



periodico di informazione dell'associazione Università delle Tre Età di Alessandria
anno 7 - numero 5 - settembre / ottobre 2016 - prezzo € 1,00 (gratuito per i Soci)



**Intervista a
Federica Grosso**



**Nonni come
baby sitter**



**Alessandria,
città tra due ponti**

Corsi e laboratori al via per il nuovo anno



Riprendere o iniziare attività, spesso sottintendono un mix di emozioni. Si rivedono facce note, ci si racconta cosa è successo e come sono stati i mesi in cui l'Unitre era in 'vacanza'. Si riallacciano vecchie conoscenze e si inizia, insieme, un nuovo percorso accademico fatto di conferenze, laboratori, gite, esperienze di vita. Per chi invece inaugura il proprio ingresso in un'Associazione che da anni ormai opera con successo sul territorio alessandrino, è tempo di scoperta, di

raffronto tra quello che ha sentito dire sulle iniziative dell'Università delle Tre Età, e quello che realmente avrà l'occasione di sperimentare, magari perché finalmente in pensione, dopo anni di lavoro. Per il Direttivo, questo dovrebbe essere un periodo di apparente riposo. Il calendario è stato fatto, le conferenze e la maggior parte della attività che verranno proposte, organizzate. Normalmente sarebbe il tempo giusto per osservare come andranno gli eventi, ma quest'anno ci saranno le elezioni per rinnovarlo e questo significano un lavoro aggiuntivo e un impegno serio e costante affinché tutti i Soci comprendano l'importanza di proporsi (è necessario essere iscritti per presentare candidarsi), e di offrire la propria disponibilità. A fine giornale troverete una pagina dedicata proprio alle elezioni. Chi fosse interessato a fare questa arricchente esperienza, può compilare il modulo e farlo pervenire in segreteria entro il 31 dicembre 2016. Anche per noi della Redazione ottobre è il mese di un 'nuovo inizio' (sebbene in realtà i nostri incontri inizino a settembre) e quest'anno, oltre ad aver accolto con immenso piacere l'arrivo di nuovi e preziosi redattori, abbiamo deciso di rinnovare quasi completamente le pagine, inserendone di nuove e affrontando, perché ormai ci sentiamo pronti a farlo, tematiche diverse. Nel farlo abbiamo lasciato, ovviamente, in primo piano le attività dell'Unitre. Troverete articoli sull'apertura dell'A.A. con il bellissimo spettacolo su Milly; sulla prolusione tenuta da Monsignor Vescovo; sui nuovi laboratori (se ancora non vi siete iscritti fatelo perché sono veramente interessanti). Ritroverete invece le pagine sui crimini, quella di ecologia, quelle dei collaboratori e scoprirete le innovazioni. Da quest'anno ci occuperemo di attualità, affrontando temi 'scottanti', di sociologia (con la pagina di nonni e nipoti), di cucina (con dei servizi dedicati alle leccornie locali e alle tradizioni), ma soprattutto di Alessandria, città tra due ponti, con riflessioni, proposte, critiche utili a renderla sempre migliore. Buona lettura e buon lavoro.

Mariangela Ciceri
Direttore UnitreAlessandria!

La fotografia della copertina è stata scattata da Luciano Lazzarin nei dintorni di Frassinello Monferrato



Via Teresa Castellani, 3
15121 Alessandria
tel. 0131.235500 - fax 0131.300000
www.unitrealessandria.it
e-mail unitre.al@tiscali.it

anno 7 - numero 5
settembre / ottobre 2016

SOMMARIO

- 2 I saluti del Direttore
- 3 Conferenze: Storie di amore e di libertà di Mariangela Ciceri
La Prolusione di Mons. Gallese di Italia Granato Robotti
- 4 Intervista a Federica Grosso, oncologa di Orazio Messina
- 6 Laboratori: Comunicare, restare in forma, restauro creativo di Italia Granato Robotti - Apple Mac di Enzo Nani
- 7 Alessandria la città tra due ponti di Enzo Nani
- 8 Delitti e misteri: Antonella Di Veroli di Romano Bocchio
- 9 Coppie di fatto di Italia Granato Robotti
- 10 Nonni come baby sitter di Maria Luigia Molla
- 11 Rispettiamo il territorio di Romano Bocchio
- 12 Cucina: la carn ciapùlaia di Renzo Garbieri
Ciapùlaia vegetariana di Maria Luigia Molla
- 12 Animali: gli equidi a cura della dott.ssa Alessandra Scorza
Eleganza o tenacia? di Maria Luigia Molla
- 14 Letteratura: la parola agli esperti a cura delle prof.sse Maria Clotilde Bruno Ferraris e Silvia Martinotti
- 15 Psicologia e medicina: la parola agli esperti
a cura delle dott.sse Susanna Balossino e Silvia Scarrone
- 16 La vignetta di Giancarlo Borelli
- 17 Vita in Unitre
- 19 Speciale Elezioni Consiglio Direttivo Unitre
- 20 Agenda Unitre

Unitre! ALESSANDRIA

Direttore: Mariangela Ciceri

Redazione: Enzo Nani, Giancarlo Borelli, Italia Granato Robotti
Maria Luigia Molla, Marta Buttini, Mario Plenazio, Mauro Gambetta
Orazio Messina, Renzo Garbieri, Romano Bocchio.

Hanno collaborato:

Fotografie Luciano Lazzarin, Mariateresa Allocco, autori vari
Dott.ssa Susanna Balossino
Dott.ssa Silvia Scarrone
Dott.ssa Alessandra Scorza
Prof.ssa Silvia Martinotti
Professor Gian Luigi Ferraris

Progetto grafico e impaginazione: Mariateresa Allocco
Stampa: www.pressup.it

Storie di amore e libertà

La giornata di inaugurazione di un nuovo anno accademico è sempre un momento importante.

Questa volta, per salutare i Soci e dare il benvenuto alle nuove leve, si è deciso di aprire il nuovo anno di incontri con uno spettacolo dedicato a Milly (al secolo Carla Mignone), famosa cantante e attrice alessandrina. Di lei e della sua vita si è parlato spesso. Si sono tessute le lodi di professionista del mondo del cinema e della musica sia in



di Mariangela Ciceri



Italia che oltre oceano e se ne sono scandalizzate le origini, di figlia cresciuta senza un padre che ha conosciuto l'angoscia e la povertà. Professionista abile e polimorfa con 'occhi profondi e malinconici, lunghe collane e mani sui fianchi' ha attirato l'interesse

di uomini quali il principe Umberto di Savoia e Cesare Pavese e con 'ingenua aggressività' conquistato il pubblico italiano del teatro, della radio e della televisione. A ricordarci questo famoso personaggio morto nel 1980 sono stati: Fulvia Maldini,

insegnante, organizzatrice di eventi, presentatrice di libri e co-protagonista di incontri musicali; Giorgio Penotti, professore di lettere al Saluzzo Plana che si è esibito con musiche (chitarra e flauto) e canti, e Rudi Bargioni, medico dentista che ha iniziato la sua carriera musicale all'età di 6 anni, quando venne messo davanti a un pianoforte. La sala, affollata come ad ogni inaugurazione accademica, dopo le parole di apertura di Orazio Messina, Vice Presidente, li accoglie con un applauso. Si spengono le luci e sul palco del Dopo Lavoro Ferroviario va in scena: 'Storie di amore e di libertà'. Uno spettacolo coinvolgente alla fine del quale è inevitabile una considerazione proposta proprio da Fulvia Maldini, magistrale interprete di Milly: Milano ha dedicato alla attrice e alla donna una via, Alessandria no.

La prolusione di Mons. Guido Gallese

di Italia Granato Robotti

Nella solita atmosfera amichevole, in una sala di persone attente e interessate, si è tenuta, giovedì 6 ottobre, la prolusione di inizio anno accademico. L'argomento, trattato da Sua Eminenza Guido Gallese, Vescovo di Alessandria, è stato: 'La Misericordia come via di guarigione dell'uomo' che ha aperto l'incontro con le seguenti parole: 'Ci sono oggi situazioni di disagio del mondo e una grande terapia, forse la più grande, è la misericordia. Dio ha voluto portare all'uomo la salvezza, il perdono e la misericordia. E la misericordia è unilaterale, è per tutti e può essere fatta da tutti. Meno c'è una buona ragione per farla e più c'è misericordia.' Con parole semplici ha così spiegato cosa sia la Misericordia. 'Una delle caratteristiche della misericordia è che è un atto curativo. L'essere amato è terapeutico perché tutti abbiamo dei bisogni tra cui l'autostima e la sicurezza. L'atto di misericordia è un'attenzione gratuita su di te e l'altro la vive come un atto di fiducia. La misericordia ha la caratteristica e la capacità di guarire l'uomo perché l'uomo è fatto di affettività.' Interessante uno degli esempi fatti per mostrarci il suo significato: 'Mi trovavo a Roma con dei boy scout delle scuole superiori e avevamo deciso di preparare un pranzo per dei poveri. I ragazzi sguinzagliati per la città sono riusciti a portarli in piazza a mangiare ma hanno fatto fatica a convincerli. Si nascondevano

perché prima ancora di un piatto pieno avevano bisogno di essere considerati persone normali poiché, come ci hanno detto: affetto, amicizia e simpatia non la trovavano mai.' E ha aggiunto: 'Nelle caratteristiche della fede cristiana la misericordia è quella più profondamente umana e chiede quindi una maturazione del cuore.' Una frase di conclusione e di augurio per i Soci, perché portino con sé il desiderio di accrescere e alimentare, come scrisse il Manzoni: quel 'Nobile sentimento di compassione attiva verso l'infelicità altrui, di solito promosso da una virtuosa inclinazione alla pietà o al perdono.'



L'importanza di bonificare e risanare l'ambiente

**Intervista a
Federica Grosso
oncologa**

di Orazio Messina

Abbiamo sentito tutti parlare di amianto, sia per l'interesse della magistratura verso l'Eternit di Casale che per la chiusura del Teatro Comunale di Alessandria a causa della "polvere bianca" responsabile di una neoplasia: il mesotelioma.

Abbiamo chiesto alla dott.ssa **Federica Grosso** responsabile dell'Unità Funzionale Interaziendale Mesotelioma (U.F.I.M.) di Alessandria e Casale Monferrato, perché questo tumore legato all'esposizione dell'amianto, sia considerato un tumore raro. Sono considerati "rari" tutti i tumori che hanno un'incidenza inferiore a 6 su 100.000 abitanti l'anno. Su scala nazionale il mesotelioma è circa 3 su 100.000, anche se, a differenza di altre neoplasie, essendo legato all'esposizione all'amianto non è omogeneamente distribuito sul territorio e ci sono zone in cui l'incidenza è più elevata come a: Casale Monferrato, Broni-Stradella, Monfalcone, Biancavilla in Sicilia. Nella nostra provincia è oltre dieci volte superiore rispetto alla media nazionale.

Cosa l'ha spinto a occuparsi di questa patologia?

Già alla scuola di specializzazione in oncologia, fatta a Candiolo, mi occupavo di sarcomi, un tumore raro che origina nei tessuti molli. In seguito ho lavorato all'Istituto Nazionale Tumori di Milano, dal 2002 al 2009 con il dottor Casali, oncologo di fama mondiale nel campo dei tumori rari. Per farlo, mi trasferii con mia figlia Ludovica che era piccolissima, mentre mio marito Pier (dr. Piovano anche lui oncologo n.d.r.) rimase in Alessandria. Direi quindi che la mia, per queste patologie, è una propensione innata. In Alessandria sono arrivata perché c'era un posto vacante in oncologia e volevo riunire la famiglia, visto che era appena nata Carlotta, la mia seconda figlia. In quegli anni il dr. Bottero e il dr. Betta, avevano formato un gruppo interdisciplinare per il mesotelioma. Il dr. Betta inoltre, aveva creato la Biobanca che, essendo l'unica banca dati specifica su quel tipo di cancro, era un riferimento a livello nazionale. Il dr. Bottero mi diede da subito la possibilità di occuparmi di tumori rari e del progetto sul mesotelioma. Eravamo in pieno processo Eternit ed erano stati accantonati soldi per la ricerca perché i malati che non si costituivano parte civile,

potevano transare con gli svizzeri e ricevere 30.000 euro per la famiglia mentre 20.000 euro venivano devoluti per la ricerca. Si crearono così le condizioni per realizzare qui un progetto di cura e ricerca. In oncologia avere a disposizione nuovi farmaci è fondamentale; a Casale avevano già dei protocolli e dei medicinali sperimentali ma mancava un coordinamento a livello regionale e nazionale.

Per questa ragione è nata l'U.F.I.M.?

Diciamo che quanto detto sinora sono state le premesse. L'associazione famigliari di Casale AFEVA chiedeva a gran voce una risposta locale ad un problema così rilevante per la popolazione. UFIM nasce dopo due progetti nazionali del Centro Controllo delle Malattie (CCM), dell'Istituto Superiore della Sanità. Allora era ministro alla sanità il Prof. Balduzzi. I due progetti miravano l'uno a definire un modello di presa in carico globale del paziente, affidato al dr. D'Angelo, responsabile del Centro Sanitario Amianto regionale, e l'altro a creare una rete di ricerca a livello nazionale che si occupasse del mesotelioma, affidato al prof. Scagliotti per

soddisfare l'esigenza di avere sul territorio un'unità che si occupasse sia di assistenza che di ricerca garantendo il meglio ai malati.

Ha parlato di figure che sono state importanti nella sua crescita e nelle sue scelte professionali, ce ne sono altre?

La più rilevante in assoluto è stata La dr.ssa Degiovanni di Casale, la famosa "Degio" (le luccicano gli occhi n.d.r.), che ha dedicato tutta la sua vita al mesotelioma orientandosi poi verso le cure palliative. Mi ha subito motivata, sostenuta e aiutata, senza di lei ora non sarei qui. Insieme abbiamo scritto il progetto di UFIM, nato in ambito regionale, ove esiste un Centro Sanitario Amianto dei due assessorati della Salute e dell'Ambiente. Esso si compone di due Organi consultivi il "Comitato Tecnico Scientifico" e il "Comitato Strategico" che diede mandato all'ASL e all'ASO di definire un progetto unitario di assistenza e ricerca sul mesotelioma in questa zona in coordinamento con l'Università di Torino e il prof. Scagliotti un luminaire in campo delle neoplasie toraciche. Era il 2012. Ministro della Salute era ancora Renato Balduzzi che ha giocato un ruolo fondamentale riuscendo a elevare a livello nazionale un problema che non era solo locale. Ci fu una Conferenza Governativa Amianto a Venezia ove si consolidò la volontà di fare qualcosa in più su questo territorio. La collaborazione tra Casale e Alessandria era cruciale per garantire la completa autosufficienza nella gestione dei pazienti, contando sull'integrazione di tutte le figure professionali necessarie per trattare questa patologia. Dopo l'approvazione del progetto da parte delle due Aziende, il mandato di coordinare l'U.F.I.M. mi fu conferito su proposta del prof. Scagliotti, dal Direttore generale dell'ASO e dell'ASL, i dottori Giorgione e Marforio, con una delibera congiunta. Coordinò le attività, il nostro primo

obiettivo è quello della presa in carico globale del paziente sotto ogni aspetto, dalla terapia, alla cura della persona, all'appoggio psicologico quando serve, alle pratiche burocratiche, che sono tante e dispendiose, dando consigli e sostenendo il più possibile il paziente e i suoi famigliari.

Oltre alla cura, è quindi indispensabile la ricerca?

Certamente! Non si può prescindere. È necessaria per accrescere le nostre conoscenze sulla malattia e per poter disporre di nuovi farmaci. Non possiamo pensare di essere autosufficienti nella ricerca per cui è fondamentale l'integrazione con Università e Istituti che la fanno per missione principale, soprattutto per la ricerca di base, quella che si fa sulle cellule. La nostra Biobanca del mesotelioma, guidata oggi dalla dr.ssa Libener, è un tesoro enorme in questo senso. Inoltre, grazie alla lungimiranza del dr. Maconi e dell'attuale direttrice Baraldi, nella nostra azienda esiste una struttura completamente dedicata alla ricerca a cui UFIM è strettamente legata. Grazie ad essa siamo in grado di condurre studi clinici con nuovi farmaci che richiedono una complessa organizzazione. Il progetto è costato un impegno enorme da parte di tutti e sarò sempre grata al dr. Maconi per avermi aiutato a realizzarlo. L'impegno della direttrice Baraldi in questo campo ha fatto sì che l'AO di Alessandria recentemente abbia stretto accordi con l'Istituto "Mario Negri" diretto dal dottor Garattini e l'Istituto Scientifico Romagnolo per lo studio e la cura dei tumori di Meldola diretto da Amadori, entrambi individuati a suo tempo dal ministro della Salute Balduzzi come referenti per il mesotelioma.

Ci sono delle novità in arrivo?

Sì, i farmaci che modulano il nostro sistema immunitario che ha un ruolo chiave nello

Federica Grosso

Nata a Ivrea (To) 44 anni fa, ha deciso di fare medicina all'età di 8. Ha frequentato il liceo classico eporediese e poi l'Università di Medicina a Torino, dove si è specializzata in oncologia nel 2002. Ha due figlie, Ludovica 15 anni e Carlotta 8 anni. È vegetariana. Curare i tumori rari è la sua missione.

sviluppo e nel controllo dei tumori: l'Immunoterapia è una nuova frontiera. A breve avremo qui uno studio, per ora stiamo collaborando con il Policlinico di Siena, che sta già trattando alcuni nostri pazienti e noi forniamo il supporto per la gestione della terapia e delle tossicità ad essa correlate.

Concludo l'intervista con un paio di domande personali: come vive personalmente il continuo contatto con gli ammalati e cosa fa per rilassarsi?

Una delle cose che si dicono quando fai un mestiere così è di imparare a distaccarsi... Per me è sempre stata una cosa impossibile, fin da quando ero alle prime armi: ogni paziente è un'esperienza di vita e ti cambia. Magari non si prova un trasporto della stessa intensità per tutti, però non è possibile non farsi coinvolgere, ognuno ci insegna qualcosa, di piccolo o di grande, ma lascia sempre un segno. Fai anche di tutto per meritarti la loro fiducia e garantire il meglio sotto tutti i punti di vista. Non è facile, ma è molto gratificante! Per rilassarmi... beh! Direi una bugia se così non fosse. Ludovica e Carlotta sono la mia priorità assoluta... e poi c'è la mia cavalla, un bell'impegno!



Un corso per comunicare, uno per restare in forma e uno per il recupero creativo di oggetti d'arredo

di Italia Granato Robotti

Quante volte ci è successo di renderci conto che le persone con cui parliamo non hanno capito quello che noi volevamo comunicare?



Per aiutarci quest'anno l'Unitre propone **Io parlo ma tu non mi ascolti**, laboratorio sulla comunicazione tenuto da Mariangela Ciceri, giornalista e counselor nonché direttore di Unitre!Alessandria. Gli incontri si terranno a partire da martedì 11 ottobre alle 16.30, presso la Taglieria del Pelo, Via Wagner 38. Il laboratorio, della durata di 12 incontri,

si propone di aiutare a capire cosa non funziona nella comunicazione quando noi parliamo e abbiamo la sensazione che l'altro o non ci ascolti o non ci comprenda. 'La comunicazione, dove il 70% è data dal non verbale, è una relazione in cui è richiesta attenzione e partecipazione da parte dei soggetti coinvolti, ma spesso questo non è sufficiente a garantire una conversazione funzionale' ha spiegato la docente che nel programma ha inserito anche lezioni sulla comunicazione assertiva con la quale è possibile non rinunciare a dire quello che si pensa evitando il conflitto con i figli, con il partner, con i colleghi, riconoscendo la posizione dell'altro ma senza perdere di vista e rinunciare alla propria. Il corso inoltre aiuterà a riconoscere l'emozione di entrambi gli interlocutori, con la possibilità di sperimentare comunicazioni e relazioni mature e non aggressive. In un periodo in cui tutti sembrano parlare e nessuno ascoltare, potrebbe essere di utilità seguirlo. Avete capito?

Per quanto riguarda invece il benessere, presso la palestra del DLF, in viale Brigata Ravenna 8, sarà attivo dal 3 ottobre, con orario 10.00 - 11.00 il lunedì e il martedì, il



corso di **Attività Fisica Adattata** tenuto da Viktoriya Kiminetz, ucraina, diplomata in ginnastica artistica presso la scuola Dynamo da dove sono usciti numerosi campioni olimpici, che vanta nel suo curriculum esperienze di danza classica e coreografia. Durante gli incontri saranno proposti esercizi svolti in gruppo, pensati per soggetti affetti da malattie croniche e finalizzati alla modificazione dello stile di vita per la prevenzione secondaria e terziaria della disabilità.

Restyling e recupero creativo di elementi di arredo, invece si terrà presso

Portoidee, in via Verona 95, dal 20 ottobre (15.00-17.00). Incuriosita dalla novità del corso ho incontrato la responsabile: la signora Elisabetta Bagnasco, collaboratrice della Comunità di San Benedetto. Ho così scoperto che i partecipanti avranno la possibilità di ridare nuova vita a vecchi oggetti, usando anche materiale di recupero in modo che nulla vada sprecato. I manufatti sui quali lavorare saranno scelti dagli allievi, che oltre al materiale dovranno mettere fantasia e creatività così da restituire importanza a quello che stavano per buttare, con la soddisfazione di essere stati gli artefici della sua rinascita.



Un corso di Mac Apple

di Enzo Nani

Novità anche in campo informatico con il Laboratorio di Mac Apple. Pietro Pertica, che ne sarà il docente, dice che: 'i prodotti della casa della 'mela' sono più costosi degli altri, ma di qualità superiore; il sistema operativo usato deriva da Unix, lo stesso dei grandi elaboratori, che lo rende potente, stabile e sicuro e infine, non soggetto a virus.' Il corso, si svolgerà con i computer portatili degli allievi, ed il percorso formativo si muoverà in modo elastico, attraverso le esigenze dei singoli. Chi vorrà cimentarsi nella grafica avrà a disposizione programmi ideali a soddisfare ogni richiesta. L'unico limite, che potrebbe anche risultare un pregio, è il numero dei partecipanti: non più di sei per classe, in modo da essere seguiti con continuità e solerzia. La grande passione per la materia, ha accompagnato il Pertica negli anni, facendogli scoprire Linux, un sistema operativo libero e gratuito, che come quelli di Apple si basa su Unix per cui le similitudini sono parecchie. Queste conoscenze, unite a competenza e pazienza, saranno messe a disposizione di chi si iscriverà al suo laboratorio. Per ulteriori informazioni, rivolgetevi pure in segreteria.



Alessandria: la città tra due ponti

Pagina a cura di Enzo Nani



Col ponte rinasce il fiume

Ormai il conto alla rovescia è iniziato: manca pochissimo all'inaugurazione del ponte Meier. I preparativi fervono e gli Alessandrini sono pronti ad invadere, per un giorno, gioiosamente, le zone ad esso adiacenti. E poi? Il fiume continuerà, come sempre, a scorrere solo soletto, senza gli schiamazzi dei bambini che giocano, senza le discussioni di calcio e di politica, senza le parole d'amore di due fidanzati: questo perché solo un breve tratto delle sue sponde è percorribile e se vogliamo dirla tutta, non invoglia affatto a farlo. Quando ho visitato altre città, sia in Italia che all'estero, ho visto i fiumi prendere vita, grazie alla popolazione locale e ai turisti. Come mai? Le zone erano state inserite in programmi di sviluppo tali da indurre i privati ad investire in attività commerciali, capaci di catalizzare l'attenzione della gente. Da quando la "Cittadella" è frequentabile ed idonea ad accogliere manifestazioni, tutta la zona potrebbe essere riqualificata, diventando polo di relax, di divertimento e di cultura. Come renderla ospitale, dovrebbe essere compito di professionisti qualificati, magari avvalendosi di idee proposte dai giovani attraverso un concorso. Alessandria sarà presto la loro città ed è giusto che la migliorino come meglio credono, con il nostro aiuto se vorranno, costruendo strutture e attrazioni anche lungo gli argini, facendo così rivivere un territorio che in passato era frequentato con piacere dagli Alessandrini.

Creiamo una tradizione

Alessandrini a cui vorrei tirare bonariamente le orecchie. Vi spiego perché: da quando ho più tempo a disposizione, passeggiare spesso per la città e non posso fare a meno di ascoltare ciò che la gente dice. Dopo l'immancabile accenno al tempo, viene subito tirato in ballo il fatto che ad Alessandria non si faccia mai niente. Ebbene, ho voluto togliermi lo sfizio di fare una ricerca, per rendermi conto di quanto ci fosse di vero in questa affermazione: 'Assolutamente niente.' Mi sono risposto.

Soprattutto nella bella stagione, le domeniche prive di un qual si voglia avvenimento sono veramente poche, per cui smettiamola di parlare senza cognizione di causa. Se proprio vogliamo, almeno per chi come me, ama la musica, tutta la buona musica, sarebbe bello che alle tante manifestazioni musicali già esistenti, ne venisse aggiunta una, non importa se rock, jazz, country o altro che si prefiggesse di diventare un appuntamento fisso per gli appassionati, tanto da indurli ad arrivare sempre più da lontano. E dove si dovrebbe svolgere? In Cittadella, naturalmente, e perché non chiudere per quel giorno il ponte ai veicoli, vivacizzandolo con esposizione di vinili, strumenti musicali e qualsiasi cosa possa suscitare interesse?

Alessandria come Rosario?

A proposito di tradizione, Rosario, città argentina a noi gemellata dal 1988, potrebbe insegnarci qualche cosa? 'Certo che sì!' Facendo ricerche in merito, sono stato colpito da una foto, dove in primo piano compaiono copie di ballerini lungo le vie e subito li ho immaginati sul nostro ponte, mentre volteggiano nel tango. All'interno della cittadella invece, si potrà ascoltare questa musica nelle sue varie sfaccettature, essendo in continua evoluzione dal Tango Nuevo di Astor Piazzolla al tango elettronico. Con tutte le scuole

di ballo, nate negli ultimi anni in città e dintorni, non dovrebbe essere difficile organizzare la parte danzante, mentre per quella principalmente di ascolto, potrebbero essere coinvolti esperti di jazz e di musica classica, privilegiando il nostro rinomato conservatorio. Sarebbe interessante poter coinvolgere la città di Rosario, rinsaldando in tal modo i rapporti. Questa è solo un'idea, che spero possa essere lo spunto per iniziare una discussione in cui i giovani dovranno avere l'ultima parola.

E voi cosa ne pensate? Inviare le vostre considerazioni a: Redazione UnitreAlessandria inviando una e-mail a: **unitre.al@tiscali.it**.

L'omicidio di Antonella Di Veroli (la donna nell'armadio)

di Romano Bocchio

Pochi di noi ricorderanno il nome di Antonella Di Veroli. In verità l'evento drammatico che la riguarda ebbe scarsa risonanza nazionale, ma venne diffusamente trattato dalla stampa romana come intricato episodio di cronaca nera. Fu un ennesimo caso di delitto senza colpevole che, come sottolinea l'editorialista Enzo Catania sulla pubblicazione *Misteri d'Italia*, 'per i magistrati e per gli investigatori della capitale rappresentò un'altra cocente sconfitta' e anche questo delitto venne archiviato tra i tanti casi irrisolti. Ed ecco i fatti. Il pomeriggio del 12 aprile 1994 in una dignitosa abi-



tazione del quartiere residenziale di Talenti, a Roma, venne trovata cadavere Antonella Di Veroli. Il corpo giaceva rinchiuso in un armadio della camera da letto, piegato in posizione fetale e con la testa coperta da un sacchetto di plastica insanguinato. Ad un esame più attento risultò che la vittima aveva riportato alla testa due ferite da arma da fuoco. Ciò fece nascere il primo dubbio: causa della morte furono le ferite o il soffocamento? Fece comunque specie il fatto che le ante di quell'armadio fossero state sigillate con del silicone. La perizia scientifica, esaminando il locale, prese atto che la porta d'ingresso non era stata forzata, e ne dedusse che la vittima avesse aperto al suo assassino in quanto persona di sua conoscenza, oppure che l'assassino avesse le chiavi. Ma chi era Antonella Di Veroli? Una quarantasettenne di piacevole aspetto, che svolgeva l'attività di commercialista e di consulente del lavoro, professione che le piaceva e le consentiva un buon tenore di vita, con un carattere deciso ma sentimentalmente instabile. Da sette anni viveva



da sola anche se aveva avuto, in rapida successione, un paio di relazioni, prima con il ragioniere Umberto Nardinocchi che lavorava nel suo studio come dipendente, e poi con un fotografo, certo Vittorio Biffani, relazione quest'ultima assai tormentata ma ormai avviata alla conclusione. Il sospetto cadde subito su entrambi, tanto è vero che furono convocati per essere sottoposti all'esame dello stub, metodica

polvere da sparo (la prova del cosiddetto guanto di paraffina). Le analisi risultarono positive per i due uomini, cioè entrambi avevano recentemente usato armi da fuoco. Ma il Nardinocchi venne subito scagionato in quanto abituale frequentatore del poligono di tiro. Il Biffani invece non riuscì a fornire una spiegazione plausibile. A complicare le cose entrò in scena uno strano giro di denaro. Pare che la vittima avesse prestato una ingente somma, circa quarantadue milioni di lire, all'amante fotografo il quale però non era in grado di restituirla, neppure in parte. E questo, secondo il percorso logico dell'inquirente, fu considerato un valido movente: eliminata la Di Veroli, eliminato il debito, no? Quindi per l'accusa non ci furono dubbi: Biffani era il colpevole. Ma altri dubbi non tardarono a manifestarsi: con il proseguimento delle indagini si venne a scoprire che le impronte digitali trovate sulle ante dell'armadio nel quale era stata riposta la vittima, non appartenevano ai due indagati. E tantomeno quelle trovate su una tazzina di caffè rinvenuta nella abitazione della vittima. Iniziò quindi a farsi strada il sospetto della presenza di un misterioso terzo uomo. Tesi inverosimile e improbabile, mai confermata dai fatti. Comunque, a conclusione delle indagini, l'amante fotografo, nonostante la labilità degli indizi, venne rinviato a giudizio con l'accusa di aver ucciso la Di Veroli. Ma con il giudizio in secondo grado emesso il 10 giugno 1997 il Biffani venne assolto per non aver commesso il fatto. Incredibile a dirsi: a questa sentenza si giunge a seguito di un clamoroso colpo di scena: il test dello stub effettuato a suo tempo sulle mani del Biffani era risultato negativo: sulle sue mani non vi erano mai state tracce di polvere da sparo. Si era trattato di un errore tecnico, forse di uno scambio di persona! L'assoluzione con formula piena venne confermata dalla Corte d'Appello e ratificata dalla Cassazione e il caso Di Veroli andò, desolatamente, ad incrementare il numero di quelli irrisolti.

Fonti: 'Misteri d'Italia'

Le coppie di fatto

di Italia Granato Robotti

Dopo anni e lunghe discussioni il 04/06/2016 è entrata in vigore la legge sulle unioni civili nota come 'Legge Cirinnà'. Cinque i suoi punti essenziali che riguardano:

1. la possibilità di legalizzare la scelta di coppia fatta davanti a un ufficiale di stato civile, in presenza di due testimoni e registrarne l'atto nel registro comunale. Nel documento oltre ai dati anagrafici saranno elencati la residenza, il regime patrimoniale e il cognome scelto (uno dei due oppure entrambi);
2. gli impedimenti a costituire una coppia, simili a quelli che, nel codice civile, impediscono di contrarre matrimonio tra etero ovvero: maggiore età, libertà di stato, capacità di intendere e volere, divieto temporaneo di nuove nozze, rapporto di parentela, affinità, adozione e affiliazione, delitto;
3. la *stepchild adoption*: letteralmente 'adozione del figliastro', l'istituto giuridico che permette l'adozione da parte di uno dei due componenti della coppia di adottare il figlio naturale o adottivo dell'altro;
4. il regime giuridico: i diritti e doveri reciproci della coppia legata in unione civile quindi figli, residenza, concorso di oneri, abusi, scioglimenti dell'unione, ecc. A tutto questo si applicano gli articoli già presenti nel codice civile;
5. l'assistenza sanitaria, in carcere, comunione o separazione dei beni, contratto d'affitto, diritto alla reversibilità in pensione (art. 84, 86, 85, 89, 87,88 cc).

Le legge, approvata ha spaccato in due il popolo italiano diviso tra chi crede che le cop-

pie di fatto ridefiniranno il ruolo di famiglia e quelli che, come me, credono invece che la famiglia una sua connotazione l'avesse già. Il compito di comprendere se e come questo nuovo nucleo familiare possa rappresentare un 'problema' per i minori che ne fanno parte spetta anche alla scienza. Secondo uno studio della New Yorker Columbia University vi sarebbe 'un consenso accademico schiacciante sul fatto che avere un genitore gay o una genitrice lesbica non danneggi i bambini'.

In una ricerca australiana condotta da Eliza-

alla facoltà di medicina e psicologia della Sapienza di Roma ha dichiarato che: 'I dati raccolti (...) hanno dimostrato che i bambini cresciuti da genitori gay e lesbiche hanno mostrato un livello di regolazione delle emozioni e di benessere psicologico simile a quello dei bambini cresciuti da genitori eterosessuali'.

Nonostante questo io, sulla vicenda, ho pensieri contrastanti. Il fatto che persone dello stesso sesso o no abbiano la possibilità di regolarizzare la loro unione potrebbe esse-

re una buona cosa se non fosse che questa scelta si inserisce in un contesto sociale dove la famiglia fatica già a trovare la sua dimensione. Penso a quelle di una volta, dove genitori, figli, nonni, e nipoti vivevano insieme con piccoli o grandi problemi ma che proprio perché insieme venivano risolti.

I bambini avevano figure di riferimento costanti: una madre e un padre, mentre oggi le famiglie allargate hanno raddoppiato i ruoli e i piccoli si ritrovano con due madri e due padri, fratestra e sorellastre e una folla di parenti acquisiti. Spiegare loro come nascano i bambini è sempre più difficile. Trovare le proprie radici, in alcuni casi potrebbe diventare la ricerca di tutta una vita. Conclu-

do con le parole del Papa che ben illustrano il mio pensiero: *'La Chiesa con rinnovato senso di responsabilità continua a proporre il matrimonio, nei suoi elementi essenziali, prole, bene dei coniugi, unità, indissolubilità, sacramentalità, non come un ideale per pochi, nonostante i moderni modelli centrati sull'effimero e sul transitorio, ma come una realtà che, nella grazia di Cristo, può essere vissuta da tutti i fedeli battezzati'*.



beth Waters, Ruth McNair, Jennifer Power e Elise Davi (titolo della ricerca: *Parent-reported measures of child health and well-being in same-sex parent families: a cross-sectional survey* su <http://bmcpublihealth.biomedcentral.com>) è emerso che: 'i figli e le figlie di genitori dello stesso sesso hanno un maggior stato di salute e benessere rispetto alla media dei loro coetanei.' E anche in Italia Baiocco professore associato



Nonni come baby-sitter

di Maria Luigia Molla

Sono ormai tantissime le mamme che lavorano. La maggior parte di queste ha un'attività a tempo pieno per poter affrontare le infinite spese mensili e il restare a casa ad accudire i figli è diventato privilegio di pochissime. Inoltre, a differenza di altri paesi europei e non, la possibilità di operare presso un luogo che fornisca un servizio gratuito di assistenza infantile come un nido o simili è ancora un'utopia.

Quindi come fare?

Le soluzioni sono poche: si trova un asilo, privato o pubblico, si assume una tata o si lasciano i bimbi ai nonni. Consideriamo che gli asili nido comunali sull'intero territorio sono insufficienti per le richieste, con liste di attesa infinite. Per di più Alessandria rientra tra le città più care d'Italia per i costi delle scuole d'infanzia e, trovata una, molte volte si devono sommare le spese riguardanti la mensa. Valutiamo pure che una baby-sitter implica un'ulteriore spesa, nonché una rara capacità di affidare i propri figli a una persona che, per quanto affidabile e preparata, è per i genitori una sconosciuta. Concludendo, i nonni sono la risorsa alla quale ricorre la maggior parte delle famiglie, soprattutto al Sud, sia per esigenze finanziarie sia per fiducia. La scelta è pure dettata dal legame affettivo che c'è con genitori o suoceri, ma a volte è proprio questo che causa qualche difficoltà. Il rapporto che abbiamo con la nostra famiglia di origine comprende, come qualsiasi altra relazione, una serie di conflitti espressi o meno che interferiscono con la serenità. I nonni sono prima padri e madri, questo ci porta a credere che avranno con i nostri figli un comportamento simile a quello che avevano con noi. Nulla di più falso. Tra loro e i nipoti infatti, vengono a decadere tutti quei doveri, obblighi e aspettative che erano presenti in quello di genitori-figli. La dose di pazienza si espande, così come si amplia la comprensione e la benevolenza di fronte a eventuali marachelle. Diciamo che le aspettative quasi si annullano e i nonni diventano fonte di amore incondizionato e riferimento costante per i pargoli. Sarebbe di gran beneficio per tutti, approfittando di questa situazione, cercare di risolvere eventuali conflitti in sospeso tra le

prime generazioni.

Inoltre quella degli ultrasessantenni, a differenza dell'odierna classe lavoratrice, è una generazione che ha potuto usufruire di un umano pensionamento e che potrebbe destinare la propria energia psicofisica ad attività ricreative, come viaggi, sport, hobbies o, perché no, corsi di studi.

Vorrei quindi sottolineare che fare i nonni non è un obbligo, ma una scelta consapevole che spesso comporta delle rinunce di spazio e tempo alla propria vita, cosa che va considerata e anche gratificata da chi invece ritiene scontato avere i genitori a disposizione per badare ai propri figli. Il tempo non si regala a nessuno, tantomeno la fatica o l'impegno costante che richiede occuparsi dei nipoti, per quanto questi siano amatissimi. Peraltro i genitori che fanno questa scelta devono affrontare un passaggio importante e difficile, ossia quello del distacco. Riuscire ad allontanarsi dai propri bambini con assoluta tranquillità sarebbe innaturale: c'è in noi una normale resistenza ad affidarci agli altri, figuriamoci se dobbiamo lasciare i nostri cuccioli. In queste situazioni di stress, perché separarsi dai propri figli è per i più un momento fortemente stressante, possono insorgere pesanti complessi di colpa che minano la serenità familiare, come il non sentirsi adeguati e preparati, non fare abbastanza per loro, non garantir loro tutto ciò di cui hanno bisogno. Oltretutto questo tipo di società sembra fatta apposta per metterci sotto esame continuo, con pubblicità costanti di una vita che sarebbe da considerarsi appagante solo se corrispondente a determinate assurde regole globali, dettate da non si sa chi e che vanno assolutamente seguite, pena l'applicazione della lettera scarlatta sui nostri vestiti. Per finire, come in tutte le cose, ciò che rimane come costante certa è la capacità di mediare, l'accomodamento tra i nostri bisogni e ciò che si può ricevere, la volontà di mettersi in gioco in ogni situazione con spirito non competitivo ma di amorevole offerta e ricezione, cercando di continuare a dare cioè il meglio di sé, mantenendosi amorevolmente umani e accettando con gratitudine tutto il buono che arriva.

Rispettiamo il territorio, rispettando i suoi prodotti

pagina a cura di Romano Bocchio

L'albero amico dell'uomo

Da una ricerca recentemente condotta presso l'Università di Yale (USA) risulterebbe che oggi sul pianeta terra vivono 3.000 miliardi di alberi, a fronte degli oltre 6.000 miliardi presumibilmente presenti quando l'uomo iniziò ad occuparsi della agricoltura, cioè circa 10.000 anni fa. Il regno vegetale ha sempre accompagnato lo sviluppo delle attività umane e di esse è stato un prezioso supporto. Il legno fornito dagli alberi, con l'ausilio del fuoco, ha rappresentato per l'uomo primitivo una valida difesa dagli animali feroci e dai rigori invernali. È servito anche per la cottura dei cibi e per la costruzione di abitazioni, barche e armi da caccia e da difesa. Con il trascorrere dei secoli, perfezionata la tecnica di lavorazione del legno, l'uomo è passato gradualmente alla costruzione di vere e proprie abitazioni e del necessario arredo. Sebbene nella tecnica edilizia delle nostre latitudini l'acciaio e il cemento armato rappresentino oggi il materiale prevalente, valide strutture abitative in legno sono sempre state presenti, e lo sono tuttora, nei paesi nordici ma anche sulle nostre pendici alpine e appenniniche. Preziosi requisiti per il suo utilizzo in carpenteria edile sono quelli di fornire un buon isolamento termico e acustico, nonché di possedere una notevole capacità di assorbimento delle onde sismiche. Peculiarità da tenere presente su territori tormentati da movimenti tellurici. Dal legno si ricava anche un polimero di grande utilità: la cellulosa, fibra eccellente per la produzione della carta. Ma non scordiamoci mai che, oltre agli innumerevoli utilizzi delle sue fibre legnose, l'albero che le produce ha già svolto, nel suo arco di vita, una missione di assoluto rilievo: ha ornato parchi, piazze e viali cittadini ma soprattutto ha fornito, mediante l'elaborato processo della fotosintesi clorofilliana, un elemento indispensabile per la vita dell'uomo e di tutti gli esseri viventi: l'ossigeno.

E allora rispettiamolo

Ora proviamo a fare due conti. Secondo le stime della Università di Yale, nel pur considerevole arco di diecimila anni, il pianeta terra avrebbe perso 3000 miliardi di alberi vale a dire circa 30 milioni all'anno. Escludendo locali progetti di piantumazione (ce n'è uno in corso in Cina), ma volendo solo teorizzare su questo trend, tra diecimila anni sulla terra non dovrebbe esistere più alcuna forma di vita vegetale. E la salute dell'uomo e degli animali sarebbe a rischio. Ma non allarmiamoci troppo, perché il rapporto tra i tempi scanditi dalla vita del nostro pianeta e quelli della nostra vita terrena ci danno motivo di credere che le nostre generazioni per un ragionevole lasso di tempo non dovranno temere catastrofiche variazioni ambientali. Ciò non toglie che l'effetto serra, provocato dalla deforestazione, non ci debba lasciare indifferenti. Accade talvolta di vedere filmati in tv che mostrano le larghe ferite inferte dal disboscamento selvaggio alla foresta amazzonica ed a vaste aree del Sud Africa e dell'Indonesia. Purtroppo queste stragi di alberi obbediscono alle pressanti richieste dei mercati, spesso deliberatamente inosservanti delle locali regolamentazioni, ma soprattutto del tutto incuranti dei gravi dissesti idrogeologici procurati. Non a caso sui versanti montani è aumentato il rischio di frane per la mancanza dell'effetto drenante prodotto dall'apparato radicale degli alberi. Inoltre l'abbattimento di grandi zone boschive determina anche uno scambio negativo tra l'erogazione di ossigeno e di anidride carbonica con sensibili variazioni climatiche. Concludendo: considerato che da anni sono allo studio possibili provvedimenti per il contenimento del buco nell'ozono e per l'inquinamento da polveri sottili, si auspica anche un fermo impegno, a livello nazionale, per combattere contro il disboscamento globale, settore nel quale, secondo il blog "L'ambiente è di tutti" l'Italia risulterebbe essere, ahimè, la maglia nera.

Fonti: <http://lambienteditutti.blogautore.repubblica.it/>

La carn ciapilaia o ciapùlaia

di Renzo Garbieri



Ciapilè nel dialetto alesandrino vuole dire: tagliare, spezzettare, pestare. Oggi si fa con la mezzaluna ma un tempo si faceva con un coltello molto pesante e la tecnica usata ha dato il nome alla ricetta di cui vi parlerò. Sembra che il piatto, la *ciapùlaia*, abbia avuto origine nella località della Fraschetta dove i disertori dell'esercito napoleonico si nascondevano insieme ai 'renitenti' alla leva, ovvero alle persone che l'Imperatore francese cercava di reclutare per combattere nella

battaglia di Marengo.

La Fraschetta, come la parola fa pensare, era un bosco impenetrabile, paludoso, dove i soldati di Napoleone faticavano a trovare disertori e 'resistenti'. I latitanti usavano per nutrirsi, carne di cavallo che

reclutavano un po' dappertutto, anche sottraendoli all'esercito. La carne di quest'animale era però dura, 'gurigna', quindi doveva essere sminuzzata per poter essere mangiata. Da qui l'uso del coltello pesante per renderla appetibile. La ricetta originale prevedeva l'aggiunta di cipolla, aglio, sale e pepe. Ma bisogna ricordare che nei secoli passati sale e pepe a volte mancavano. Per la cottura della carne ci voleva del vino, forte, tipo Barbera vecchia. Una volta pronta, la *ciapùlaia* si serviva con la polenta. Cugini di questa vecchia ricetta sono i salamini del 'mandrogn' fatti con la carne di vacche vecchie, impossibile da mangiare in altri modi se non dopo tritatura e bollitura, non molta però, sei minuti al massimo in modo che restassero al sangue e non diventassero stopposi. Oggi si cuociono anche alla griglia, ma varrebbe la pena, ogni tanto, assaggiarli anche alla vecchia maniera.



Ciapulaia vegetariana (simili ingredienti, ma niente carne)

di Maria Luigia Molla

Ingredienti per 2 persone:

250 grammi di farina di polenta (A me piace gialla, metà fine e metà grossa, ma scegliete quella che preferite), 3 etti di seitan* normale o affumicato, 1 cipolla bella grossa, 2 foglie di alloro, 1 spicchio d'aglio, 1 cucchiaino di rosmarino tritato, ½ bicchiere di vino bianco secco e fermo, olio EVO (extra vergine di oliva), sale e pepe q.b.

Procedimento

Iniziamo ponendo sul fuoco una pentola con un litro d'acqua salata per cuocere la polenta. Aggiungiamoci un cucchiaino d'olio per evitare grumi e un paio di foglie di alloro per profumarla. Una volta a bollore abbassiamo la fiamma, versiamoci lentamente la farina a pioggia e, per far sì che non attacchi, continuiamo a girarla per ¾ d'ora circa. Se non

abbiamo tempo, usiamone una istantanea, ce ne sono di ottime in circolazione anche bio. Mentre la polenta cuoce, affettiamo finemente la cipolla, schiacciamo l'aglio che lasceremo in camicia, ossia con la sua pellicina e mettiamo il tutto in una padella con l'olio già caldo. Abbassiamo la fiamma, incoperchiamo e lasciamo cuocere per un paio di minuti. Nel frattempo tagliamo il seitan in modo da ricavarne delle stri-

scioline che verseremo in padella. Alziamo il fuoco e, quando comincerà a dorare, saliamo, pepiamo, mescoliamo e versiamoci il vino (si può bagnare anche col brodo se preferite). Lasciamo evaporare e cuociamo a fiamma bassa e col coperchio per 5/6 minuti, aggiungendo brodo o acqua per mantenerlo bello 'sugoso'. Uniremo il rosmarino tritato un minuto prima di spegnere, così da mantenerne l'aroma. Versare la polenta nei piatti, ricoprirla con il seitan profumato al rosmarino e buon appetito.

*= Il seitan, la 'carne dei poveri', è un impasto iperproteico ricavato dalla farina di frumento (Kamut, farro, ecc). È sconsigliato a chi soffre di celiachia e diabete, essendo ricco di amido e causando un veloce innalzamento della glicemia.



Animali da fattoria: gli equidi

della dott.ssa in Veterinaria Alessandra Scorza - ale.docvet66@gmail.com

La fattoria... un luogo che evoca sensazioni piacevoli, immagini suggestive e, in alcuni di noi, ricordi che ci portano indietro nel tempo in una realtà fatta del profumo della terra, coltivazione di piante, ortaggi e della presenza degli animali. Tra le specie che possiamo trovare in fattoria ci sono gli equidi, principalmente cavalli e asini, un tempo utilizzati per lavoro o allevamento, oggi gestiti più come animali sportivi, da compagnia o per *pet therapy* (zooterapia). La loro gestione richiede impegno, conoscenza della loro indole e del loro modo di muoversi: se pur in genere non aggressivi, essendo animali di una certa mole, possono risultare pericolosi anche per l'uomo. Non sono esclusi i pony, cavalli di dimensioni ridotte considerati adatti ai bambini, ma spesso con carattere e vivacità difficilmente governabili. Cavalli e asini dovrebbero avere a disposizione un ampio spazio recintato, con tettoia chiusa su tre lati, con paglia per il riposo, anche se gli equidi sono in grado di dormire in piedi. L'ideale sarebbe farli pascolare a prato ma se

non è possibile, l'alimentazione dovrebbe essere a base di fieno, erba fresca, cereali, crusca, pane secco, frutta e verdura. Attenzione a non esagerare col cibo soprattutto se non possono fare movimento, rischiano coliche intestinali anche gravi con esito a volte fatale. Possono essere tenuti all'aperto anche d'inverno, il loro mantello diventa più folto e li protegge dal freddo. È preferibile questa sistemazione al posto di un box o un capannone chiuso per evitare lo svilupparsi di patologie respiratorie croniche. Importante sia la cura del mantello, gradiscono spazzolate con brusca e striglia, sia il controllo periodico degli zoccoli con



pareggio e, se l'animale viene fatto camminare sull'asfalto, posizionamento dei ferri, operazioni eseguite dal maniscalco. Se si cerca un animale da compagnia l'ideale è l'asino, sensibile e curioso, più lento nei movimenti e meno pauroso del cavallo.

Eleganza o tenacia?

di Maria Luigia Molla



poesia, narrativa, sono parecchi i campi nei quali si è sentita la necessità di scrivere di loro. Alcuni cavalli sono stati protagonisti della storia: Incitatus il cavallo di Caligola che lo elesse senatore o Bucéfalo di Carlo Magno che chiamò una città col suo nome o ancora Marengo di Napoleone Bonaparte, il cui scheletro è esposto in un museo di Londra. Altri invece sono pura invenzione, come Pegaso cavallo alato della mitologia greca e costellazione del nostro cielo o l'eroico Furia che ha fatto sognare tanti bambini o Ronzinante, mio preferito e compagno fedele di Don Chisciotte sempre, anche contro i mulini a vento.

Ma gli asini?

Esopo, Fedro, La Fontaine, sono tutti scrittori che ne hanno parlato nelle loro favole e che hanno a loro attribuito difetti o pregi, gli asini erano brutti o forti, cattivi o saggi. L'asino, bestiola umile, tenace nella fatica quotidiana del lavoro, mai bella, sottomessa all'uomo e sempre fedele anche verso chi la bastona, è stato forse ancora più amata del suo parente elegante. Cavalcava con fierezza altezzosa il coraggioso e folle condottiero di Spagna, ma era Sancho quello fedele, quello saggio e montava un asino. Apuleio, Giordano Bruno e tantissimi altri, hanno innalzato quest'animale così maltrattato dai più. Compare spesso anche nella Bibbia, citato o no, maschio o femmina: è l'ingresso di Gesù a Gerusalemme, la fuga di Maria incinta, è salvezza e gloria.

Montaigne, filosofo del Cinquecento, scrisse: 'C'è forse qualcosa di più sicuro, deciso, fiero, contemplativo, grave, giudizioso dell'asino?'

Anche quest'anno sul nostro giornale abbiamo uno spazio riservato agli animali che, in questo e nei prossimi quattro numeri, sarà destinato a quelli di fattoria. Un'esperta, la dottoressa Alessandra Scorza, tratterà l'aspetto veterinario fornendo informazioni inerenti comportamento, salute e cura delle bestie in questione, dal canto mio mi limiterò a qualche curiosità.

Cavalli e asini sono animali dei quali si è trattato molto: letteratura,

La parola agli esperti

Prof.ssa Maria Clotilde Bruno Ferraris

Latino lingua 'vivente'

Quest'anno per la prima volta dagli studenti dell'Unitre è stata richiesta l'attivazione di un laboratorio di lingua latina: di fronte a tale esigenza noi docenti abbiamo reagito con grande gioia e compiacimento, ma anche con una punta di stupore. Da quali motivazioni essa scaturisce? ci siamo chiesti. In un mondo sempre più ossessivamente dominato dalla modernità, anzi dall'attualità, rispolverare il Latino significa essere affetti da una forma di nostalgia per gli anni giovanili della scolarità? O si desidera riappropriarsi delle radici della nostra lingua, che non a caso neolatina viene definita, indagandone le remote origini, cioè fare un percorso a ritroso, per rintracciare nella cultura romana, e in quella classica in generale, le lontane, ma tuttora vive ascendenze della nostra cultura? Perché proprio di questo si tratta: studiare il Latino, e le lingue classiche in genere, significa ritrovare la culla della nostra cultura, il cuore antico

del nostro presente. Ma, per cominciare, che cosa si deve intendere per "classico"? In origine il termine indicava il cittadino romano appartenente alla prima delle cinque classi istituite secondo la tradizione da Servio Tullio; tutti gli altri cittadini venivano definiti "infra classem", vale a dire "al di sotto della classe". È perciò chiaro quale sia il valore traslato del termine: designa ciò che è eccellente e degno di alta considerazione, esemplare, fondamentale. La cultura greco-romana è dunque basilare per noi europei perché, rappresentando un presupposto per la nostra civiltà, essendo il terreno in cui quest'ultima affonda le sue radici, essa ha, per noi, un valore non solo preminente, ma anche irrinunciabile. Non possiamo infatti capire il nostro presente se prescindiamo dal nostro passato; non possiamo capire noi stessi se recidiamo i fili che ci legano al passato. E allora, confortati da questa convinzione, accingiamoci con gusto e con fervore allo studio (o al ripasso) della madre lingua latina!

Prof.ssa Silvia Martinotti

Nadia Fusini

Che un libro possa essere come una conchiglia è un'emozione che si prova quando il libro in questione riesce a toccare profondamente la nostra interiorità senza tuttavia escludere il testo da cui quell'emozione deriva, né cancellare o attenuare l'artefice di tutto, cioè l'autore. Nel caso di *Vivere nella tempesta* di N. Fusini il tentativo è perfettamente riuscito. Parlare di rilettura de *La Tempesta* di Shakespeare mi pare almeno riduttivo nel senso che Fusini non rilegge ma ha sempre presente il grande testo shakespeariano, lo ripercorre con attento scandaglio e lo rivive secondo quel Nuovo Criticismo che lei, importante inglesista, conosce bene. Così vi ricompaiono personaggi della storia, opere d'arte di Wilton o di Giorgione accompagnate dalle allusive sfumature di Turner. Innumerevoli i richiami a Melville, Conrad, Keats, Eliot non senza gli obbligati echi di Omero, Virgilio, Ovidio. Una chiamata alla cultura, ma anche uno stimolo

a leggere, rileggere, riscoprire. Anche la Fusini ha percorso questa strada per poter vivere la tempesta della vita, sapendo che siamo fatti anche noi della materia di cui son fatti i sogni; e nello spazio e nel tempo d'un sogno è racchiusa la nostra breve vita. Rileggere *La Tempesta* di Shakespeare vuol dire scoprire una poesia autentica a cui si sono rifatti anche tutti gli autori del '900... ti condurrò dove fioriscono i meli selvatici...dove fabbrica il nido la ghiandaia...t'insegnerò come si prende al laccio l'astuta ed agilissima bertuccia;...dagli scogli ti porterò i giovani gabbiani. L'isola è piena di questi sussurri, di dolci suoni, rumori, armonie... A volte son migliaia di strumenti che vibrando mi ronzano agli orecchi; altre volte son voci si soavi, che pur se udite dopo un lungo sonno, mi conciliano ancora con Morfeo, e allora, in sogno, sembra che le nuvole si spalanchino e scoprono tesori pronti a piovermi addosso; ed io mi sveglio, nel desiderio di dormire ancora. Non esiste il tempo nelle opere d'arte, esiste il sempre e l'eternità.

La parola agli esperti

Dott.ssa Susanna Balossino - Psicologo clinico e psicogeriatra

La sindrome del sopravvissuto

La Sindrome del Sopravvissuto è una condizione psicologica di marcato disagio, assimilabile al Disturbo Post-Traumatico da Stress, che insorge nelle persone che non muoiono dopo eventi catastrofici di eccezionale gravità: si pensi ad esempio all'attacco alle Torri Gemelle di New York nel 2001, al naufragio della Costa Concordia nel 2012, al massacro del Bataclan nel 2015, alla strage di Orlando o all'attentato di Nizza o al terremoto nel Centro Italia di quest'anno. Circa il 25% delle persone sopravvissute a tali eventi, nei mesi seguenti, sviluppa un trauma psichico connotato da forte senso di colpa per essere riuscito a sopravvivere mentre molti altri hanno avuto una sorte ben peggiore (esempio eclatante è quello dello scrittore ebreo Primo Levi, sopravvissuto ai campi di concentramento nazisti, ma morto suicida perché vittima di un intollerabile senso di colpa nei confronti di chi non è mai tornato a casa). I sintomi

più frequenti della Sindrome del Sopravvissuto sono: deficit del sonno e ipervigilanza, difficoltà relazionali e sociali, sentimenti di inadeguatezza, tendenza a rivivere gli eventi che hanno generato il trauma -sotto forma di ricordi angoscianti, incubi ricorrenti, pensieri ruminanti, fantasie ad occhi aperti o flashback-, senso di colpa per essere sopravvissuti, sviluppo di disturbi depressivi o d'ansia per la convinzione di non essere riusciti a fare abbastanza per far evitare agli altri la catastrofe e le sue conseguenze, nei casi più gravi atti auto-lesivi e ideazione suicidaria. La terapia più indicata, dopo tempestiva diagnosi, è la prescrizione di farmaci antidepressivi combinata ad una psicoterapia ad indirizzo cognitivo-comportamentale che porti il paziente alla *self compassion* (compassione verso di sé) ovvero una condizione emotiva positiva che ribalti il giudizio troppo critico verso di sé consentendo interpretazioni più realistiche della situazione e la presa di consapevolezza che l'evento traumatico era al di fuori del suo controllo.

Dott.ssa Silvia Scarrone

La nevralgia posterpetica

L'Herpes Zoster (fuoco di S. Antonio) è una patologia causata da un virus della famiglia Herpes, lo stesso che causa la varicella. Tutti gli individui che hanno contratto la varicella sono ancora portatori del virus che rimane annidato e silente nei gangli nervosi spinali e che, in particolari condizioni di debilitazione psico-fisica o per malattie che compromettono la funzione immunitaria, si risveglia e provoca lo Zoster. Questo si evidenzia con grappoli di bollicine cutanee, dolorose che si distribuiscono lungo il decorso dei nervi interessati. La nevralgia posterpetica ne è la coda dolorosissima, che, per fortuna, non sempre si manifesta. Statisticamente, è più frequente dai 60 anni in su (colpisce circa il 30% dei sessantenni e circa il 50% degli ultra settantenni che hanno contratto la malattia). È causata dal danno provocato dal virus alle fibre nervose, che cominciano a inviare al cervello messaggi confusi e sbagliati. Può durare mesi o cronicizzar-

si e andare avanti per anni o anche per sempre, pur con una diminuzione della patologia dolorosa. Il dolore si manifesta, persistente, nelle parti dove in precedenza si è manifestato l'esantema (le bollicine), acuto, bruciante, e profondo. La pelle può diventare sensibilissima, e possono scatenare dolore perfino il contatto con gli indumenti o il cambiamento di temperatura. Tra i sintomi più lievi, prurito e intorpidimento locale. La sensazione dolorosa, può essere invalidante, con depressione e insonnia. Tra le cure più utilizzate: farmaci per il sistema nervoso che mirano a regolarizzarne l'anomala attività elettrica, farmaci antidolorifici, e cure da usare localmente, sulla parte interessata dal dolore, quali pomate anestetiche o a base di acetilsalicilico. Non esiste prevenzione, ma è fondamentale iniziare precocemente un'adeguata cura per l'Herpes Zoster e per le sue eventuali conseguenze e contattare tempestivamente un centro di terapia del dolore per programmare la cura più adatta.

VIGNETTE DI IERI: NULLA E' CAMBIATO..

13/6/2006



24/5/2009



31/7/2009 ODISSEA



9/1/2010



LA REDAZIONE

7/2/2010



10/3/2010



L'Ospedale Infantile Cesare Arrigo e la sua storia

Sabato 17 settembre l'Unitre, rappresentati da Orazio Messina, Vice Presidente, e Mariangela Ciceri, Direttore di Unitre!Alessandria, ha partecipato, in Piazzetta della Lega a un convegno, curato dall'Azienda Ospedaliera di Alessandria, sulla storia dell'Ospedale Infantile con un intervento su Cesare Arrigo, chirurgo alessandrino dal quale l'eccellente struttura ospedaliera pediatrica, ha preso il nome.



Alcuni momenti dell'incontro

(le foto sono gentilmente concesse da Gabriele Brajda)

Laboratorio Passeggiando nella Natura

Il Laboratorio Passeggiando nella natura ci ha inviato una foto che riprende il numeroso gruppo di Soci in viaggio a Cervo in provincia di Imperia.



Presentati alla Taglieria del Pelo i laboratori di Computer

Si sono aperti, martedì 11 ottobre all'Ex Taglieria del Pelo, con la presentazione dei corsi a cui hanno partecipato il Vice Presidente Orazio Messina e alcuni dei docenti dello staff informatico, i laboratori di Il computer come amico. Ricordiamo che unitamente ai corsi base e avanzati (per coloro che hanno già frequentato un primo corso), è possibile iscriversi ai corsi di: ripasso; Power Point (base, avanzato e ripasso); Foto e presentazioni; Club dell'informatica; Smartphone e Tablet/Sistema Android; Internet dalla A alla Z, Corso Apple Mac (sul quale troverete un articolo nella pagina dedicata ai laboratori). All'interno delle iniziative informatiche, segnaliamo anche: Usare Internet: corso pratico di esperienza reale nel web. La segreteria è a disposizione per iscrizioni e/o informazioni.



Laboratorio Noi e la Bici

Sono riprese attività del Laboratorio Noi e la Bici. Riceviamo e pubblichiamo con piacere la foto della loro prima escursione dell'anno presso la Torre di Masio. Ricordiamo che Masio si trova sulla riva del Tanaro e che la Torre Medievale, ai piedi della quale i soci hanno scattato la foto è 'dichiarata monumento nazionale. Il monumento è alto circa 27 metri e insieme ad alcuni pezzi degli imponenti bastioni che restano, faceva parte di una vasta opera di fortificazione esistente nel tredicesimo secolo.'

(fonte: www.castelliaperti.it).



Elezioni Consiglio Direttivo

In questa pagina troverete la scheda per proporre la propria candidatura a Presidente, Vice presidente, Tesoriere, Revisore dei conti e Consigliere per il Consiglio Direttivo. Riportiamo, per i Soci interessati, l'art. 8 dello Statuto dell'Università della Terza Età di Alessandria, rispetto proprio alla elezione delle cariche sopra citate.

Il consiglio direttivo è composto da: Presidente, Vice Presidenti, Direttore dei corsi, Segretario, Tesoriere, consiglieri eletti dall'Assemblea Generale degli Associati. Il Consiglio Direttivo è investito dei più ampi poteri di ordinaria e straordinaria Amministrazione dell'Associazione. Al Consiglio Direttivo compete: stabilire la quota sociale annuale; curare la formazione del rendiconto preventivo e di quello consuntivo (...); deliberare le spese (...); formulare il programma dei corsi (...); elaborare proposte di modifica dello Statuto (...); adottare, in caso di assoluta urgenza, deliberazioni di competenza dell'Assemblea degli Associati (...); disporre a seconda della gravità di fatti contestati (...) di provvedimenti disciplinari da far ratificare dall'Assemblea; (...)

Ricordiamo inoltre che:

Il Presidente ha rappresentanza legale della Sede locale.

Il Vice Presidente sostituisce il Presidente in caso di assenza o impedimento. Nell'ipotesi che siano stati eletti più Vice Presidenti, uno di questi assume le funzioni di vicario.

Il Direttore dei corsi coordina l'attività culturale e didattica della Sede e presiede allo svolgimento dei corsi e laboratori decisi dal consiglio direttivo (...) avvalendosi della collaborazione dei Vice Direttori e dei Coordinatori dei corsi e dei Docenti.

Il Segretario redige i verbali di Assemblea (...) e svolge, se del caso, anche altre mansioni dell'Ufficio di Segreteria.

Il Tesoriere (...) tiene i registri contabili.

Il collegio dei Revisori dei Conti, composto da tre membri effettivi e due supplenti (...) ha i compiti di verificare e controllare il rendiconto (...); redigere la relazione che deve accompagnare il documento contabile di verifica. I Revisori dei Conti non possono far parte del Consiglio Direttivo.

SCHEDA DI CANDIDATURA

Il sottoscritto _____

Tessera n. _____

intende candidarsi alla posizione di:

- ☐ Presidente
- ☐ Vice Presidente
- ☐ Tesoriere
- ☐ Revisore dei conti

In caso di elezione si rende disponibile a svolgere come volontario le mansioni nelle seguenti aree:

- ☐ amministrativa contabile
- ☐ segreteria
- ☐ assistenza a laboratori e corsi
- ☐ assistenza nella formulazione programmi
- ☐ redazione giornale UnitreAlessandria!

Ricordiamo che per ragioni organizzative la candidatura deve pervenire entro e non oltre il 31 dicembre 2016 previa consegna presso la segreteria sita in via Castellani, 3.

Orari: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 11.30

CONVENZIONI

BANCA CARIGE ITALIA

**CONTO CORRENTE GRATUITO PER I PRIMI 12 MESI
CON RIMBORSO DELLA QUOTA ASSOCIATIVA DI 10 EURO**

Operatività compresa:

- operazioni illimitate canale internet/bancomat
- 9 operazioni a trimestre allo sportello
- servizi online e documenti in linea
- addebito principali utenze domestiche
- carta Bancomat Vpay
- spese di liquidazione
- spese invio contabili ed estratto conto con adesione a documenti in linea

Dopo i primi 12 mesi il canone sarà di 3 euro mensili (2 euro con accredito stipendio/pensione).

OTTICA TECHNE' - via Mazzini 37 Alessandria

SPECIALE SCONTO DEL 25% FISSO PER IL 2016/2017

per tutti i Soci Unitre e i loro familiari su tutti gli articoli di OTTICA, OCULISTICA, CONTATTOLOGIA, IPOVISIONE E GEODESIA.

Sono esclusi gli articoli già in promozione.

**Le iscrizioni per il 2016/2017 restano aperte tutto l'anno presso la
segreteria in via Castellani 3. Orario: lunedì-venerdì 9,30/11,30**

LE NOSTRE GITE

mercoledì 9 novembre

**FERRARA: LA MOSTRA
"ORLANDO FURIOSO 500 ANNI"**



mercoledì 14 dicembre

**MILANO: LA MOSTRA DI
RUBENS A PALAZZO REALE**

iscrizioni da martedì 15 novembre

**Ci scusiamo per eventuali refusi di
stampa che non dipendono dalla
volontà degli autori.**

Ultimi aggiornamenti
e variazioni ai programmi
li trovate su: www.unitreallessandria.it

Associazione culturale e ASD

artes

Scuola di danza, musica e teatro

**Una Scuola di vita
per diventare grandi:**

ARTES, Scuola di Danza, Musica e Teatro diretta da **Patrizia Campassi**, diplomata e docente del Teatro alla Scala di Milano, è un punto di riferimento culturale ed artistico per la provincia di Alessandria.

Lo studio e l'approfondimento delle tre diverse discipline contribuisce alla formazione di individui e potenziali artisti attraverso corsi di:

- danza classica, moderna, contemporanea, hip hop
- corsi di teatro e teatro in lingua
- propedeutica musicale e coreutica per bambini dai 4 anni
- pilates e tecnica posturale, mindfulness e yoga olistico
- sezione musicale: strumenti e canto moderno

La nostra Scuola è dotata di tre ampie sale per la danza e quattro aule ad uso della sezione musicale

Artes • Associazione Culturale e ASD • "Palazzo Conzani"
Via Urbano Rattazzi, 47 • 15121 Alessandria
Tel e fax 0131/262142 - 348/1332271 - www.ar-tes.it - alessandriartes@gmail.com

**Enaip
PIEMONTE**

**sede di Alessandria
piazza S. Maria di Castello 9**

*possibilità di parcheggio gratuito
nel cortile privato della struttura*