato
di Via Maspero

Via Maspero, 20 - Tel. 0332/286390

CORSI AMATORIALI 15 OTTOBRE 2012 - 26 GENNAIO 2013

Il sottoscritto

nato a prov il

residente in via

Tel.

Tessera n. / Tessera A.V.A n.

chiede di essere iscritto ai seguenti corsi amatoriali previsti per il periodo Ottobre 2012 / Gennaio 2013.

Il sottoscritto si impegna ad informare la segreteria del Centro Sociale Polivalente di via Maspero, 20 di eventuali assenze.

In fede

Varese li

IO SOTTOSCRITTO MI IMPEGNO, NELL'ATTIVITÀ PROPOSTA, A SEGUIRE QUANTO È NELLE MIE POSSIBILITÀ FISICHE ESONERANDO, QUINDI, IL CONDUTTORE E L'ORGANIZZATORE DEI CORSI DA OGNI RESPONSABILITÀ PER EVENTUALI CONSEGUENZE DANNOSE AL MIO STATO DI SALUTE.

In fede

Varese li

Per l'ammissione al corso è indispensabile il rilascio di:

- Tessera assicurativa di € 5,00
- Tessera associativa all'Associazione Volontari Anziani.
- Contributo di € 12,00 per ogni Corso
- È prevista l'iscrizione ad 1 solo corso per categoria per un massimo di 3 corsi.
- È eventualmente gradito un contributo libero destinato alle iniziative del Centro.
- È fatto divieto ai partecipanti dei Corsi di ballo di utilizzare il parcheggio del Centro di via Maspero, 20.

Durante i corsi saranno presenti volontari di sostegno.

Responsabile della Supervisione e coordinamento: sig.ra Maria Albanese.

Con riferimento alle disposizioni del Decreto legislativo 30 giugno 2003, n. 196 - "Codice in materia di protezione dei dati personali", si autorizza l'Amministrazione Comunale all'uso dei dati personali nel rispetto degli obblighi previsti dalla predetta legge.

In fede

Varese li

CENTRO SOCIALE POLIVALENTE - CENTRO DIURNO INTEGRATO

Via Maspero n°20
21100 Varese
C.F./P.IVA 00441340122

Tel. +39 0332 286.390

www.comune.varese.it

Acquarello – per Ospiti C.D.I.	Mar. 10.30 – 11.30
Addobbi natalizi	Lun. 10.00 – 11.30
Arteterapia – per Ospiti C.D.I.	Mar. 09.45 – 10.45
Balli country base (San Fermo)	Mar. 16.30 – 18.30
Balli country intermedio (San Fermo)	Lun. 15.00 – 17.00
Balli di gruppo Line Dance (San Fermo)	Gio. 16.30 – 18.30
Balli fantasie caraibiche a coppie – intermedio (San Fermo)	Mer. 10.00 – 12.00
Ballo di gruppo	Ven. 09.45 – 11.45
Ballo di gruppo (Avigno)	Lun. 10.00 – 12.00
Ballo di gruppo – intermedio	Sab. 10.00 – 12.00
Ballo di gruppo – principianti	Lun. 09.30 – 11.30
Ballo di gruppo (San Fermo)	Ven. 10.00 – 12.00
Ballo liscio – avanzato	Mer. 10.00 – 12.00
Ballo liscio – principianti	Gio. 10.00 – 12.00
Ballo liscio – avanzato (San Fermo)	Ven. 15.00 – 17.00
Ballo liscio – principianti (San Fermo)	Mer. 15.00 – 17.00
Borse	Gio. 14.30 – 16.00
Borse, cestini e collane (Avigno)	Mer. 10.00 – 12.00
Computer (San Fermo)	Gio. 14.30 – 15.30
Computer – base [Tettamanti – Coppadoro]	Mar. 09.30 – 11.00
Computer – intermedio [Cataldo – Ambrosini]	Mer. 09.30 – 11.00
Computer – base [Cataldo – Calandrino – Coppadoro]	Ven. 09.30 – 11.00
Computer – proprietà ed uso chiavetta	Mer. 15.00 – 16.30
Computer (Via Piave) [De Filippo – Cataldo – Coppadoro]	Lun. 09.30 – 11.00
Computer – internet [Ambrosini – De Filippo – Calandrino – Coppadoro]	Gio. 09.30 – 11.00
Coro	Mer. 15.00 – 17.00
Cucito	Lun. 10.00 – 12.00
Cucito	Mer. 10.00 – 12.00
Cucito – introduzione	Mar. 10.00 – 12.00

Cucito (Sangallo)	Mar. 15.30 – 16.30
Cucito sartoriale	Gio. 10.00 – 12.00
Danze popolari	Mar. 10.00 – 11.30
Découpage – avanzato	Ven. 14.30 – 16.30
Découpage – principianti	Mer. 10.00 – 11.30
Découpage (Avigno)	Mer. 14.00 – 15.00
Difesa personale	Gio. 16.00 – 17.00
Dipingere	Lun. 09.00 – 10.30
Disegno	Gio. 10.00 – 11.30
Disegno (San Fermo)	Gio. 13.30 – 14.30
Disegno – principianti ed avanzato (Avigno)	Ven. 10.00 – 11.30
Francese	Gio. 09.30 – 11.00
Francese conversazione (Sangallo)	Mer. 16.00 – 17.00
Ginnastica (Avigno)	Mar. 09.00 – 10.00
Ginnastica (Avigno)	Lun. 10.30 – 11.30
Ginnastica (Sangallo)	Ven. 15.45 – 16.45
Ginnastica – esterni [NEGRI]	Mer. 08.30 – 09.30
Ginnastica (San Fermo)	Mar. 10.30 – 11.30
Ginnastica dolce – dolce – interni ed esterni S.	Mar. 14.30 – 15.30
Ginnastica e rilassamento – interni ed esterni C/M	Ven. 10.30 – 11.30
Ginnastica per Ospiti C.D.I.	Lun. 10.30 – 11.30
Ginnastica per tutti – interni ed esterni [Maroni]	Gio. 14.30 – 15.30
Giochi di musica – per interni ed esterni	Mar. 09.30 – 11.00
Gioco delle carte	Lun. 14.30 – 16.00
Inglese conversazione – intermedio	Mar. 10.30 – 11.30
Inglese conversazione – principianti	Mar. 09.30 – 10.30
Inglese conversazione (Avigno)	Mer. 10.30 – 11.30
Inglese conversazione (San Fermo)	Gio. 10.30 – 11.30
Laboratorio di riciclo	Ven. 14.00 – 15.30

Lana cotta	Lun. 14.00 – 16.00
Maglia (San Gallo)	Ven. 15.00 – 16.30
Musica e canto (San Fermo)	Mar. 15.00 – 16.00
Musicoterapia (San Fermo)	Gio. 10.30 – 11.30
Musicoterapia (Avigno)	Lun. 13.30 – 14.30
Pigotte e bambole di pezza	Ven. 14.30 – 16.00
Piscina – 10 lezioni dal 19/10 al 21/12 – contributo da definire.	Ven. 10.30 – 11.30
Porcellana	Mar. 14.30 – 16.00
Psicomotricità per interni { <i>Marzioli</i> }	Mer. 14.00 – 14.45
Scacchi (Avigno)	Ven. 20.30 – 22.00
Spagnolo – intermedio	Gio. 10.30 – 11.30
Spagnolo – principianti	Gio. 09.30 – 10.30
Storia di Varese	Gio. 11,30 – 12.30
Tedesco	Lun. 15.00 – 16.00
Yoga [<i>Lanzani</i>]	Lun. 10.45 – 11.45
Shiatsu basi di yoga	Ven. 09.30 – 10,30

Comune di Varese – Centro Diurno Integrato di via Maspero				
Programma settimanale dei Corsi Amatoriali - Ottobre 2012 – Gennaio 2013				
	Orario	Corsi	Dove	Conduttori
Lunedì	9,00-10,30	-Dipingere	Salone	Botter-Cortelazzi
	9,30-11,00	Computer Via Piave –dal 19/3 al 23/4	Via Piave 1	De Filippo-Cataldo-Coppodoro-
	9,30-11,30	-Ballo di gruppo – principianti -	Salone Bar	Buzzi
	10,00-12,00	-Cucito	Sartoria	Gandini
	10,00-11,30	-Addobbi natalizi	Biblioteca	Casarico-Abbiati-Sangiovanni
	10,00-12,00	-Ballo di gruppo – Avigno –	Avigno - Salone sotterraneo –	Coniugi Lastella
	10,30-11,30	- Ginnastica – Avigno –	Centro di Avigno	Localzo
	10,30-11,30	-Ginnastica – per interni -	Salone C.D.I.	Campi-Moia
	10,45-11,45	-Yoga	Palestra	Lanzani
	13,30-14,30	-Musicoterapia-Avigno-	Centro di Avigno	Croce
	14,00-16,00	- Lana cotta	Salone C.D.I.	Farè
	14,30-16,00	-Gioco delle carte	Salone Bar	Fortunato
	15,00-17,00	-Balli Country Intermedio – San Fermo -	Centro di San Fermo	Massara
	15,00-16,00	- Tedesco	Saletta piano terra	Schabel – Triani
Martedì	9,00-10,00	- Ginnastica – Avigno -	Centro di Avigno	Salvatelli
	9,45-10,45	- Arterioterapia	Saletta P.t.	Andreoli
	9,30-10,30 – due corsi -	- Inglese conversazione-principianti ed avanzato-	Biblioteca	Zoroberto
	9,30-11,00	-Giochi di musica – interni ed esterni	Salone C.D.I.	Croce
	9,30-11,00	- Computer – Base	Saletta computer	Tettamanti -Coppodoro
	10,30-11,30	- Acquarello per Ospiti C.D.I.	Salone C.D.I.	Cola
	10,30-11,30	- Ginnastica –San Fermo -	Centro di San Fermo	Campi
	10,00-11,30	- Danze popolari	Salone Bar	Franzini-De Gaspari
	10,00-12,00	-Cucito – introduzione	Sartoria	Sangion-Pili
	14,30-15,30	-Ginnastica dolce dolce – interni ed esterni	Salone C.D.I.	Salvatelli
	14,30-16,00	-Porcellana	Saletta riposo	Campiotti
	15,00-16,00	- Musica e canto –San Fermo -	Centro di San Fermo	Campi
	15,30-16,30	-Cucito – Sangallo –	Centro Sangallo	Nicolini M.
	16,30-18,30	- Balli country – base - San Fermo	Centro di San Fermo	Massara
Mercoledì	8,30-9,30	-Ginnastica per esterni	Palestra	Negri
	9,30-11,00	-Computer – intermedio –	Saletta computer	Cataldo-Ambrosini
	10,00-12,00	-Ballo liscio avanzato	Salone Bar	Coniugi Lastella
	10,00-12,00	-Cucito	Sartoria	Gandini
	10,00-11,30	-Décupage principianti –	Sala C.D.I.	Sommaruga
	10,00-12,00	-Borse – cestini – collane - Avigno –	Centro di Avigno	Farè
	10,00-12,00	-Fantasie caraibiche -intermedio–San Fermo–a coppie	Centro di San Fermo	Gigo – Massara
	10,30-11,30	-Inglese conversazione – Avigno -	Centro di Avigno	Zoroberto
	15,00-17,00	-Coro	Biblioteca	Campi/Moia
	14,00-14,45	-Psicomotricità – per interni –	Palestra	Marzioli
	14,00-15,00	-Decupagè-Avigno-	Centro di Avigno	Racioppa
	15,00-16,30	-Computer – computer di proprietà+chiavetta	Saletta computer	De Filippo - Tettamanti - Giancola
	16,00-17,00	-Francoese – conversazione – Sangallo	Centro Sangallo	Morel
	15,00-17,00	- Ballo liscio principianti –San Fermo	Centro di San Fermo	Coniugi Lastella
Giovedì	9,30-11,00	-Computer – intermedio -	Saletta computer	Coppodoro- Ambrosini-De Filippo-Calandrino-
	9,30-11,00	-Francoese	Saletta p.t.	Ardo
	10,00-11,30	-Disegno	Salone C.D.I.	Curagi – Cortelazzi - Filippi
	10,00-12,00	-Ballo liscio principianti	Salone Bar	Coniugi Lastella
	10,00-12,00	-Cucito sartoriale	Sartoria	Montagna – Pili – Sangion
	10,30-11,30	-Musicoterapia – San Fermo –	Centro San Fermo	Croce
	10,30-11,30	-Inglese conversazione –San Fermo -	Centro San Fermo	Zoroberto
	9,30-11,30 – due corsi	-Spagnolo – principianti ed intermedio -	Biblioteca	Folladori
	11,30-12,30	-Storia di Varese	Saletta p.t.	Ardo
	13,30-14,30	-Disegno – San Fermo -	Centro San Fermo	Campi-Urlea
	14,30-15,30	-Computer – San Fermo -	Centro San Fermo	Zoroberto
	14,30-16,00	-Borse	Sartoria	Cola
	14,30-15,30	-Ginnastica per tutti – interni – esterni	Salone C.D.I.	Maroni
	16,00-17,00	-Difesa Personale	Palestra	Localzo
16,30-18,30	- Balli di gruppo Line Dance – San Fermo	Centro San Fermo	Massara	
Venerdì	9,30-11,00	- Computer – Base –	Saletta computer	Cataldo- Calandrino-Coppodoro
	9,30-11,00	- Shiatsu e basi di yoga	Palestra	Dossi
	9,45-11,45	- Ballo di gruppo	Salone Bar	Coniugi Cavalli - Massara
	10,00-11,30	- Disegno – Avigno – principianti ed avanzato	Centro di Avigno	Curagi – Oglietti
	10,00-12,00	- Ballo di gruppo – San Fermo	Centro San Fermo	Coniugi Lastella
	10,30-11,30 – due corsi	-Ginnastica e rilassamento – interni – esterni	Salone	Campi-Marzioli
	10,30-11,30	- Piscina – 10 lezioni - (contributo da definire)	Palaghiaccio	Pellegrini
	14,00/ 15,30	- Laboratorio di riciclo	Salone CDI	Marzioli
	14,30-16,00	- Pigotte e bambole di pezza	Biblioteca	Andreina
	14,30-16,30	-Décupage – avanzato	Saletta riposo	Scaccabarozzi - Cola
	15,00-16,30	-Maglia – Sangallo	Centro Sangallo	Nicolini A.
	15,00-17,00	-Ballo liscio avanzato - San Fermo	Centro di San Fermo	Coniugi Lastella
	20,30-22,00	- Scacchi –Avigno-	Centro Avigno	Maresca
	15,45-16,45	- Ginnastica Sangallo	Centro Sangallo	Pepe
5	10,00-12,00	-Ballo di gruppo – intermedio –	Salone Bar	Mosele-Cardinale -Massara

SUPERVISIONE E COORDINAMENTO DELLA RESPONSABILE DEL CENTRO SOCIALE POLIVALENTE MARIA ALBANESE.

E' FATTO DIVIETO AI PARTECIPANTI DEI CORSI DI BALLO, DI UTILIZZARE IL PARCHEGGIO DEL CENTRO.

SI RICHIAMA ALLA NECESSITA' DI RISPETTARE LE INDICAZIONI DELLE DESTINAZIONI DEI POSTI MACCHINA E DI NON POSTEGGIARE FUORI DAGLI SPAZI INDICATI. L'USO DEL PARCHEGGIO E' LIMITATO AL TEMPO DELLA FREQUENZA DEI CORSI.

La voce ai lettori

Due novembre

Enrico Robertazzi da Silvana Robertazzi

*J*eri l'altro mi recai al camposanto
e vidi, un po' discosto dal cancello,
inginocchiato, in accorato pianto,
sopra una fossa nuda, un bimbo bello.

*Appresi che la sua povera mamma
era morta consunta di recente
e il bimbo, i crisantemi e più la fiamma
le aveva portato nel suo core ardente.*

*Sembrò che gli occhi accesi come face
violassero il mistero de la morte
per cui senti una voce: Vivi in pace!
Non piangere per me. Sì, figlio, forte!*

*E, poscia, con più tenera favella:
non maledire il crudo tuo destino,
lassù, nel cielo, brilla una gran stella,
la mamma tua che guida il tuo cammino.*

*Nel mondo vivi tu de la menzogna,
il vero è solo qui nel regno mio,
lavora santamente, abbi vergogna
del male e guarda fiducioso in Dio.*

*Estirpa la gramigna dal tuo core,
ama l'umanità sia pur cattiva;
ama il bello ed il vero chè l'amore
è come l'acqua limpida sorgiva*

*che scende dalla roccia alla pianura,
saltella da le balze sue montane,
dà luogo ad una lunga fioritura
dà vita al seme che darà il tuo pane.*

*Verrai, così facendo, in paradiso,
presso la mamma tua, che solo spera,
che attende di baciare il tuo bel viso,
gli occhioni belli, come una preghiera.*

*Le stelle tremolanti del bambino
si velarono, ancora, pel gran pianto,
ma un solè d'oro sorse in quel mattino
da quella nuda fossa, al camposanto.*



Lasciami dormire

Stefano Robertazzi

*N*o, non svegliarmi, lasciami dormire! Sento il bisogno d'esser trasportato al di fuori del mondo dai miei sogni che, come una corrente voluttuosa, nel cielo mi trascinano beato e mi fan dimenticare la tristezza. Perché dovrei svegliarmi e tornare come un pazzo a gettarmi nella mischia in una lotta iniqua coi miei simili, col solo fine d'aumentar le delusioni che già possiedo e gettare in un baratro la vita?

*N*o, non svegliarmi, lasciami dormire, non rovinarmi ancora l'esistenza... Voglio esser trasportato dai miei sogni nel regno, sconosciuto sulla terra, dove domina sovrana la felicità!...



Miraggi

Carlotta Fidanza Cavallasca

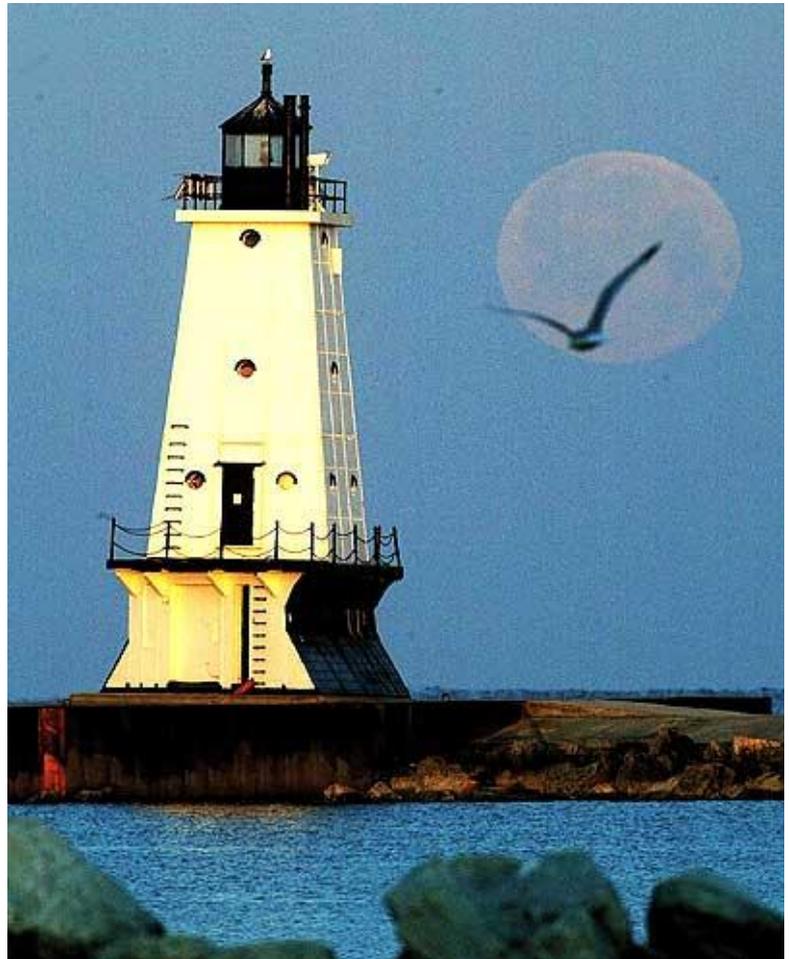
*N*ella scia di un faro
danzano impazziti
miriadi di insetti.
Quell'approdo di luce
ora quasi imprigiona
il loro moto frenetico.

*Nel buio della vita
si alternano luminosi
fasci di speranza
che si fanno meta
per passi insicuri.*

*È terra nuova
ove si corre
anelando a conquiste.
Inebria il profumo
di fiori fruttuosi.*

*Quando improvvisa
si spegne la luce
di nuovo nel buio
attanagliano ansie
riemergono affanni.*

*E si veste in attesa
di nuovi fari
pur sapendo
che sono solo miraggi.*



Storie di Casa nostra



VARESE - Come si presentava un tempo l'imbocco dell'attuale via Marconi.

Antica stampa d'epoca.

Saggi, Pensieri, riflessioni



Disegno di Lino Cadoni

Le decisioni sono un modo per definire se stessi. Sono il modo per dare vita e significato ai sogni. Sono il modo per farci diventare ciò che vogliamo essere.

Dalai Lama

L'angolo della Poesia

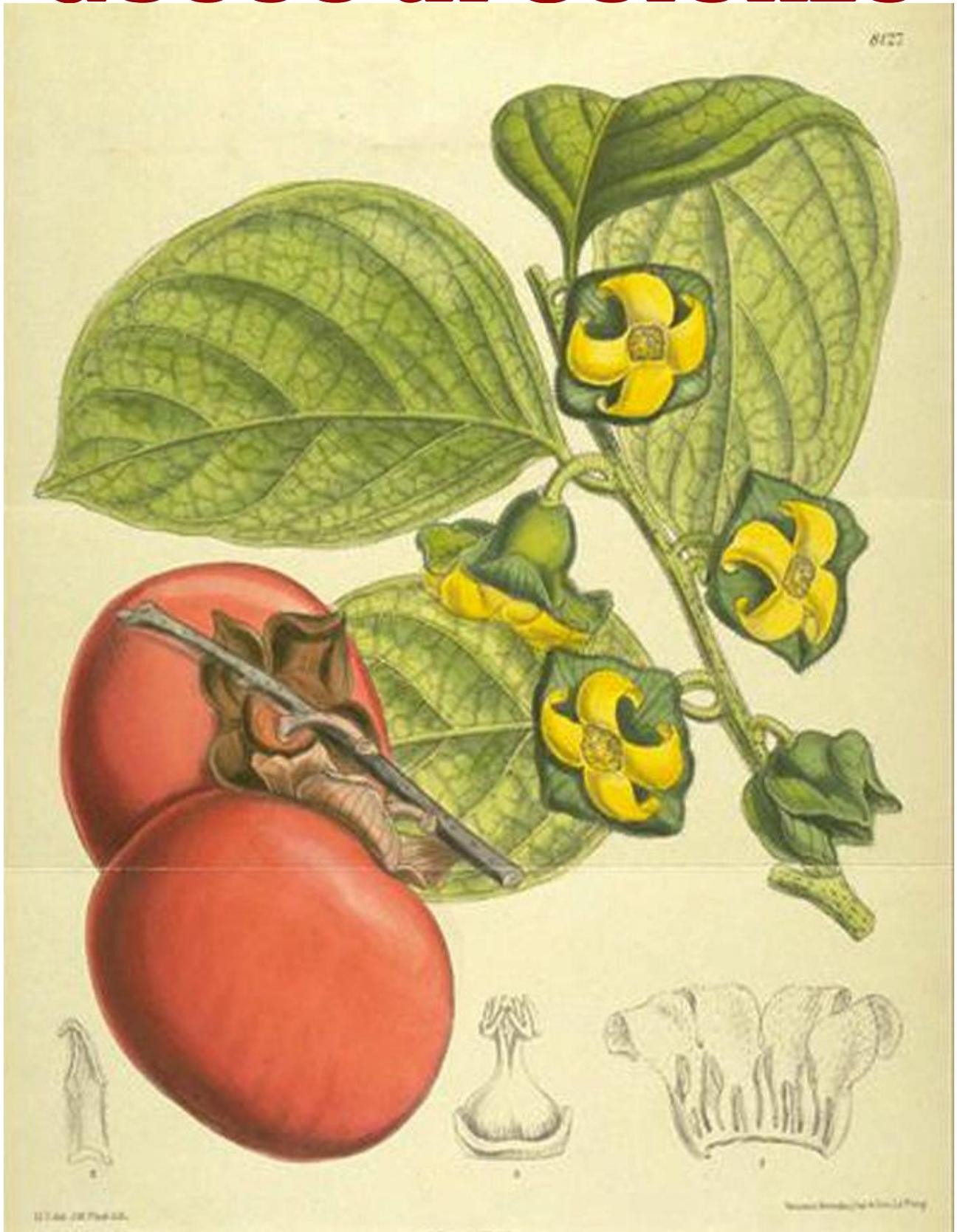


Sul molo

Alba Rattaggi.

*Baluginio di luce
impreziosisce il lago
increspature dolci
fremiti d'ala appena.
Accoccolata a riva
ascolto attenta il cuore
di gioia sussultare*

Gocce di Scienze



La pianta del mese: Diospyros kaki

Rubriche e avvisi

Les Très Riches Heures du Duc de Berry : il mese di novembre



Vetrine delle arti e mestieri perduti
Risate, Spigolature, Relazioni su attività svolte
 ed ... anche altro

Per ricordare le arti e i mestieri perduti, Giulio Maran ha fatto pervenire in redazione, interessanti notizie al tempo dell'aratura sulla loro storia e tradizione ed abbiamo così aperta una vetrina a loro riservata per cui, in ogni numero, saranno pubblicate le informazioni forniteci, relativamente a due mestieri e chissà che, in un non lontano futuro, non possano essere nuovamente rimessi in attuazione.

Giuseppina Guidi Vallini

Boaro

I buoi e le vacche erano affidati alle cure del boaro. Di solito, questi era di famiglia bisognosa e, molto spesso, un ragazzo scarsamente pagato, che alloggiava in qualche angolo della casa patronale.

Il boaro cominciava il suo lavoro quando era ancora notte: dava il fieno, portava all'abbeveratoio, rimuoveva il letame dalla stalla, rifaceva il letto alle mucche, con la paglia. Durante il giorno era suo compito accompagnare e guidare i buoi e le vacche tutte le volte che essi erano impiegati al traino. Verso sera, ripeteva le operazioni di accudire al pasto ed al ricovero delle bestie.



Boassaro

Il boassaro era una persona disoccupata o sottooccupata che, non trovando altra fonte per vivere, si adattava a raccattare le "boasse", sterco delle mucche e i "petolotti", escrementi di musso o di cavallo, lungo le strade.

Il letame delle vacche e delle altre bestie non era considerato cosa sporca, ma unicamente un bene indispensabile e prezioso, un concime insostituibile. Questi percorreva le strade con un carrettino o con una carriola e raccoglieva, servendosi di un badile e di una scopa di saggina, lo sterco che gli animali lasciavano cadere per terra. Il materiale così raccolto, veniva scaricato nel suo letamaio, pronto ad essere venduto, al tempo dell'aratura, per ingrassare i campi.



Quello spirito alpino in difficili momenti di guerra

Franco Pedroletti

Va detto. Chi ama la montagna acquista forza e carattere in ogni circostanza sia in pace sia in guerra, è la stessa brulla natura che insegna, la storia di esempi ne è piena.

Paolo MONELLI nel suo libro *“le scarpe al sole”*, ben ne descrive episodi, eccome alcuni, pur nella tragicità in cui gli alpini si son trovati a vivere nella guerra 1915/18, fanno sorridere.

La conquista

Il capitano ha detto ai soldati: *“Ragazzi, le cantine sono piene di vino. Ve ne siete accorti prima di me. Ed io debbo mettervi nelle cantine perché l'artiglieria comincia a tirare. Ma il prigioniero fatto dal tenente Fabbro ha detto che gli austriaci, prima di mollare il paese, hanno avvelenato il vino. State in guardia e non bevete”*

“Fioi de cani! Sior s!”

E il discorsetto del capitano fa il giro di tutta la compagnia, dalla gran guardia alle piccole guardie poste a difesa del paese conquistato all'alba. Intorno, il frastuono delle granate e degli shrapnells. Filtra una pioggia leggera. Qualche ta-pum noioso come un pianoforte scordato s'ode dalla montagna di fronte; vischio di fango appiccicato agli abiti, alle scarpe, alle mani, rosicchio di dure gallette.



Un po' di vino e, come bene si monterebbe di vedetta allora, a frugar con gli occhi gli sterpeti insidiosi e i fianchi precipitosi dei monti!

“E allora no se pol più bevar el vin del sindaco.”

“E gnanca de quel del prete”

“E gnanca de quel de l'oste.”

“Se te, te aveleni, el va in licenza el to piastrin.”

“El sior capitano al ga rason”.

Qualcuno spilla per prova la botte. Il colore chiaretto accende gli occhi.

“Che bon odor! Che i lo gabia proprio avelenà? Fioi de cani”.

Ma quando il tenente torna dal rapporto, trova nella cantina il plotone intento a bere.

“Disgraziati, volete dunque avvelenarvi?”

Accendersi in giro d'occhi furbi.

“E no, sior tenente, stavolta no gh'avemo paura del velen” E spiegano il trucco. Mentre i signori ufficiali erano a rapporto, un rapporto l'hanno tenuto anche i vecchi della compagnia ed hanno deciso: si tira a sorte, e quello che vien fuori prova a bere un bicchiere. Se sta male, lo portiamo subito dal dottor, e lui un rimedio ce lo deve avere. Se sta bene, dopo un'ora, bevemo tutti. Ed ormai tutte le guardie, tutti i piccoli posti gustavano il dolce vino di Marter: era il vino del prete, era quello del sindaco. La gran guardia spillava dalle e-

normi botti dell'albergo e De Lazzer girava le cantine per cercare il migliore, quello da destinare alla mensa del signor capitano.

Conclusione. Ora le vedette, abbeverate a dovere, vegliano più soddisfatte sulla pioviggiosa monotonia della campagna lorda di neve, scrutano l'intrico dei boschi, spiano di tra i sacchetti riempiti di terra le ingannevoli sassaie della montagna di fronte.

Uomini e muli

Il mulo è da sempre stato considerato "un alpino a quattro zampe" e con gli alpini sempre ha condiviso fatiche pericoli e sorte. Quindi non parliamo male dei muli, né degli sconci (in gergo alpino sono i conducenti) che finivano con l'assomigliare tutti al loro mulo e, visto il mulo, conosciuto il suo conducente. Se non arrivavano il primo o il secondo giorno, era proprio perché gli alpini in prima linea cambiavano continuamente posto; ma, appena possibile, ecco la carovana arrivava con il suo carico ed i muli, al rivedere i loro "veci" sorridevano dalla gioia.



Perché i muli sorridono, signori miei, sorridono, dunque, contenti di essere arrivati e di non aver sbagliato la strada. Intanto i conducenti scaricano casse di cartucce e casse di cottura e barattano quattro chiacchiere col "pais" e gli allungano la bottiglia di graspa.

Gli "sconci" dunque si sentono anch'essi della stessa famiglia di quei disgraziati della primissima linea e della trincea, tanto è vero che nelle giornate "caldissime" può toccare anche a loro di mettersi dietro al mulo come a un muretto e cominciare a fare le moschettate, e gli altri vogliono bene agli sconci con i quali sperano sempre di andare un giorno o l'altro a far vita comune nel calduccio della stalla, quando c'è! perché se la fatica degli sconci è maggiore, i pericoli sono minori e alla pelle ci tiene persino quel Santo nel Duomo di Milano che gliel'hanno scuoiata via e lui continua a portarsela in giro.

È molto curioso come venivano regolati i rapporti tra gli "sconci", i loro muli ed il Cappellano. Sentiamo come ancora ci racconta Paolo MONELLI.

"Figlio mio, ammoniva dolcemente un cappellano al suo conducente che aizzava il mulo su per il sentiero a furia di moccoli; "non potresti risparmiare tante imprecazioni?"... "E, sior sì, me proverò..." rispose il conducente. E via zitto per il restante della strada. Ma ad un certo punto che la via era più aspra che mai, il mulo non ci fu più verso di smuoverlo d'un passo, pareva inchiodato.

"Non si va più avanti?" chiese con apprensione il Cappellano, che era pigro di sua natura. "Eh, reverendo, qui il mulo è avvezzo a sentire quei miei moccoli e, se non li sente, e se Lei non mi dà il permesso di smoccolare un po', non ci si muove più di qua". "Ebbene, figlio mio, fallo, ma con prudenza..." sospirò il Cappellano. E ripartirono.

Alpini, così sono nati, così sono cresciuti e continueranno a crescere, uomini con una tempra particolare, con sentimenti e fede profondi, testardi nei loro propositi ma sinceri e forti nei loro ideali e nelle loro tradizioni di fratellanza, solidarietà e responsabilità. Un naturale caratteriale spirito in loro giacente e vivo nel segno di un dono di Dio.

San Martino - ovvero la leggenda di due chiese e le vicissitudini di due guerre.

Franco Pedroletti

Dai vecchi cassetti, a volte, saltano fuori pubblicazioni e ritagli di giornali che, pur alla distanza di tempo, risultano interessanti. Uno di questi riguarda l'antica chiesa di San Martino in Culmine sita in Valcuvia con la sua leggenda e fatti di storia.

Andando per ordine vediamo, in sintesi, la sua leggenda:

Subito dopo il Mille, le anime religiose, libere dal timore di un'implacabile vendetta, seguirono il precetto di San Paolo: adorare Dio in "montibus sanctis". E ovunque fra le valli o in cima ad un monte, gli uomini del medio evo costruirono un edificio alla gloria



**In alto a destra la ricostruita chiesa di San Martino
In basso come appariva prima della sua distruzione.**



di Dio, nel nome dei suoi Santi. Nelle nostre valli restano ancora chiesette e oratori. Uno degli esempi migliori è senza dubbio l'oratorio di San Martino in Culmine sul Monte omonimo che domina la Valtravaglia e la Valcuvia. Un altro è l'oratorio di San Martino di Montegrino collocato su uno sperone di roccia sopra la Valtravaglia.

La leggenda narra che le due chiesette fossero costruite contemporaneamente e, mentre San Martino era, intento agli ultimi lavori

dell'edificio presso Montegrino, Satana, ingelosito dava la propria opera per riedificare l'ara pagana che sorgeva sull'opposta vetta della Valcuvia. Le due potenze, la celeste e l'infernale, si tenevano d'occhio ricambiandosi "gentilezze". Il Diavolo, ad un certo momento, chiamando a gran voce il Santo, gli chiese un martello in prestito. Il Santo, furbo, accondiscese alla richiesta e scagliò attraverso la valle il martello in modo che agli occhi del Diavolo si presentasse con il ferro in alto sotto forma di croce. Il Demonio, lanciando un urlo spaventoso, sprofondò nelle viscere della terra e di lui non si ebbe più traccia.

Fu così che i nostri antenati spiegarono la presenza della caverna che s'inoltra per qualche centinaia di metri nella montagna, proprio sotto la chiesa.

Il martello, con la sembianza di croce, si conficcò sul culmine dell'edificio costruito dal Diavolo, consacrandolo così alla fede cristiana. San Martino attraversò la valle, salì e pre-

se possesso, in nome di Dio, anche di quella cima di monte che è oggi San Martino in Culmine.

Poi le vicissitudini di due guerre.

La prima (1915/1918) che vide sui costoni delle due cime la costruzione della famosa linea difensiva "Cadorna" nel timore di un'invasione nemica attraverso la Svizzera.

La seconda nel conflitto 1941/1945, e qui sorgono ricordi anche personali. Erano passati poco più di due mesi da quel tragico 8 settembre 1943, quando la notte del 14 novembre un sordo rumore mi svegliò. Senza accendere luci mi alzai e cautamente, dalla finestra, osservai ciò che stava avvenendo: una lunga colonna di automezzi militari tedeschi proprio in quel momento si fermò. In pieno assetto di guerra portaordini in motocicletta andavano e venivano. Dopo circa una mezz'ora la colonna riprese la marcia. Io, ritornato a letto, presi a rimuginare sul fatto senza più riuscire a riaddormentarmi.

Il giorno dopo venni a conoscenza che quella colonna di lì passata onde evitare di attraversare il centro della città, era diretta in Valcuvia per stanare un reparto di soldati italiani che, sul San Martino resistevano sfruttando appunto le fortificazioni della linea Cadorna.

Or ecco che nei giorni successivi avvenne quella battaglia che fu consacrata quale una delle prime della resistenza.



Su quel monte, ad opera dei tedeschi, andò purtroppo distrutta anche quella antica chiesetta dedicata a San Martino.

Con la chiesa andò in parte distrutta anche una vecchia lapide che potrebbe essere l'unica traccia rimasta di quel che fu l'antico tempio pagano; infatti, mutilata, ora reca solo la dizione:

V.F.
P.NUVELLIUS
CRESCENS SIBI
ET TERTIAE SIRTIF.
CONIUGI SVAE CARIS
SIMAE

Su quel monte, posto in una splendida posizione panoramica, quella storica chiesetta venne in seguito ricostruita unitamente a quel che resta della linea Cadorna.

Tutto ciò col Sacratio eretto per quei fatti del 1943 merita una rimarchevole devota visita.

Storia della prostituzione (3^a parte)

Mauro Vallini

La prostituzione durante il Medioevo.

In aperta contraddizione con l'etica cristiana, nel Medioevo Chiesa e prostituzione strinsero un'improbabile alleanza. Nell'undicesimo e nel dodicesimo secolo in tutta Europa sorsero centri urbani e per le lucciole fu una fortuna. Finalmente, fuori dall'opprimente atmosfera dei villaggi, poterono esercitare nel relativo anonimato.

A Londra, come in altre città medievali, la differenza tra una professionista del sesso ed una donna di facili costumi era praticamente inesistente. L'antico termine inglese "**whore**" definisce semplicemente qualsiasi donna sessualmente attiva.

Nel frattempo, nella Chiesa, era in corso un acceso dibattito: "Quando una donna v'è considerata una prostituta?" Secondo alcuni bastavano più di tre partners, secondo altri più di diecimila. Non sembrava importante che lo facessero per denaro; tuttavia, in molti scritti, questo viene dato per scontato. Non a caso ci si chiedeva se fosse opportuno accettare una donazione di una prostituta, e la risposta era sì... a patto che si mostrasse davvero contrita.

Le prostitute penitenti venivano accolte nelle "case della Maddalena", luoghi simili ai conventi ed ispirati alla celebre figura del Vangelo. Maddalena era considerata la santa matrona delle meretrici. Su di lei circolavano molti aneddoti sulla vita dissoluta che avrebbe condotto in gioventù e di come, in seguito, si fosse ravveduta. E ci sono tramandate parecchie storie anche sull'atteggiamento tutt'altro che pio di molti religiosi nei confronti di queste peccatrici. Si stima che nel XIII secolo i rappresentanti del Clero costituivano il 20% dei clienti dei bordelli di Digione in Francia.

Dagli archivi dei tribunali ecclesiastici di qualsiasi città inglese emerge che spesso sono frati e preti quelli accusati di avere rapporti sessuali con le prostitute. All'epoca uno degli insulti più in voga per una donna era "**puttana del prete**".

I bordelli traboccano di clienti ovunque: in Francia, in Inghilterra, in Italia come in Germania. Anche San Tommaso d'Aquino, come in precedenza Sant'Agostino, considerava le case di tolleranza come un male necessario. In uno dei suoi scritti, Tommaso paragonava la prostituzione alla rete fognaria di un edificio. "*Toglietela di mezzo – diceva – e l'intero palazzo sarà inondato di escrementi*". Non considerava la prostituzione un pilastro della società ma riteneva che non se ne potesse fare a meno.

Se le prostitute non se ne fossero fatto carico, il peccato avrebbe contaminato l'intera società, corrompendo molte altre donne oneste.

Alcuni Padri della Chiesa decisero di sfruttare i vantaggi economici della prostituzione. In Inghilterra alcuni dei bordelli più importanti erano sotto la giurisdizione del Vescovo di Winchester e Shakespeare ribattezzava le donne che ci lavorano "*le oche di Winchester*".

I rapporti sempre più frequenti tra Clero e donne di malaffare alimentano tutta una serie di soprannomi pittoreschi: il bordello diventa un «convento», la tenutaria è la «Madre superiora» e le sue dipendenti «le suore o le sorelle».



Molti di questi “conventi” esercitavano in quartieri designati dalle amministrazioni comunali. In Italia i nomi di molte strade destinate alla prostituzione contengono la parola rosa. Alcuni studiosi fanno risalire questo nome al gesto di “*lanciare una rosa*” che significava “andare con una lucciola”, altri, invece, si rifanno alla forma del fiore che assomiglia all’organo sessuale femminile.

La prostituzione durante il Rinascimento.

Nel Rinascimento si diffuse un altro tipo di prostituzione, quello della cortigiana di alto rango. Ispiratrici di artisti e letterati, queste erano donne di elevata cultura letteraria e artistica. La diffusione della sifilide, che coincise cronologicamente con il rigorismo morale che accompagnò la Riforma, indusse le autorità statali alla chiusura delle case di tolleranza. Ma nonostante una serie di provvedimenti e di pene severissime, la prostituzione libera non scomparve e le malattie veneree non si ridussero, tanto che l’aggravarsi del problema sanitario indusse alla fine del Seicento le istituzioni di Parigi e Berlino a instaurare un controllo medico sulle prostitute. Nei tempi moderni, verso la fine del Settecento, la Francia fu il primo paese a regolamentare la prostituzione proprio per porre freno al propagarsi delle malattie. Negli anni successivi fecero seguito la Gran Bretagna, limitatamente alle città portuali, e molti altri paesi.

Le prostitute oggi fruiscono del leggiadro appellativo di “escort”; nell’Italia rinascimentale, invece, venivano chiamate meretrici, cortigiane, «femmine del mondo».

Uomini di Chiesa e moralisti, ovviamente, le guardavano schifati ed anche impauriti: il «puttaneggiare», infatti, era un vizio che attirava la collera divina, non solo sul peccatore, ma su tutta la società all’intorno. Ad esempio, con le epidemie di peste: un «orribile flagello» che si abbattava sui lussuriosi. In particolare, sui Veneziani che tolleravano diecimila «case da meretrici».

Le istituzioni della Serenissima avevano, infatti, un atteggiamento pragmatico. All’ombra di San Marco, la prostituzione non era mai stata illegale. Non era dunque vietata, bensì controllata. E un lungo proclama emanato dai Provveditori della Sanità, la commissione creata dal Consiglio dei Dieci per sovrintendere alla salute pubblica, se la prendeva soprattutto con protettori e mezzani che «*desviavano povere orfane e alcune pute de necessità astrette a mendicar il viver suo*», inducendole «*con molte blanditie*» al commercio del corpo.

I suddetti ruffiani (e ruffiane) erano obbligati a palesare il loro mestiere, indossando abiti speciali affinché fossero riconosciuti da tutti: insomma, dovevano vestire di giallo, «*sotto pena de essere frustà da San Marco a Rialto et de perpetua banda da questa terra*».

Per prevenire la prostituzione, i Veneziani ricorsero a un’ulteriore soluzione pratica: una serie di asili per donne a rischio, finanziati dalla chiesa e dallo stato.

Ad accogliere le «peccatrici», che naturalmente dovevano impegnarsi a trascorrere il resto delle vite in preghiera e tra quattro mura, c’erano il Convento delle Convertite e la Casa delle Zitelle, mentre la Casa del Soccorso accoglieva le donne sposate che avevano



lasciato il marito, commesso adulterio o subito l'abbandono. Altri editti emessi a Venezia nel XVI secolo rivelavano un ulteriore motivo di preoccupazione e cioè quello che le prostitute riccamente abbigliate fossero scambiate per dame dell'alta società.

Ragion per cui si proibiva alle puttane di indossare oro, argento, seta e perle: insomma, non dovevano «*addobbarsi solennemente*», con l'aiuto delle solite ruffiane, per trarre in inganno i poveri forestieri che avrebbero potuto scambiare per «*Gentildonne Venetiane*», notoriamente «*molto gelose dell'honor suo, e specchi di onestà e di pudicitia*».

La prostituzione nella Venezia del Cinquecento di Ann Rosalind JONES fa parte di un'interessante raccolta di studi, coordinati da Allison LEVY, docente di Storia dell'arte presso l'University College di Londra, e volti a illustrare la sessualità rinascimentale non «*in termini garbati*», ma rivelandola «*a chiare lettere*» e «ponendo l'accento su quanto è singolare, perverso, clandestino e scandaloso».

Nel libro, infatti, si parla di tutto: immagini sessuali, esibizioni di genitali, falli alati, «uso dei putti nella pedagogia pederastica», corpi erotici, posizioni, accessori, accoppiamenti provocatori, partner problematici, «erotismo bisessuale nei dipinti e nella poesia burlesca», triangoli amorosi, sodomie, incesti, strumenti di tortura per peccatori, e chi più ne ha, più ne metta.

Tante le curiosità: ad esempio, i dialoghetti in cui le cortigiane letterate e «suntuose» (insomma, che hanno fatto i soldi e godono di una prestigiosa immagine pubblica) erudiscono le principianti sui rischi del mestiere. Tanti gli scenari, come quello delle “donne alle finestre”, malviste da chi le vuole caste e modeste, pure e riservate, dunque chiuse in casa, e unicamente pensose di dedicarsi a una sana vita familiare, ben viste, invece, dai corteggiatori che cercano sguardi e segnali dalle belle affacciate al verone.



E queste belle sono spesso puttane che, in cerca di clienti, esibiscono al fiorito davanzale i loro «davanzali» altrettanto fioriti e profumati. Va detto che la “civiltà puttanesca”, celebrata nei Ragionamenti dell'Areteino contro la trattatistica ben costumata del Bembo e del Castiglione, non solo serve a distogliere gli uomini dalla sodomia (particolarmente diffusa nella Venezia del Cinquecento ed esorcizzata dal gran profluvio di tette e cosce nude nel Quartiere delle Carampane), ma è una sorta di “arte del vivere” per le cortigiane di palazzo, per le amanti di lusso e per le “favorite”.

Nel Rinascimento, «le relazioni sessuali si inserivano in più ampie reti sociali, e i rapporti extraconiugali rafforzavano i legami tra famiglie influenti» (Timothy McCall, Il commercio delle amanti a corte) e gli esempi di due favorite milanesi, Lucia Marliani e Cecilia Gallerani (la Donna con l'ermellino, dipinta da Leonardo da Vinci) evidenziano come il Ducato degli Sforza abbia sviluppato le proprie reti politiche ed egemoniche attraverso due abilissime signore che, giocando sulla bellezza e la grazia, attizzarono i piaceri dei sensi, godettero di ampi consensi e ne ottennero cospicui vantaggi, da abiti e gioielli sfarzosi a proprietà dentro e fuori le mura di Milano, non ancora “capitale morale”.

Riflessioni di Lidia Adelia

Bonifati (Cs) – 16-09-2012

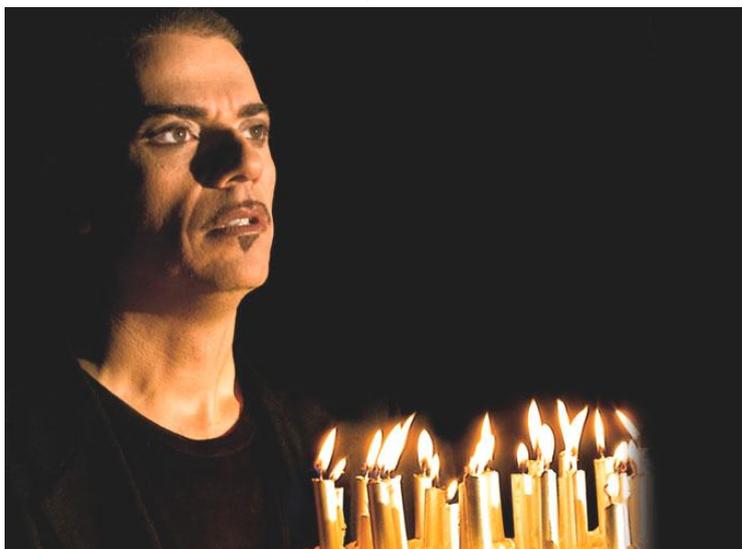
Per dire grazie, se pur con un po' di ritardo, in questa data mi trovo ancora al mio paese.

Fuori, l'aria è frizzante, dopo giorni di pioggia, finalmente è arrivato il sole. Così posso recarmi al mare; è agitatissimo, ma per me va bene ugualmente, ho constatato che camminare nell'acqua del mare è una terapia notevole per le mie caviglie doloranti. Oggi ritorno a casa prima del solito perché è il compleanno di mio marito Enrico. Con i miei cari vicini; Antonio, Rosetta, Carmine e Maria, stiamo organizzando una festa a sorpresa, (naturalmente abbiamo invitato tutto il vicinato).

Passo dal supermercato e prendo tutto quello che ci vuole, dolciumi compresi, anche se so che la mia Maria sta preparando due belle torte fatte in casa, si sa che i dolci fatti in casa sono più buoni, infatti, sono stati divorati.

La festa è incominciata alle 8 di sera. Mi sono accorta che mio marito, mentre ringraziava per la sorpresa, era un po' commosso. Anch'io, in cuor mio lo ero. Ha molto apprezzato e tutti siamo stati contenti per lui. Per tutto questo, dire grazie è poco ma doveroso, per cui comincio dalle persone che hanno organizzato la festa.

Grazie a Carmine e Maria grazie a Rosetta e Antonio (il grande) e la balastra del vicinato. Grazie anche a chi per impedimenti non ha potuto partecipare, ma c'era col pensiero. Dio vi benedica, ragazzi, siete stati fantastici. Io e Enrico, non lo dimenticheremo mai. Con simpatia e affetto

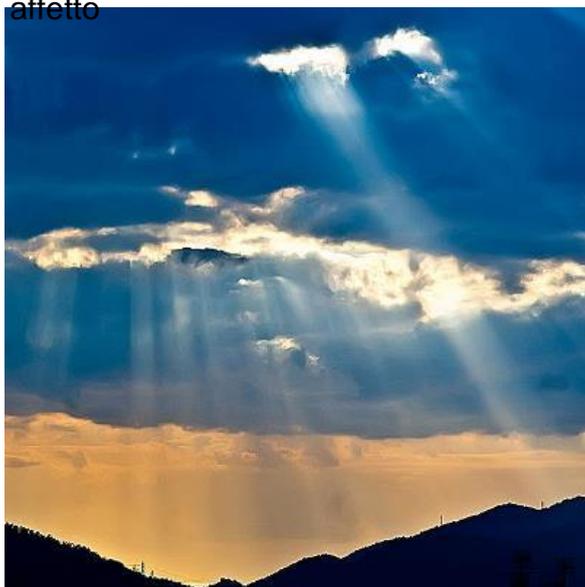


Arriva l'autunno

Il cielo è gonfio di nuvole, terribilmente deprimente ma questa mattina, finalmente il cielo è più chiaro.

Sono innamorata di quest'angolo di casa mia e ogni mattina, spalanco la finestra e m'incanto a guardare il firmamento esattamente come sto facendo ora. È tutto molto bello. Mi sento commossa, in me c'è un senso di appagamento. L'oro del sole e l'azzurro del cielo mi rendono ottimista. Le condizioni del tempo influiscono sul mio umore. Il cielo autunnale è radioso. Mi avvicino alla finestra e guardo la strada inondata di sole. Gli alberi del giardino sono coperte di foglie rossastre.

Con un po' di malinconia osservo il tempo che si diverte sempre a non assecondare l'umore delle persone. In lontananza un aereo lascia una scia bianca nell'azzurro cielo. Gli uccelli approfittano del venticello e si lasciano trasportare nel cielo aperto, all'orizzonte, i profili delle colline risaltano sotto i raggi del sole.



Novembre

I prati iniziano ad avvolgersi nella nebbia, i giorni sono freddi e uggioli. Sembra incre dibile, ma nel tardo pomeriggio è uscito il sole e una luce splendida ha annunciato il tramonto. Mi trovo immersa in un paesaggio che definisco sublime, carico di suggestione.



Carissima Mery

Con immenso piacere e tanta emozione cerco di farti sentire attraverso le mie parole l'affetto che mi lega a te, averti vicino come una sorellina, con i tuoi modi di essere dolce, premurosa, mi sento accanto a te, serena e libera di essere me stessa.

Di amici ne ho tanti, ma di quelli del cuore, pochi, tu ne fai parte, se non ci fossi, ti dovrei inventare, è il Signore che ti ha mandato.

Grazie di esserci...Mery.

Ricordi di fanciullezza

L'aria è ancora calda ma gradevole. Il sole del primo mattino arricchisce ogni cosa con i suoi magici riflessi dorati. Le giornate autunnali sono tiepide e il cielo è avvolto in un manto color azzurro. I rami degli alberi hanno lasciato il bel color verde dalle varie tonalità lasciando il posto ai colori caldi dell'autunno e le foglie oscillano come una nenia cullati dal vento. Le campane della chiesa squillano a festa richiamando a sé i fedeli.



Ricordo quella domenica che per non andare a messa, mi sono nascosta nel fogliame della pianta.

A messa finita, sono rientrata a casa fresca come una rosa, consapevole del castigo e delle sgridate che mi aspettavano. Ma quella volta, per fortuna, i miei cari sono stati clementi "l'ho fatta franca", però con la promessa di non ripetere quella brillante marachella...A distanza del tempo passato, ricordo e...sorrido!

Le farfalle

Che spettacolo dopo tanti anni rivedere così tante farfalle! Questa mattina ne ho tenuto il conto: era il 1960. Guardo la piccola piazzetta animata da queste piccole creature colorate posarsi su ogni fiore. Così, vorrei la mia anima, libera come il volo delle farfalle. Vivere l'intensità della vita come la vita delle farfalle, "breve", ma tanto intensa. Per un attimo mi pare di essere affacciata alla finestrella dell'infinito, eppure, mi dico: anche l'infinito deve avere una fine!...Soltanto Dio è eterno ed infinito.

Lidia Adelia Onorato

La crisi economica vista da una persona "ignorante"

Franco Pedroletti

Politici, economisti, dotte (?) menti europee, immersi in una palude da loro stessi creata, da tempo si stanno dannando per trovare un qualsiasi ramo cui aggrapparsi per trovare salvezza.

Non mi sono laureato in facoltose università e nemmeno ho frequentato corsi scientifici presso lungimiranti accademie ma, da semplice cittadino, esprimo quanto il mio semplice cervello ne deduce.

Finita la seconda guerra mondiale, come se non bastasse la lezione, ecco nella litigiosa Europa sorgere due contrapposti blocchi: uno occidentale e l'altro orientale.

Diversa la politica e il modo di pensare, diverso il modo di agire, lavorare, governare e stabilire un'economia che avesse a colmare i danni e migliorare.

Unica parentesi, nel desiderio di porre fine ad altri conflitti, l'idea di attuare una "Unione Europea Federale" sul modello degli Stati Uniti d'America. Una strada resa più difficile dai preponderanti nazionalismi ancora incombenti. Propositi e basi vennero comunque dettati.

Passarono decenni e, nel mentre quelle basi cercavano sviluppo, il blocco orientale ebbe ad incrinarsi con paesi desiderosi di riacquistare la propria autonomia. A quella "Unione Europea" non ancora ben delineata, tanto meno compiuta, non parve vero approfittarne spingendo risorse in quell'est onde accelerarne la divisione; scopo un domani anettere quei paesi.

Cadde il muro di Berlino e il comunismo spostò i suoi confini più a est. In occidente si inneggiò vittoria ma per quella ancor anemica "Unione" fu l'inizio dei tanti guai.

L'Unione Sovietica ritiratasi da quei dissidenti paesi dopo averli sfruttati e spremuti fino all'osso, se ne stette quieta, lasciando agli occidentali il penoso carico delle loro disastrose economie. Chi ne ebbe a guadagnare? Non certo l'Occidente, ma l'Unione Sovietica che, in tal modo, si sgravò di un peso costituito da fermenti nazionalistici e miserie straripanti. Ma quella (specie) di "Unione Europea" guardando solamente a confini politici ma non all'economia, perseverò negli errori.

Tralasciando ciò che in primo luogo avrebbe dovuto fare, cioè creare una reale unione politica ed economica, mise invece il carro davanti ai buoi, deliberando di assumere un immaturo sistema monetario, istituendo l'euro.

Fu questo un errore ed anche un aborto in quanto alcuni paesi, pur in linea con l'Unione, non accettarono, preferendo conservare la loro (vecchia) moneta, non solo, ma vennero effettuate discriminazioni anche nello stabilire coefficienti di cambio fra i paesi che accettarono: favorevoli per alcuni, onerosi per altri (e per questi ultimi la loro economia iniziò a traballare). Non fu tutto. Senza valutarne le conseguenze si giunse alla liberalizzazione delle frontiere.



Più nessun valico sorvegliato, possibilità di circolare senza controllo alcuno per merci e persone, quei paesi prima soggetti all'Unione Sovietica compresi, e l'occidente venne preso d'assalto da una genia senza fine.

Quelle "cime" europee avrebbero dovuto, prima di liberalizzare le frontiere verso l'est, attendere che "quei paesi"-avessero perlomeno stabilizzate le loro economie sì da rendere meno pesante (e meno gravoso) il divario economico fra est ed ovest. Di ciò in occidente qualcuno ne approfittò e, poiché, come recita un vecchio detto: "... l'interesse non è peccato..." numerosi imprenditori si precipitarono a trasferire all'est le loro attività (meno tasse, meno burocrazia, costo della mano d'opera inferiore, merci più convenienti, trasporti meno cari, ecc.), insomma più guadagno. Che ne derivò? In quella più disunita che unita Europa, meno fabbriche, meno produzione, più disoccupazione, meno entrate stabili, inizio di una pesante crisi.

Ma, allargando le vedute, la "vera crisi" non è iniziata in Europa, ma bensì (nel 2006) nelle Americhe, principalmente negli Stati Uniti con la "caduta" del dollaro e di alcuni colossi finanziari, di riflesso, poi, nel 2008, in Europa.

Per chi non ne fosse a conoscenza, il debito pubblico degli Stati Uniti è uno dei più alti al mondo, ma, per il modo di governare è quello che gode fiducia e potere. Ed è sulla base di questa fiducia e di questo potere che gli Stati Uniti hanno rimediato alla loro crisi scaricandola su altri e a chi, se non a quella disordinata, indecisa, debole "Unione Europea" che, se invece meglio regolata e ben governata, avrebbe con l'euro (più forte) potuto competere col dollaro?

A ciò hanno provveduto due potenti (private) organizzazioni che, dagli Stati Uniti (a piacimento) regolano e indicizzano le finanze di mezzo mondo emettendo giudizi ("rating") di valutazione sia di stati sovrani che di banche coi loro titoli. Giudizi che, guarda caso, salvaguardando interessi di paesi anglo-sassoni ma penalizzando altri, hanno finito per distogliere capitali e finanziamenti dall'Europa per essere convogliati verso gli Stati Uniti, con evidenti vantaggi. Da qui la crisi nel vecchio mondo occidentale.

Una domanda sorge spontanea: Perché quelle agenzie di "rating" se la son presa (e tuttora se la prendono) con l'Europa e non per esempio con (l'odiata) ex Unione Sovietica, tanto meno con quel colosso asiatico (tanto criticato e comunista) che si chiama Cina? I perché sono semplici: primo perché è inopportuno andare ad urtare la suscettibilità dei grandi; secondo perché è più facile colpire il debole; terzo perché la Cina, essendo uno dei principali creditori e investitori degli e negli Stati Uniti, è, in tal veste, (e interesse) doveroso un certo rispetto e l'emettere un qualsiasi giudizio (di "rating") sarebbe controproducente.

L'Unione Europea (punto debole) si lamenta ma, va detto, chi è causa dei propri mali, pianga se stesso, nel caso, con quelle sue errate decisioni (indecisioni), con quelle sue confusionali politiche economiche e monetarie, ma soprattutto con quel suo non voler capire che, per salvarsi, deve giungere ad una "vera unione" finalmente abbandonando tutti quegli insani pregiudizi nazionalistici che, pur nella crisi, ostinatamente imperano.

Si ripete: un'Europa unita, non solo attorno ad una moneta che ha del feticcio, ma con un governo vero, eletto da tutti i cittadini europei ed a istituzioni comunitarie sovrane a partire dalla Banca Comune Europea. Basterebbe l'annuncio di una tale "Costituente Europea" per mettere al tappeto la speculazione. Questa crisi ha messo gli europei di fronte ad un'opportunità unica per superare gli egoismi nazionali e regionali. Insomma, o se ne esce tutti insieme o, altrimenti, tutti insieme ce ne pentiremo amaramente. I sorrisi non bastano, neppure le strette di mano, gli abbracci e anche i baci. Necessita qualcosa di più che sia veramente concreto.

Da secoli in Europa un esempio esiste ed è la piccola Svizzera. Una nazione "federale" che, seppur composta da diverse lingue, diversi costumi e modi di vivere, è però dotata di quel "buon senso" che la porta ad essere grande nel ben governare e progredire. Ma è un esempio che dalle "eccelse menti" europee viene snobbato, oltretutto trascurato perché non degno di essere preso in considerazione. Fare errori è consentito, l'imitare è ritenuto deplorable, alla fine il prezzo che si paga è alto.

Forse ho dimenticato qualcosa ma la finisco qui, fermamente convinto che questa mia "ignorante" disquisizione non troverà il benché minimo interesse; lascio pertanto il seguito a coloro che si reputano più "intelligenti" in attesa di conoscere, prima che sia troppo tardi, come si potrà uscire da quel "pantano" senza ulteriormente spremere i cittadini europei più di quanto, a suo tempo, la Russia ha fatto nei confronti degli ex suoi paesi satelliti.

Allora la Russia ci ha guadagnato; oggi invece gli statisti europei, nulla guadagnando, stanno perdendo, oltre la credibilità, anche la faccia (se già non l'hanno persa).

La musica fa stare meglio

Laura Franzini

Musicoterapia significa impegnare la musica come metodo di cura. Con la musicoterapia si può stimolare la comunicazione e migliorare la qualità della vita di chi soffre di disturbi mentali o neurologici, come nel caso del morbo di Alzheimer. È utile anche contro ansia e stress.

Il potere delle note

Nel corso del tempo la musica è stata utilizzata per fini terapeutici dopo la fine della seconda guerra mondiale. Negli ospedali vi erano ricoverati molti soldati feriti, purtroppo, durante i combattimenti; molti di loro soffrivano di gravi disturbi mentali causati dall'esperienza crudele fatta in guerra. Per distrarre e divertire i soldati durante la convalescenza, alcuni gruppi musicali suonavano nei diversi reparti.



Fu notato che questo portava ad un miglioramento nello stato d'animo dei pazienti.

Ciò spinse alcuni medici a sperimentare gli effetti di diversi tipi di musica sulle malattie. Ad esempio si scoprì che la musica di Bach, che ha la particolarità di avere una struttura rigorosa, dava ottimi risultati per i disturbi della concentrazione.

Più recentemente alcuni studi scientifici hanno dimostrato che, oltre all'effetto psicologico, la musicoterapia riesce a dare benefici a livello fisico, ad esempio in caso di traumi, attacchi cardiaci e trombosi.

A tutte le età.

Con i più piccoli, la musica viene utilizzata soprattutto in caso di ritardo nello sviluppo; (difficoltà di apprendimento, problemi di comunicazione, ecc.) i bambini che seguono la musicoterapia conseguono risultati migliori di altri bambini con gli stessi problemi.

Circa un quarto delle persone che hanno superato i sessantacinque anni, hanno bisogno di cure per la riabilitazione fisica e psichica. In questi casi, la musicoterapia è spesso consigliata come terapia complementare; ritarda la perdita di memoria, migliora la capacità di comunicazione e la coordinazione dei movimenti.

Un buon esempio di questa applicazione neurologica della musicoterapia è il morbo di Alzheimer. Infatti, quando la capacità di parlare si deteriora, la capacità di reazione agli stimoli musicali rimane ancora attiva.

La musicoterapia è utilizzata per aiutare i malati a comunicare meglio e a migliorare la qualità della loro vita.

È utilizzata anche per migliorare la coordinazione dei movimenti nelle persone affette dal morbo di Parkinson; in questo caso si fa soprattutto appello alla componente ritmica della musica piuttosto che a quella melodica.

Dato che vi sono studi che dimostrano l'efficacia della musicoterapia, si dovrebbe prendere in considerazione la possibilità di introdurla a pieno titolo tra le prestazioni del servizio sanitario.speriamo.



Il Grande burrone

(tratta da un'e-mail)
(apparente durezza di Dio)

Adriana Pierantoni

Un uomo sempre scontento di sé e degli altri continuava a brontolare con Dio perché diceva.

"Ma chi l'ha detto che ognuno deve portare la sua croce? Possibile che non esista un mezzo per evitarla? Sono veramente stufo dei miei pesi quotidiani!".

Il Buon Dio gli rispose con un sogno.

Vide che la vita degli uomini sulla Terra era una sterminata processione.

Ognuno camminava con la sua croce sulle spalle. Lentamente, ma inesorabilmente, un passo dopo l'altro.

Anche lui era nell'interminabile corteo e avanzava a fatica con la sua croce personale.

Dopo un po' si accorse che la sua croce era troppo lunga, per questo faceva tanta fatica ad avanzare.

"Sarebbe sufficiente accorciarla un po' e tribolerei molto meno", si disse.

Si sedette su un paracarro e, con un taglio deciso, accorcì d'un bel pezzo la sua croce.

Quando ripartì si accorse che ora poteva camminare molto più spedito e leggero.

E senza tanta fatica giunse a quella che sembrava la meta della processione degli uomini.

Era un burrone: una larga ferita nel terreno, oltre la quale però incominciava la "terra della felicità eterna".

Era una visione incantevole quella che si vedeva dall'altra parte del burrone.

Ma non c'erano ponti, né passerelle per attraversare.

Eppure gli uomini passavano con facilità.

Ognuno si toglieva la croce dalle spalle, l'appoggiava sui bordi del burrone e poi ci passava sopra.

Le croci sembravano fatte su misura: congiungevano esattamente i due margini del precipizio. Passavano tutti. Ma non lui.

Aveva accorciato la sua croce e ora essa era troppo corta e non arrivava dall'altra parte del baratro.

Si mise a piangere e a disperarsi: *"Ah, se l'avessi saputo..."*.

Ma, ormai, era troppo tardi e lamentarsi non serviva a niente.



Il sacerdote che ha scritto e inviato il presente racconto ha voluto puntualizzare un insegnamento ai buoni cristiani: *«Chi accetta i dolori che gli impone la vita senza ribellarsi e offrendoli a Dio, sarà ricompensato al momento d'entrare nell'altra Vita. Solo ai veri amici Dio offre questo "trattamento" che non è un castigo ma l'annuncio di un futuro premio eterno. Gesù Stesso ci ha insegnato che si giunge a Dio anche attraverso la sofferenza. E' una prova molto dura... ma non impossibile!»*

La morte di un piccolo borgo

Giancarlo Elli (ul Selvadigh)

Sebbene a distanza di alcuni anni a causa di problemi fisici, con non poca fatica ho voluto risalire a quel piccolo pianoro ingentilito da una decina di baite circondato da una pineta, dove ero stato sempre accolto con gentilezza e simpatia da parte di quelle persone che vi abitavano.

Dunque, dopo aver messo nello zaino tre bottiglie di vino, sicuro che sarebbero state ben accette, mi avviai sul sentiero che mi avrebbe portato lassù. Dopo aver attraversato un piccolo paesino, sbucai fuori dalla pineta fermandomi ad osservare quel piccolo pianoro circondato da un grazioso praticello.

Ma una volta che mi fui avvicinato, rimasi deluso da quello che vidi.: baite abbandonate, diroccate, mura screpolate rivestite da rovi, ed edere selvatiche. Mi posi una domanda: dove era finita la gente che abitava in questo posto?

Entrai incuriosito in alcune baite. Tutto era stato portato via, persino le porte, anche la nera catena sul camino che per anni aveva sorretto un paiolo per la polenta, era stata portata via.

A terra in un angolo di una baita trovai a terra uno stampo in legno che sul fondo era stata intagliata una mucca, chissà, pensai, quante formelle di burro aveva sfornato, preso lo stampo, lo riposi nello zaino, lo avrei tenuto per ricordo.

Uscendo dalla baita sostai presso un piccolo fontanile ormai prosciugato, il boccaglio, dove mi ero dissetato in passato, non c'era più, era un boccaglio forgiato artisticamente e senz'altro aveva suscitato l'interesse di qualcuno.

Il ricordo andò ad alcuni anni fa dove per me era stato un piacere sostare presso questo fontanile bevendo quell'acqua fresca e pura, interrogando magari qualche vecchietta.

Al limitare del piccolo pianoro sorgeva un piccolo cimitero delimitato da un muretto ed un cancelletto in ferro battuto (sparito pure quello). La gente del posto preferiva essere sepolta qui anziché giù in paese, quale posto migliore per riposare in pace?

Entrai, qua e la notai qualche lapide corrosa dal tempo, ricurva, spezzettata, un nome, una data, qualcuna recava ancora una fotografia ingiallita, sbiadita dalle intemperie, tutto finito, il vecchio borgo era morto.

Mi ricordai di alcuni versi scritti da un poeta francese: Paul VALÉRY.

Non sento più lo scandire dei colpi sull'incudine che l'artista batteva sopra il taglio del vomere arroventato.

Non sento più lo stridore delle lame sulla mola che l'arrotino rendeva affilate e taglienti.

Non sento più i colpi sopra il vecchio telaio della spola che le tessitrici dalle mani sottili tessavano il tempo.

Tutto è stato travolto nel fiume del tempo.



Dopo avere a lungo sostato, con tanta tristezza, scesi al piccolo paesino sottostante entrando in un'osteria per dissetarmi. Qui giunto chiesi che cosa fosse successo agli abitanti del pianoro ed alle loro baite. L'oste mi rispose che la gente era invecchiata andandosene in pace, ed i giovani rimasti avevano preferito abbandonare il tutto andandosene in cerca di una vita migliore.

Però mi disse anche che si era costituito un piccolo Comitato con l'intento di restaurare qualche baita e valorizzare quel piccolo pianoro. Spero tanto che riescano nel loro proposito...

Nonna Luisa (Lüisina)

Giampiero Brogini

Nonna materna che viveva in famiglia con noi, la sua presenza ha certamente contribuito ad orientare positivamente gli anni della mia gioventù. Praticamente io e mio fratello, essendo la mamma impegnata col lavoro, siamo stati allevati da lei.

Era leggermente claudicante perché colpita dalla poliomielite in giovane età. Ferita nei suoi affetti da due gravi lutti: la scomparsa della figlia minore, deceduta a 22 anni a seguito di un forte spavento causato da un maniaco esibizionista al rientro dal turno serale di lavoro. Di questo fatto la zia non ne aveva fatto cenno con alcuno, nemmeno con i familiari. La mancanza di cure adeguate e l'inedia la portarono rapidamente alla tomba. L'altro grave lutto fu la morte del marito, mancato a 59 anni causa un infarto.

Malgrado queste avversità la nonna si è sempre dimostrata serena, senza mai lagnarsi. Impegnata, fino all'età della pensione, come giardiniera presso il Palace Hotel di Varese, aveva fatto tesoro di questa professione dedicandosi con cura all'allestimento del nostro orto. Io, seguendo le sue istruzioni, avevo il compito di vangare il terreno, concimarlo e, sotto la sua direzione, seminarlo, rigorosamente il 19 Marzo, ricorrenza di San Giuseppe. I semi venivano poi innaffiati giornalmente.

Grande era la gioia nel vedere spuntare i primi germogli.

Seguiva poi l'estirpazione dell'erba superflua in modo che le piantine potessero svilupparsi liberamente.

La nonna era molto orgogliosa dei risultati ottenuti e gli apprezzamenti dei vicini e delle persone di passaggio erano di stimolo per approfondire nei riguardi dell'orto sempre nuove soluzioni ed energie. Tanta era la sua precisione e il desiderio di fare bella figura che per distanziare ed allineare le sementi mi faceva utilizzare una bindella metrica. La fatica era tanta ma, visti i risultati, anche io ero soddisfatto del lavoro che facevo.

La nonna era inoltre fonte di innumerevoli aneddoti e proverbi, tra i quali ne ricordo uno molto ricorrente: "*L'è püsse facil ciapà un püras cunt un'archet ca pissà senza fà un pett*" (È più facile colpire una pulce con un arco che orinare senza fare un peto (vento rilasciato dagli intestini)).

Altro ricordo era quello di quando giovincello, alle prese con il mio primo lavoro, dopo essermi alzato al mattino, fatto colazione ed essermi lavato, dovevo passare in rassegna da lei che provvedeva personalmente a pettinare i miei ricci ribelli.

È venuta a mancare quietamente, lasciandoci senza clamore, in punta di piedi. Seduta sul divano ha chiesto a mia madre di prepararle una camomilla, ha reclinato la testa ed è trapassata.

Cara nonna Lüisina, capitata tra noi come dono del cielo, sei stata per me fautrice di momenti felici che conserverò per sempre gelosamente nel cuore.



Ballo - Danza o "Carola"

Ivan Parafuppi

Stamattina una "tele sapiente" stava parlando di educazione infantile sostenendo la necessità d'insegnare molto presto ai figli, come tenere i piedi ben saldi a terra. La cosa può funzionare con i pargoli ma poi, quando crescono, pretendono di muoverli a modo loro i piedi: ballando in coppia, da soli e, magari, anche sul cubo o in giro al palo "de gustibus non est disputandum".

Per ciò che mi riguarda, certe cadute di stile non le apprezzo; le esibizioni volgari ed offensive nei confronti di corpi belli, che sono un dono di madre natura, non le gusto. Forse è anche per certe ritualità un po' troppo ammiccanti in senso erotico, che la Chiesa cattolica, e non solo, ha sempre considerato certi balli come pratica di seduzione e sregolatezza, ma è anche vero che la danza, nella mentalità popolare, è da sempre un semplice modo per volare al di sopra delle problematiche esistenziali; in sintesi, una droga leggera che, invece di far male fa bene.

È noto che nessun medico l'ha mai proibita, anzi, la consiglia come ginnastica salutare. Ma perché si balla? Innanzi tutto per divertirsi; quando un uomo abbraccia una donna, magari piacente, ne trae gratificazione ed è quasi sempre così anche per la donna, è una specie di concessione confidenziale senza conseguenze pratiche, gioca a favore anche il fatto che la danza è sempre condita con companatici musicali che danno gusto al piatto.

Il ballo, nelle sue varie forme, è molto praticato da giovani ed anche da anziani, come momento ludico che può fare scoprire delle affinità foriere di rapporti duraturi; non è raro il caso che, dopo una serata danzante, due persone capiscano di poter mettere in comune la loro vita. È uno scherzone che è capitato anche a me: sono un mattone, ho sempre considerato il ballo come un'inutile gestualità, se non c'era di mezzo la Fracci o Nurejev, ma siccome il ballo era l'unica possibilità che avevo per abbracciare mia moglie, ho ballato e sono rimasto appiccato come una mosca al nastro coloso che pendeva dal soffitto della nostra vecchia cucina.

Comunque, l'argomento "ballo" merita qualche cenno storico. Baldassarre CASTIGLIONE nel suo "Cortegiano" racconta di un certo "Barletta" che vide ed apprezzò come danzatore eccellente alla corte di Urbino, dove la duchessa Margherita GONZAGA MONTEFELTRO si dedicava al ballo con i suoi ospiti fino a tarda ora della notte.

Nel "Decamerone" di Boccaccio è scritto che l'allegria brigata appena scampata alla peste nera, dopo ogni pasto soleva cantare e ballare. Domenico da Piacenza e Guglielmo Ebreo erano maestri stimati di ballo, che già nel 1400 parlavano di sincronia del ballo con la musica.

Martin LUTERO, nei suoi sermoni, difendeva i danzatori dalle critiche dei moralisti sostenendo che anche Davide soleva danzare in onore dell'Altissimo ed il Cardinale CAETANI, maestro generale dei Domenicani, osservava che la domenica era sì il giorno della preghiera, ma era anche vero che se proibissimo ai contadini la danza, potrebbero poltrire o tramare rivolte.



È noto che nelle corti rinascimentali e negli ambienti cortesi, si praticavano i balli di società ed anche i centri del potere ne erano coinvolti, tanto che qualche cronista del tempo definiva la danza come pazzia collettiva. Sempre nel “Decamerone” si legge anche: con ciò, lavate le tavole, fu cosa nota che tutte le dame “Carolar” sapessero al tempo che la danza, era anche cantata, ed era detta “La Carola”. Può fare qualcosa di male la donna che danza? Sembrerebbe di no, eppure Salomè mise tanto erotismo nella danza dei sette veli da rimbambire Erode al punto che il caprone non esitò a concedere in cambio la testa di un Sant’uomo.



Comunque, nella danza un pizzico di sensualità c’è quasi sempre e la cosa mi fa riflettere su quanto sia debole l’uomo e su quanto sia forte la donna.

Naturalmente, in ogni tempo, poté sempre succedere qualcosa di spiacevole quando il cavaliere possessivo intuisce in certi atteggiamenti dei progetti di corna; di recente può emergere il classico: ti aspetto fuori! Sempre la storia riporta un fatto un po’ più grave: Nel 1394 alla corte di Re Carlo VI di Francia, durante un banchetto di nozze, i cortigiani, per fare scena, si travestirono da selvaggi con costumi di stoppa impiasticciati di pece; durante la danza qualcuno si avvicinò un po’ troppo al fuoco e si accese come una torcia. Gli altri, tentando di aiutarlo, gli si avvicinarono e bruciarono tutti, si salvò solo lo sposo; il cronista non dice se bruciò anche la sposa.

A fine agosto dell’anno scorso ero in vacanza con mia moglie all’albergo Lipari di Sciacca; la direzione, in collaborazione con altri tre alberghi, faceva tutto il possibile per rendere piacevole il soggiorno ai suoi clienti. Un sabato sera fece esibire sulla pista da ballo una coppia di ballerini acrobatici in un bughi indavolato, di seguito fu il turno di una coppia di bravi tanghisti, con sgambate e colpi di testa antiartrosici; alla fine una coppia un po’ matura di francesi, presi forse dall’entusiasmo o da strane rimembranze, si piazzò al centro della pista cercando di imitare i tanghisti; un modenese, nostro vicino di tavolino, osservando la coppia in pista ci spiegava che nella ballerina precedente il peso delle gambe equivaleva pressappoco al peso del sedere mentre nella ballerina francese il peso del sedere era almeno il doppio. Il modenese al quale i francesi con la loro “grandeur” stavano cordialmente sul piloro, aveva appena finito la sua attenta osservazione, quando la ballerina tangente in pista, diede un tal colpo di crapa, che la dentiera dell’arcata superiore le volò sul pavimento.



Frammisto alla risata generale, si sentì quel farabutto di modenese gridare: *Cameriere! Cameriere! porta l’algasiv alla signora! Coscion*, l’apostrofò la ballerona, raccogliendo la protesi. Forse è anche vero che ogni cosa va bene a suo tempo.

Ragazza uccisa a Palermo, Giulia Bongiorno: «Non credo ai raptus, la violenza contro le donne è problema culturale»

di Silvia SPERANDIO – ricerca su Internet di Mauro Vallini

Basta con le donne uccise, «**BASTA FEMMINICIDI**»: la scritta campeggia sullo striscione di un gruppo di donne scese in piazza a Palermo contro la violenza sulle donne. Anche perché, è bene ricordarlo, con la diciassettenne Carmela PETRUCCI, assassinata ieri con due coltellate alla gola dall'ex fidanzato della sorella Lucia, 18 anni, a sua volta ferita con venti coltellate, le donne ammazzate in Italia sono salite a quota 101. Sempre più donne diventano vittime sacrificali, insomma, dell'altra parte del cielo che fatica ad accettare, in concreto, una reale parità. Per l'avvocato Giulia BONGIORNO, fondatrice con Michelle HUNZIKER dell'associazione Doppia Difesa, «*continuare a stupirci di questi fatti è però inaccettabile*». «*Scandalizzarsi non basta più, non serve più - sostiene il legale -. Ormai si è superato il limite: il problema della violenza contro le donne deve diventare un'emergenza nazionale*».



Carmela Petrucci

«*Il caso di Palermo è emblematico - sottolinea Bongiorno -. Anche per questo fatto non credo all'ipotesi del raptus, non si tratta della violenza ad opera di un folle. Prima della violenza c'è sempre la discriminazione contro le donne, e questo, nel caso specifico, lo si evince anche dai verbali dell'interrogatorio di Palermo. Lui avrebbe detto che sospettava di essere tradito... Peccato che lei già lo avesse lasciato... Insomma, lui considera ancora la sua ex fidanzata come una sua "proprietà", anche se lei in passato ha fatto una scelta diversa troncando il rapporto*».

Parlando più in generale, «*spesso si valutano i casi di violenza contro le donne come episodi isolati, causati da demenza o raptus*», tiene a sottolineare Giulia Bongiorno - *Ma questo atteggiamento, così diffuso in Italia, è culturalmente sbagliato, così come è stato un grave errore eliminare il ministero delle Pari opportunità, accorpandolo al ministero del Welfare*».

Cosa si può fare per cambiare le cose? Come uscire da questa situazione? L'avvocato non ha dubbi: «*Bisogna cambiare innanzitutto modo di pensare. Per quanto riguarda le leggi, in Italia un provvedimento contro lo stalking già esiste. Bisogna ancora invece introdurre, le "odiatissime" leggi sulle quote rosa, perché istituzionalizzano la presenza delle donne. Anche la scuola deve formare al rispetto, a prescindere dal genere. E pure i modelli culturali veicolati attraverso i media, in primis la televisione, sono importanti*».

«*C'è ancora molto da fare - spiega Bongiorno - anche per quanto riguarda i processi. Quando un imputato viene processato e la pena arriva dopo molti anni, va da sé che il sistema non abbia un effetto deterrente. Neppure contro la violenza sulle donne*».

Poesie di Giancarlo

Il treno dei ricordi

*Viaggio su un immaginario treno
carico di ricordi,
percorro vagoni colmi
di cose antiche,
di cose tanto amate;
rivivo momenti felici
e pure giorni amari
che la Vita mi ha riservato.
È un viaggio lungo,
fatto di tanti anni vissuti,
ma non mi lascio abbattere
dalla malinconia,
ostinato mi aggrappo al presente,
col desiderio di potere
ancora percorrere a lungo
questo meraviglioso viaggio ...*



Sull'Ortigara

*Sopra quella montagna sacra
che aveva visto migliaia di soldati
morire, nostri e nemici,
in quella che era stata
una battaglia cruenta, terribile e sanguinosa
dove molti giovani avevano perso la vita,
durante un'escursione
rovistando tra le rocce,
sebbene a distanza di 85 anni,
ho ritrovato i resti
di un vecchio cappello d'Alpino
senza più la penna nera
e con un foro di una pallottola nel mezzo.
Dopo aver a lungo sostato in raccoglimento
cercando di riandare con la mente
a quei giorni terribili, a questa montagna
che alla fine si presentava
come un cimitero a cielo aperto,
coperto dai corpi di migliaia di giovani
caduti per una guerra
che aveva provocato tanti lutti,
cercando di lenire il dolore che avevo provato,
ho risepolto i resti di quel cappello squalcito
tra i sassi, e recitato un "requiem"
per quell'Alpino sfortunato*

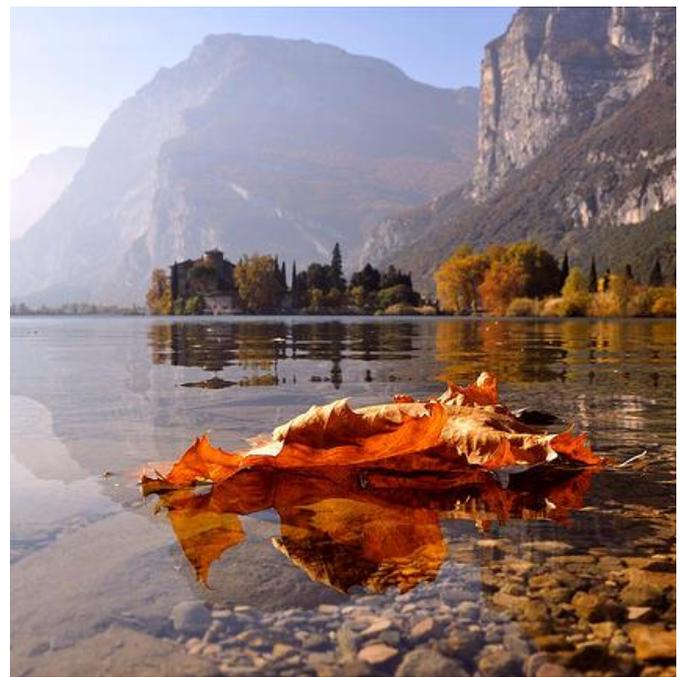


Autunno sul lago

L sole autunnale dietro i monti
quasi è tramontato
riflettendo in un banco di nubi,
i suoi ultimi raggi
che ne illuminano
di un bagliore rossastro
la superficie.

Due o tre barche
indugiano ancora
sopra questo specchio
prima di rientrare,
alcuni gabbiani stanchi
da una giornata di caccia e di voli
ora riposano sopra gli scogli
sopra alcune barche.
Il lago or si presenta
come immenso specchio.
Piccole onde lambendo la sponda
provocano una musica strana.

Al largo,
un battello avanza maestoso,
nella sua scia guizzano
affamati alcuni pesci.
annuso odori di alghe, di pesci,
assaporo questo momento,
tra poco inizierà
a soffiare la tramontana,
il lago si incresperà,
i salici si inchineranno a terra,
rientreranno le barche in porto,
scenderanno i pesci
in cerca di caldi fondali.
gli ultimi gabbiani ancora in volo
ripiegheranno le ali
nell'attesa del nuovo giorno
che li riporterà al loro volo gioioso.
Autunno sul lago!
di tutte le emozioni che mi regali,
mai sono pago!



Poesie di Luigi

L'ora legale

L suo tic tac è la mia compagna,
 ma oggi è arrivata l'ora legale.
 Il tempo è un guastafeste, tutto
 rovina provocando un temporale,
 perciò continua ad ascoltare
 il faticoso lungo mio cammino
 ed io invece sono stanco di
 vivere. Questa mia vita è destino
 che come un'ombra m'accompagna.
 Ove vado non mi lascia mai,
 mi stringe come una tenaglia
 mettendomi sempre nei guai



Mia personale

Quando mi prendo
 nell'estasi del pensiero,
 la mente riposa.
 Quando i ricordi
 infestano la mente,
 l'animo geme dal dolore.
 Donna, sei passata nella mia vita
 come una foglia, lasciandomi
 come un albero spoglio nell'autunno,
 nella terra nuda che mi consuma.
 Il tuo respiro era
 come un alito di vento
 che mi sfiorava come febbre.



Luigi Fortunato

Poesie di Giulio

L'Aurora

L' aurora si è tinta di rosa,
nasce sulla sommità
della montagna,
riflessi colorati che
indorano la campagna,
formano note armoniose.

*O*gni nota, un ricordo,
un sospiro,
la parola dolce
delle persone care, amiche.

*L*eggere nuvole
sciogliono un canto
cercando di lenire l'affanno,
dare sollievo al mio cuore,
rendere meno oscuro
l'arduo sentiero del domani.



Mondo fatato

*M*ondo fatato
di eterna fanciullezza
non perduto nel tempo...

*U*n piccolo spazio
come un punto fermo,
eri così viva, presente...

*N*on si può ora misurare
la ragione e il buon senso,
il pro e il contro, freni e difetti
quando al cuore non resta
che padroneggiare
nel regno delle possibilità
pensieri rimasti puri e sinceri,
non contaminati ma limpidi
di tenera freschezza come nei
dolci fantastici segni della gioventù



Cameo

Luciana Malesani

*Sole pallido
che ti stai oscurando
mentre rubi alla luna
il suo opale
calandoti lentamente
nell'azzurro
che si sta spegnendo.
Nel cielo screziato
di bianco appare scolpito
uno splendido cameo
che esalta in me
il desiderio latente
d'immortalità,
mentre una musica dolce
penetra il mio essere
e ne esalta i sensi.*



Poesie di Seby

La tristezza

Se qualcuno ti ha fatto perdere la gioia nel tuo cuore e ti è rimasta la tristezza. Allora pensa ad una persona cara, ad una canzone d'amore a una mano che stringe la tua mano, vedrai che la tristezza si allontanerà e tu non ti sentirai più sola perché il tuo cuore si riempirà ancora d'amore e di gioia.



Pensieri

Un vero amico non è quello che ti regala una rosa, ma è quello che ti toglie le spine che fanno male nel cuore. Se nel passato qualcuno ti ha fatto del male e oggi bussa alla tua porta, tu non aprire non c'è spazio per chi ti ha voltato le spalle. Fai spazio nella tua vita, solo per chi ti dà una spalla su cui appoggiarti oggi.



Seby Canu

Mela d'oriente, loto del Giappone, cibo degli dei Ovvero: "Cachi"

Adriana Pierantoni

Siamo in autunno miei cari lettori! Sapete qual è il frutto più colorato che simboleggia, appunto, l'autunno? Naturalmente il "caco". Già immagino alcuni che faranno le smorfie perché non è il loro frutto preferito, ed altri che si leccheranno significativamente le labbra! Ebbene, io mi trovo fra quest'ultimi...

Non prendetevela voi che apprezzate la "nobiltà" di stagione cioè uva e castagne, lo sappiamo che siete molto più numerosi!

Comincio a raccontarvi che, in tempo di guerra, quando la sottoscritta bambina, viveva soffrendo la fame nella nostra ex Istria, i miei genitori cercavano di saziarsi ricorrendo ai soli cachi, facilmente reperibili, per lasciare il poco pane tesserato alla figlioletta in età di crescita. Ebbene con pane e cachi raggiungevo già un quasi sufficiente assorbimento di sostanze nutrizionali, sali e vitamine cioè: zuccheri, fibre, proteine, grassi, ma, soprattutto, potassio, fosforo, magnesio, calcio, vitamina C e il beta-carotene precursore della vitamina A.



Quindi i nostri cachi sono un frutto altamente energetico! Ma ahimè che desolatamente vuote di altri alimentari, quelle dispense in cucina! Lasciamo perdere i brutti ricordi...

Ritorniamo ai nostri cachi (o anche kaki). Come forse sapete, sono originari dell'oriente cioè Cina e Giappone e si diffusero in Europa ed America verso la metà del 1800. In Italia il primo albero comparve nel 1871, nel famoso giardino di Boboli che si trova a Firenze dietro il palazzo ducale Pitti.



Le regioni più importanti per i cachi sono comunque la Campania, il Veneto, l'Emilia Romagna, la Sicilia. Anche da noi assumono vari nomi: la mela del Veneto, il loto di Romagna, la vaniglia di Campania od anche legna santa di Napoli. Qui, infatti, li denominano così perché, tagliando a metà un frutto non ancora maturo, si scorge l'immagine, più o meno chiara, di Cristo in croce.

Il nome botanico dell'albero è *Diospyros kaki*. Raggiunge altezze piuttosto elevate da 15 a 18 metri, ha foglie ovali, piuttosto lunghe, lucenti e sono caduche cioè cadono in autunno lasciandoci il frutto.

Quando il frutto non è ancora maturo, la sua polpa è soda, asprigna e molto astringente per cui **allappa** facilmente la lingua e l'interno della bocca, noi diciamo impropriamente che lega l'interno della bocca. I cachi sono buoni da maturi quando la loro pelle esterna tende a spaccarsi.



Hanno la polpa molliccia, gelatinosa di un colore che tende al brunastro. Si mangia di solito col cucchiaino o cucchiaino. In cucina si usa nei modi più svariati soprattutto nella pasticceria.

In Giappone, il caco mela, che ha una consistenza più soda e compatta, viene usato per alcuni vini ma è molto indicato anche per il famoso “**sakè**”.

Il caco è un frutto altamente energetico, sconsigliato a chi soffre di diabete e di obesità, ha effetto vitaminizzante e rimineralizzante, buon diuretico, rimedio naturale per la stitichezza, consigliato per disturbi del fegato (infatti, ha virtù epatoprotettive). I frutti immaturi sono indicati nelle emorragie perché astringenti ed emostatici. Raccomandati anche in caso di stress, stanchezza e perdita di forza muscolare.

CURIOSITÀ:

Nell'antica Cina la pianta dei cachi veniva chiamata “L'albero dalle 7 virtù”:

- 1- per i dolcissimi frutti.
- 2- per il legno robusto.
- 3- per la longevità dell'albero.
- 4- le foglie venivano usate per belle decorazioni.
- 5- i rami bruciati producevano vivo calore.
- 6- fra i rami nidificavano gli uccelli.
- 7- l'imponente pianta offriva una piacevole ombra in luoghi di tipo desertico.

Albatro

Jole Ticozzi

L' albatro, la più maestosa macchina volante del mondo. Con un'apertura alare di 3 metri è l'uccello marino più grande in assoluto e può raggiungere in volo i 115 chilometri all'ora.

Ci sono circa 20 specie di albatro conosciute e una quindicina si possono trovare nelle acque che circondano la nuova Zelanda.

Una delle poche colonie riproduttive di albatro nell'emisfero australe è Capotaiaroa che si trova sulla punta della penisola di Otago, nella isola del sud della Nuova Zelanda.

L'albatro reale del nord inizia a riprodursi qui tra i sei e dieci anni di età e continua per tutta la durata della sua vita che è piuttosto lunga.

Non ci si meraviglia se superano i 50 anni. Il maschio e la femmina collaborano nel costruire il nido, attività che inizia a settembre. Poi a novembre la femmina depone un uovo che può pesare anche mezzo chilo.

Per circa 80 giorni i genitori lo covano a turno finché, ai primi di febbraio avviene la schiusa. Dopo si alternano nel sorvegliare e nutrire il piccolo. La sua alimentazione consiste in pesci e molluschi rigurgitati. All'età di sei mesi il piccolo può pesare ben 12 chili, ovvero molto più di un albatro adulto.

Dopo circa 12 mesi i genitori lasciano Capotaiaroa per trascorrere un anno in mare, prima di farvi ritorno e ricominciare il ciclo riproduttivo.

Nel frattempo il giovane albatro, ora più snello, è provvisto di piumaggio, ha imparato, dopo vari tentativi ed errori ad aprire le ali e a spiccare il volo. Quando sta per raggiungere la maturità, l'albatro ritorna a Capotaiaroa.

Mentre gli uccelli più grandi sono indaffarati a riprodursi, i piccoli passano il tempo a lisciarsi le penne, a divertirsi e a sfoggiare le loro notevoli abilità nel volo.

L'albatro di natura è fedele. Le coppie che si formano durano tutta la vita.



In cucina con Seby

Seby Canu

Bucatini al sugo di tonno

Ingredienti per 4 persone

- 350 g di bucatini
- 250g di tonno
- 250g di polpa di pomodori
- 100g di olive nere,
- un cipollotto
- origano, prezzemolo tritato
- Olio sale pepe q.b.

Preparazione

In una padella scaldare l'olio unire il cipollotto Rosolato, aggiungete tutti gli altri ingredienti, coprite e cuocete per 15 minuti.

Scolate i bucatini e conditeli con il sugo; spargeteli col prezzemolo e poco pepe.



Involtini al limone

Ingredienti per 4 persone

- 400g di fettine di vitello
- 100g di pancetta affettata,
- una cipolla
- 50g di farina
- Vino bianco
- la buccia e il succo di un limone,
- un cucchiaino di capperi
- olio sale pepe .

Preparazione

Spennellate le fettine di vitello con il succo di limone, adagiatevi la pancetta, chiudeteli con lo stuzzicadenti e passateli nella farina.

In un tegame scaldate l'olio e rosolate gli involtini a fuoco vivace, lasciandoli dorare,.

Appena cotti sgocciolateli e teneteli in caldo.

Appassite la cipolla nello stesso tegame, unite gli involtini, il vino la buccia di limone, i capperi, salate pepate e cuocere a fuoco moderato per 20 minuti, girandoli di tanto in tanto quindi sgocciolateli, disponeteli su un piatto di portata e versare il suo sughetto.



Buon Appetito!

Storia della ricetta del tortellino

Rosalia Albano

Secondo la leggenda popolare, un cuoco, spiando dal buco di una serratura, vede l'ombelico di Venere. L'entusiasmo è tale da spingerlo a scommettere con se stesso che riuscirà ad inventare una ricetta che riproduca fedelmente la celestiale visione. Ma non solo, superando la capacità degli dei pagani, il suo prodotto dovrà essere di misura più piccola rispetto all'afrodisiaca parte della dea che tanto lo ha colpito.

Nasce pertanto il tortellino, uno dei piatti più famosi al mondo. Secondo la più antica tradizione bolognese, il tortellino, rigorosamente fatto a mano, va cotto e mangiato solamente in brodo (inutile specificare che il brodo deve essere di carne e non di dado!), anche se alcuni intenditori lo rovinano con salsine e sottospecie di ragu¹.

¹ Per la cronaca ragu¹ deriva forse dal francese *ragout* ma oggi identifica un prodotto "onomatopeicamente" e assolutamente bolognese.

Il segreto di questa ricetta, secondo mamma Alda, tutt'altro che complicata, consiste solo nell'arte manuale. I principi di base sono tre:

- Gli ingredienti devono essere freschissimi.
- La sfoglia deve essere tirata con il mattarello (dimenticatevi la macchinetta!)
- Il tortellino deve essere grande quanto un'unghia (a detta di mamma Alda questa caratteristica è dettata dalla tradizione).

GITA A SONCINO

Venerdì 21 settembre si è presentato sotto i migliori auspici, faceva un leggero fresco che non ha impedito ai 38 soci dell'AVA di presentarsi puntuali alle ore 7,00 per partire in direzione Soncino.



Viaggio rilassante, la perizia alla guida di Maurizio, autista del nostro pullman, era perfetta, e dopo il solito pipi-stop all'a-ltezza di Dalmine, alle ore 10,00 siamo giunti, puntuali come un orologio svizzero, all'appuntamento con le due guide della Pro Loco di Soncino che dovevano farci vedere le bellezze della Casa degli Stampatori (Museo della Stampa ebraica) e successivamente della Rocca di Soncino.

Ci siamo divisi in due gruppi, uno è andato prima alla Rocca, mentre noi ci siamo incamminati verso il Museo della Stampa ebraica.

Qui, sotto le spiegazioni molto precise della nostra guida, abbiamo imparato a scoprire come nel 1492 un gruppo di ebrei, giunto a Soncino in fuga da altri paesi, dopo una prima esperienza come banchieri (prestavano denaro a credito) decisero di trasformarsi in stampatori. Dalla loro tipografia uscirono dei capolavori quali la prima bibbia ebraica stampata in Italia, con caratteri fissi, e con incisioni su legno (xilografia) con macchine di stampa tuttora funzionanti (torchi in legno, a vite. Abbiamo visto, con la spiegazione di un gentile stampatore anziano, come venivano stampate le pagine (la prima pagina della Bibbia riportante la scritta "In principio era il verbo" in caratteri ebraici). Nello stesso museo si è potuto vedere anche la storia delle macchine da stampa sino ai primi anni del 20^{mo} secolo.



Terminato il museo, ringraziato il gentile vecchietto, siamo poi andati alla Rocca (ricostruita e rinforzata da Francesco Sforza duca di Milano attorno al 1473), la visita è iniziata nella torre del Capitano, è proseguita con la visita delle prigioni e della Camera degli sposi, è stato visitato il museo degli attrezzi di tortura, giro sui bastioni e quindi, dopo aver visto un panorama mozzafiato dalla torre principale.

Siamo ridiscesi finalmente a terra, stanchi ma felici di quanto avevamo visto e ci aveva così doviziosamente raccontato la nostra guida.



Era scoccato mezzogiorno per cui, riuniti i due gruppetti, si è andati a pranzo presso l'agriturismo "El cascinèt de mondo" dove finalmente abbiamo messo i piedi sotto il tavolo.

Sul pranzo, nulla da ridire, il vino era eccezionale (tanti di noi ne hanno acquistato), per il menù tutto buono, compreso il dolce, caffè, ammazzacaffè.

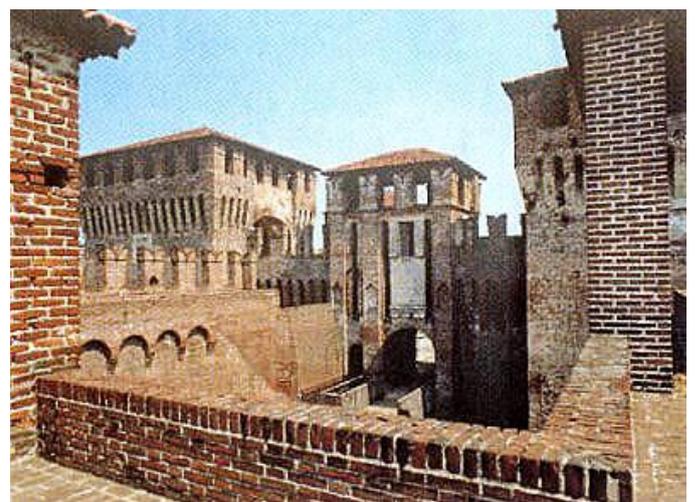
Alle 15,30 siamo partiti per l'ultima tappa della nostra gita: il Santuario della Madonna di Caravaggio dove parecchi hanno assistito alla Santa Messa mentre altri hanno visitato il Sacro Fonte dove sgorga l'acqua miracolosa oramai da oltre 5 secoli.

La giornata si è conclusa con il rientro a Varese dove, dopo aver ringraziato l'autista Maurizio per la perizia nella guida, siamo giunti alle ore 19,30 circa, stanchi ma felici. Peccato per chi non è venuto!

Tutto sommato una buona gita, da rifare in quanto a Soncino vi sono molti capolavori che, dato il tempo, non abbiamo potuto visitare, come le chiese di Santa Maria Assunta, Santa Maria delle Grazie, e tanto altro ancora.



Panorama di Soncino



Il castello.

Percorso fiabe e favole dal 2000 al 2012

Giuseppina Guidi Vallini

Inizialmente, l'A.S. Maria ALBANESE, coadiuvata dai suoi collaboratori, ha pensato di promuovere incontri sul tema fiabe, portato avanti da alcuni volontari, dotati di pazienza e competenza all'ascolto e al racconto.

Questi primi tentativi hanno dato come risultato un breve racconto costruito assieme ad un gruppo di anziani, dal titolo "Le avventure di Gamba di Legno"

Da giugno ad ottobre 2001, si diede lettura ad un gruppo di anziani, delle seguenti fiabe, tratte dal libro "**Fiabe e leggende dell'India**", suddivise in 3 diversi settori:

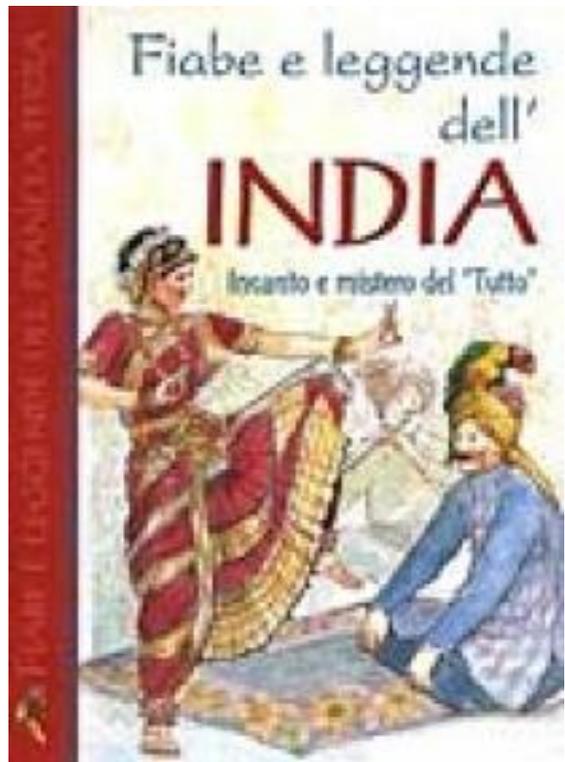
- ❖ Astuti, sciocchi e saggi
- ❖ La natura
- ❖ Magie e Incantesimi:

Nel periodo giugno-luglio 2001 furono letti i seguenti brani, tratte sempre dal suddetto libro:

- L'eredità
- Il testimone
- Il goloso
- I tre pretendenti
- Il terrore dei leoni
- I tre fratelli
- Il più forte
- La volpe blu
- Madre cielo
- La regina delle api
- Il destino
- L'eclisse
- Ciampabay e il pappagallo.

Ottobre 2001:

- La volpe e il bramino
- Moti e il re degli squali
- La lepre e il leone
- Il cammello sciocco
- Il re degli uccelli
- Una scuola pericolosa
- La famiglia del fuoco
- La creazione degli animali.



Dal 2003 al 2005 sono state proposte dai partecipanti agli incontri, fiabe suddivise in due periodi. Il tutto documentato nel libro "**Che fantastica storia**" e, come risultato di questi incontri, sono state create le fiabe "La fortuna magica" e "Marco il coniglietto"

È stata letta e discussa anche la fiaba "Hansel e Gretel" ed è iniziata la lettura della fiaba "Pinocchio", con la proiezione del film di Walt Disney.

C'è stata una pausa di riflessione ed introdotti altri temi, quali proverbi, bigliettini, varie qualità, ideazione di un villaggio immaginario con inseriti vari personaggi da riprodurre col disegno ed in cui identificarsi.

Nel 2010, è stata ripresa l'iniziativa della fiaba con metodologia diversa e altri partecipanti.

Da luglio a settembre 2010, sono state discusse e colorate le seguenti favole:

- Il leone e il topolino
- Il lupo e l'agnello
- La cicala e la formica
- La volpe e la cicogna

- Il lupo e la gru
- Il cervo alla fonte
- La rana e il bue
- Il corvo e la volpe
- La gallina dalle uova d'oro
- La volpe e l'uva
- Il granchio e sua madre.

Inoltre è stata letta, discussa e colorata la fiaba: "Il principe e la strega".

Da febbraio a marzo 2011 sono state lette, discusse e colorate le seguenti favole:

- La cornacchia vanitosa
- L'asino nella pelle del leone
- La scimmia sovrana
- La lepre e la tartaruga

E le seguenti fiabe:

- Il serpe bianco
- Il principe rospo
- L'acciarino magico.

Da giugno ad agosto 2011, sono state lette, discusse e colorate le seguenti fiabe:

- Il nano Tremotino
- Le fate
- Raperonzolo
- Enrichetto dal ciuffo
- Cinque in un baccello.

Da febbraio a marzo 2012, assieme a Giuseppe Croce, con diversa metodologia, la favola Fiocco, il piccolo cerbiatto

E le seguenti fiabe:

- Marco, il coniglietto
- Pinocchio (di G. Maran)
- La leggenda della castagna
- Gli orsi (di G. Maran)
- Il semino di frumento
- Fiore di pesco
- Disputa fra colori (rappresentata a San Fermo)

Ed è stata prodotta col gruppo, la fiaba "L'unione fa la forza" (rappresentata alla scuola materna Trolli di Avigno)

Da luglio a settembre 2012 sono state lette e discusse le seguenti favole:

- Fiamma la volpe
- Puffi il coniglietto simpatico

E le seguenti fiabe:

- Lo spaventapasseri e la cinciallegra
- Il cratere dei sogni
- L'avventura del botton e rosso
- Caporosso
- Le ciocco pesche
- Il funghetto della fortuna
- In un'oasi di pace
- La luna nel pozzo (ad Avigno).

La colorazione dei disegni è stata effettuata nel corso di disegno)

I due esercizi (con Giuseppe Croce) con diversa metodologia è da rappresentare eventualmente.

Associazione Anziani di Barasso

Giovanni Berengan

Nel comune di Barasso esiste un "Centro Anziani", affiliato all'ANCeSCAO (Associazione Nazionale Centri Sociali, Comitati Anziani e Orti), piccolo ma molto ben organizzato. E' a diretto contatto con la biblioteca comunale, dove di tanto in tanto vengono eseguiti convegni di vario genere, ed un prestigioso Centro musicale.

Dispone del servizio bar con volontari molto gentili e premurosi, un ottimo campo di bocce, all'aperto, con manutenzione molto accurata, e la possibilità di praticare il gioco delle carte. Il Sindaco, Dott. Antonio BRAIDA, è orgoglioso di tale realtà, e non di rado, nonostante i suoi impegni anche professionali, partecipa alle varie manifestazioni che vengono organizzate.



Da alcuni anni è nata spontaneamente una speciale forma di gemellaggio con l'AVA (Ass. Volontari Anziani) di Varese e quando vengono organizzati tornei, in particolare di bocce, il che avviene con una certa frequenza, vi partecipano appassionati delle due località.

Se il torneo viene disputato a Barasso, al termine dello stesso, il sabato o la domenica viene preparato un pranzo o la cena, a modico prezzo, e con una partecipazione molto numerosa, anche di Varese.

Sono serviti pasti sempre prelibati, grazie alla regia di Natalino "cuoco sopraffino" e con la disponibilità di tanti volontari, che nella circostanza, si mettono a disposizione dei commensali.

Recentemente ad uno di questi "banchetti" era presente anche il Sindaco che, al termine del pranzo, prima della premiazione dei vincitori della gara, ha preso la parola ed ha illustrato brevemente la realtà del volontariato nel Comune di Barasso. Ha precisato che sarebbe necessario un certo coordinamento tra le varie Associazioni che esistono nel Comune, segnatamente oltre all'"Associazione Anziani" anche la "Pro loco", "il Centro Musicale", "L'Ass. Naz: Alpini", e la "Barassolidale" in particolare durante alcune festività e manifestazioni che si svolgono durante l'anno, dato che attualmente ognuna agisce per conto proprio a servizio della propria organizzazione.

E giustamente, in forma molto bonaria e convincente, ha un po' "bacchettato" i presenti, ricordando che spesso presso la sede Municipale arrivano segnalazioni e richieste di persone bisognose di aiuto e di sostegno cui, causa la scarsità di personale, l'Amm. Comunale non riesce a far fronte, e sarebbe quindi utile che a tali necessità provvedessero anche coloro che, dotati di efficienza fisica, dispongono di molto tempo libero.

In pratica, ha voluto dire, i volontari non pensino solo al gioco ed al divertimento, ma anche a chi ha bisogno ed è in difficoltà. In questo senso un coordinamento tra le varie Associazioni sarebbe utile e necessario.

È seguito un breve dibattito, nel corso del quale è emerso che il Comune di Barasso in caso di estrema necessità, possa rivolgersi alla Sezione "Servizi Sociali" del Comune di Varese per il trasporto di disabili e portatori di Handicap, nelle strutture competenti.

Al termine del dibattito il Sindaco ha ringraziato i presenti, e tutti hanno applaudito il suo intervento.

Si è poi proceduto alla premiazione dei vincitori del Torneo, che ha avuto questo risultato. 1^ classificata la coppia formata da Giorgio MORNATI e Gioacchino PIAZZA. 2^ classificata la coppia Walter PIZZI e Gino BROGGI.

Per la cronaca val la pena ricordare che il Trofeo a squadre (di nove giocatori) tra Varese e Barasso anche quest'anno è stato vinto da Varese, grazie soprattutto all'abilità del capitano della squadra Sig. Costante GALLI.