



periodico di informazione dell'associazione Università delle Tre Età di Alessandria
anno 8 - numero 1 - gennaio / febbraio 2017 - prezzo € 1,00 (gratuito per i Soci)



**Alessandria e il suo
nuovo ponte**



**I segreti dello
zenzero**



**Murales e graffiti,
arte o vandalismo?**



**Conferenze:
il femminicidio**

***La parola ai medici:
interviste a Cappelletti e Carbone***



Cari Soci-lettori, il numero che state per leggere è un numero «speciale» nato in seguito ad un imprevisto tecnico che ha impedito la stampa e la spedizione di quello di novembre / dicembre.

La versione on-line è comunque disponibile sul sito dell'Unitre ma sapendo che sono ancora molti gli iscritti che non dispongono di un computer, si è pensato a una pubblicazione diversa dal solito per ascoltare, attraverso (eccezionalmente) 2 interviste, l'opinione di altrettanti medici alessandrini: il dr. Cappelletti medico dietologo nutrizionista e presidente dell'Ordine dei

Medici Chirurghi e Odontoiatri che ci illustrerà a che punto siamo con i disturbi dell'alimentazione e il dr Carbone, specialista in Malattie Infettive, che ci spiegherà rischi e benefici delle vaccinazioni. Seguirà un servizio su Jazz e il cinema e sul femminicidio.

L'aver inserito nel palinsesto uno spazio dedicato all'attualità sembra essere stato apprezzato e, a tale proposito, mi pare giusto precisare che l'opinione espressa dal redattore a cui viene assegnato l'argomento non rispecchia necessariamente né la mia di opinione, né quella degli altri collaboratori. La nostra funzione è, oltre che informare, quella di facilitare lo scambio di pareri e i confronti anche attraverso la stesura di articoli che possono trovare i soci su fronti diversi, rendendoci disponibili ad approfondimenti o spiegazioni rispetto alle tematiche affrontate.

Dopo le coppie di fatto, abbiamo puntato l'attenzione su due realtà locali e sociali: l'inaugurazione del ponte Meier e l'utilizzo dei murales come espressione di arte e mezzo di comunicazione. Lo abbiamo fatto ascoltando gli alessandrini e i giovani, riportano considerazioni e commenti.

Poiché anche quest'anno l'Unitre di Alessandria ha contribuito alla gestione dell'Orto in condotta presso la Scuola Elementare Rossignoli di Nizza Monferrato, siamo felici di ospitare i contributi degli allievi che, sebbene giovanissimi, sembrano avere le idee molto chiare su come debba essere rispettato il pianeta. Anche la pagina di Delitti e Misteri raddoppia con due articoli su 2 crimini che hanno sconvolto l'Italia: il caso Gallo e quello Ferrero, noto come il Delitto della Cattolica, ancora senza soluzione. Nella pagina di cucina due ricette: rabaton e farinata e in conclusione un'intera pagina a disposizione dei nostri collaboratori sperando che troviate, nei loro articoli, risposte a dubbi o curiosità.

Mariangela Ciceri
Direttore UnitreAlessandria!



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

anno 8 - numero 1
gennaio / febbraio 2017

SOMMARIO

- 2** I saluti del Direttore
- 3** Conferenze: A qualcuno piace jazz *di Enzo Nani*
Diritto penale: il femminicidio di Orazio Messina
- 4** Intervista al dott. Mauro Cappelletti, dietologo *di Enzo Nani*
- 6** Intervista al dott. Roberto Carbone, virologo *di Enzo Nani*
- 8** Laboratori: Decoupage *di Italia Granato Robotti*
- 10** Laboratori: Movimento *di Italia Granato Robotti*
- 11** Meier sì, Meier no, Meier ni *di Enzo Nani*
- 12** Murales e graffiti, arte o vandalismo? *di Maria Luigia Molla*
- 14** Delitti e misteri: il caso Gallo e il delitto della Cattolica
di Romano Bocchio
- 16** Nonni e nipoti *di Italia Granato Robotti*
- 18** Orto in condotta
- 20** Botanica: lo zenzero *di Romano Bocchio*
- 21** Cucina: i rabatoni *di Renzo Garbieri*
I rabaton diventano una torta salata di Maria Luigia Molla
- 22** Cucina: la farinata *di Renzo Garbieri*
Non solo farinata di Maria Luigia Molla
- 23** Animali: i bovini *a cura della dott.ssa Alessandra Scorza*
I bovini visti da me di Maria Luigia Molla
- 24** Animali: i suidi *a cura della dott.ssa Alessandra Scorza*
'Grosso maiale sarà lei!' di Maria Luigia Molla
- 25** La vignetta *di Giancarlo Borelli*
- 26** Letteratura: la parola agli esperti *a cura dei proff. Gian Luigi Ferraris, Maria Clotilde Bruno Ferraris e Silvia Martinotti*
- 28** Psicologia e medicina: la parola agli esperti
a cura delle dott.sse Susanna Balossino e Silvia Scarrone
- 30** Bilancio Unitre
- 31** Vita in Unitre
- 32** Agenda Unitre

Hanno collaborato:

Fotografie Luciano Lazzarin (copertina), Milva Gallo, autori vari
Dott.ssa Susanna Balossino, Dott.ssa Silvia Scarrone, Dott.ssa Alessandra Scorza, Prof.ssa Silvia Martinotti, Prof. Gian Luigi Ferraris, prof.ssa Maria Clotilde Bruno Ferraris

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

A qualcuno piace jazz

Come Hollywood reinventò la storia delle musiche afroamericane

di Enzo Nani



Nell'ambito delle conferenze dell'Unitre alessandrina, presso il DLF, venerdì 4 novembre, si è parlato, di jazz e cinema. Nell'incontro a due voci, quella di Ermanno Luzzani, cultore d'arte, e di Andrea Gaggero, esperto di musiche afroamericane, si è preso in esame il rapporto tra il cinema e il jazz nella Hollywood degli anni '50, cercando di sfatare i miti, sovente falsi, che il cinema americano ha costruito nel corso degli anni. Il titolo dell'incontro è tratto dal celeberrimo film di Billy Wilder con Tony Curtis e Jack Lemmon che interpretano due jazzisti squattrinati, che, in fuga dalla mala italiana, trovano rifugio in un'orchestra tutta al femminile in partenza per la California. La conferenza è stata aperta dal film che apre il decennio, dove Kirk Douglas, Doris Day e Lauren Bacall sono i vertici

di un triangolo che scivola rapidamente nel dramma. Le musiche sono sorrette dal virtuosismo di Harry James, trombettista innamorato del jazz 'autentico' che incontra la donna sbagliata e scivola nell'autodistruzione. Viene salvato dall'innamorata e dall'amico Smoky, meraviglioso cameo di Hoagy Charmichel. Tra i due film le biopic di due musicisti bianchi legati all'era dello swing, Glenn Miller e Benny Goodman, esempi del self made americano, ma anche della propaganda negli anni della guerra fredda. I due attraverso il filtro della fabbrica hollywoodiana diventano eroi nazionali e nel caso di Miller in senso quasi letterale (da manuale la scena di 'In the mood' sotto i bombardamenti aerei). Qui la storia dei neri e delle

loro musiche viene maggiormente addomesticata e falsata per poter meglio propagandare la superiorità americana. Quello che non manca mai è la buona musica e a volte, come nel film più debole, quello di Goodman, è addirittura eccellente. Tra i tanti musicisti presenti nel film spiccano Teddy Wilson, Lionel Hampton, Buck Clayton e un giovanissimo Stan Getz.

Diritto Penale

Il femminicidio... la legge ha risolto i problemi?

di Orazio Messina

'Titolo volutamente provocatorio', annuncia l'avv. Mario Boccassi, relatore dell'odierna conferenza (10 novembre 2016). Questo atto di estrema violenza richiama il conflitto uomo-donna. È un problema che coinvolge l'antropologia, la psichiatria, la sociologia, scienze che studiano gli sviluppi dell'essere umano. 'Ora', dichiara, 'voglio accompagnarvi in un viaggio tra le leggi del nostro Paese. Non nel medioevo, ma nel 1968, la Corte Costituzionale dichiarava in-

costituzionali due articoli del nostro codice penale (codice Rocco) contrastanti con l'uguaglianza dei coniugi prevista dalla nostra Costituzione: l'adulterio e il concubinato. Si badi bene: l'adulterio era considerato e punito penalmente solo quello della moglie. Altrettanto il concubinato. Solo nel 1981 è stata abolita la legge del 'delitto d'onore' che (quasi) giustificava l'uccisione, in uno stato d'ira, della moglie, della sorella, della figlia (sempre donne ben individuate) col-

te in flagranza per congiunzione carnale con un estraneo.' Via via Boccassi illustra i provvedimenti che, rincorrendo gli andamenti sociali, hanno cercato e cercano di prevenire e punire i delitti che nascono per problemi sessuali tra uomini e donne. Nella stragrande maggioranza donne uccise da ex mariti o ex amanti. Di qui il significato attuale di femminicidio: uccidere una donna in quanto donna! Per questo delitto viene proposto l'ergastolo verso il quale l'avvocato si dichiara nettamente contrario. L'omicidio deve essere considerato in quanto tale, senza differenze di genere. Prende in esame lo stalking (cacciatore) e l'emulazione creata da certi mezzi di comunicazione. Descrive le ultime normative che permettono l'intervento del Questore per le violenze denunciate. Purtroppo di queste, il 90% non vengono fatte in quanto avvengono in ambito familiare. E qui si aprono penose domande: 'Sarò creduta? E poi...sarà meglio?' Quindi, si chiede, la legge ha risolto i problemi?



Unitre! ALESSANDRIA

Direttore: Mariangela Ciceri

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

Mauro Cappelletti, medico dietologo e nutrizionista

Intervista al presidente dell'ordine dei Medici Chirurghi e Odontoiatri della provincia di Alessandria

In un momento in cui l'alimentazione tiene banco nei dibattiti, abbiamo ritenuto di approfondire l'argomento rivolgendoci al dott. Mauro Cappelletti, esperto in materia.

I disturbi dell'alimentazione, soprattutto quelli legati all'obesità, hanno subito nel corso degli anni, un preoccupante incremento. Quali potrebbero essere le cause?

Innanzitutto la pressione attraverso cui i media condizionano, soprattutto i giovani, a porsi come scopo il raggiungimento di un peso troppo basso da un lato, mentre dall'altro offrono una quantità di cibo esagerata.

Come si è avvicinato a questa tematica? Cosa l'ha spinto a specializzarsi in questo settore piuttosto che in altri?

Mi occupavo di nutrizione artificiale nei centri di rianimazione e nel 1990, quando mi sono licenziato, ho continuato come libero professionista. L'incontro col dott. Dalle Grave, direttore scientifico dell'Associazione Disturbi dell'Alimentazione e del Peso, che mi ha voluto tra i suoi principali collaboratori, ha fatto il resto.

Cosa le piace di più del suo lavoro e cosa invece vorrebbe poter cambiare a livello istituzionale?

L'essere di aiuto a risolvere i problemi della gente nel mio settore di competenza. Vorrei poter censurare certa pubblicità che dagli anni sessanta in poi ha proposto come esempio da imitare Twiggy (modella, attrice e cantante inglese n.d.r.).

Cosa si potrebbe fare di più per sensibilizzare i genitori in modo da non causare problemi di sovrappeso già nei primi anni di vita?

Sensibilizzarli sull'importanza di educare

di Enzo Nani



i figli a mangiare bene, a muoversi (basta camminare, non servono per forza le palestre) e soprattutto ad evitare il cibo spazzatura.

Ormai tutti parlano di diete sentendosi specialisti di tutto. Quali sono i rischi sia sul piano alimentare che psicologico, specie nella relazione con i coetanei, per bambini costretti ad abbracciare filosofie alimentari quali quella vegana, vegetariana, crudista...

Il rischio di una dieta drastica è quello di provocare la perdita di massa corporea e di creare un meccanismo a yo yo (perdo peso e lo riacquisto) e la conseguente preoccupazione verso il cibo.

La moda di mangiar sano, ha dato vita ad una patologia: l'ortoressia. Come si manifesta e quali sono i comportamenti che possono far sospettare di esserne affetti?

Attraverso un'estrema preoccupazione verso il cibo. Eccessiva ricerca del mangiar

sano, la morbosa selezione dei cibi, con conseguenze psicologiche importanti come l'isolamento e la perdita di interesse verso ogni altra attività diversa da quella concernente l'alimentazione.

Ora si parla spesso di obesità, tuttavia tra i disturbi provocati dalla cattiva alimentazione vi sono anche altre due importanti patologie: bulimia e anoressia. Il parlarne meno significa che sono in calo?

Assolutamente no, ma ora come ora fanno meno notizia e si sa i media cavalcano la tigre del momento, per salire su un'altra non appena calerà l'interesse.

Alessandria è una città di persone che amano lamentarsi. Qual è, secondo la sua esperienza di terapeuta sul territorio, il loro rapporto con l'alimentazione?

Posso senza ombra di dubbio affermare che Alessandria non si discosta dal resto dell'Italia. Piuttosto, quello che stupisce è il comportamento diverso di fronte al problema a seconda dell'età. Prendiamo coloro che oggi hanno un'età variabile, grosso modo dai cinquanta, ai sessanta e oltre: ascoltano, immagazzinano ed elaborano quanto viene a loro conoscenza riguardo all'alimentazione per poi tenere al riguardo un comportamento equilibrato e mai estremo. I giovani invece sono facilmente influenzabili e ne è un esempio eclatante il ricorso continuo ai test di intolleranza alimentare che ritengo essere un inutile modo per farsi spillare dei soldi.

Quali sono gli strumenti a disposizione attualmente per contenere il fenomeno obesità e aiutare chi ne è affetto?

Il primo, ma credo di difficile realizzazione per gli enormi interessi che coinvolge, è quello di limitare al massimo la pubblicità del cibo spazzatura, mentre il secondo necessità solo di un po' di buona volontà: più attività fisica e camminare, camminare e poi camminare ancora.

Lavorare quotidianamente con persone che hanno bisogno di aiuto, richiede energia fisica e psichica. Come si ricari-

ca? Cosa fa quando ha del tempo libero? Quali sono le sue passioni e i suoi passatempi?

Cerco di separare il più possibile il lavoro dalla vita privata. Come forse avrete capito mi piace molto camminare e non perdo occasione per farlo. Quando mi muovo, non posso fare a meno di avere al collo la mia fedele macchina fotografica con cui ritraggo soprattutto paesaggi ed animali. Viene da sé che appena ho qualche giorno libero raggiungo destinazioni utili a soddisfare i miei desideri. Devo però ammettere che a volte il lavoro riappare, come ad esempio quando mi trovo davanti vetrine colme di cibo spazzatura, che non posso fare a meno di documentare, anche se cerco di metterci

per avere una vita piena di soddisfazioni.

Se i disturbi dell'alimentazione sono l'espressione di un disagio emotivo, l'informazione potrebbe evitare i problemi che nascono da patologie legate all'obesità?

Certo che sì, ma secondo me il problema va risolto alla radice. Ritengo quindi di fondamentale importanza che venga affrontato, nei dovuti modi, dalla scuola che dovrebbe inserire nei suoi programmi un'ora alla settimana di educazione all'alimentazione fin dalle elementari.

Cosa Alessandria ha fatto, fa e si propone di fare per dare sostegno a chi ha problemi col cibo?



un tocco artistico.

Con gli amici fa il dietologo o nel caso, fa finta di niente?

Il problema non si pone in quanto il mio modo frenetico di vivere, senza mai fermarmi, andando sempre in cerca di nuove esperienze, ha fatto sì che gli amanti delle fiere gastronomiche, coloro che non possono mancare alla sagra del bollito misto, piuttosto che a quella del salamino d'asino, abbiano preso una strada diversa dalla mia. Per cui amici grassi che abbiano bisogno del dottor Cappelletti non ne ho.

Se potesse progettare e attuare un programma di prevenzione e da cosa partirebbe e come lo proporrebbe?

Cercherei di cambiare il modello sociale: le persone valgono per quello che sono e per quello che fanno per migliorare sé stessi e l'ambiente in cui vivono, traendo motivo

Non esiste un programma specifico per aiutare che ha problemi con il cibo, come del resto anche nella maggior parte se non nella totalità delle città italiane. Vi sono alcune attività sporadiche che possono aiutare chi ne ha bisogno. L'importante è documentarsi sulle credenziali delle persone a cui ci rivolgiamo in modo da essere tranquilli di aver messo la nostra salute in buone mani.

A questo punto le domande sono terminate, ma siccome il dottore è un buon conversatore, mi trattengo ancora qualche minuto. Ad una mia precisa domanda su come non sarebbe meglio che i media insistessero affinché la gente, invece di aspettare di avere venti chili di troppo, corresse ai ripari quando i chili da smaltire sono solo due o tre, ha risposto:

‘Certamente, ma chi ci guadagnerebbe, se bastasse mangiare un po' meno per risolvere il problema?’





Vaccinazioni? Sì, grazie Ne parliamo con il dottor Roberto Carbone

**Intervista al Dirigente Medico di
1° Livello presso SOC
Malattie Infettive
Ospedale Civile di Alessandria**

di Enzo Nani

Più passa il tempo, più la massa da dipanare aumenta. L'opportunità di vaccinare i bambini o meno è diventata fonte di scontro tra due opposti estremismi, che a mio avviso tendono ad esasperare il problema accentuando gli inconvenienti in cui, come in tutte le cose, si incorre abbracciando sia una che l'altra corrente di pensiero. Per saperne di più mi sono rivolto ad uno specialista del settore.

Dott. Carbone, un genitore che deve decidere se vaccinare un bambino, come si deve comportare?

Il genitore deve evitare di farsi prendere dall'ansia, ma deve avere tranquillità e fiducia, partendo da questo semplicissimo presupposto: il rischio di effetti collaterali di un vaccino è infinitamente inferiore al rischio delle complicanze legate alla malattia che con certezza colpirebbe il bambino senza la specifica vaccinazione.

Ci sono vaccinazioni obbligatorie ed altre consigliate. Come dobbiamo regolarci ed è corretto che siano i genitori a decidere se sottoporre i propri figli alle vaccinazioni obbligatorie o facoltative?

Le vaccinazioni obbligatorie in Italia, nei nuovi nati sono le seguenti: antidifterica, antitetanica, antipoliomielitica anti Apatite B. Personalmente, sarei totalmente favorevole a rendere obbligatorie molte più vaccinazio-

ni che attualmente rientrano solo in quelle consigliate dal Ministero della Salute.

Le vaccinazioni obbligatorie, per essere utili, devono raggiungere una copertura vaccinale vicina al 100% e pertanto, non è assolutamente corretto che un genitore vi si opponga.

Il genitore contrario alle vaccinazioni obbligatorie e facoltative, commette un grosso errore, non solo nei confronti dei propri figli, ma anche nei confronti degli altri bambini. Occorre saper leggere gli articoli scientifici e prendere con le dovute precauzioni le notizie riportate da internet, dove si trova di tutto e il contrario di tutto. L'unica fonte attendibile, facilmente consultabile è quella del Ministero Della Salute. Le vaccinazioni obbligatorie hanno ridotto in modo drastico la mortalità infantile e le disabilità legate a determinate malattie, pensiamo alla poliomielite, alla difterite e al vaiolo che in Italia sono solo un ricordo del passato.

Se i genitori avessero avuto la possibilità di decidere se vaccinare o meno i propri figli per queste patologie e altre nel nostro paese ci sarebbero stati in questi anni un numero enorme di decessi provocati da queste malattie. La mia risposta è pertanto categorica: il genitore deve fare vaccinare i propri figli per tutte le vaccinazioni obbligatorie, rispettando il calendario vaccinale previsto dal Ministero Della Salute.

Quali sono invece le vaccinazioni non obbligatorie, ma raccomandate?

Per i nuovi nati sono consigliate caldamente le vaccinazioni per le seguenti patologie: Morbillo, Parotite, Rosolia, per la Meningite da Meningococco, per l'Epatite A, per il Papilloma Virus, in modo particolare per le bambine nel corso del 12° anno di età. Il Papilloma è la causa principale del cancro al collo dell'utero.

Con i nuovi LEA (livelli essenziali assistenza) del 2017, cosa cambierà e ci saran-

no differenze da Regione a Regione?

Si farà un notevole passo avanti nell'accesso alle vaccinazioni, nella gratuità delle stesse e nella uniformità di comportamento nelle diverse Regioni. Saranno infatti a carico del Sistema Sanitario Nazionale alcune vaccinazioni che prima erano a carico del paziente: la vaccinazione per il Meningococco tipo B; la vaccinazione per il Meningococco tetravalente ACW135; il richiamo antipolio negli adolescenti; la vaccinazione per la varicella e per i Rota virus nei nuovi nati; la vaccinazione per il Papilloma virus nei maschi undicenni; la vaccinazione per Pneumococco e Varicella Zoster negli ultra sessantacinquenni. I soggetti che avranno diritto a queste vaccinazioni gratuite, saranno tutti i nuovi nati e gli adolescenti, i soggetti di età pari o superiore a 65 anni, i soggetti a rischio di tutte le età.

È vero che i vaccini provocano l'autismo?

Negli ultimi anni, si sono diffusi attraverso il WEB, messaggi allarmanti che hanno contribuito alla nascita di veri e propri movimenti di adulti e di genitori contrari alle vaccinazioni. Uno dei falsi miti che vengono alimentati sul WEB è proprio quello della relazione tra vaccinazioni ed autismo. Questa falsa credenza è nata nel 1998, quando un medico gallese, Dr. Andrew Wakefield si mise a scrivere articoli scientifici ipotizzando una relazione tra le vaccinazioni contro il morbillo, la parotite e la pertosse con l'autismo. Questo medico è stato radiato dall'Ordine dei medici del Regno Unito, per essersi inventato tutto per scopi personali. L'autismo è infatti una patologia estremamente complessa che non può essere correlabile all'uso di vaccini.

Come dobbiamo regolarci per il Vaccino antiinfluenzale del bambino?

L'influenza colpisce generalmente ogni

fascia di età, ma sono più a rischio i bambini, gli anziani ed i malati cronici. La fascia di età più colpita è quella compresa fra i 6 mesi e i 14 anni. Non devono esse-

re vaccinati i neonati con meno di 6 mesi. Il decorso dell'in-

fluenza nel bambino sano è assolutamente privo di complicanze e pertanto, non esiste un particolare vantaggio nel vaccinare in massa i bambini. Il Ministero Della Salute, raccomanda la vaccinazione antiinfluenzale, dopo i 6 mesi di vita, solo nel caso in cui il bambino sia affetto da malattie croniche a carico dell'apparato respiratorio (asma, fibrosi cistica, BPCO), malattie cardiache congenite o acquisite, diabete mellito e obesità grave, insufficienza renale, malattie croniche intestinali e sindromi da malassorbimento, immunodeficienze congenite o acquisite. I genitori dei bambini inferiori ai 6 mesi o dei bambini di età superiore, ma non vaccinati, devono sottoporsi alla vaccinazione antiinfluenzale proprio per proteggere il bambino dal contagio intra familiare.

Nelle donne in gravidanza è utile la vaccinazione antiinfluenzale?

La vaccinazione antiinfluenzale in gravidanza, non deve essere fatta nel corso del primo trimestre, ma può essere somministrata nel corso del secondo e del terzo trimestre di gestazione ed è in grado di proteggere il nascituro nei primi 6 mesi di vita.

Ci sono altri vaccini utili per i bambini e per gli adulti in casi particolari?

Certo, sono disponibili molti altri tipi di vaccinazioni, ma che vanno riservati a casi particolari da valutare di volta in volta, come ad esempio per la vaccinazione Antitifica, Antirabbica, Anti febbre gialla, Anticolerica, Antitubercolare. In caso di viaggi e permanenza in paesi con rischio per tali



patologie, si dovrà provvedere alla preventiva vaccinazione.

Esiste un vaccino per la malaria?

No, non esiste un vaccino antimalarico, ma esiste la possibilità di effettuare una chemioprophilassi importante da assumere già prima dell'inizio del soggiorno in zone a rischio malarico. Il mio personale consiglio è però quello di evitare di portare bambini in zone a rischio di malaria.

Viviamo in un mondo multietnico: le vaccinazioni sono uguali e utili per tutti nello stesso modo?

Absolutamente sì. La risposta anticorpale alle vaccinazioni ed il calendario vaccinale, non presentano differenze nelle diverse etnie.

In conclusione, dobbiamo sottoporre i nostri bambini alle vaccinazioni obbligatorie ed a quelle raccomandate?

Absolutamente sì. Vaccinare i bambini è un atto sanitario scientificamente corretto, sicuro e di enorme utilità. Le vaccinazioni hanno cambiato drasticamente in meglio la qualità della vita, ridotto la mortalità infantile, ridotto la disabilità legata agli esiti delle singole patologie infettive nei non vaccinati. I vaccini, sono stati una delle più importanti scoperte in ambito scientifico. I nostri Ambulatori vaccinali, sono perfettamente preparati ad affrontare tutti i casi particolari legati ad eventuali patologie acute o croniche che possano rappresentare una controindicazione temporanea o permanente ad un certo tipo di vaccinazione.



Laboratorio di decoupage

testo e foto di Italia Granato Robotti

Non avevo le idee ben chiare su cosa si facesse a un corso di decoupage, così l'idea di fare un articolo in merito, e per giunta farlo con la tecnica del tutoraggio, ha immediatamente acceso il mio interesse e la mia curiosità. Il decoupage, ora lo so, consiste nel 'donare una nuova vita a qualsiasi oggetto, attraverso immagini di carta ritagliate, da incollare e vetrificare con vari tipi di vernici trasparenti. (...) Si può fare su qualsiasi materiale o superficie liscia (legno, metallo, vetro, ceramica, cartone spesso)' ¹.

Contattata la docente, Patrizia Frezzato, e concordati con lei modi e tempi per la realizzazione del servizio, eccomi pronta con carta, penna e macchina fotografica per assistere alla realizzazione della 'rinascita creativa' di un oggetto seguendone passo passo progettazione e concretizzazione.

L'aula è accogliente come le allieve del corso, con idee chiare su cosa fare. Decido di osservare due partecipanti, senza farmi dire cosa stanno costruendo. Davanti a loro e pezzi di legno, anonimi, al moment, pronti ad essere adattati. Il primo è un rettangolo liscio, il secondo un cerchio con qualche dettaglio in più.



Mi vengono mostrati i disegni scelti per essere incollati e ognuna di loro incolla sulle loro superfici quello che preferisce, o che ritiene più adatto. Sopra la tela, con il disegno scelto, si passa con un pennello il colore acrilico. Quando il colore è asciutto e dopo aver ritagliato l'elemento scelto, lo si incolla.



Anche dopo questo *step* è necessario attendere che il colore, spesso miscelato per essere il più adatto, si asciughi e poi si prosegue con lo sfumare lo sfondo utilizzando sempre il colore al quale viene aggiunto un ritardante.



Segue una seconda attesa perché anche in questo caso c'è bisogno di dare modo alla colla di asciugare, quindi si prosegue con la 'sfumatura' attraverso l'uso di colori acrilici.

È un passaggio delicato e importante perché non si devono commettere errori allontanandosi troppo dal colore di partenza dell'oggetto incollato e le sfumature vanno fatte sui contorni in modo da far risaltare il disegno.

L'effetto è già ottimo, ma il lavoro, mi dicono, non è ancora finito: occorre trattarlo con una vernice lucidante e... attendere. Osservo le creazioni finite soddisfatta come se anch'io avessi fatto parte di quella trasformazione. ripongo nella borsa carta, penna e macchina fotografica e incomincio a pensare... a quante cose in casa potrei trasformare.

Movimento, movimento, movimento

pagina a cura di Italia Granato Robotti

È partito in estate il progetto di inserire in programma un laboratorio di Attività motoria in acqua e dopo i primi contatti con l'Associazione Sportiva Dilettantistica Funny Time si è concretizzato. Il corso, della durata di dieci lezioni, si tiene una volta a settimana, al venerdì dalle 16,00 alle 16,45 nei locali della piscina Vochieri, in piazza Massimo d'Azeglio. *'Lo scopo primo consiste nel promuovere il benessere delle persone'* mi dice Maria Chiara Panizza che lo gestisce *'Perché'* continua la signora *'la ginnastica dolce fatta in piscina, quindi in assenza di gravità, fa bene a tutti e a tutte le età. L'acqua inoltre ha un'importante azione sulla circolazione sanguigna, il fisico non è sollecitato quindi si hanno notevoli benefici sui dolori articolari, la muscolatura si tonifica, la respirazione migliora. Qualunque esercizio non provoca traumi.'* Dopo averla ascoltata decido di provare l'esperienza. Al primo impatto l'acqua mi sembra fredda e ci rimango un po' male visto che la signora mi aveva assicurato che la temperatura, nella loro piscina, è la più calda possibile in questo tipo di impianti, ma quando il corpo si è adattato ed io, facendo qualche esercizio, ho preso confidenza con la situazione, non si sta male! All'inizio inoltre quello che ci propone l'istrut-



trice mi sembra difficile da eseguire ma man mano che vado avanti riesco a farlo con meno difficoltà. Sembravano pochi i 45 minuti previsti per l'incontro, invece mi rendo conto che bastavano visto che, alla fine, mi sento stanca tanto che, uscendo dall'acqua, penso di non riuscire a muovermi e invece dopo 10 minuti è come se non avessi fatto niente. Provare per credere. Comunque l'associazione offre sconti ai soci Unire anche per altre attività da loro svolte presso la piscina Vochieri.

In un salone con tavolini rotondi di metallo e sedie di plastica, ho incontrato Ania Gladkowska, l'istruttrice polacca di Danzica che fa danza da tantissimo tempo e che è stata medaglia di bronzo ai campionati italiani professionisti. Racconta di adorare insegnare il ballo. Mi faccio illustrare il programma del corso nei particolari. Dice che agli allievi vengono spiegati i movimenti di: liscio, valzer, mazurka, polka, tango, bachata ecc. Ciò può avvenire in gruppo, cioè senza partner, o in coppia dove però queste non sono fisse. Prosegue aggiungendo che capita spesso che a fine anno si creino simpatie tra le persone che formano le coppie. Inoltre mi dice che il movimento del ballo richiede armonia tra il fisico e la mente e che si può praticare a qualunque età. L'Unire ha stipulato una convenzione con la scuola per cui agli iscritti viene praticato uno sconto.

I corsi si tengono al Centro d'incontro in Via S. Giovanni Evangelista, al giovedì dalle 14,30 alle 22,30. Proviamo a farlo questo tipo di movimento?

Ma quello di Ania Gladkowska non è l'unico laboratorio di danza proposto quest'anno ai Soci, c'è anche la Ballo Magik Dancing, scuola di ballo attiva in Alessandria da 20 anni e affiliata alla Federazione Italiana Danza Sportiva. Anche qui si possono praticare vari tipi di ballo. Dalle danze Latino-Americane, al Samba, al ChaCha, alla Rumba, al Mambo ma anche Valzer e Tango. Ultimamente però pare stia prendendo piede la Danza Sportiva, cioè un mix di prestazioni atletiche tecniche e coreografie artistiche. I corsi, tra i quali il Movimento in danza per la Terza Età, si tengono al Circolo Telma in Via Boves, 3 tutti i giorni dal lunedì al venerdì dalle 18,00 alle 23,00.

Viste le opportunità offerteci nuotiamo, danziamo e balliamo!



Meier sì, Meier no, Meier ni

di Enzo Nani

A distanza di ventidue anni circa da quel triste giorno del 1994, Alessandria ha il suo nuovo ponte. Non andiamo a rivangare il passato: forse con il passare del tempo qualcuno sfavorevole al progetto si è ricreduto, qualcun altro lo avrebbe desiderato diverso, altri ancora rimpiangono il vecchio ponte; l'importante è che gli Alessandrini fino a ieri divisi come le due sponde del Tanaro ora sono finalmente riuniti.

La festa per l'inaugurazione era stata inizialmente fissata per domenica 23 ottobre, ma un meteo che nelle previsioni si annunciava avverso, forse per farci ricordare il perché di questo ponte, ha fatto sì che parte del programma fosse anticipata al sabato.

Quando questo articolo uscirà, avrete letto con dovizia di particolari tutto quello che è accaduto in quei due giorni, per cui non voglio annoiarvi ripetendolo, sicuramente con meno competenza di chi questo lavoro lo fa per professione.

Mi piace invece raccontarvi come io, ho vissuto l'evento, da semplice cittadino che per soddisfare la sua curiosità, si è mescolato fra la folla, allungando le orecchie e ponendo qualche domanda qua e là, quando se ne è presentata l'occasione.

Erano circa le sedici di sabato pomeriggio allorché, dopo aver posteggiato l'auto, sono arrivato in piazza Santo Stefano dove i bambini si divertivano un mondo con giochi di una volta, proposti dagli animatori, per poi gustare una merenda a base di torte con sopra stampate le foto del ponte.

Accompagnato dalle grida gioiose mi sono spinto in via Dossena dove profumi vari di pasticceria, agnolotti, pasta e fagioli e altro tentavano la gente, facendo dimenticare ogni proposito di dieta almeno per un giorno. Dai discorsi che si sovrapponevano ho estrapolato tre concetti abbastanza ricorrenti: il ponte piace ai più, c'è qualche perplessità sulla viabilità, che solo tra qualche settimana, quando sarà finito l'effetto curiosità, saremo in grado di valutare e lo scarso impatto commerciale sulle attività dei dintorni la cui motivazione ha però radici più lontane. Bisogna risalire ai tempi che furono, quando dal vecchio ponte Cittadella si arrivava direttamente in via Vochieri e via Dossena, ma questa è un'altra storia.

Verso le diciannove ci siamo avvicinati al palco dove, dopo una breve attesa, il sindaco ha preso la parola ringraziando tutti coloro che hanno contribuito alla nascita di quest'opera. Mi piace sottolineare come sia stato messo in bella evidenza, dimenticando inutili divergenze politiche, il ruolo primario che Francesca Calvo, allora sindaco di Alessandria ha avuto, permettendoci di vivere questo giorno. La sindaca Rossa ha dato la parola al figlio della Calvo, Davide, che ha ricordato l'impegno della madre, raccogliendo un sincero e caloroso applauso.

All'accensione delle luci sotto il grande arco si alzava spontaneo un 'Oh!' di stupore.

La serata si è conclusa con la musica. Dapprima è salito sul palco Mirko Casadei che ha coinvolto il pubblico suonando motivi che ricordavano il padre come 'Romagna mia' non disdegnando però di venire incontro ai giovani con ritmi a loro più congeniali. A seguire Goran Bregovic con la sua musica balcanica. La serata a questo punto poteva considerarsi conclusa.

Ore 10,30 di domenica sono di nuovo qui ad aggirarmi attorno al ponte. Una pioggerellina fastidiosa ci fa aprire gli ombrelli. Nessuno però si allontana. Vogliono essere lì quando verrà tagliato il nastro. Per Alessandria è un salto nel futuro senza però dimenticare il passato. Sono le 11,30 quando iniziano i discorsi di rito delle varie autorità. La cosa più importante però ci viene dalla nostra sindaca. Non ricordo esattamente le parole, ma la sostanza è più o meno questa: 'Questo ponte è stato fatto, non poteva essere meno di così, altre cose ci sono da fare e saranno fatte. Con i fondi stanziati per la Cittadella ci sarà la congiunzione totale tra le due rive del fiume che potrà così integrarsi totalmente nel tessuto urbano'.

Al termine taglio del nastro e tutti ad attraversare il ponte: il nostro ponte. Se qualcuno abituato a ponti con una storia alle spalle non ha potuto intervenire, pazienza: credo siano stati in pochi a sentirne la mancanza. In fondo questa era la nostra festa.



(foto gentilmente concessa da Brajda Bruno Gabriele)

Murales e graffiti: arte o vandalismo?

di Maria
Luigia Molla

(foto gentilmente concessa da Milva Gallo)

Quest'anno è stato approvato il disegno di legge nr 1607, riguardante il fenomeno del graffitismo, con la modifica all'Art. 639 (Deturpamento e imbrattamento di cose altrui) portando la pena a euro 3.000 per le proprietà private e a un anno di reclusione e multa fino a euro 10.000, se 'il fatto è commesso su cose di interesse storico o artistico ovunque siano ubicate, ovvero su immobili'.

Detto ciò, chi stabilisce cosa può definirsi atto vandalico e cosa invece è un'opera d'arte?

Diciamo la verità, se ci ricoprissero l'automobile o un muro di casa con sigle, disegni o scritte politiche che magari nemmeno condividiamo, andremmo su tutte le furie e pretenderemmo un adeguato risarcimento al danno subito. Eppure se gli stessi atti fossero compiuti da qualcuno che il mondo riconosce come artista, procurandoci notorietà e soldi, ecco che parecchi di noi sarebbero pronti a riconoscere l'arte così espressa come assoluta.

Insomma cos'è l'arte?

Secondo Wikipedia (un'enciclopedia gratuita online) è '(...) ogni attività umana - svolta singolarmente o collettivamente - che porta a forme di creatività e di espressione estetica...'

Da qui la domanda successiva: cos'è l'estetica e chi ne stabilisce i canoni?

Nemmeno ci provo a rispondere perché,

come avrete già intuito, diventerebbe una serie infinita di domande collegate tra loro dal personale percorso mentale e di vita. Mi limito quindi a dare quella che è la mia senz'altro parziale e semplicistica idea, ossia che l'arte è tutto ciò che chiunque definisce così, a prescindere che questo venga o no riconosciuto da qualcun altro.

Ma torniamo a bomba e alle prime espressioni artistiche. Indovinate un po'? Esatto, furono proprio i graffiti. Le incisioni rupestri (graffiti o petroglifi) sono segni scavati o graffiati nella roccia, da qui il nome. La cosa particolare è che la maggior parte di questi, rappresentanti scene di vita quotidiana, si trova nei pressi di dove erano solite fermarsi i pastori con le greggi. Ciò ha portato gli esperti a credere che proprio questi e gli agricoltori siano stati i primi graffitari, realizzatori di

figure reali o fantastiche, esattamente come fa qualunque artista al giorno d'oggi.

Quindi chi ci dice che le scritte o le incisioni che ricoprono i nostri muri non saranno studiate e preservate dai nostri bis (bis bis) nipoti?

Voglio scoprire di più su questo mondo e vado al Laboratorio Sociale, qui ad Alessandria, in via Piave. La facciata è ricoperta da un bellissimo lavoro di Jordi Galindo, street artist (artista di strada) spagnolo, realizzatore di technomurales, chiamato proprio dai ragazzi del Laboratorio per operare sui muri interni ed esterni dell'edificio e che in Ita-

(foto gentilmente concessa da Luciano Lazzarin)



lia, con il collega Omar Garcia, messicano, ha realizzato parecchie opere. In esso sono evidenti i riferimenti alla lotta zapatista, sia con scritte sia con figure che ben rappresentano le difficoltà del popolo messicano e l'assoluta tenacia con la quale ha sempre combattuto per i propri diritti di libertà. Due ragazzi, Domiziana e Stefano, nonostante non abbia un appuntamento, mi accolgono disponibili e generosi, raccontandomi del loro percorso e delle loro molteplici iniziative in ambito sociale. Trovo tutto meraviglioso: spazi, murales, progetti, ogni cosa è piena di quell'entusiasmo che ahimè ho perso col passare degli anni e che mi rende triste, anche se sorrido davanti a tanta bellezza. Loro sono raggi di sole in quelle stanze poco illuminate dall'esterno, che grande idea hanno avuto a portare all'interno tutti quei colori, a riempire il buio con la luce di quelle splendide opere. Mi raccontano il significato, l'importanza storica che ha, ciò che vogliono sia conosciuto, ossia quella storia ai più poco nota perché mai scritta sui libri scolastici, quella del Popolo. In quei lavori c'è il passato e il futuro, il nostro, il loro e quello di tante altre persone, perché tutto è collegato, età, etnie, vite... A malincuore li saluto, ma ho un appuntamento con un pittore, artista di Alessandria ormai riconosciuto a livello mondiale e dal quale voglio sapere ancora di più sui murales.

Così incontro Guido Bisagni, da tutti conosciuto come '108', trentottenne alessandrino che qui continua a vivere nonostante la sua fama e le collaborazioni con gallerie di Milano, Lione, Amsterdam, Berna, ecc. ecc. Penso che oggi sia la mia giornata, perché anche lui si dimostra subito gentile, disponibile, umile e generoso nel raccontare più che nel raccontarsi, cosa che capita di rado quando s'incontra un Artista. Dipinge da sempre: ha iniziato come writer e poi è passato ai graffiti, dopo ai fumetti e via via ha toccato ogni espressione pittorica. Mi racconta Alessandria come una città di avanguardia, sia nella pittura sia nell'arte in genere e mi dice di osservarla bene, perché su tanti muri dimenticati sono ancora visibili dei lavori bellissimi fatti da tante persone, singolarmente o in gruppo, desiderose di raccontare la loro visione della vita, del mondo, del momento. Mi suggerisce di passare per Quattordio dove, anche se ormai rovinato dal trascorrere del tempo, c'è ancora un lavoro fatto a metà degli anni '80 da alcuni graffitari di New York, allora visti come 'strani', mentre ora ne avrebbero fatto dei miti.

È pieno di passione e si vede tutta per come mi parla della storia del disegno, dalle incisioni rupestri ai nostri giorni. Mi ricor-



(foto gentilmente concessa da Luciano Lazzarin)

da delle opere di Pompei, delle condanne dell'Inquisizione per le scritte contro la chiesa, delle battaglie del Centro America rappresentate su innumerevoli case nel mondo, dei graffiti pro e contro il duce in epoca fascista, di come dagli Stati Uniti sia partito tutto.

A Philadelphia la nascita negli anni '60/'70, dove le prime scritte sui muri, firme autografe a volte, compaiono come sintomo di una società individualista nella quale il singolo sente l'esigenza di essere conosciuto e riconosciuto. Poi Parigi, Londra, negli anni 80, Berlino e il suo muro. Racconta dei suoi lavori, del gruppo OK con Peio e il Dottor Pira. Dopo nel '90, con lo sviluppo dell'informatica, una ventina di graffitari si esprime in tutta Europa e proprio grazie a Internet si crea il movimento artistico. Da lì cominciano le mostre e il relativo interesse sociale verso altre figure del settore, come J.R. o Blu ormai universalmente conosciuti e apprezzati o Banksy, grazie al quale c'è un ritorno al muralismo, tecnica di pittura a rullo su grandi superfici.

Il mondo comincia a ufficializzare un'arte che fine a poco prima era ricoperta d'improperi e di bianco per esterni. Negli anni '70 anche in Italia cominciano le prime espressioni di questo genere e numerose regioni, tra le quali Piemonte, Sardegna e altre, puntano sulla qualità artistica e sull'importanza storico culturale del nascente movimento. Poco a poco la Terra si risveglia dal torpore del conosciuto e scopre l'ignoto, interessandosi e favorendo l'espandersi di questa corrente. Sono decine, centinaia i paesi nel mondo che contribuiscono alla sua diffusione promuovendo tantissime iniziative per abbellire e migliorare l'estetica delle città. Qui si è cominciato da qualche anno: ci sono dei bandi di concorso per aggiudi-

carsi spazi da rivalutare. Avrei voluto saperne di più e ho cercato invano di contattare Tellas, il cagliaritano universalmente noto e autore del bellissimo lavoro "Inchiostro sui muri" su commissione comunale vicino al ponte Meier, anche tramite email e Facebook (A proposito, visitate la nostra pagina e il sito dell'U3), ma non sono stata considerata, probabilmente è molto impegnato e forse non gli avremmo garantito la stessa pubbli-



(foto gentilmente concessa da Milva Gallo)

cità che ha avuto dai quotidiani locali e non. Terminando non vorrei arrivare a nessuna conclusione e nessuna preclusione verso la visione dell'arte. Nel momento in cui dovessimo porci un limite, cosa accaduta troppo spesso nel passato, l'espressione artistica ne risentirebbe e con essa anche la nostra storia, relativo bagaglio culturale e 'prospettiva' del futuro. E poi a me l'arte piace in ogni sua forma, anche se del graffio lasciatomi sull'auto da un guidatore anonimo poco esperto e con scarissimo senso estetico avrei fatto volentieri a meno.

Un omicidio senza cadavere

Il caso Gallo

pagine a cura di Romano Bocchio

Quando si apre un quotidiano la nostra attenzione cade spesso su episodi di cronaca nera, in particolare su quelli che, per la mancata individuazione del reo, si concludono con la carcerazione di un innocente. Riferisce una recente edizione del Corriere della Sera che «negli ultimi 24 anni, a causa di errori giudiziari, sono stati ingiustamente incarcerati 24 mila innocenti». Cioè mille ogni anno! Sono cifre sconcertanti, anche alla luce dei risvolti di carattere etico, sociale ed economico che derivano da eventi di questo genere, nonché dal fatto che vanno a segnare in modo indelebile la vita del malcapitato cittadino onesto. A porte spalancate, nel novero di questi errori può entrare il caso Gallo, tanto clamoroso da rasentare l'assurdo. La stampa degli anni cinquanta ne parlò diffusamente, a volte anche con sfumature ironiche del tipo «il morto che non è morto» o «il morto che cammina». Accadde ad Avola, piccolo borgo del siracusano. Ecco i fatti. La sera del 6 ottobre 1954 la moglie di Paolo Gallo, cinquantenne contadino siciliano, si reca alla caserma dei carabinieri del paese per denunciare la scomparsa del marito. Riferisce che il Gallo, uscito all'alba del giorno precedente per andare a lavorare nei campi, non ha più fatto ritorno a casa, né ha dato notizie di sé. Dalle indagini, subito poste in atto dai carabinieri, si rileva la presenza di tracce di sangue nell'abituale luogo di lavoro di Paolo ma anche in casa del fratello Salvatore, anch'esso uomo di campagna, rude e di poche parole. Poiché in paese tutti sanno che fra i due fratelli non corre buon sangue e spesso, per motivi di interesse, arrivano a liti furibonde, gli investigatori non hanno difficoltà a trarre conclusioni: secondo loro Salvatore ha ucciso il fratello Paolo e con l'aiuto del figlio Sebastiano ha trasportato il cadavere in campagna, dove probabilmente lo ha sotterrato. Stranamente a nessuno degli inquirenti viene l'intuizione di esaminare il terreno circostante per accertare l'eventuale presenza di terra smossa. Inoltre le professioni di innocenza di Salvatore e del figlio non vengono assolu-



Paolo Gallo, il morto-cio di Avola.

Salvatore Gallo, l'ergastolano... fraticida.

tamente prese in considerazione, anzi, sono messi a tacere anche due contadini del posto che giurano di aver visto recentemente Paolo Gallo vivo e vegeto. Ma a volte la macchina della giustizia quando è avviata non trova ostacoli, fino a cadere nel paradossale. Tant'è che i due contadini, benché testimoni oculari, vengono condannati per falsa testimonianza! Nel corso delle indagini viene persino impiegato un cane poliziotto il quale, deludendo ahimè le aspettative degli inquirenti, non riesce a trovare il cadavere... che non c'è. Risultato finalizzato all'ergastolo con l'accusa di omicidio del fratello Paolo e al sedicenne figlio Sebastiano vengono comminati ben 14 anni di reclusione per presunta collaborazione nell'omicidio e occultamento di cadavere. Sarà poi l'attenta indagine condotta da Enzo Asciolla, un giornalista del quotidiano La Sicilia, a scoprire, sette anni dopo, la verità ed a dimostrare quanto il criterio di giustizia possa essere, a volte, tanto labile. Non ebbe difficoltà a scoprire che il presunto cadavere era invece persona vivente che di proposito si nascondeva con l'intento di punire, a modo suo, il fratello Salvatore per il quale non aveva mai nutrito simpatia. A comprova della sua tesi, Asciolla raccolse le testimonianze di varie persone che affermarono di aver visto il Gallo girovagare nelle campagne di Ragusa e di Modica svolgendo occasionali lavori di pastorizia per sbarcare il lunario. Così ci si rese conto che la condanna era stata fondata su indizi superficiali e lacunosi e in definitiva sulla palese inosservanza dell'art.193 del codice di procedura penale il quale espressamente prevede la non colpevolezza dell'imputato in assenza di prove certe e documentate. E questo assurdo errore giudiziario costò sette anni di carcere ad un innocente.



Le fotografie originali sono tratte dall'archivio storico de L'Unità

Chi ha ucciso Simonetta Ferrero?

Il "delitto della Cattolica"

Agghiacciante delitto sabato mattina nell'Ateneo milanese
Una dottoressa uccisa con 13 pugnellate in uno stanzino dell'Università Cattolica

Aveva 26 anni - Laureata in scienze politiche, lavorava alla Montedison - Sabato era uscita per fare alcune commissioni prima di partire per la Corsica con la famiglia per un periodo di vacanza; tra l'altro doveva recarsi all'università per prendere alcune dispense - Il cadavere scoperto ieri mattina da un seminarista: la vittima, crivellata di colpi, appariva come se avesse strenuamente lottato con il suo aggressore. Forse è stata assalita da un bruto, ma non si escludono altre ipotesi - Indagini su un gruppo di muratori che lavoravano negli uffici dell'ateneo

Fu un crimine efferato rimasto avvolto nel più cupo mistero. Accadde a Milano il 24 luglio 1971 in una canicolare giornata di sabato mentre la città, nel pieno del periodo vacanziero, pareva quasi svuotata del suo frenetico ritmo di vita. Il lunedì successivo la macabra scoperta: in una toilette della Università Cattolica del Sacro Cuore venne rinvenuto, in un lago di sangue, il cadavere di Simonetta Ferrero dilaniato da trentatré coltellate. Era una ragazza di ventisei anni e proprio in quella Università si era laureata in scienze politiche due anni prima. A nulla approdarono le indagini condotte tra gli studenti e le amicizie. Tante furono le ipotesi ventilate, ma nessuna risultò credibile in quanto non supportata da prove concrete. In quel periodo a Milano correva voce che un serial killer fosse solito girare per la città tenendo ben nascosto in tasca un coltellaccio da macellaio, pronto all'uso. La cronaca cittadina aveva anche riferito alcuni casi di aggressione a donne sole. Ciò che più sgomenta, in questo caso, è la inaudita ferocia con la quale venne massacrata la malcapitata Simonetta, apparentemente senza alcun movente. Nessun odio personale, nessuna gelosia. La Ferrero era una brava ragazza, studiosa e di buon carattere, né bella né brutta, comunque senza alcun tipo di impegno sentimentale. Tra l'altro, l'autopsia accertò che non aveva subito alcuna violenza carnale. A maggior ragione non trova giustificazione lo scatenarsi di tanta furia omicida: tra le trentatré coltellate inferte, sette furono mortali. Ciò lascia intendere che l'assassino si era brutalmente accanito anche su un corpo ormai privo di vita. L'iter inquisitorio si concluse con un nulla di fatto per assenza di prove concrete. Ancor oggi a distanza di quasi 46 anni, tanti dubbi e tanti perché sono rimasti senza risposta. È pur vero che nel 1971 il livello investigativo della polizia scientifica non era eccelso, anche perché non disponeva di tecniche scientifiche appropriate (esempio: prova del DNA). Ma nel locale dove avvenne il crimine erano rimaste ditte sul pavimento, manate sporche di sangue sui muri, una grande

quantità di impronte dovunque. Numerose furono le ferite sulle braccia della vittima e sotto le sue unghie vennero rinvenuti frammenti di pelle umana, segno che la giovane aveva cercato di difendersi lottando disperatamente con il suo assassino. Di questi reperti che ne fece la autorità inquirente? Si sa solamente che la vicenda cadde in un profondo torpore. A onor del vero un tentativo di riaprire il caso avvenne nel 1993 a seguito di una lettera anonima pervenuta al Quotidiano nella quale si riferiva del comportamento piuttosto disinvolto tenuto da un docente/sacerdote della Cattolica, il quale anziché in attività di preghiera e di studio pareva assai più impegnato nell'importunare le studentesse. Ma fu solo un fuoco di paglia: il docente fu allontanato e la vicenda ricadde nel buio. Viene quasi da pensare che questo silenzio fosse un involontario segnale di resa (o di impotenza?) di fronte all'astuzia ed alla abilità dell'assassino nel non lasciare la minima traccia. Questo modus agendi et cogitandi non riuscì però a mascherare certi errori nella conduzione delle indagini, commessi probabilmente per vuoti di acume investigativo. Il tutto in un incredibile contesto di lentezza esasperante. A fronte di tutto ciò, ci rendiamo tristemente conto che i lampi di genio e la rapidità di esecuzione da parte degli inquirenti sembrano appartenere solo a personaggi della letteratura gialla. La pubblicazione "Misteri d'Italia" fa una acuta osservazione sui mali che affliggono il nostro sistema giudiziario: "L'Italia è un Paese ben strano: è uno dei pochi paesi al mondo dove la cronaca si confonde con la storia e la storia continua a restare cronaca. Gli episodi e le vicende che cadenzano il trascorrere del tempo di qualsiasi normale Paese, da noi si trascinano per anni, senza una soluzione, senza una parola fine". Assolutamente d'accordo.



Milano. La dottoressa Simonetta Ferrero (Tel. Soncini)

MILANO: svolta per il «giallo» della CATTOLICA
Gravi sospetti su un prete sparito il giorno del delitto
Si tratta di un giovane sacerdote, che lavorava al Centro assistenti religiosi: in quest'ufficio si arriva passando per il corridoio in cui fu aggredita la dottoressa
San Pietro: alt

Le giornate dei nonni

pagine a cura di
Italia Granato Robotti

Comincia una nuova giornata con i miei nipoti gemelli, chissà cosa mi aspetta oggi!

Non sono ancora entrata in casa che mi sento abbracciare le gambe. Meravigliosa sensazione che mi ripaga della levataccia mattutina. D'altra parte finché figlia e genero lavoreranno, bisognerà ben dar loro una mano! I bambini felici, del mio arrivo, cominciano a rincorrersi facendo la gincana tra le mie gambe e quelle del nonno. Per farli calmare mi abbasso, li bacio e li abbraccio. Così facendo li convinco ad andare a giocare con il nonno mentre io faccio qualche lavoro in casa, oltre che preparare il pranzo. Questo è un punto sempre dolente. Alla bambina piace di più la carne e al maschietto la pasta. Vorrei che imparassero a mangiare tutto, la mamma però gli prepara quello che vogliono, così finiscono coll'ingurgitare sempre le stesse cose e l'alimentazione non è varia. Io cerco di imporgli dell'altro ma poi entro in crisi perché non so se faccio bene a comportarmi così o se è meglio seguire ciò che fa la mamma. È quasi ora di pranzo e recandomi in sala per chiamarli vedo i bambini che stanno saltando addosso al nonno. Meno male che c'è lui che mi aiuta altrimenti da sola non so se ce la farei! Finito di mangiare dico loro che devono andare a riposarsi ma incominciano a fare i capricci. Allora mi impongo e li mando nei loro lettini. Li sento frignare ma cerco di far finta di niente perché so che dopo il pianto verrà il sonno. Infatti dopo un po'

non li sento più, così vado a controllarli e vedo che stanno dormendo. Mi dispiace dover fare la dura ma loro hanno bisogno di riposarsi e io anche. Mi assopisco fino a quando sen-

to delle manine che mi accarezzano il viso e aprendo gli occhi mi rendo conto che ho il bambino sul grembo che mi sta invitando ad alzarmi. Il nonno è al mio fianco e ancora dorme. Mi prende la paura al pensiero che sarebbe potuto uscire senza che noi ce ne fossimo accorti. Comincio a tremare, sveglio mio marito e gli racconto cosa è successo. Anche lui è d'accordo con me. La responsabilità di guardare i bambini è decisamente grande. Comunque ormai siamo qui e dobbiamo darci da fare. Gli preparo per merenda pane e marmellata e al solito sale il lamento. Vogliono le merendine. Insisto appena un po' e cedono facilmente, vista la fame. Finito di mangiare decidiamo di fare tutti e quattro un bel puzzle. Cerco sempre di fargli vedere poca televisione così cerco di impegnarli in qualche altro gioco. In effetti sarebbe molto meno stancante per me se li lasciassi davanti ai loro amati cartoni animati ma siccome sono sempre stata convinta che guardarli per poco tempo va bene, per troppo no, evito di superare il limite che mi sono proposta.

Continuo a insistere con mia figlia che sarebbe più educativo e sicuramente crescerebbero più sereni se lei o mio genero passassero più tempo con loro ma mi rendo anche conto che la sera sono talmente stanchi da non avere tanta voglia di giocare. Non andando a lavorare per me è stato diverso. Approfitto della permanenza dei bambini e del nonno sul divano per preparare la cena. E mentre sono in cucina, ogni tanto do un'occhiata al divano e il quadretto che vedo è decisamente rassicurante. La giornata è quasi finita, i ragazzi stanno per tornare e mi godo ancora un po' i bambini raccontandogli una storia. I loro visetti con occhi spalancati e bocca aperta sono la riprova di quanto abbiano bisogno di qualcuno vicino. Non che i genitori non lo siano ma certo il tempo non gioca a loro favore. Finalmente sento la chiave nella serratura, i bambini si precipitano alla porta urlando papà! mamma! Grida, urletti e parole sovrapposte fanno da cornice al rientro dei genitori. Entrambi cercano di raccontare della loro giornata un po' all'uno e un po' all'altra. Io e mio marito ci prepariamo e salutandoli velocemente li lasciamo alla loro intimità. Mentre torniamo a casa penso a quanta responsabilità ci sia stata data e mi assalgono i dubbi: sarò sempre in grado di soddisfare le aspettative di tutti: marito, figlia, genero e nipoti?



Nonni che si 'impongono'

La giornata oggi, non è incominciata bene!

Levataccia, come tutte le mattine per essere a casa di figlia e genero alle 7 in punto. Anche quando è freddo, quando piove, quando preferirei stare a letto, ancora un poco. Ma i nonni fanno sacrifici, si sa, specie se i giovani ne hanno bisogno. Non mi aspetto ringraziamenti quotidiani, ma neppure di essere trattata come è successo oggi quando mia figlia è andata al lavoro sbattendo la porta. È vero che avevamo litigato, che ci eravamo dette cose 'cattive' ma il rispetto, quello io, lo esigo. E poi ci sono rimasta male, le sue parole, dette con rabbia e rancore, mi hanno ferita. Non è possibile sentirsi dire che sono una che si impone e non pensa al bene dei bambini perché sono un egoista. Che dolore!

Non merito un'accusa del genere! E poi, ammesso che sia vero quello che mi ha detto, io non me ne sono mai accorta. Ho sempre fatto quello che ritenevo giusto. Bisogna saperli crescere i bambini, anche se sono nipoti, non è così semplice come sembra.

In fondo poi non ci trovo niente di strano se dico come devono stare a tavola e come bisogna comportarsi con persone che non si conoscono, anche in presenza dei genitori, visto che loro non sembrano preoccuparsi troppo di insegnare le buone maniere, e figlia e genero non li rimproverano mai.

Meno male, allora, che ci penso io! Se poi vogliamo dirla tutta, sono buoni e cari ma non sanno farsi rispettare da Giacomo e Stella, vivaci, troppo vivaci, che non si accontentano mai di niente e ogni giorno vorrebbero un gioco nuovo per poi lasciarlo in giro da qualche parte,

e starsene seduti sul divano a guardare la tv.

Con me invece, filano lisci come l'olio. Non parliamo poi delle vacanze! Meno male che decido sempre io dove portarli e loro vengono con entusiasmo mentre papà e mamma vanno a lavorare. Prima di partire li porto sempre, anche senza dirlo a mia figlia, dal dottore perché li controlli, così mi faccio dare le medicine che potrebbero servirgli. Ai miei tempi era così che faceva! D'altra parte mi prendo cura di loro tutto l'anno e so, più di tutti, cosa è meglio per loro. Mia figlia ci ha pensato a prendere un periodo di aspettativa, ma l'ho convinta a pensare al lavoro. 'Ci penso io ai bambini' le ho detto. Come ho sempre fatto! Lo faccio volentieri anche se ogni tanto vorrei essere libera, di avere tempo da dedicare a me e a mio marito e magari fare anche qualche viaggetto, solo noi.

E lei che fa? Mi aspetta di prima mattina con un articolo di giornale intitolato: quando i nonni varcano il confine.

Non ho mica bisogno di leggerlo! Immagino cosa ci sia scritto. Ma lei ci ha tenuto a rimarcare quello che, probabilmente, le ronzava in testa da tempo.

'È la mia vita' mi ha detto 'e sono i miei figli. Decido io quando e se debbano essere puniti! Cosa mangiare, con cosa giocare, come vestirsi e chi frequentare! Se ti chiedo aiuto per badare a loro questo non ti dà il diritto di sminuirmi come madre o di farmi sentire sbagliata. Voglio che smetti di interferire con le mie decisioni.' E se è andata, irritata, forse dalla mia alzata di spalla. Vai! Vai! Tanto decido io, come ho fatto sempre.



**Gli allievi della Scuola Elementare Rossignoli di Nizza
M.to ci parlano della loro esperienza.**

*pagine a cura
della Redazione*

Gli attrezzi di Gino

All'alba di una fredda giornata di novembre il contadino Gino si reca nel pollaio, solleva un grosso sacco di granoturco ma... 'Ahi Ahi Ahi!!! La mia povera schiena! È il colpo della strega' sentenzia dolorante. Sconsolato Gino rientra in casa e si mette a letto. La moglie Andreina gli prepara la borsa dell'acqua calda e una buona camomilla. Nel frattempo nel capanno c'è grande agitazione tra gli attrezzi dell'orto. Il vecchio Badile, saggio e gentile, è molto preoccupato perché ha sentito che è in arrivo una gelata e le piante e gli ortaggi di Gino sono in pericolo.

ZoeE, la zappa, l'instancabile braccio destro del contadino, saltando di qua e di là dice: 'Devo fare qualcosa...devo fare qualcosa... Ma cosa???' Vanessa, la vanga, molto più calma di lei, raduna tutti e propone di trovare insieme una soluzione.

C'è da proteggere l'ulivo e il limone, perché non sopportano il freddo e Gino ama le sue olive sulla pizza e le succose limonate che beve d'estate, ma bisogna proteggere anche gli ortaggi dell'orto: i broccoli, le insalate, i cavolfiori, i cavoli e i finocchi!!! Badile e Vanga propongono di costruire dei muretti di terra, ma la pioggia, interviene la Gomma Irrigatrice, li scioglierebbe. Il Rastrello, che è un gran monello, avendo appena finito di far dispetti all'amico Forcone, il pasticcione, propone di radunare tutte le foglie secche e ricoprire alberi e ortaggi.

In un paio d'orette avevano già coperto tutto, ma una folata di vento dispettoso disperde le foglie, distruggendo il duro lavoro degli attrezzi. Che fare adesso????

Badile ricorda che l'anno prima Gino aveva avvolto tutto con una coperta che sembrava fatta di velo. Ma dove sarà? Zoe E la zappa

dice: 'Io lo so, io lo so dov'è. In primavera l'ho piegata e riposta nel capanno'. Subito Rastrello si offre volontario per andarlo a prendere, perché è il più veloce di tutti, con quelle gambette! Ma anche Forcone vuole prenderlo, lui ha delle gambe ben più lunghe! Così i due ingaggiano una vera e propria gara di velocità: durante la sfida Rastrello fa lo sgambetto all'avversario che inciampa e cade nel pozzo. 'Aiutooo': Qualcuno mi tiri suuuuuu! Qui c'è buio e temo di essermi rotto un dente!'

La Gomma Irrigatrice si tuffa coraggiosa nel pozzo, si avvolge al manico del malcapitato e lo tira su. Badile vede che Forcone ha un dente davvero storto e, mentre gli altri lo tengono fermo, lui sferra quattro "badilate" rimettendo i denti a posto.

Gli attrezzi avvolgono gli alberi di quel soffice velo e Gomma si stringe attorno ad ulivo e limone per tener ben ferma la copertina. Gli altri stendono il velo sull'orto e Forcone con Rastrello, dopo aver fatto pace, lo fermano con i loro denti. Ora tutti i prodotti dell'orto sono al sicuro e gli attrezzi, fieri del loro lavoro, possono finalmente riposarsi.

Il giorno seguente Gino, non avendo più mal di schiena, si reca subito nell'orto e con gran stupore vede che tutto il lavoro era già stato fatto e si chiede: 'Ma chi può aver fatto tutto?' osserva con più attenzione e si accorge che i suoi attrezzi sono attorno alla copertura antigelo e capisce che sono stati proprio loro ad aver sistemato tutto. Nell'orto fissa il geotessuto con alcuni sassi, prende gli attrezzi e li ripone nel capanno, avendo cura di asciugarli per bene, poi raccoglie alcuni ortaggi e prepara una cenetta gustosa per sé e sua moglie. Grazie all'aiuto dei suoi fedelissimi attrezzi, la prossima estate potrà ancora fare le sue buonissime limonate e mettere le olive sulla pizza marinara di cui lui e sua moglie vanno pazzi.

Alunni della Classe 5[^]C

C'era una volta un orto... adesso c'è ancora

C'era una volta, in un paesino tra le colline, uno splendido orto in cui crescevano frutta e verdura di ogni tipo perché era curato con amore da un contadino e dalla sua famiglia felice. Il contadino, dopo il canto del gallo, si svegliava, faceva colazione e andava nell'orto. Prima però passava dalla casetta di legno a prendere i suoi utili attrezzi: Tappa la zappa, Modello il rastrello, Stanga la vanga, Bile il badile, Sciocchino il tubino e Brontolone il forcone. Gli attrezzi erano lieti di poter lavorare per lui perché erano trattati bene e ogni sera, venivano puliti e lucidati. Però il tempo passava, il contadino era invecchiato e rimasto solo: la moglie era morta e l'unico figlio si era trasferito all'estero per studiare. Quindi, ormai stanco e senza forze, non poteva più prendersi cura del proprio orto, così l'orto diventò desolato e pieno di erbacce e gli attrezzi, ormai arrugginiti, erano chiusi e senza vita nella casetta di legno. Il contadino ogni tanto andava a trovarli, per lui era una sofferenza vederli così malandati e tristi, fermi in un angolo e ricordava con nostalgia i bei tempi passati. Un giorno una lacrima dell'uomo arrivò per terra e, come per magia, gli attrezzi presero vita e divennero più splendidi e pieni di forza di prima. Promisero al loro padrone che si sarebbero presi cura dell'orto e si misero subito al lavoro. In pochi giorni lo ripulirono l'orto dalle erbacce, prepararono il terreno, seminarono e presto spuntarono i primi frutti. Era uno spasso per il contadino vederli lavorare con tanto impegno ed entusiasmo e si divertiva anche a sentirli litigare dall'inizio alla fine. Stanga la vanga, era bella e gentile tra tutti. Gli altri attrezzi le facevano la corte e tanti complimenti e nell'orto volevano lavorare accanto a lei. Non le davano un attimo di tregua e Stanga si infastidiva perché, avendo tutti intorno, non riusciva a smuovere la terra come avrebbe voluto. Tappa la zappa, anche se era bassa di statura, era una tipa anche lei, ma era acida come la panna andata a male e molto invidiosa di Stanga. Non faceva altro che mettersi in bella mostra zappando a più non posso senza però ottenere nessun risultato; Modello il rastrello era il più giovane e bello tra i maschi, aveva tanta energia e in un batter d'occhio toglieva di mezzo l'erba, le foglie secche e sbriciolava il terreno prima della semina. Era innamorato perso di Stanga, ma lei non ne voleva proprio sapere. Brontolone il forcone, brontolava dal mattino alla sera e pretendeva di comandare sugli altri. Pensava di essere il più forte e temuto per i suoi dentoni aguzzi. Aveva sempre da ridire su tutto e su tutti, insomma era una vera e propria pizza! Gli altri attrezzi quando lavoravano con lui si mettevano i tappi alle orecchie per non sentire le sue lamentele. Sciocchino il tubino era molto goffo e pensando di far ridere con quello che diceva o faceva otteneva l'effetto contrario. Tutti gli stavano alla larga in quanto spesso, all'improvviso, si divertiva a fare la doccia a chi si trovava vicino. Per lui, però erano guai perché gli altri gli facevano la guerra a colpi di terra. Anche se sapeva che andava a finire così, la tentazione di inaffiare i suoi amici era più forte e poco dopo ci riprovava. Bile il badile era sempre accigliato, era proprio arrabbiato con tutto il mondo. Gli altri attrezzi avevano un po' di timore quando se lo trovavano di fronte e cercavano di non contraddirgli mai. Per fortuna sfogava la sua rabbia tirando su la terra in un attimo che era una meraviglia e non la usava contro i suoi amici. Ogni sera quando ritornavano nella casetta, gli attrezzi erano stanchi ma felici e al mattino seguente erano carichi per affrontare un'altra giornata. In poche settimane l'orto degli attrezzi magici era diventato il più lussureggiante di tutto il paese. Le persone facevano la fila per acquistare i prodotti del contadino, Chiunque si chiedeva quale fosse il segreto per cui i frutti e le verdure erano così saporiti e genuini; Il figlio del contadino, con cui si sentiva spesso al telefono, incuriosito dai racconti del padre, decise di andare a trovarlo e visto il successo del padre decise di rimanere per sempre. Lasciò il suo bel lavoro in banca e diventò contadino, sposò una ragazza del paese dalla quale ebbe tre figli che allietarono con le loro corse nei campi e i loro giochi all'aperto l'orto. Ancora oggi se vai in paese e ti nascondi dietro un alberello, puoi sentire litigare Stanga, Tappa, Modello, Brontolone, Sciocchino e Bile. Puoi assistere a quel imperdibile telefilm che è giunto alla cinquecentomilatrecentoquarantesima puntata e puoi ascoltare i bambini che giocano spensierati e aiutano con gioia, utilizzando gli attrezzi magici, papà e nonno nel lavoro dell'orto.

Alunni della Classe 5[^]C

Lo zenzero: la panacea di tutti i mali

pagina a cura di Romano Bocchio

Il suo rizoma carnoso è sempre stato considerato colmo di virtù. Nel passato più o meno remoto, ma ancor oggi, ampio uso se ne è fatto e si fa nella cucina asiatica, particolarmente in Cina ed in India, dove contribuisce ad insaporire pietanze ed a creare gradevoli bevande. Ai tempi dell'impero romano il senato giunse ad imporre una tassa sul suo utilizzo in quanto era considerato



Zenzero: scheda tecnica

Origine: Sud est asiatico: Indonesia, Thailandia, Birmania e Cina.

Diffusione: nel corso dei secoli è stato introdotto in tutta la fascia tropicale e sub tropicale del pianeta.

Famiglia: Zinziberacee

Nome scientifico: Euphorbia pulcherrima

Nome comune: Zenzero

Sviluppo: piccolo arbusto alto mediamente 40/50 cm

Caratteristiche botaniche: È una pianta erbacea formata da brevi fusti con foglie lanceolate e piccole infiorescenze di color giallo-verde, ma è universalmente conosciuta per il suo rizoma bitorzoluti che contiene oli essenziali ed altri elementi (gingeroli, shogaoli) che gli conferiscono un sapore decisamente pungente. Produce anche un frutto, non commestibile, a forma di capsula divisa in tre logge.

Temperatura: Gradisce ambiente caldo umido tipicamente tropicale (tra i venti e i trenta gradi).

Curiosità e consigli: Entra di buon diritto nella categoria delle spezie. Può essere consumato fresco, a fettine molto sottili, o essiccato e poi macinato e ridotto in polvere. È sicuramente una tra le spezie più usate nelle cucine di tutto il mondo. Una sapiente aggiunta nel corso della preparazione del cibo, fornisce sapori molto graditi al palato. Può essere consumato anche gradevole e corroborante. Si propaga trapiantando i germogli in terreno ben drenato e in posizione di mezz'ombra. Per la formazione di un rizoma occorrono non meno di dieci mesi.

un bene primario. Anche nella Firenze medioevale, come riferisce il Boccaccio in una novella del Decameron, se ne faceva largo uso soprattutto nella manifattura dolciaria. Da secoli, nel nord Europa e negli USA certi biscotti aromatizzati allo zenzero sono considerati una prelibatezza. Oltre alle tradizionali tisane, vari sono i soft drink ai quali questo rizoma dà vita: il *ginger ale*, il *ginger beer* e, più famoso fra tutti, il cocktail *dark 'n' stormy*, spesso rinforzato da una abbondante aggiunta di rum, molto apprezzato nel continente americano. Non a caso la Giamaica ha fama di essere la produttrice del miglior zenzero al mondo. Un utilizzo d'altro genere, ma certo di non minore rilievo, è quello medicamentoso: è universalmente riconosciuto come buon farmaco, ovviamente non miracoloso, per alleviare patologie di lieve entità: dalle sindromi influenzali alle dispepsie gastrointestinali. Infatti se ne ottengono soddisfacenti risultati quando se ne fa uso per combattere il batterio dell'escherichia coli. È altresì indicato per alleviare la sensazione di nausea da chemioterapia, contribuisce ad abbassare la pressione sanguigna e il colesterolo, stimola la digestione e la circolazione periferica, ha effetto antinfiammatorio e antipiretico. È però sconsigliato a chi soffre di calcoli biliari perché stimola il rilascio di bile dalla cistifellea, e in certi casi può provocare reazioni allergiche. La prestigiosa Scuola Salernitana ove, nel dodicesimo secolo, vennero prese in esame e catalogate le capacità medicamentose dello zenzero, conìò questa massima: 'Mangia zenzero e amerai e sarai amato come in gioventù'.

I Rabaton

di Renzo Garbieri

Rabatè nel nostro dialetto significa: rotolare, cadere ma in questo caso serve a designare un piatto della tradizione: i *Rabaton*. Si dice che siano nativi della Fraschetta ma il paese che ne detiene l'origine è Mandrogne. Il piatto fu ideato moltissimi anni fa, forse dai pastori che fra estate e autunno scendevano dall'appennino in pianura con le loro greggi di ovini, portando con sé la ricotta (*siras*), pane duro, formaggio solido, carne secca. Per le verdure ricorrevano alle erbe trovate nei campi: le donnette (pianta del papavero), ortica, dente di cane, i vertis (luppolo) e altre. Certo non le coste o gli spinaci come si fa adesso. Siccome la ricetta prevedeva l'uso delle uova, le barattavano in cascina con qualche pezzo di formaggio. I Rabaton potevano essere mangiati in brodo o, come vengono mangiati oggi, asciutti. Per il brodo usavano l'acqua di cottura nella quale veniva messa a bollire la carne secca, asciutti con lardo fritto e formaggio grattugiato. La ricetta



ta era semplice: si facevano lessare le erbe di cui abbiamo parlato, si scolavano, strizzavano a tritavano bene. Aggiungevano ricotta, uova e pane grattugiato e varie erbe aromatiche. Con il composto si facevano delle polpette della grossezza di un pollice di una mano che venivano prima rotolate nella fa-

rina (rabatà) e poi buttati nel brodo e serviti con esso. La versione asciutta prevedeva invece un condimento, dopo cottura, con lardo fritto e formaggio grattugiato, versione che in qualche ristorante si trova ancora, sebbene nella maggior parte dei casi, adesso, vengano serviti con burro fuso e formaggio.

I Rabaton diventano torta salata

di Maria Luigia Molla

Essendo la ricetta dei nostri *Rabatòn* perfetta così com'è, ho pensato di utilizzare gli stessi ingredienti per preparare una torta salata per 6/8 persone.

Sono certa che una buona parte di noi è ricorsa alla sfoglia già pronta per fare salatini, dolcetti o altro e anche in questo caso approfitteremo di questa comodità. Innanzi tutto portiamo il forno a una temperatura di 200/220 gradi, a seconda di come scalda quello che abbiamo. Puliamo, laviamo e sbollentiamo un chilo circa di coste o spinaci, in pochissima acqua salata. Dopo averle strizzate bene, faremo saltare le verdure in padella con un filo d'olio o una noce di burro e un paio di spicchi d'aglio vestiti, se siete dei ghiottoni come me, ma anche lasciate semplici così van benissimo e tritiamole. In una terrina, versiamo un paio d'etti di ricotta, tre o quattro cucchiaini di parmigiano, un uovo o due per legare, sale, pepe e un pizzico di noce moscata. A me piace moltissimo la scorza del limone e ne metto sempre un pochetto, ma ognuno può aggiungerci o toglierci quello che preferisce, sarà sempre una squisitezza. Mischiamo bene il tutto, stendiamo tre quarti della sfoglia nella teglia, sforacchiamola affinché non resti umida, versiamoci il composto, livelliamo, cospargiamo con un altro cucchiaino di parmigiano,

chiudiamo a mo' di crostata con la pasta restante e inforniamo per una mezz'oretta o fino a quando la superficie sarà bella dorata. Andrà benissimo sia a cubetti come aperitivo o, come antipasto, servita tiepida a fettine sottili. Se invece vogliamo farne un piatto unico, poiché contiene carboidrati, vegetali e proteine, portiamola ancora calda in tavola, magari accompagnata da una saporita fonduta.

Un altro modo semplicissimo di utilizzare questi ingredienti è quello di aggiungere qualche uovo e mezza foglia di Erba San Pietro, detta 'Erba amara', trasformando così l'impasto dei Rabatòn in una ghiotta frittata. Potremo cuocerla in padella o nel forno a 180° circa, avendo prima l'accortezza di spolverizzare la teglia, oliata o imburrata, con un mix di parmigiano e pan grattato. Non vogliamo usare le uova? Facciamoci allora un gustoso sugo per la pastasciutta e rendiamolo più stuzzicante con un po' di peperoncino. Buona pappa.



La farinata o 'Bela calda'

di Renzo Garbieri

La farinata di ceci è originariamente una specialità ligure ma insieme alle acciughe e al sale è arrivata anche nel basso Piemonte: Novi, Tortona, Alessandria. La ricetta è analoga non ci sono importanti differenze tra Liguria e Piemonte. Si fa in entrambi i casi in una teglia di rame stagnato chiamato 'Testo' alta circa 3 centimetri e larga 50 centimetri. È un cibo molto antico, risale forse ai romani e in modo specifico era



consumata dai soldati perché semplice, facile, nutriente. La farinata è una miscela di farina di ceci, acqua, olio e sale. L'impasto ottenuto deve riposare una notte poi viene

versato nel Testo molto unto e messo nel forno ad alte temperature: 200 gradi per 15 minuti. Questo piatto deve essere mangiato molto caldo, dorato e croccante. La farinata è citata in alcuni documenti storici o notarili o feste paesane dal 1500 o 1600. In Alessandria c'è un locale specializzato nella 'Belecalda' vicino a corso Roma. Ricordo quando da bambino, un uomo con il triciclo coperto girava per la città e la vendeva gridando forte: 'Bolle!'

Non solo farinata

di Maria Luigia Molla

La farinata è un piatto povero ma ricchissimo di proteine, vitamine, sali minerali e fibre. I ceci sono un antiacido naturale, quindi indicati per chi soffre di mal di stomaco o reflusso gastrico. Sono perfetti per i celiaci dato che non contengono glutine, ma è bene accertare eventuali contaminazioni del mulino di provenienza se ridotti in farina e, in ogni caso, dello stabilimento che li confeziona. Ricca di amido, la farina da loro ricavata è adatta anche per ricette vegane, poiché può sostituire le uova in frittate, polpette, torte salate, pasta fresca, pane, grissini, ecc. Inoltre si può utilizzare come sapone, shampoo o maschera per il viso semplicemente aggiungendo acqua e magari qualche goccia della nostra essenza preferita. Vi consiglio una preparazione mediorientale, l'Hummus: una semplice salsa densa, per omaggiare la terra che ci ha fatto conoscere questo magnifico legume, che potrà essere mangiata con le verdure crude o anche semplicemente spalmata sul pane. I pochi ingredienti sono facilmente reperibili, assicurerà un sorriso a chiunque l'assaggerà, anche al portafoglio dato il costo bassissimo.

Ingredienti

2 cucchiaini di salsa Tahina (se non ne abbiamo, basterà pestare due cucchiaini di semi di sesamo a quali uniremo olio di sesamo, ma anche EVO andrà bene, fino a ottenere una salsina), 2 etti di ceci bolliti (Vanno bene anche quelli in scatola), 1 limone spremuto, 1 cucchiaino di prezzemolo fresco tritato, 2/3 cucchiaini di olio extra vergine di oliva spremuto a freddo, 1 spicchio di aglio, sale e pepe q.b., Paprika.

Preparazione

Tritiamo finemente prezzemolo e aglio privato dell'anima e trasferiamo in una ciotola capiente. Mettiamo la Tahina in un pestello e uniamoci i ceci privati dell'acqua di cottura, ma teniamone un pochetto da parte casomai avessimo bisogno di rendere più fluida la salsa. Continuiamo a pestare fino a quando otterremo una crema. Trasferiamo il tutto nella ciotola, uniamo il limone spremuto, sale, pepe e un cucchiaino di paprika, meglio se affumicata. Nel caso non avessimo un pestello, possiamo prepararla con il frullatore a immersione: in questo caso uniremo tutti gli ingredienti in una volta sola. Semplice no?

Se abbiamo un avanzo di farinata, proviamo a trasformarlo in qualcosa di altrettanto ghiotto. Possiamo, per esempio, tagliarla a quadretti che faremo abbrustolire in forno o in padella e che useremo per accompagnare salumi e formaggi in un aperitivo o utilizzare i crostini per dare un po' di croccantezza a una vellutata. Potremmo anche dividerla in strisce larghe che, arrotolate su loro stesse, farciremo con verdure saltate o formaggio fresco o entrambi. Un'altra idea è di farne delle lasagnette al pesto o al pomodoro e mozzarella, semplicemente alternando le fettine di farinata con gli altri ingredienti, magari in pirottini monoporzioni per facilitarci il riciclo dei pezzi rotti. Come sempre nulla è meglio della nostra fantasia, per cui sbizzarriamoci e lasciamola libera di trovare soluzioni creative, etiche e soprattutto buone.



Animali da fattoria: i bovini

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

Da sempre immancabile in qualunque fattoria la presenza dei bovini, animali utilizzati sia per il lavoro sia per la produzione di latte e carne. Tra le vacche di razza di origine italiana, ricordiamo per il latte la Bruna Alpina, mentre per la carne le rinomate Piemontese e Chianina, razza antica della zona umbro toscana. Sul nostro territorio troviamo anche bufali soprattutto per la produzione del latte. Per quanto riguarda l'allevamento dei vitelli da carne, questi possono essere svezzati prestissimo, isolati e alimentati prevalentemente con latte ricostituito per ottenere il cosiddetto "vitello a carne bianca", oppure lasciati con le madri fino a sei o sette mesi, legati a posta fissa o in recinti di piccole dimensioni per ottenere il cosiddetto 'vitellone'. I bovini possono essere allevati allo stato brado, cioè all'aperto, oppure in stalle anche a piccoli gruppi, dove vengono alimentati prevalentemente con foraggi freschi o essiccati e cereali vari. Sono ruminanti, possiedono quattro stomaci, ognuno dei quali ha una sua funzione specifica per una completa digestione degli alimenti che sono ingeriti quasi senza essere masti-

cati. Nei momenti di riposo rigurgitano il cibo nella bocca sotto forma di un bolo che rimasticano una seconda volta. Animali in genere tranquilli ma molto timidi, da gestire con attenzione data la mole, se seguiti fin da piccoli riescono a fidarsi del proprietario, ri-

conoscendolo, seguendolo e cercando le sue attenzioni. Le patologie più frequenti sono quelle causate dall'ingestione accidentale di corpi estranei, nonché da malattie respiratorie e intestinali quasi sempre di origine batterica o parassitaria.



I Bovini visti da me

di Maria Luigia Molla

Scriverò questo pezzo sui bovini in modo informale, senza preoccuparmi di definire razza, specie, famiglia, provenienza o destinazione d'uso. Scriverò di piccole 'cose', di animali che conosciamo benissimo e di altri dei quali forse non abbiamo mai sentito parlare. Scriverò dell'Uro, toro preistorico (Bos Taurus Primigenius), che ha permesso ai nostri antenati di sopravvivere proteggendoli con la pelliccia e nutrendoli con la carne e che fu il primo inconsapevole modello pittorico ripreso anche da grandi artisti come Picasso. Scriverò di Hator, dea dell'amore nell'antico Egitto che quando aveva sembianze di una mucca diventava Mehetueret, la vacca celeste propiziatrice di fertilità, madre universale con il sole tra le corna, diventando così giorno e notte, vita e morte. Scriverò di vacche comuni che da noi pascolano nei campi e in India passeggiano nelle città o aiutano



nel lavoro, ma che indossano sempre un manto divino. Scriverò di Balillo, bue dolcissimo e coraggioso che pochi anni fa, dopo l'alluvione che aveva devastato anche la Liguria, da solo percorse oltre dieci chilometri tra fango e detriti, per ritornare dal suo padrone e quindi al lavoro. E poi chiuderò l'articolo scrivendo di un altro bue, uno che invece diventò famoso stando fermo, solo respirando in una stalla. Scriverò di lui e della calda accoglienza che diede a un Bambino, cosa che tante gelide persone gli negarono. O forse no, non scriverò niente di tutto questo e mi limiterò a riportare una poesia che, nella sua semplicità, ci ricorda di apprezzare e ringraziare la splendida meraviglia che ci circonda.

Il bove

T'amo pio bove; e mite un sentimento
Di vigore e di pace al cor m'infondi,
O che solenne come un monumento
Tu guardi i campi liberi e fecondi,
O che al giogo inchinandoti contento
L'agil opra de l'uom grave secondi:
Ei t'esorta e ti punge, e tu co 'l lento
Giro dè pazienti occhi rispondi.
E del grave occhio glauco entro l'austera
Dolcezza si rispecchia ampio e quieto
Il divino del pian silenzio verde.

Giosuè Carducci

Animali da fattoria i suidi



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

Uno degli animali più caratteristici della fattoria è il maiale.

È della famiglia dei suidi come il cinghiale, anch'esso allevato in aziende agricole seppure in misura minore.

Allevato a livello industriale soprattutto per la produzione di prosciutti e insaccati di vario genere, il maiale è sempre stato nella fat-

toria una presenza importante, garantendo alla famiglia carne e insaccati che potevano essere consumati durante tutto l'anno. Oggi comunque può essere gestito in una condizione di allevamento semibrado, cioè con un riparo chiuso ma con l'accesso libero a un recinto esterno. La lettiera usata nel ricovero può essere di paglia o trucioli di legno, men-

tre all'esterno pascola volentieri grufolando col muso nella terra, apprezzando molto anche le zone umide dato che ama rotolarsi nel fango soprattutto nella stagione estiva per proteggersi dal caldo e dagli insetti.

Esistono varie razze di maiali, diverse per aspetto, mole e maggiore o minore attitudine all'allevamento. Per quanto riguarda l'alimentazione è un animale onnivoro che viene nutrito anche con avanzi di cucina, ma predilige vegetali, cereali e frutti particolari come le ghiande.

La femmina, scrofa, partorisce dopo una gestazione di circa quattro mesi un numero considerevole di piccoli, soprattutto nelle razze allevate a livello industriale dove, a causa dell'elevato peso raggiunto dalla madre, i piccoli vanno tenuti separati per evitare lo schiacciamento.

Può contrarre patologie legate all'apparato respiratorio come alcune forme di polmonite e avere carenza di ferro che può portare un'anemia, pericolosa soprattutto per i suinetti lattanti. Per contrastare questo tipo di problema, una volta venivano messi nelle vasche di abbeverata pezzi di ferro arrugginiti che garantivano l'apporto necessario di questo elemento.

Il maiale è un animale dotato in modo spiccato d'intelligenza e fiuto e se addomesticato tende a relazionarsi con l'uomo con una modalità molto simile a quella del cane.

'Grosso maiale sarà lei!' di Maria Luigia Molla

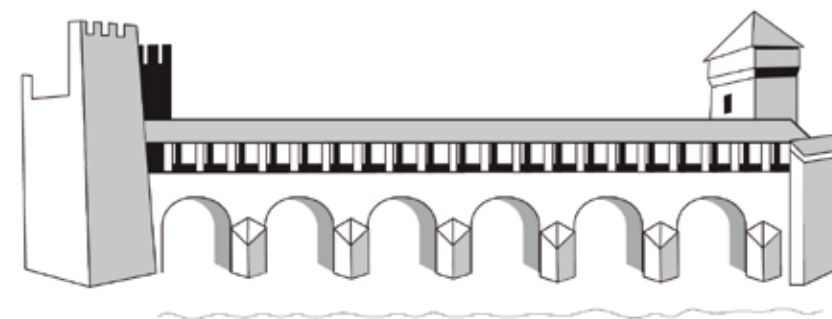
Il Maiale nano o vietnamita (classe Mammalia, ordine Artiodactyla, sottordine Suiformes, famiglia Suidae, genere e specie Sus) è considerato un animale da compagnia.

A differenza del suo parente più noto, ha coda dritta, orecchie piccole e pelame di solito bianco, nero o chiazzato. È dotato di olfatto eccezionale, ottimo udito e una sensibilità tattile molto sviluppata soprattutto sul muso. Nonostante le dimensioni, massimo cm. 40 di altezza anche se il peso può superare il quintale, non è un animale da tenere in un appartamento, salvo che questo non si trovi al piano terra e sia dotato di un ampio giardino nel quale la bestiola possa divertirsi correndo e grufolando com'è nella sua natura fare. È intelligente, curioso, socievole, affettuoso, ricettivo, fedele, protettivo e, tanto per renderlo ancora più simile al cane, scodinzola spesso e volentieri. Se sgridato, data la sua sensibilità, tende a fare il muso, ma torna subito di buonumore. La sua territorialità però lo rende fin troppo possessivo nei confronti della casa e dei membri familiari, creando talvolta problematiche con eventuali ospiti o altri animali. È estremamente pulito, fa i bisogni sempre nello stesso posto e adora fare il bagno, per cui sarebbe utile creare una grossa pozza poco profonda, nella quale possa sguazzare e ripulirsi quotidianamente, ricordandosi di cambiare l'acqua per mantenerla sempre pulita. Sfatata l'associazione sporco=maiale, possiamo però dire che alcune dicerie sul

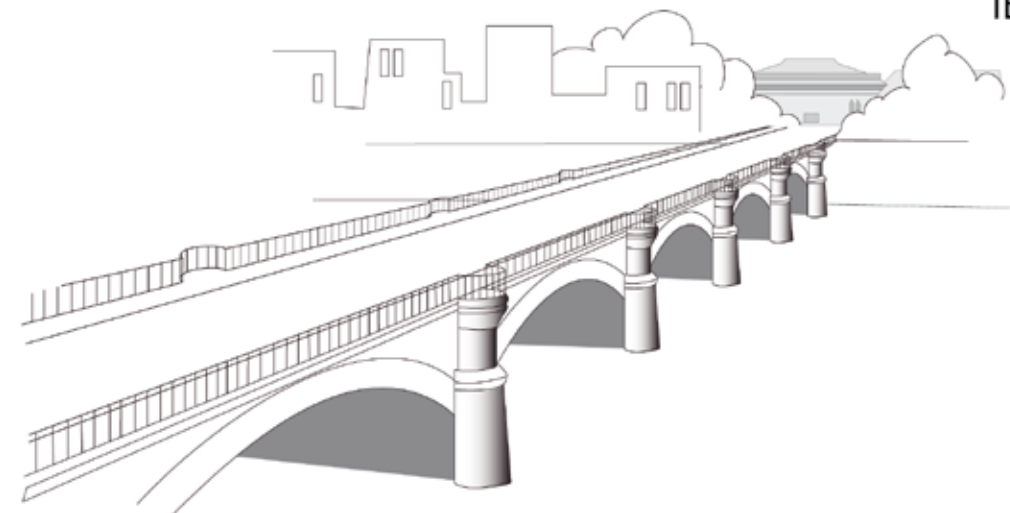
suo conto sono verità, come ad esempio la sua ingordigia. Onnivoro, passerebbe la maggior parte del tempo a mangiare, ponendosi a rischio di patologie importanti come la gastroenterite. Patisce molto anche il caldo e le correnti d'aria, da qui le riniti e i disturbi broncopolmonari. La cosa migliore da fare resta quella di consultare il proprio veterinario, non solo per dieta, cure e vaccinazioni, ma anche perché se si desidera adottarne o comprarne uno, bisogna ricordare che per quanto simpatico e particolare, resta una bestiola che dipenderà da noi per tutto, soprattutto affettivamente.



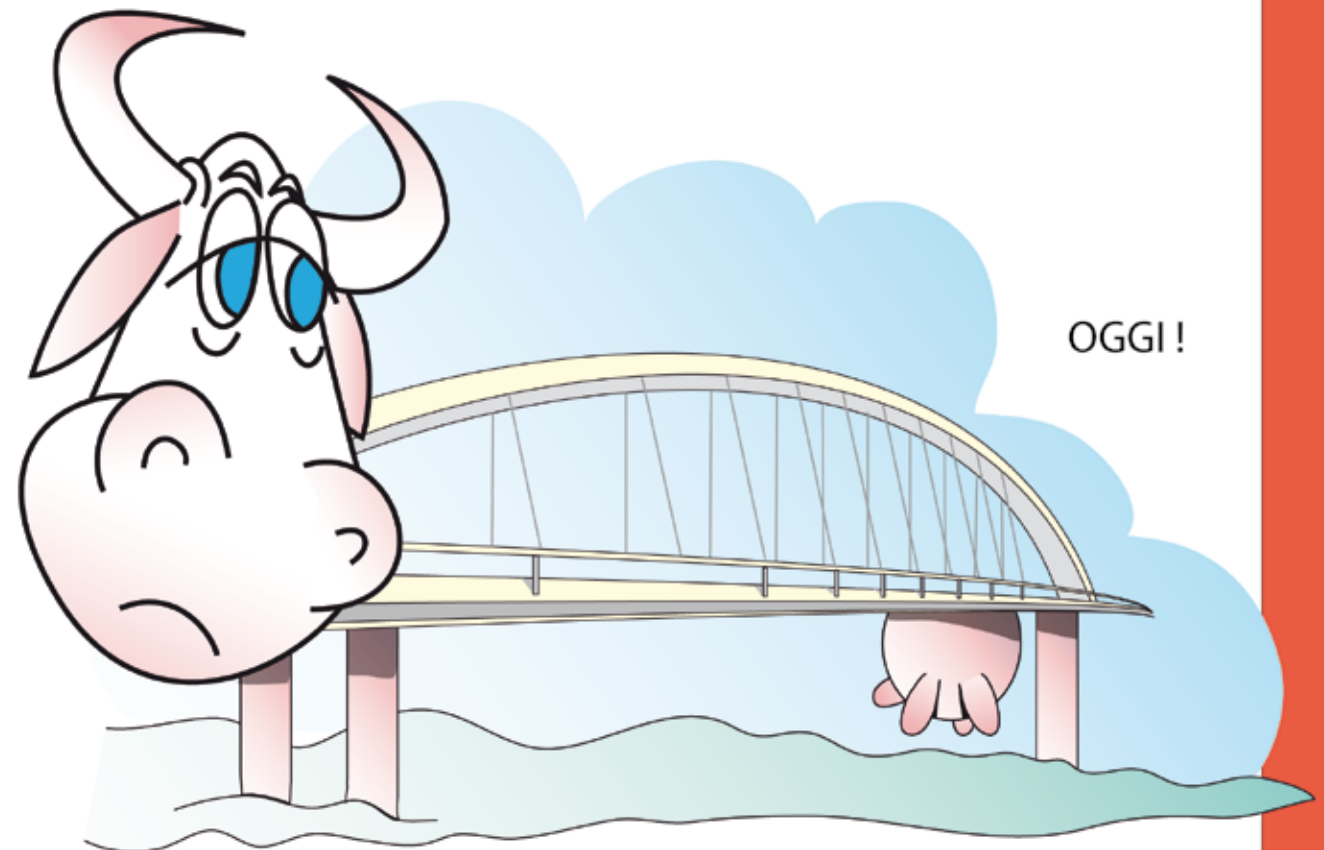
PONTI



L' ALTRO IERI



IERI



OGGI!

La parola agli esperti

Prof. Gian Luigi Ferraris

Ancora un Nobel 'sbagliato'

L'assegnazione a Bob Dylan del Nobel per la letteratura ha suscitato discussioni, e ha contribuito a riproporre mediaticamente la questione se i testi dei cantautori siano o non autentica poesia. Sto dalla parte di chi ha contestato la decisione: penso che i testi delle canzoni siano *paraletteratura*, anche perché la poesia vera è autosufficiente, titolare di una musicalità interna, è *parola musicale* non *parola musicata* o *da musicare*. Naturalmente in linea teorica non si può escludere che quelle dei cantautori possano anche essere poetiche, ma il fatto è che la loro genesi le rende di fatto ancillari, secondarie, subalterne. Quelle, poi, di Dylan, almeno quelle che io conosco, sono a parer mio abbastanza banali anche contenutisticamente, ispirate ad un gradevole ma scontato sentimentalismo e spesso al facile pacifismo sessantottino o alla manieristica rivendicazione generazionale, prive dunque di universale respiro anche perché datatissime. È stata tirata in ballo anche l'assegnazione del Nobel a Dario Fo, parimenti controversa: per quanto differenti possano essere i due casi, c'è un elemento in comune:

anche per Fo vale sostanzialmente il discorso del ruolo determinante dell'esecuzione, cioè fattori estranei alla parola in sé. Ma poiché il problema è assai complesso, non ritengo che se ne possa dire di più in uno spazio ristretto come questo. Concludo però con queste osservazioni 1) scrittori veri e grandi non mancano, e averli scartati in favore del menestrello Dylan conferma solo la mancanza di autorevolezza nel campo della critica letteraria degli accademici svedesi; 2) mentre i Nobel dati a scienziati premiano meriti comunque indiscutibili, perché legati a parametri 'oggettivi', quelli per la pace e per la letteratura sono i più opinabili, influenzati da criteri anche i più balzani; 3) grottesche le affermazioni di chi ha detto che "l'influenza di Bob Dylan sulla cultura occidentale è incalcolabile" o che quello di Dylan è un "lunghissimo filo di parole che in cinquant'anni ha svuotato i mari e mosso le montagne", o che c'è un filo rosso che unisce Dante a Bob Dylan, o che sono da mettere sullo stesso piano Montale e Dylan. E altre amenità del genere: come quella che Celentano ha detto di Dario Fo, morto proprio nel giorno dal Nobel a Dylan. Bum!

Prof.ssa Silvia Martinotti

Alice Munro

Mi è difficile accostarmi ad un autore sull'indicazione di un Nobel (specie ultimamente), le recensioni giornalistiche mi incuriosiscono ma non mi condizionano. Lo faccio in tutti i campi e così mi salvo dalle mode e dai suggerimenti. Mi è successo anche con Alice Munro, scrittrice canadese Nobel del 2013. L'incontro con lei è venuto in seguito ad una ricerca sul genere letterario del racconto suggeritami dalle avventure di Nick Adams narrate da Hemingway. I racconti di James, Calvino, Gogol, Kafka, Cechov, Poe, Pavese, Buzzati, Fenoglio, Cheever e della O'Connor sono indimenticabili, intensi, precisi. Cosa che è difficile raggiungere col romanzo. Così mi sono imbattuta nella Munro ed è stata una scoperta: sembra che ogni suo racconto sia la rivelazione di un enigma o lo svelamento di un mistero, anzi di una catena di misteri che costituiscono la trama della vita di ognuno, l'intreccio dei casi quotidiani. La lettera-

tura americana, quella buona, sente la voce del grande Hawthorne senza trascurare la precisa rappresentazione degli interni familiari. Come F. O'Connor, la Munro scruta il passato contadino del Canada profondo, del Southwestern Ontario negli anni tra il 1935 e il 1950. L'apparenza incantevole della realtà non nasconde la presenza inquietante dello sfondo, presenza piena di minacce sconosciute che sono giocate dal destino: il dolore, la morte, l'amore, insomma la vita. Non c'è nulla di stabile, tutto è effimero, dura un attimo e questa fragilità viene descritta ma senza tentativi di soluzione. È la vita, coi suoi segreti, con le sue promesse tradite, con le sue sorprese e i suoi inganni a cui è inutile e insulso opporsi. La Munro lo sa e preferisce descrivere non cercare di risolvere misteri. Voglio che la scrittura mostri come sono complicate le cose e sorprendenti. Voglio emozionare i lettori, ma senza trucchi. Voglio che pensino sì, quella è vita. Perché è la reazione che ho io di fronte alla scrittura che ammiro di più. Una sorta di meraviglio-sbalordimento.

Natalia Ginzburg

Non ero certa di voler scrivere sulla Ginzburg, ero restia a parlare di una scrittrice che mi è sempre sembrata così grande e diversa. Inoltre il suo modo di scrivere mi sembra che in qualche modo mi appartenga. Poi è stata lei a sollecitarmi, facendomi per caso capitar tra le mani il suo Lessico famigliare, libro senza tempo, capace di riconsegnare un'epoca, un momento, una città in modo assolutamente unico. Nella quarta di copertina il volto di Natalia, volto duro, come scolpito nel legno e gli occhi ove il dolore non si può più cancellare, quella melanconia incurabile di chi ha conosciuto la paura. Un dolore che nei suoi libri si mescola all'ironia perché, come scrive lei stessa, all'allegria si arriva attraverso il dolore. La sua scrittura nasce da una necessità e la lezione proustiana si avverte sempre, una presenza antica che ha preso forma nella traduzione per me impagabile della Ricerca, nel rigore nella scelta delle parole, del ritmo. Persi-

Il greco, lingua geniale

Nell'autunno scorso è uscito, per i tipi della casa editrice Laterza, un libro di grande successo, che è ormai giunto alla nona edizione; questo best seller, al tempo stesso serio e divertente, dotto e assai piacevole, ha come titolo: "La lingua geniale: 9 ragioni per amare il greco". In esso l'autrice, Andrea Marcolongo, giovane e brillante studiosa, cerca di spiegare, in modo corretto ma non accademico, bensì vivace e a tratti scanzonato, le ragioni del fascino che ha sempre esercitato questa lingua la quale è tuttora alla base della nostra cultura scientifica; senza peraltro tacere delle difficoltà che la traduzione della stessa lingua ha offerto alle menti di generazioni di studenti spesso irrigidite da una paura che la scrittrice intende spazzar via, trasformandola in passione. Fra i motivi che possono suscitare tale passione vi è, per esempio, la presenza del duale, cioè di un numero in più rispetto al singolare e al plurale di cui dispone l'italiano, che esprimeva, piuttosto che una mera somma matema-

tica (uno più uno), un'entità duplice (uno più uno uguale uno formato da due cose o persone legate fra loro da un'intima connessione, come le mani, i piedi gli occhi, le orecchie gli amanti): era pertanto il numero della coppia, per natura, o del farsi coppia, per scelta. Un'altra peculiarità del greco è l'uso del modo ottativo, che serviva, come suggerisce la parola che lo designa, derivata dal latino optare, a esprimere un desiderio, un augurio o una possibilità, così come l'esistenza dell'aoristo, un tempo che rifletteva l'azione nel suo valore aspettuale, nella sua momentaneità o puntualità, nella sua completezza o nel suo risultato. Come si vede, questi elementi caratteristici, insieme a molti altri, hanno fatto del greco una lingua particolarmente ricca ed eloquente, e le hanno reso possibile esprimere, e tramandare, tutti i contenuti della cultura e dello scibile, sicché possiamo ben dire che aveva ragione Marguerite Yourcenar ad affermare che tutto quanto di meglio gli uomini hanno pensato, l'hanno scritto in greco.

Dott.ssa Susanna Balossino - Psicologo clinico e psicogeriatra

La parola agli esperti

I bambini «venuti dal freddo». Come spiegare loro una scelta che li coinvolge

Sempre più numerosi sono i bambini che nascono attraverso la fecondazione assistita, omologa o eterologa. La procreazione assistita non è solo una questione di adulti che vogliono essere genitori, ma anche di figli che vogliono capire come sono nati. Con il tempo sono scomparsi i tabù e i pregiudizi sull'argomento e ciò ne facilita la comunicazione all'interno della famiglia. Dire o non dire a un figlio che è nato grazie alla riproduzione assistita resta tuttavia un'opzione dei genitori che sono liberi di scegliere se raccontarlo al bambino da piccolo, farlo quando sia più grande o non rivelarlo affatto. In tal senso non ci sono giuste soluzioni per tutte le coppie, ognuna ha la sua storia e le sue motivazioni, e prima di decidere se e come rivelare, i genitori dovrebbero riflettere su come hanno accettato la questione della sterilità e del ricorso a metodi artificiali e su come hanno elaborato i vissuti emotivi connessi alla necessità di

chiedere aiuto per concepire. Se come genitori ci si sente inadeguati, il messaggio che arriverà ai figli non sarà comunque di serenità a prescindere dal modo in cui sono stati concepiti. Qualora decidano di non raccontarlo, gli esperti consigliano di prestare particolare attenzione alla comunicazione con altri membri della famiglia, per evitare che il bambino venga a conoscenza del suo concepimento da una persona che non siano i genitori. Qualora decidano di rivelarlo, andrebbe seguita la strategia del "momento adeguato", che sfrutta il momento evolutivo in cui il bambino apprende tematiche associate alla vita, alle relazioni sessuali e al concepimento. Due sono i momenti chiave in cui il bambino è più ricettivo a comprendere le proprie origini: il primo è tra i 3 e i 5 anni, quando inizia a chiedersi come sia venuto al mondo e le favole o i racconti sono la risorsa più adeguata per raccontare la complessa storia delle sue origini; il secondo è tra i 10 e i 12 anni, quando il bambino riceve la prima educazione sessuale a scuola.

La paura di uscire di casa

La paura di uscire di casa è sicuramente una delle fobie più conosciute e invalidanti, in quanto ci priva dello scambio vitale con la realtà esterna e ci rende dipendenti dagli altri. Quando essa arriva a compromettere le attività quotidiane ed il funzionamento socio-lavorativo della persona allora si parla di agorafobia, dal greco *phobia* (paura) e *agorà* (piazza o in generale spazi aperti). L'agorafobia viene classificata tra i disturbi d'ansia in quanto è caratterizzata dal disagio relativo al trovarsi in luoghi o situazioni dai quali può essere difficile o imbarazzante allontanarsi o in cui non sia possibile ricevere soccorso. Chi ne soffre, di conseguenza, tende ad evitare ad esempio di uscire da solo, di trovarsi in auto in mezzo al traffico, di frequentare luoghi affollati, di prendere mezzi pubblici... Alla radice di questa paura vi è quasi sempre un disagio interno che porta le persone a sentirsi inadeguate, con scarsa autostima e scarsa fiducia in sé stesse e

bisognose di appoggiarsi agli altri. Ciò che aggrava l'agorafobia è il temere che l'ansia sperimentata in alcuni contesti possa nuovamente ripetersi, finendo così per instaurare un circolo vizioso che provoca, nei casi più gravi, violenti attacchi di panico. I sintomi sono quelli classici, comuni a molte fobie, come tachicardia, sudorazione, tremore, capogiri, annebbiamento della vista, difficoltà a respirare, intorpidimento e formicolio degli arti, ... e possono manifestarsi sia nel momento in cui il soggetto si accinge ad uscire di casa sia al solo pensiero di farlo. Nei casi più acuti di agorafobia lo psichiatra potrebbe decidere di prescrivere gli psicofarmaci (ansiolitici e antidepressivi), che tuttavia non possono e non devono sostituire una terapia psicologica mirata al miglioramento della situazione di disagio attraverso una riorganizzazione delle risorse della persona con lo scopo di individuare ed intervenire sulle cause del problema (e non solo sui sintomi come fa la terapia farmacologica).

Dott.ssa Silvia Scarrone

La Terapia Genica

I geni sono l'unità ereditaria degli organismi viventi: regolamentano la crescita, lo sviluppo fisico e comportamentale dell'organismo e sono formati da DNA. Circa 20 anni fa si è cominciato a ipotizzare la possibilità di utilizzare proprio il DNA come sostanza farmaceutica con lo scopo di prevenire, trattare o curare una malattia.

Con la Terapia Genica, infatti, si vuole ripristinare nella cellula malata, la funzione di un gene 'difettoso' trasferendo una versione corretta e funzionale dello stesso o di un suo antagonista.

Generalmente, per ottenere buoni risultati, si utilizzano vari tipi di virus, che vengono resi innocui, cioè non più in grado di provocare malattia, ma che mantengono la capacità di entrare nelle cellule. In questo modo agiscono come un 'Cavallo di Troia': trasferiscono il gene terapeutico, e quando il virus si esaurisce, ciò che resta è la correzione del difetto.

L'alterazione genetica deve riguardare solo il paziente su cui è stata realizzata

e non deve essere ereditaria. Il maggiore ostacolo è ancora rappresentato proprio dalla difficoltà di trovare un sistema virale con un livello di efficienza sufficiente a raggiungere tutte le cellule bersaglio.

La terapia genica è comunque la medicina del futuro, perché può rappresentare l'unica possibilità di guarigione da gravi malattie, ereditarie e non, altrimenti incurabili.

Tutte le malattie potrebbero essere trattate attraverso interventi sull'espressione genica, anche se, comunemente, si pensa che sia utile per guarire malattie quali: distrofia muscolare, fibrosi cistica, emofilia, diabete di tipo I, malattie metaboliche e molte anomalie fisiologiche.

Le sperimentazioni cliniche hanno avuto inizio nel 1990: nel 2008, è stato registrato il primo successo su tre Pazienti affetti da sindrome di Leber, una pericolosa cecità ereditaria e, recentemente, un altro risultato importante è stato ottenuto riuscendo a sconfiggere una grave forma di immunodeficienza, l'Ada-Scid, prima incurabile.

Sindrome delle Apnee Ostruttive del Sonno (OSAS)

È un disturbo caratterizzato da episodi ripetuti e/o prolungati di completa o parziale ostruzione delle vie aeree superiori durante il sonno, normalmente associata a una riduzione dell'ossigeno nel sangue.

Nel sonno, per la posizione assunta dal corpo e il rilassamento dei muscoli che mantengono libere le vie aeree, si determina una riduzione del calibro delle prime vie respiratorie. Le cause possono essere: anomalie a livello nasale o faringeo, sovrappeso, età superiore ai 40 anni, fumo, farmaci per indurre il sonno, abuso di alcool. L'OSAS è connessa alla sindrome metabolica e al diabete, ed è un fattore di rischio per l'ictus e l'insufficienza cardiaca. Circa la metà dei pazienti con apnea nel sonno soffre anche di ipertensione. Il sesso maschile sembra essere più predisposto. All'inizio della crisi il paziente russatore (l'apnea notturna ostruttiva è correlata al russamento) diviene improvvisamente "silenzioso"; le

vie respiratorie sono bloccate meccanicamente, in tutto o in parte, e i polmoni non ricevono più ossigeno: è in atto una crisi. A questo punto, fortunatamente, s'innescia un meccanismo di protezione ad opera dei sensori a livello delle carotidi che inviano un segnale di allarme al cervello, attivando il meccanismo di risveglio. Il paziente così riprende a respirare, emettendo un forte e improvviso rumore, e poi si riaddormenta. Proprio perché il problema si verifica durante il sonno spesso la segnalazione viene dal partner o dai famigliari.

Le conseguenze diurne dell'OSAS sono: sensazione di sonno non ristoratore, cefalea, eccessiva sonnolenza diurna (sintomo più frequente), irritabilità e debolezza fisica, disturbi di memoria, concentrazione ed attenzione. La diagnosi viene posta in base all'anamnesi ed ai risultati del test di polisonnografia: un monitoraggio computerizzato del sonno durante la notte: si considera patologico un adulto con 5 OSAS in 1 ora, e un bambino con anche 1 sola manifestazione in 1 ora.

Bilancio consuntivo Unitre

Nella riunione tenutasi venerdì 20/1/2017 il “Consiglio Direttivo” ha approvato all’unanimità il bilancio consuntivo dell’UNITRE – sede di Alessandria relativo all’esercizio 1/10/2015-30/9/2016 in precedenza verificato dal “Collegio dei Revisori”. L’esercizio, a cui il rendiconto si riferisce e che chiude con un avanzo di €. 5,41 in presenza di accantonamenti di €. 3.291,19 ed investimenti per circa 4.000,00 €, necessari a fornire il supporto necessario per ottimizzare l’attività didattica. Riportiamo qui di seguito le voci salienti del rendiconto approvato.

COSTI (USCITE)

Spese per attività didattica	€	64.030,23
Pubblicazione del giornale “Unitre Alessandria”	€	5.286,16
Spese generali	€	12.021,51
Assicurazioni per R.C. ed Infortuni	€	1.476,00
Stipendi ed oneri accessori	€	12.145,54
Consulenze	€	1.452,74
Imposte e Tasse	€	1.476,13
Costi di manutenzione ed utenze varie	€	9.743,04
Ammortamenti	€	2.590,95
Rimanenze iniziali di gadget	€	3.022,93
TOTALE COSTI	€	113.245,23
AVANZO D’ESERCIZIO	€	5,49
TOTALE A PAREGGIO	€	113.250,72

RICAVI (ENTRATE)

Quote associative	€	48.400,00
Quote di iscrizione a laboratori	€	55.060,00
Contributo Regione Piemonte	€	6.685,00
Interessi attivi	€	39,31
Rimanenze finali di gadget	€	2.189,93
Entrate per 5 per mille	€	876,48
TOTALE RICAVI	€	113.250,72

Nel corso della stessa riunione è stato inoltre approvato il Preventivo dell’esercizio 2016/2017 con il sostanziale pareggio dei conti. La dinamica sempre crescente dei costi, correlata alla sempre minore disponibilità degli Enti locali a fornirci un adeguato appoggio finanziario, ci obbligherà, anche in presenza della conferma dei contributi dalla Regione Piemonte, seppure in misura più contenuta, a continuare in una gestione improntata sulla massima sobrietà con un taglio deciso di tutte quelle spese non strettamente legate alle attività didattiche che pertanto continueranno ad avere priorità assoluta nel programma investimenti. Il Consiglio Direttivo auspica infine che le linee guida sopra descritte relative alla gestione futura possa essere condivisa da tutti gli Associati, ricordando che l’indipendenza economica, ottenuta attraverso il pareggio dei bilanci, è garanzia assoluta di continuità e di libertà culturale.

Triora, il paese delle streghe

Il gruppo del laboratorio di Inglese della prof.ssa Lorella Sardo ha organizzato una gita a Triora. Sono partiti alle 9.30, una sosta per sgranchirsi le gambe, un’altra per il pranzo e poi l’arrivo a Triora e la visita del Borgo medievale che per l’occasione della festa di Ognissanti si anima e si trasforma in un vivo e movimentato museo a cielo aperto. Streghe e Triora sono un connubio inescindibile la cui conferma si ha passeggiando nel borgo. Ovunque si volga lo sguardo si trovano elementi che ci ricordano questo legame e il periodo storico della caccia alle streghe in cui Triora è stata protagonista. Punto d’incontro delle streghe era la Cabotina, luogo che deve assolutamente essere visitato non fosse altro che per sedersi un attimo e godersi lo spettacolare panorama che viene offerto dalla natura. Ci si renderà conto di come Triora domini la vallata, della sua valenza strategica nel passato, e si potranno vedere i paesi di Corte, Andagna, Molini di Triora e le catene montuose circostanti.



Il gradito ritorno di Carla Moruzzi Bolloli

Riprendono le conferenze della professoressa Carla Moruzzi Bolloli Presidente dell’Istituto per la Storia del Risorgimento italiano Alessandria – Asti, dopo un periodo di pausa proponendo, giovedì 20 ottobre, ai numerosi soci in sala un intervento sui Movimenti risorgimentali alessandrini. In foto la vediamo accanto alla figlia.



Il gruppo lo e la bici in trasferta in zona Frascchetta ‘Dal gelo con furore!’

FESTA DELLA DONNA

Vi aspettiamo **giovedì 9 marzo 2017** alle ore 15.30 presso il DLF all'incontro organizzato e curato dalla redazione di Unitre!Alessandria a cui parteciperanno in qualità di relatrici la dottoressa Chiara Bertone, sociologa e la dottoressa Giulia Boccassi, avvocato.

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

UNIVERSITA' DELLE TRE ETA'
GIORNATA INTERNAZIONALE DELLA DONNA
A CURA DELLA REDAZIONE UNITRE! ALESSANDRIA
GIOVEDÌ 9 MARZO ORE 15.30 - CINEMA AMBRA DLF
VIALE BRIGATA PAVENNA, 8 - ALESSANDRIA

SMETTETE LA DI FARCI LA FESTA.

9 MARZO 2017



CONVENZIONI

OTTICA
TECHNÈ

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.

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

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

Associazione culturale e ASD
art&es

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