

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

Centro Polivalente Via Maspero, 20 – Varese; sito: www.avavarese.it

Tel 0332/288147 – 0332/286390, fax: 0332 241299, e-mail info@avavarese.it

Numero 283 novembre – dicembre 2016

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

Sommario

Copertina: Campo dei Fiori – l'autunno fa cadere le ultime foglie.

Sommario		pag	1
Redazione e Collaboratori		“	2
EDITORIALE	<i>Maria Luisa Henry</i>	“	2
Com. A.V.A Liguria San Bartolomeo 23/12 – 6/01	A.V.A.	“	4
Liguria San Bartolomeo 30/12 – 6/01	A.V.A.	“	5
Sabato 17/12 pranzo sociale	A.V.A.	“	6
Auguri del Presidente	<i>Silvio Botter</i>	“	7
La voce ai lettori: poesie di Chicca	<i>Nadia Cecconello</i>	“	8
Nei vicoli	<i>Alba Rattaggi</i>	“	9
Il regno	<i>Carlotta Fidanza Cavallasca</i>	“	10
Libertà – 29 settembre 2009	<i>Giuseppe Paganetti</i>	“	11
L'azzurro.....	<i>Patrizia De Filippo</i>	“	11
La pulènta	<i>Carlo Bossi</i>	“	12
Poesie di Luciano.....	<i>Luciano Curagi</i>	“	12
Poesie di Angela	<i>Angela Menconi</i>	“	17
Drogati	<i>Stefano Robertazzi</i>	“	18
Richiesta	<i>Lucia Covino</i>	“	19
E trema	<i>Sergio Pagano</i>	“	19
Copertina “Storie di casa nostra”	<i>Mauro Vallini</i>	“	21
Runo e Pradecollo di Dumenza	<i>Giancarlo Elli (Ul Selvadigh)</i>	“	22
La famiglia dei Medici (1^parte).....	<i>A cura di Mauro Vallini</i>	“	23
Cronache varesine di un tempo – quando a mezzogiorno si andava dai “pulentatt”	<i>Franco Pedroletti</i>	“	27
1919 – la prima trasvolata atlantica senza scalo	<i>Giovanni Berengan</i>	“	29
Il Natale nei Vangeli apocrifi	<i>Michele Russo</i>	“	31
Gli ospiti della fondazione Molina raccontano	<i>Giuseppina Vallini</i>	“	33
Strade e piazze di Varese. (20^ parte)	<i>Mauro Vallini</i>	“	34
Copertina “Saggi, pensieri e riflessioni”	<i>Mauro Vallini</i>	“	39
Ricordiamo i morti – 2 novembre 2016	<i>Maria Luisa Henry</i>	“	40
Pensieri sparsi di Lidia	<i>Lidia Adelia Onorato</i>	“	41
Un matrimonio celebrato al sud	<i>Giovanni Berengan</i>	“	42
Ringhiere e cortili	<i>Silvana Cola</i>	“	43
Errori e sciacalli	<i>Ivan Paraluppi</i>	“	44
Grafomania	<i>Ivan Paraluppi</i>	“	45
Potere centrale ed astensionismo	<i>Ivan Paraluppi</i>	“	46
Capelli bianchi, il volto solcato dalle rughe	<i>Franco Pedroletti</i>	“	47
Quel che dice Papa Francesco e le orecchie dei sordi ...	<i>Franco Pedroletti</i>	“	49
Notizie da Internet	<i>A cura di Mauro Vallini</i>	“	51
Vigilia di Natale	<i>Franco Pedroletti</i>	“	52
La Fondazione Don Gnocchi	<i>A cura di Giovanni Berengan</i>	“	54
Aforismi di Oscar Wilde	<i>A cura di Giuseppina Vallini</i>	“	55
Ricette di felicità: Dolce serenità	<i>Giuseppina Guidi Vallini</i>	“	56
Copertina “L'angolo della poesia”	<i>Mauro Vallini</i>	“	57
Poesie di Maria Luisa	<i>Maria Luisa Henry</i>	“	58
Poesie di Lidia Adelia	<i>Lidia Adelia Onorato</i>	“	59
Poesie di Giancarlo	<i>Giancarlo Elli (Ul Selvadigh)</i>	“	60
Poesie di Silvana	<i>Silvana Cola</i>	“	63
Poesie di Ivan	<i>Ivan Paraluppi</i>	“	63

Poesia di Natale: Jesus di Daniela Cesta	<i>A cura di Mauro Vallini</i>	“	64
Copertina “Gocce di scienze”	Mauro Vallini	“	65
Querce (Rovere e Farnia)	<i>Mauro Vallini</i>	“	66
Andar per funghi	<i>Giancarlo Elli (Ul Selvadigh)</i>		70
Natura amica e benefici della mela	<i>Giancarlo Elli (Ul Selvadigh)</i>	“	71
Incontinenza urinaria	<i>Laura Franzini</i>	“	72
I terremoti	<i>Mauro Vallini</i>	“	73
Copertina “Rubriche ed avvisi”	Mauro Vallini	“	75
Leggende della quercia	<i>A cura di Mauro Vallini</i>	“	76
Inaugurazione dell’anno 2016-2017 del Centro Biopsicosintesi di Varese	<i>Giuseppina Guidi Vallini</i>	“	79
Att. A.V.A. gara a bocce individuale trofeo Pier Regazzoni	<i>A.V.A.</i>	“	80
Visita del Sindaco e dell’Assessore ai Servizi Sociali	<i>A cura di Giuseppina Guidi Vallini</i>	“	81
Att. C.D.I Pittura e acquerello	<i>S. Cola, Gianni Botter, Vittorio Burali</i>	“	82
Yoga della risata	<i>Giuseppina Guidi Vallini</i>	“	83
Relazione sugli incontri con gli ospiti del C.D.I. sul tema “racconti di Natale” dello scrittore Gianni Ballabio	<i>Giuseppina Guidi Vallini</i>	“	84
Concerti del coro Le Coccinelle scalmanate a Comerio e Cantello	<i>Giuseppina Guidi Vallini</i>	“	85
Le coccinelle scalmanate a Cantello.....			
Divagazioni	<i>Giovanni Berengan</i>	“	88
Vocabolario	<i>G. Guidi Vallini – M. Vallini</i>	“	89

Redazione:

Mauro VALLINI	CAPOREDATTORE
Giuseppina GUIDI VALLINI	SEGRETARIA
Giovanni BERENGAN	RAPPORTI CON IL COMUNE

Articolisti presenti alle riunioni di redazione:

Miranda ANDREINA	Luigia CASSANI	Silvana COLA
Laura FRANZINI	Giuseppina GUIDI VALLINI	Maria Luisa HENRY
Ivan PARALUPPI	Franco PEDROLETTI	Michele RUSSO
Mauro VALLINI		

Hanno contribuito anche:

Giovanni BERENGAN	Carlo BOSSI	Silvio BOTTER
Vittorio BURALI	Carlotta CAVALLASCA	Lucia COVINO
Luciano CURAGI	Patricia DE FILIPPO	Giancarlo ELLI
Angela MENCONI	Alberto MEZZERA	Lidia Adelia ONORATO
Giuseppe PAGANETTI	Sergio PAGANO	Alba RATTAGGI
Stefano ROBERTAZZI		

EDITORIALE

Carissimi lettori

Siamo arrivati all’ultimo numero del periodico “LA VOCE” del 2016. Voglio sperare che i numeri precedenti siano stati di vostro gradimento; noi ci mettiamo tutta la nostra volontà per rendere ogni mese sempre più interessante i nostri scritti, il merito va al nostro Direttore Mauro Vallini, che con estrema maestria riesce a interpretare e scegliere le illustrazioni più adatte ai nostri lavori.

Approfitto dell'occasione per rivolgermi alla pagina "Voce ai lettori", dove molti di voi inviano poesie cooperando alla formazione del nostro periodo: sarebbe bello, invece di inviare gli scritti, che qualcuno si presentasse ai nostri incontri quindicinali, anche solo per curiosità; non è un grosso impegno, magari potrebbe risultare piacevole e decidere di partecipare attivamente.

Sono speranzosa e vi aspetto numerosi.

Un grazie anticipato e un Augurio per le prossime festività.

Maria Luisa Henry



Ringraziamo gli ospiti della fondazione Molina che hanno offerto 10 € un antico alpino 20 €, per un totale di 30 € Serviranno per ottimizzare il nostro servizio.



NATALE CAPODANNO EPIFANIA IN LIGURIA



SAN BARTOLOMEO

23 dicembre – 6 gennaio 2017

15 giorni

HOTEL LA MARINA

3 stelle

L'hotel La Marina si trova all'estremo ponente del Comune di San Bartolomeo al Mare al confine con Diano Marina, nella Riviera di Ligure di Ponente. Punto di partenza ideale sia per chi ama la spiaggia, ma anche per chi ama il mare e la spiaggia, ma anche per chi vuole scoprire i panorami tipici liguri con oliveti, terrazzamenti a secco e borghi caratteristici. San Bartolomeo vanta una delle più belle passeggiate sul mare, locali e negozi di prodotti tipici.

L'hotel la Marina, **rimodernato e abbellito nel 2016**, è dotato di 43 camere, dotate di Tv a schermo piatto, bagno privato con asciugacapelli.

Per tutti gli ospiti è disponibile una sala comune con tv e una stupenda terrazza vista mare.

Il ristorante offre un'ampia scelta di piatti della tradizione ligure e una raffinata selezione di cucina internazionale.

1° giorno: VARESE / SAN BARTOLOMEO

In mattinata ritrovo dei partecipanti e partenza in autopullman per la Liguria.

Arrivo a San Bartolomeo e sistemazione in hotel. Pranzo.

Pomeriggio a disposizione per un primo contatto con la famosa località ligure.

Cena e pernottamento.

dal 2° al 14° giorno: SAN BARTOLOMEO

Pensione completa.

Giornate a disposizione per il relax, ed eventuali escursioni facoltative lungo la Riviera o nella vicina Costa Azzurra.

15° giorno: SAN BARTOLOMEO / RIENTRO

Prima colazione.

Mattinata a disposizione. Pranzo dell'Epifania.

Nel pomeriggio rientro alla località di partenza.

QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE	(minimo 40 persone)	Euro 785
<u>Supplemento camera singola</u>		Euro 250

Assicurazione annullamento viaggio, facoltativa		Euro 25
--	--	----------------

LA QUOTA COMPRENDE:

- viaggio in autopullman GT
- sistemazione in camere doppie con servizi
- drink di benvenuto e brindisi dell'arrivederci
- pensione completa dal pranzo del primo giorno al pranzo dell'Epifania dell'ultimo giorno, bevande ai pasti
- Pranzo di Natale e cenone di Capodanno con festeggiamenti e musica dal vivo
- polizza sanitaria

LA QUOTA NON COMPRENDE:

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



CAPODANNO EPIFANIA IN LIGURIA

SAN BARTOLOMEO



30 dicembre – 6 gennaio 2017

8 giorni

HOTEL LA MARINA

3 stelle

L'hotel La Marina si trova all'estremo ponente del Comune di San Bartolomeo al Mare al confine con Diano Marina, nella Riviera di Ligure di Ponente. Punto di partenza ideale sia per chi ama la spiaggia, ma anche per chi ama il mare e la spiaggia, ma anche per chi vuole scoprire i panorami tipici liguri con oliveti, terrazzamenti a secco e borghi caratteristici. San Bartolomeo vanta una delle più belle passeggiate sul mare, locali e negozi di prodotti tipici.

L'hotel la Marina, **rimodernato e abbellito nel 2016**, è dotato di 43 camere, dotate di Tv a schermo piatto, bagno privato con asciugacapelli.

Per tutti gli ospiti è disponibile una sala comune con tv e una stupenda terrazza vista mare.

Il ristorante offre un'ampia scelta di piatti della tradizione ligure e una raffinata selezione di cucina internazionale.

1° giorno: **VARESE / SAN BARTOLOMEO**

In mattinata ritrovo dei partecipanti e partenza in autopullman per la Liguria.

Arrivo a San Bartolomeo e sistemazione in hotel. Pranzo.

Pomeriggio a disposizione per un primo contatto con la famosa località ligure.

Cena e pernottamento.

dal 2° al 7° giorno: **SAN BARTOLOMEO**

Pensione completa.

Giornate a disposizione per il relax ed eventuali escursioni facoltative lungo la Riviera o nella vicina Costa Azzurra. Festeggiamenti di Fine Anno !!.

8° giorno: **SAN BARTOLOMEO / RIENTRO**

Prima colazione.

Mattinata a disposizione. Pranzo .

Nel pomeriggio rientro alla località di partenza.

QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE (minimo 40 persone) **Euro 570**

Supplemento camera singola **Euro 150**

Assicurazione annullamento viaggio, facoltativa **Euro 25**

LA QUOTA COMPRENDE:

- viaggio in autopullman GT
- sistemazione in camere doppie con servizi
- drink di benvenuto e brindisi dell'arrivederci
- pensione completa dal pranzo del primo giorno al pranzo dell'ultimo giorno
- bevande ai pasti
- cenone di Capodanno con festeggiamenti e musica dal vivo
- polizza sanitaria

LA QUOTA NON COMPRENDE:

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



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



SABATO 17 DICEMBRE 2016

ORE 12,30

PRESSO IL NOSTRO CENTRO

PRANZO SOCIALE

CON LO SCAMBIO DEGLI AUGURI

MENU'

ANTIPASTI : prosciutto crudo di Parma – soppressa veneta – coppa di Zibello – involtino di bresaola con caprino – insalata russa – carciofi alla giudia

PRIMI : lasagne alla bolognese
 Girelle con ricotta di capra e spinaci

SECONDO : scaloppina al limone con patate

sorbetto (mela verde)

frutta secca
 clementine

veneziana

vino e acqua minerale



QUOTA DI PARTECIPAZIONE: € 26,00

POSTI DISPONIBILI LIMITATI

Prenotazioni in segreteria A.V.A.
ad esaurimento posti, comunque entro il 9 dicembre 2016

Carissimi soci

Con l'avvicinarsi delle prossime festività mi compete portare a tutti voi i miei pensieri augurali, ma mai come quest'anno trovo difficoltà a esprimere questi sentimenti.

Parole fragili mi attraversano la mente evocando pensieri tristi in un susseguirsi di vocaboli.

La perdita di persone a noi care lascia un grande vuoto e il succedersi di eventi calamitosi ci porta ad un forte senso di scoraggiamento e di impotenza.

È stato sicuramente questo un anno difficile e mai come oggi quella che festosamente nei nostri ricordi innocenti era una festa rischia di tramutarsi in momenti di tristezza.

Per i credenti il Santo Natale è il segno della speranza del quale è difficile non subirne il fascino, fin da quando eravamo bambini era la festa più dolce e ricca di poesia che si possa immaginare, della quale pur da adulti non possiamo restare indifferenti

Essa ci richiama all'ascolto dei più bisognosi e dei più deboli e ci rimanda a un'idea di comunità vicina alla famiglia amica dei suoi vecchi.

Un augurio particolare desidero rivolgerlo a coloro che devono affrontare situazioni di disagio, quali la malattia, la lontananza e soprattutto la solitudine.

È da queste considerazioni che nasce la speranza e il mio auspicio che le prossime festività possano essere per tutti noi portatrici di affetti e di valori ritrovati.

*Il Presidente
Sívio Botter*

La voce ai lettori

Poesie di Chicca

Arcobaleno

Dopo un chiassoso temporale
appari tu.

Ogni cuore gioisce alla bellezza
dei tuoi colori.

Il rosso del tramonto, del cuore,
delle rose rosse dell'amore.

L'arancio degli allegri girasoli e
delle foglie d'autunno.

Il giallo della mimosa a primavera e
del grano nella calda estate.

Il verde di prati e alberi della natura
circostante.

L'azzurro tanto amato del mare e del cielo
che si dilegua all'infinito come l'arcobaleno.



Avrei

Avrei
superato ogni avversità
per averti vicino.

Avrei
di ogni bacio o abbraccio
tratto linfa di vita.

Avrei
gioito di ogni momento insieme
perché profondo e meraviglioso
era il mio amore.



Nadia Cecconello (Chicca)

Nei vicoli

Alba Rattaggi

*A*mo molto le stradine
i vicoletti
pezzetti di mondo semplici
autentici
dove la vita scorre
tra un vociare di bimbi
balconcini minuti
con lenzuola pendenti
una radio che canta
a tutto volume
vecchie arie scordate
e un odore di cibo
speziato e corposo.

*Q*ualche vecchio sull'uscio
a biascicar cantilene
il negozietto un po' angusto
dove tutto si vende
dal panino fragrante
al prodotto locale
(sigarette e orologi
solo a gente fidata)
un allegro miscuglio
di colori e sapori.

*M*i tuffo in un mondo,
che non mi appartiene
ne esco giuliva
negli occhi e nel cuore
un gradito sentore
di vita vissuta
così come viene
senza stare a pensare
a un futuro migliore.



Il regno

Carlotta Fidanza Cavallasca

*Non sapevo
che a Monza
avesse il suo regno
fata Speranza.*

*Non sapevo
che lo avesse fatto
senza magie,
faticando per renderlo
grande e perfetto.*

*Non sapevo
che amasse il bianco,
l'azzurro,
i giocattoli e i quadri
di allegri animali.*

*Sempre vigile vive
nel regno la fata.
In silenzio muove
invisibili fili
che uniscono e guidano
le sue schiere fedeli
verso mete esaltanti.*

*Intanto ogni giorno,
l'impegno di tutti
con sapienza coltiva
campi di solidarietà,
alberi di gioia,
aiuole ove ridono fiori
profumati di vita.*



Libertà - 29 dicembre 2009

Giuseppe Paganetti

*Se respiri il tuo senso di libertà,
nessuno mai sarà uguale a te.
Non vivere il tempo solo a metà,
ma prendi la vita ovunque dov'è.*

*Occhi d'amore che sanno parlare
di libertà senza dubbi confronti.
Solo Dio un dì potrà giudicare,
quando verrà la tua resa dei conti.
Camminare nudo d'inverno,
col freddo che trafora la pelle,
sopportando tutto il suo scherno,
disinibito e libero sotto le stelle.*

*Neppure la morte che ferma il cuore,
se sei convinto di quello che fai,
della tua libertà cancella il valore,
se un mondo migliore tu lascerai.
Non ti lasciare neppure ingannare,
da chi di spirito libero mai ne vivrà
Il tuo Io nell'universo fai dunque volare:
"non è un pazzo chi sogna la sua libertà!"*



L'azzurro

Patrizia De Filippo

*È afoso, poi piove, poi esce il sole.
C'è l'azzurro, poi le nuvole,
il cielo diventa grigio,
ma un raggio di sole si intravede ancora,
quindi la pioggerellina,
la pioggia, i goccioloni, la grandine,
ed ecco che ritorna il sole.
Dopotutto, nonostante il grande caos, è ancora estate,
un'estate triste come il mondo che in gran parte soffre
e piange, senza la possibilità di sorridere come vorrebbe,
o di esultare e tirare fuori tutta la forza e la gioia che trattiene,
finché ad un tratto esplose in una grande tempesta.
Un'estate non convincente, incerta,
come è incerto il futuro che si spera cambierà,
dovrà cambiare,
per creare dentro noi la bellezza che già c'è,
e onorarla e contemplarla.
Per fortuna che tutto rientra in un clima ancora mite,
quasi a voler dire che c'è ancora la possibilità di salvare qualcosa.*

La Pulènta

Carlo Bossi

*N*a bèela pulènta, cume 'l giàld culiur dul or
calda, sbrulènta, cunt'ul so profüm
la fa resuscità anca i mòrt,
la fa scurdà i pastrügn

*Pulenta e cunili, pulenta e brüscitt
cunt ul furmàgg, cunt ul strachìn
cunt ul péss in carpiùn o cunt I spezzaditt,
pulènta e légura cun 'na sbrufàda da vin.*

*La pulènta la mett la legria in cà,
dumà a videla la da bun sangh,
la mett adòss 'na tal felicità
ca vèn voia da batigh i manr*

*Löd a ti, pulènta, regina senza reamm
cunt ul tò mantell dai rifless du la mimüsa
genüina, sana, faia cunt ul pariö da ramm,
un piatt da re, e par gènt laburiüsa.*



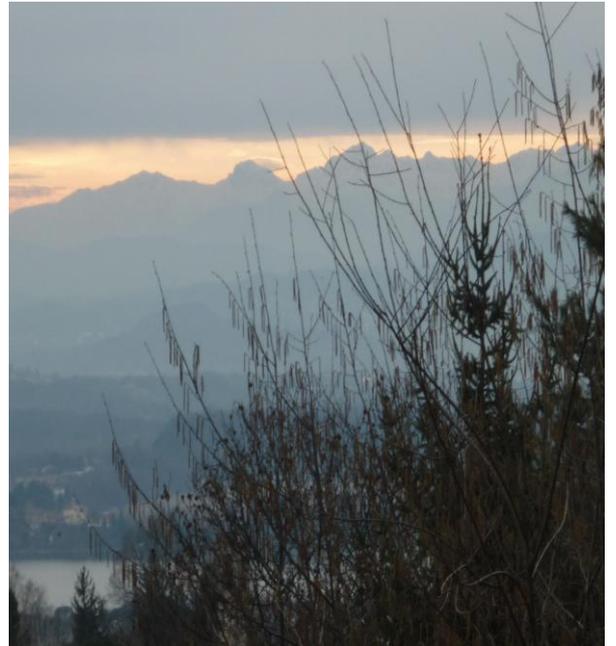
Poesie di Luciano

... e viene l'autunno

*M*uore l'ombra estiva
in un giorno oscuro di pioggia
e, non ascolto le parole dell'acqua,
forse è solo un gioco che finisce
nelle strade e nei sentieri del bosco

*O*ra, l'ombre strisciano su muri degli orti
Silenti come le stelle in cielo
che si nascondono dietro nubi
che passano e si disfano
nel silenzio di ore sprecate

*M*entre io aspetterò che ritornino
dolci notti d'estate
come il mare insonne aspetta che ritorni
l'onda che accarezza la sabbia.-



Ultimo viale

*Tu, che per quel viale passi
per andare all'antica chiesetta,
con lo sguardo volto ai sassi
pensi a colui che più non s'aspetta.*

*Mesto vai con far lento e pensi ora
al tempo lontano, un tempo che fu
e una prece a chi accompagni
all'ultima dimora,
mentre alla mente ritorna
la vostra gioventù.*

*Ricordi di un tempo passato
allegri, spensierati e gai
di un trascorso ormai andato
e che non ritornerà mai .*

*Viale che porti all'ultima dimora
coperto da fronde di pino,
nell'andar penso a quando
giungerà la mia ora
e malinconico vado
con far lento e il capo chino*



Recondite paure

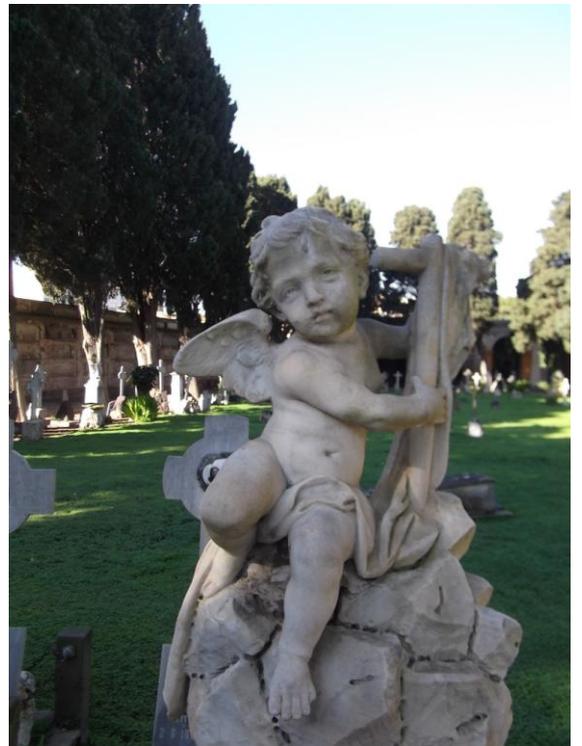
*Posar piede in un luogo di pace
ove ognor la coscienza tace,
mesto e lontano va il pensiero
in quel luogo sacro: "cimitero".*

*Vagan per l'aria lontani suoni,
alla memoria, fugaci visioni,
ormai danno non puoi ripagare
solo una prece, la puoi donare.*

*Sostar innanzi a un volto noto
e sull'immagine posar un bacio, un voto,
ancor odì la calda sua voce,
ancor l'odì, ma la tua tace.*

*Turbato ascolti un vago rumore
di un tempo passato che tocca il cuore,
il cielo piange lacrime amare,
il tuono rompe il conversar con le perso-
ne care.*

*Ti inseguono agitati,
fatti passati, dimenticati,
il cuor tuo batte forte,
ha forse paura della morte?
ha forse da farsi perdonare?*



*più ti interroghi e la paura appare,
 ti coglie assopito l'arcobaleno
 ancor con il fiore stretto al seno;
 tremula il lume acceso
 come il timor sospeso,
 sale dolce una preghiera
 nel sol che muore nella sera.*



Morire un poco

I vecchi ricordano
 le antiche usanze
 e il parlar nostrano,
 i vecchi, ricordano...
 ed io, rimasi in silenzio
 ad ascoltare piccoli tesori,
 quante parole...,
 ma i vecchi se ne vanno
 ad uno ad uno,
 il tempo ha fretta
 li porta con sé senza salutare,
 nell'eterno gioco
 e, vederli andar via
 è morire un poco.

Confusi orizzonti

*Mi ritrovo nel buio, la sera,
irrequieto e stanco,
quanto silenzio,
ho la morte nel cuore,
con l'ombra senza voce
che mi portano
al di là del tempo
in confusi orizzonti,
sogni incolori
ed addii colmi di tristezza*



La nevicata

*Si sveglia il giorno
vestito di un grigio colore
e nel silenzio ovattato
non s'ode rumore.
Lontano si perde,
nel bianco di un manto
fiocchi leggeri giocano
nel magico incanto.
Un passero saltella,
or si posa, or vola,
cerca una briciola,
una briciola sola.
Si piegano i rami
del pino gigante,
nel racconto si perde
una storia distante.
Nel bianco di un manto
che pare incantato,
sorrìde un bimbo
dal viso arrossato.
Scende la neve
e piano si posa,
scende la neve
e copre ogni cosa.*



Buon Natale

*Camminavo tra la folla,
 Come distante era il pensiero,
 l'immagine di un sogno
 m'accompagnava nel sordo rumore.*

*Fra poco è Natale,
 una taciturna stanchezza m'avvolgeva
 e scendeva nell'anima vuota,
 vorrei essere piccino*

*e come vinto, m'inchino
 in cerca della gioiosa fanciullezza,
 dell'innocenza perduta,
 dove la felicità nasceva da un sorriso.*

*Ma la fanciullezza è solo un ricordo
 e ritorno al mio pensiero,
 ai voli senza ali, a quel sogno irreal
 che per un attimo mi regala un sorriso,
 Buon Natale.-*



Sotto l'albero di Natale

*Quando la notte di Natale,
 come piccini apriamo i nostri regali,
 io, vorrei trovare sotto l'albero:
 un pensiero d'amore da donare,*

*Vorrei poter dare una carezza
 a quel bimbo che ha perso il sorriso,
 vorrei donare dolcezza
 a quella ragazza con le lacrime sul viso;*

*vorrei dire a quel drogato
 oggi è nato chi parla d'amore
 è nato per te, che nella vita
 incontri solo chi muore;*

*vorrei poter dire a quel vecchio solo,
 lascia alle spalle le amare pene,
 non aver paura non ci sarà
 altro dolore, ma un mondo di bene.*

*Sotto l'albero vorrei lasciare
 solo un fiore bagnato di pianto,
 vorrei scordare la solitudine,
 la tristezza e quel doloroso canto;*

*sotto l'albero vorrei trovare
 quel regalo d'amore, donarlo a piene mani
 e nella semplicità di un gesto
 dire: "ti amo" anche domani.*



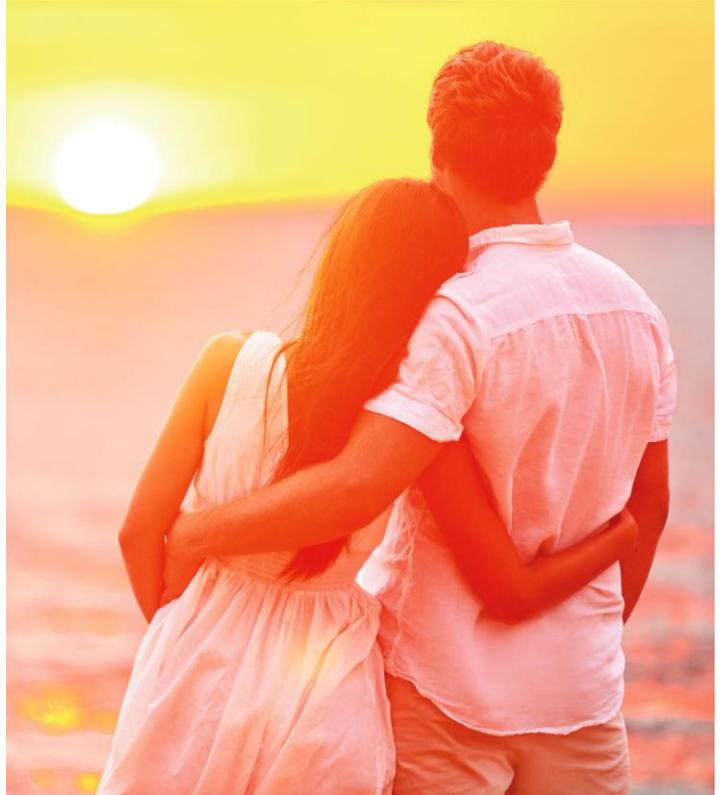
Poesie di Angela

Quando ti dico

*Quando ti dico «io t'amo»
e tu sei vicino a me,
basta un refolo di vento
per disperdere tra monti e valli
la mia canzone d'amore.*

*Fa Signore...che
l'eco della mia voce
l'accompagni sempre,
perché io l'amo.
E quel filo di vento
aiuti il mio tormento,
perché più niente mi appartiene,
ti sei portato via quei bambini miei
che mai videro il sole.*

*Perciò Signore,
lasciamo l'unica cosa che ho,
la speranza per tanti anni ancora
di poterlo amare.*



Una vita nuova

*Evolvere nell'aria il ricordo
del mare di smeraldo,
onde a fasce, le mimose ed il mirtillo
coloravano un tavolo grande.*

*L'armonia regnava sovrana,
come il sole d'estate sui monti.
Terra mia, che m'hai dato i natali,
armonia di luce e colori,
nostalgia di cose perdute
che vorrei rivivere ancora.*

*E volare vorrei
Ma la via m'ha spezzato le ali.
Sì, volare vorrei,
ma non nella terra natia,
ma oltre oceani lontani.
E incontrarti vorrei amor mio...
Per cominciare di nuovo una vita.*



Sardegna

Quando giunge la sera
 sembra che la mia terra
 si trasformi..
 e l'eco di voci di bambini felici
 portano gioia al cuor mio
 pieno di ricordo.
 Guardo tra i rami di uliveti,
 e vedo la scia di una vela in mare...
 voli di gabbiani fra i querceti...
 e ritrovo immagini di sogni
 dove il tempo lascia
 tracce di dolore
 e messaggi d'amore
 lasciati sulla sabbia
 da cuori innamorati
 che il vento cancella.
 Fisso lontano la scogliera
 dove i pescatori gettano la rete
 pregando Dio per il ritorno a casa
 questa è la sera della terra mia...
 poi quel silenzio
 che solo la notte sa dare..

Angela Menconi

Drogati

Stefano Robertazzi

Non sono più capaci di sorridere; se ne stanno in gruppo pensosi e assorti come se fossero statue di legno oppure freddi manichini, in piedi oppur sdraiati sopra un marciapiede col volto vitreo proteso lontano...
 Sono rugosi e rinsecchiti, eppure sono ancora tanto giovani anche se uno di diciottanni ne dimostra quaranta e uno di trenta ne dimostra novanta.
 Ammesso poi ch'essi possano arrivare all'età di trent'anni, nessuno sa più cosa voglia dire ridere e cosa voglia dire esser contento.
 Sembra che a loro difetti perfino la forza di respirare; sembrano legati da robuste catene, che certamente non spezzerrebbero mai, anche se ne avessero la forza.
 Quando essi decidono di muoversi lo fanno in gruppo compatto, come uccelli migratori.
 Se entrano in un negozio a comprar qualcosa, tirano sul prezzo e contano i soldi a più riprese; parla a nome di tutti con frasi assai cortesi il più effeminato e il meno timido.
 Quando uno di loro se ne va per sempre da questa terra, tutti si recano al suo funerale e camminano abbracciati l'un l'altro come se si recassero ad una festa o ad una manifestazione di protesta contro il caro-vita.
 Molti di loro, forse i più, provengono da famiglie agiate.

Se vengono interrogati rispondono d'essersi dati alla droga per togliersi il grande dispiacere di vedere i propri genitori separati, oppure sempre in lite fra loro o per scoprire la felicità.

Può darsi che sia vero quanto dicono; ma io non riesco a credere a nessuna delle loro bugiarde e infelici parole!

I segreti della nonna

Lucia Covino – spunti da Telesette-

Come rendere perfette le tende sintetiche.

Se si vuole che le tende in tessuto sintetico cadano perfettamente "a piombo" bisogna lavarle normalmente e, dopo averle risciacquate, immergerle in un secchio d'acqua fredda con l'aggiunta di un cucchiaino di zucchero. Occorre poi estrarle, strizzarle delicatamente e appenderle ancora umide.

Per prevenire i cattivi odori della teiera.

Se non si vuole utilizzare la teiera per un po' di tempo, va lasciata senza il coperchio affinché circoli l'aria all'interno, dopo di che vanno messe sul fondo alcune zollette di zucchero che assorbiranno i cattivi odori e l'umidità.

È utile usare lo shampoo per il parquet.

In alternativa alla classica acqua con ammoniacca, si può pulire il parquet utilizzando uno straccio bagnato con acqua caldissima in cui si è fatto sciogliere un cucchiaino di shampoo neutro. Toglirà lo sporco altrettanto bene, ma con maggiore delicatezza. Occorre poi lucidare il parquet, non verniciato, con un apposito prodotto e un panno di lana.

Incollare la carta con l'aglio.

Per incollare due fogli di carta senza un briciolo di colla, va sbucciato uno spicchio d'aglio, tagliato a metà e passato con delicatezza sui due fogli (è sufficiente solo in alcuni punti) che si vogliono unire. Ora basta sovrapporli e premerli per bene e, voilà, il gioco è fatto.

E trema

Sergio Pagano

*Un improvviso sussulto
squarcia la terra.
Trema, sussulta,
vibra e ancora trema.
Il terremoto,
che nessuno aveva invitato,
senza neppure un avviso programmato,
è improvvisamente arrivato.
Anche un labile segnale sarebbe bastato!
Un potente scossone con un forte boato
e le abitazioni dei paesi,
che si trovavano nei luoghi
soggetti a questi cataclismi,
sono rimaste soltanto
con enormi cumuli
di detriti e macerie.*



*In pochi minuti, paesi e rioni
e il laborioso lavoro di tante generazioni
viene così drasticamente cancellato!
In quella terra ballerina, il sisma
continua l'efferrata sua presenza,
con un'insistente opera distruttrice,
imponendosi, con nuove devastanti scosse.
Dopo tutte quelle vibrazioni distruttrici,
poche opere rimangono ancor sicure.*

*La tristezza, lo sconforto e la depressione
la fanno ormai da padrone
e anche chi aveva il cuore un po' duro
inizia a pregare.*

*Con l'arrivo di questi eventi,
nessun luogo è sicuro;
tante persone anziane e bimbi innocenti
vengon tragicamente strappati alla vita.
In quei momenti, tutti fuggon dalle abitazioni,
cercando la salvezza, un luogo sicuro,
dove le macerie degli edifici che crollano
non le possano sopraffare.*



Poesie di Luciano

Piove

*Piove
il mio cuore sta soffrendo,
la mia anima sta penando,
non so cosa voglio,
non so cosa fare,
è triste andare ...,
andare in cerca
di qualcosa
che forse non si trova ;
la porta di un amico aperta,
come è triste questa vita.
Il mio cuore non è contento,
sta pensando a quand'era bambino
e non aveva ancor trovato amarezza
nel suo cammino.*





Autunno

*Un velo d'ombra scivola
nella sera che arrossa piano
e, mentre respiro delle rondini gli addii,
lo sguardo mio si posa sui temperati colori
delle faggete rugginose,
delle macchie d'aceri scarlatti.*

*Nel crepuscolo che tarda
una foglia oscilla e casca
e mentre improvvisa mi coglie la sera
il silenzio viene interrotto
dal fruscio delle fronde
e delle foglie travolte dal vento.*

*Qua e là dai casolari
sale dai camini un filo di fumo,
il profumo dei fiori si è addormentato,
il pesco non si colora di rosa,
spoglio è il mandorlo*

*e la contorta glicine
si ubriaca di stelle nella sera
che va vestendosi di freddo,
un'alba frettolosa la ritroverà
coperta di lacrime di brina
mentre un tremito di malinconia
fugge attraverso le nebbie.-*

Odio il tempo che...

*Odio il tempo che passa
senza curarsi di me, né della gente,
par che rida, che non gli importi niente,
del bene, né del male, che non gli importi
del vento, di quel suo ululare nel buio della sera,
di quel suo gemer tra le piante del bosco
alla disperata ricerca della primavera.*

*Odio il tempo che par non gli importi niente
del profumo dei fiori, né di quei colori
che si perdono nelle lunghe sere d'estate,
quelle lunghe sere che passano*

ad una ad una portando con sé l'autunno,

*Odio il tempo che par non gli importi niente
delle foglie morte, né della fredda brina,
né di quelle giornate sempre più corte,
né dei giorni passati a rimembrar
mesti, pei cimiteri, né dei freddi che verranno
col lungo inverno, quell'inverno che corre
verso il finir dell'anno.*



*Passan le ore e loro sanno, sanno
che il tempo, non ti lascerà,
forse neppure pentire e quando ti lascerà,
ti lascerà solo per morire.-*



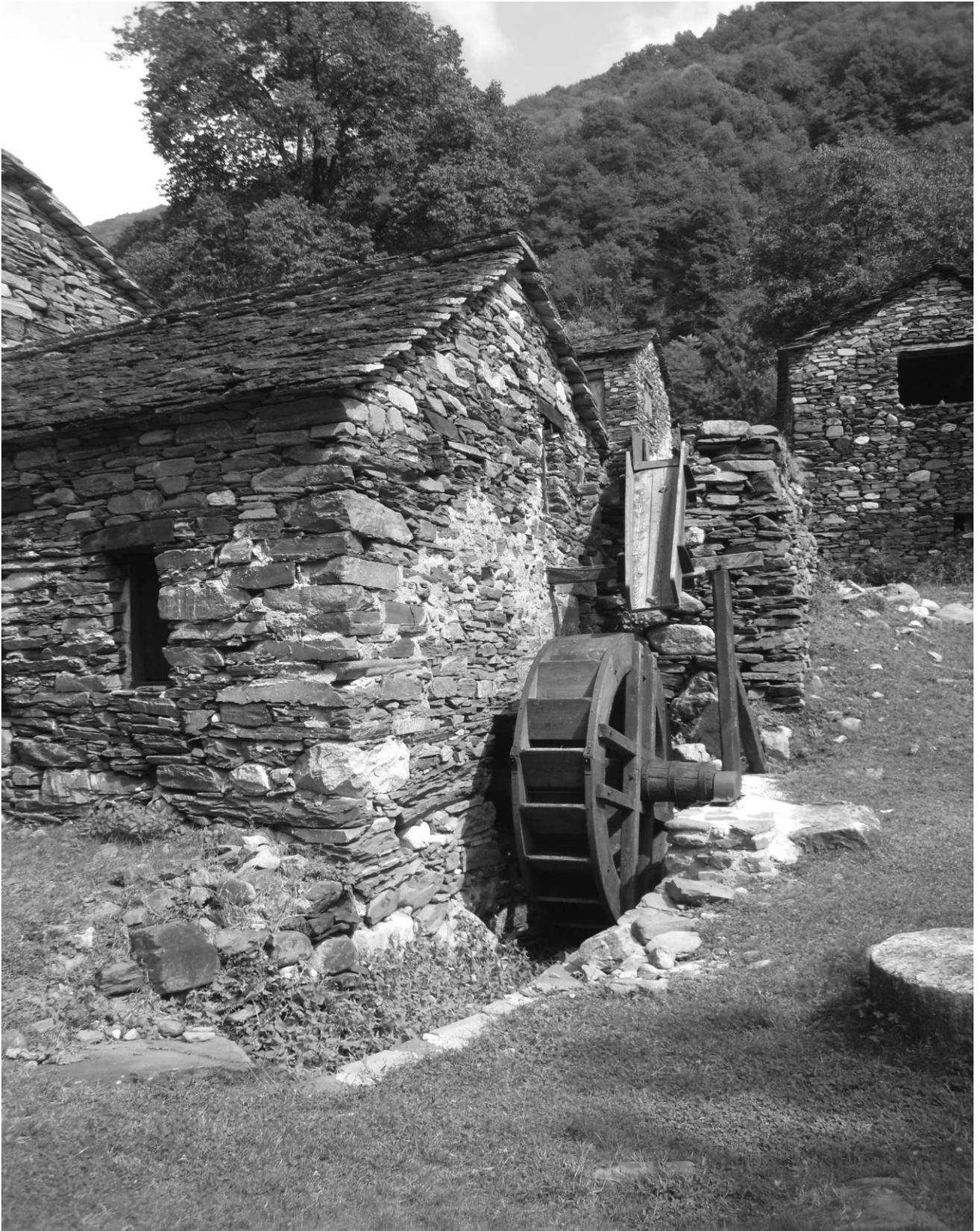
Nostalgia

*S*penite primavere
passano per la stanca memoria,
l'amore muore, se ne va
come le cose che non torneranno
ed io ancor volo senz'ali
nel cielo azzurro dell'abbandono
inseguendo il canto del vento,
ma il suono resta muto.

*Ritorna l'odor del passato,
ma non la gaia ebbrezza,
forse, è solo il ricordo di un pecca-
to
o la perdita giovinezza.-*

Luciano Curagi

Storie di Casa nostra



Mulini di Piero a Dumenza

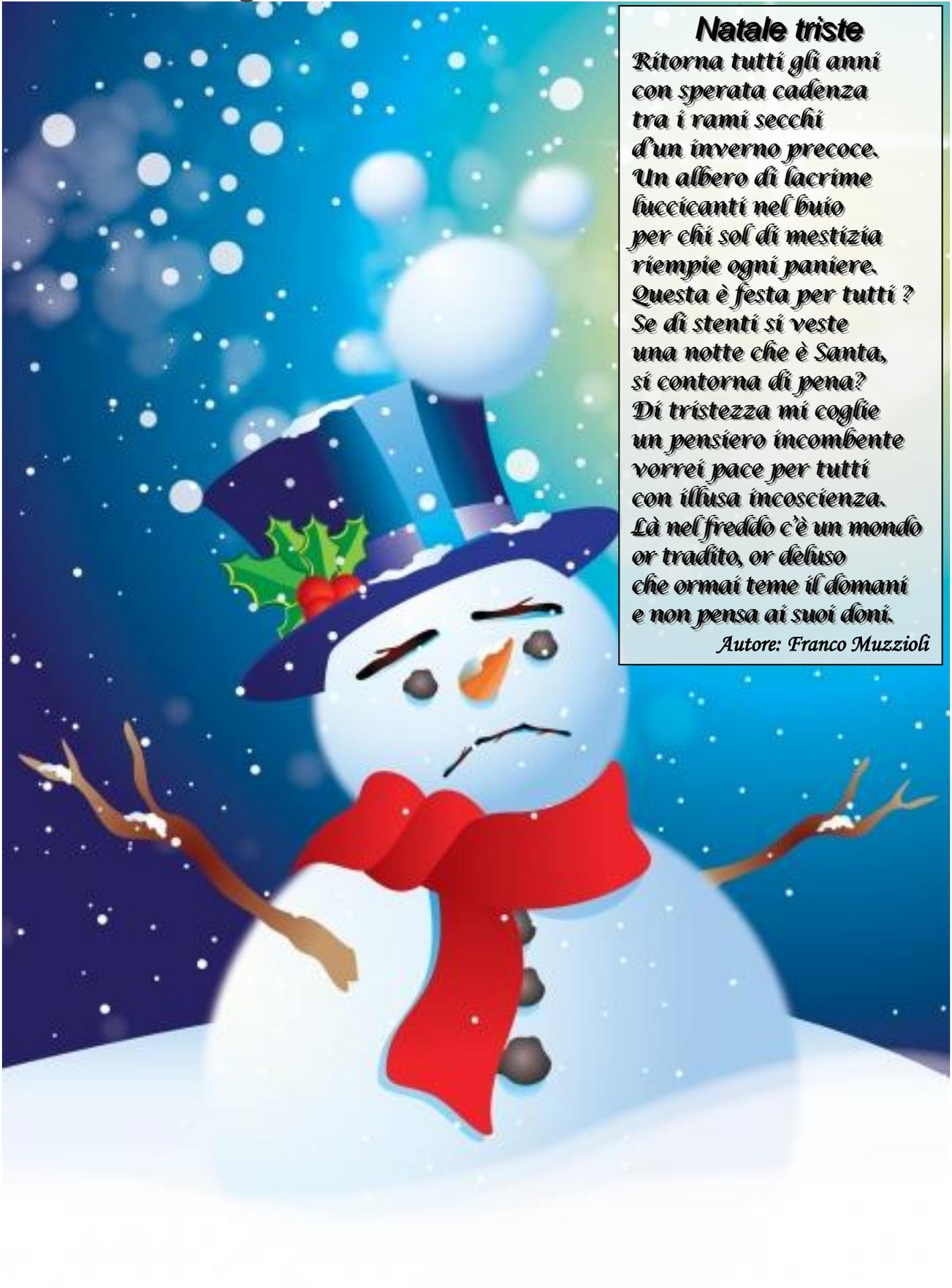
Saggi, pensieri e riflessioni



E così è Natale, per i deboli e i forti, per i ricchi e i poveri, per i neri e i bianchi, per i gialli e i rossi, smettiamola di combattere. Buon Natale e felice anno nuovo. Speriamo sia un buon anno senza timori né paure.

John Lennon e Yoko Ono

L'angolo della Poesia

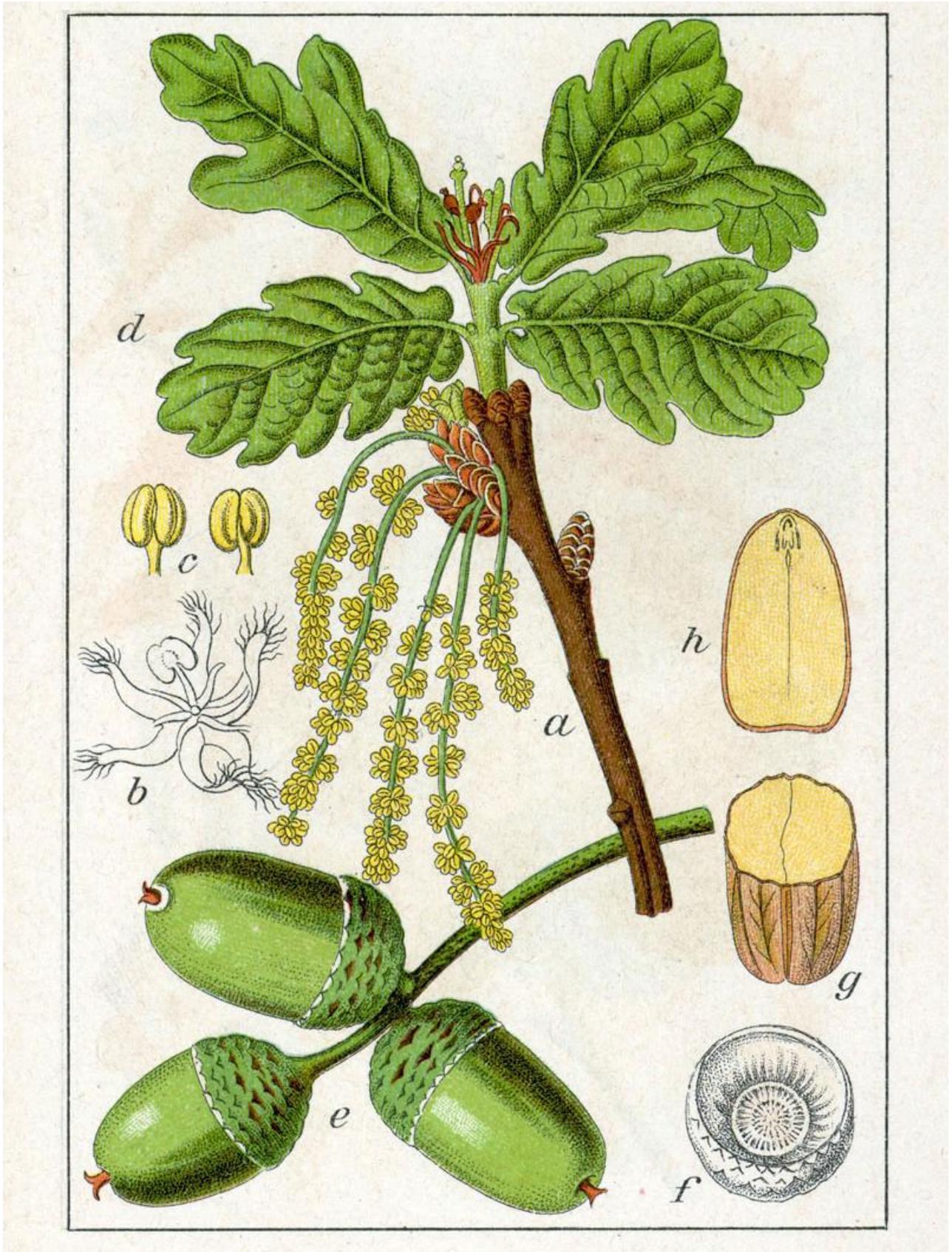


Natale triste

Ritorna tutti gli anni
 con sperata cadenza
 tra i rami secchi
 d'un inverno precoce.
 Un albero di lacrime
 luccicanti nel buio
 per chi sol di mestizia
 riempie ogni panier.
 Questa è festa per tutti ?
 Se di stenti si veste
 una notte che è Santa,
 si contorna di pena?
 Di tristezza mi coglie
 un pensiero incumbente
 vorrei pace per tutti
 con illusa incoscienza.
 Là nel freddo c'è un mondo
 or tradito, or deluso
 che ormai teme il domani
 e non pensa ai suoi doni.

Autore: Franco Muzzioli

Gocce di Scienze



Quercia

Rubriche e avvisi



**Relazioni su attività svolte, Risate, Spigolature
ed ... anche altro**

Sezione "Storie di casa nostra"

Runo e Pradecollo di Dumenza.

A cura di Giancarlo Elli (Ul. Selvadigh)

Runo è una delle frazioni che compongono il comune sparso di Dumenza. Negli anni '70 e '80 del '900 la Pro-loco ne ha valorizzato le caratteristiche architettoniche e ambientali, facendo-



ne un piccolo borgo rurale e artistico.

Sulle pareti esterne delle case che, strette le una alle altre, formano sinuosi vicoli, fanno bella mostra di sé dipinti di maestri contemporanei.

Tutto in torno è verde, silenzio, aria fresca anche quando in valle domina la calura estiva. Conifere (abeti e larici), noci, qualche residuo pascolo, come al Pradecollo, da dove la vista spazia a 180°, testimoniano di un passato di boscaioli, pastori e contadini.

Merita uno sguardo la chiesa di San Giorgio, il cui campanile – come si legge su un'iscrizione alla base – è il rifacimento di una torre militare anteriore



prattutto dalla presenza di seconde case, buona parte delle quali in mano a facoltosi turisti elvetici e tedeschi.

La vicina Agra ne è l'esempio più eclatante. Trascorsi i tempi del terrorismo anni '70 che videro passare da queste parti personaggi e armi che nulla avevano a che



Relazioni su attività svolte, Risate, Spigolature
ed ... anche altro

Da wikipedia (<https://it.wikipedia.org/wiki/Dumenza>)

La torre campanaria della chiesa di San Giorgio, a Runo, pare avesse avuto ruolo militare nel periodo precedente il mille, durante le diverse invasioni barbariche: la strada, infatti, che da Varese portava a Luino e poi a Dumenza, era l'unica che accedeva a Bellinzona, non esistendo il lungo lago (il lago Maggiore allora arrivava a Bellinzona). Probabilmente faceva parte di un sistema di torri lungo queste valli, delle quali quella di Runo è l'unica superstite.

Due mensole in pietra ornate da facce umane, trovate dal parroco Parapini nella chiesa, datano 909. Ora si trovano alla base della torre. Ma queste contrade sono già citate in un documento del 700 che testimonia come re Liutprando fece dono delle terre della Valtravaglia al monastero di San Pietro in Ciel d'Oro di Pavia. In età napoleonica il comune annesse per la prima volta Runo. Il primo Consiglio comunale fu

eletto nel 1821. Nel 1928 il fascismo diede al comune l'estensione attuale incorporandogli Due Cossani e Runo.

La Famiglia dei Medici (1[^] parte)

Carissimi lettori, su RAI 1 sta andando in onda una serie dedicata a questa importante famiglia, artefice di quello splendido periodo culturale che va sotto il nome di "Umanesimo". Da Firenze, si irradiò nelle varie Città e nei Comuni di tutta Italia e poi in tutte le Corti d'Europa. Ho ritenuto utile svolgere una ricerca su internet riguardo a questa famiglia prima di ricchi borghesi, poi nobile casata che governò Firenze e la Toscana per molti anni.

Mauro Vallini

Medici sono una delle più note famiglie d'Europa, protagonisti della storia italiana dal XV al XVIII secolo.

Oltre ad aver retto le sorti della città di Firenze prima e della Toscana poi, dal 1434 fino al 1737, ed oltre ad aver dato i natali a tre papi (Leone X, Clemente VII, Leone XI) e due sovrane di Francia (Caterina e Maria de' Medici) essi godono tutt'oggi di una straordinaria fama per aver promosso in misura fuori del comune e per diverse generazioni la vita artistica, culturale, spirituale e scientifica del loro tempo. Le loro straordinarie collezioni d'arte, di oggetti preziosi, di libri e manoscritti, di rarità e di curiosità si sono conservate praticamente integre fino ai giorni nostri e sono alla base del patrimonio di molte delle più importanti istituzioni culturali di Firenze.



Origini della famiglia

La famiglia proveniva dal contado del Mugello e trae origine da un certo Medico di Potrone, nato intorno al 1046. Alcuni esponenti della famiglia, tutti discendenti di Medico di Potrone, tra il Duecento e il Trecento si guadagnarono una ricchezza ragionevole con le manifatture laniere che in quel tempo videro un periodo di *boom* nelle richieste, in Italia e all'estero, soprattutto in Francia e Spagna. Agli inizi del Trecento i Medici avevano già avuto due gonfalonieri di Giustizia (la massima carica della Repubblica fiorentina) e per tutta la prima metà del secolo fecero parte dell'oligarchia che dominava la città. Solitamente le fonti e la tradizione letteraria ricordano che i Medici erano originari del Mugello, la zona a nord-est di Firenze oggi comprendente i territori comunali di Barberino di Mugello, San Piero a Sieve, Scarperia, Borgo San Lorenzo e Vicchio.

Ma tale informazione non ha fondamenti documentari certi e si basa sul fatto che dal XIV secolo i Medici risultano essere proprietari fondiari della zona. Era, infatti, naturale per i mercanti del Duecento, che alimentavano le loro fortune economiche in città, acquistare terre nella zona del contado da cui provenivano. In compenso numerose sono le leggende fiorite soprattutto in epoca granducale (XVI-XVII secolo), quando la fantasia e la penna degli eruditi di corte si esercitavano a dar lustro alle origini della stirpe allora regnante in Toscana. Secondo un manoscritto secentesco oggi nella Biblioteca Moreniana, in epoca altomedievale i Medici furono legati agli Ubaldini, allora feudatari molto potenti nel Mugello, e almeno dal 1030 possedevano i castelli di Castagnolo e di Potrone appunto, situati presso l'odierna Scarperia.

Il manoscritto della Biblioteca Moreniana n. 24 intitolato "Origine e discendenza della casa dei Medici di Firenze", è stato attribuito a Cosimo Baroncelli (1569-1626), cameriere di Don Giovanni de' Medici. La medesima fonte riporta inoltre un racconto dai toni fiabeschi che intende nobilitare le origini della schiatta medicea e del suo stemma. Questa sorta di romanzo cortigiano presenta come capostipite un certo Averardo de' Medici – nome poi ricorrente nella famiglia fra Due e Trecento, che fu un comandante dell'esercito di Carlo Magno, imperatore nonché 'rifondatore' di Firenze. Una volta il valoroso Averardo, mentre era impegnato a liberare il territorio toscano dall'invasione dei Longobardi, sconfis-

se un gigante chiamato Mugello, che terrorizzava la zona omonima dell'Alta Val di Sieve. Durante lo scontro, il gigante Mugello conficcò la propria mazza dentata (o forse le palle del flagello) nello scudo dorato di Averardo: i segni rimasti impressi sull'arma del cavaliere suggerirono l'emblema araldico delle palle o "bisanti" nel blasone mediceo.

Così, dopo la mitica impresa di Averardo, i lontani avi di Cosimo il Vecchio e Lorenzo il Magnifico si sarebbero trasferiti nella regione del Mugello. La notizia che i Medici si insediassero in Mugello in epoca tanto antica sembra, però, ridimensionata da un'altra testimonianza, più attendibile. Infatti, il Libro di memorie di Filigno de' Medici scritto nel 1374 ricorda che i Medici compirono i primi consistenti acquisti di terre in Mugello fra il 1260 e il 1318, mentre possedevano immobili di una certa rilevanza a Firenze almeno già dal 1169. Utilizzando gli scarsi dati disponibili, risulta in ogni caso difficile stabilire se i Medici, agli albori della loro storia siano stati proprietari terrieri molto agiati che hanno cercato in città nuove occasioni di ascesa e sviluppo oppure se invece siano stati cittadini abbienti che per estendere la loro influenza e il loro potere hanno realizzato alleanze propizie con famiglie nobili e investimenti nelle campagne.

Primi componenti dei Medici

Le prime notizie certe sui Medici, sia pure scarse e frammentarie, si hanno comunque a partire dal XII secolo.

Dal Libro di memorie scritto nel Trecento da Filigno de' Medici, si ricava che già allora i suoi avi erano residenti a Firenze: nel 1169, con i Sizi e altri, fecero costruire la torre nel popolo di San Tommaso presso il Mercato Vecchio (nella zona oggi fra piazza della Repubblica e via de' Medici); inoltre, nel 1180 i Medici e i Sizi andarono davanti al vescovo Giulio per contendersi il patronato sulla medesima chiesa di San Tommaso (detta anche di San Famaso). Fra il XII e il XIII secolo visse Giambuono, considerato il capostipite della stirpe. Dal Duecento si hanno le prime notizie documentarie sui membri della famiglia, a cominciare da un atto del 1201, in cui viene citato Chiarissimo di Giambuono fra i delegati della Repubblica fiorentina firmatari di un patto con i senesi. Nella prima metà del XIII secolo, i Medici si dividono in tre linee di discendenza principali, facenti capo rispettivamente a Bonagiunta (ramo estinto nel 1363), Chiarissimo e Averardo.

Bonagiunta, figlio di Giambuono

È documentato nel 1216 come consigliere del Comune e nel 1221 come testimone di un atto. Figli di Bonagiunta furono Ugo e Galgano, creditori del conte palatino Guido Guerra. Alla metà del secolo Ugo sposò Dialta di Scolaio Della Tosa, famiglia nobile e prestigiosa, con la quale il ramo di Bonagiunta entrava così in consorteria.

Dal matrimonio nacquero Scolaio e Gano (o Galgano). Fra il 1267 e il 1268 Scolaio fu fra i "maggioranti" del partito guelfo. Nel 1269 i due fratelli, ancora proprietari della torre di San Tommaso, furono risarciti dei danni inferti dai ghibellini sui loro beni immobili al Mercato Vecchio.

Figlio di Gano fu Bonagiunta, citato nel 1278 con Averardo fra i consiglieri cittadini del nuovo governo guelfo. Negli atti di pace fra guelfi e ghibellini stipulati dal cardinale Latino Malabranca Orsini vi sono fra i firmatari guelfi, Scolaio e Bonagiunta.

Ardingo, figlio del guelfo Bonagiunta, sembra essere il primo ad assumere prestigiose cariche pubbliche: infatti, fu eletto priore delle Arti nel 1291, nel 1313 e nel 1316; fu inoltre tesoriere del Comune e Gonfaloniere di Giustizia nel 1296 e nel 1307 (il primo della famiglia); sposò infine la nobile Gemma de' Bardi. Suo fratello Guccio fu anch'egli gonfaloniere nel 1299. Fra il 1296 e il 1343 Ardingo e altri undici componenti della famiglia Medici assunsero il titolo di priore per ben 27 volte. Inoltre il figlio di Ardingo, Francesco, seguì le orme paterne e fu anch'egli un importante uomo politico: fu tra i XIV proviviri incaricati di ripristinare il governo repubblicano dopo la cacciata del Duca di Atene nel 1343 (per mano del quale un altro Medici, Giovanni di Bernardo, era stato decapitato lo stesso anno), mentre nel 1348, l'anno della Peste nera, fu gonfaloniere di Giustizia. In generale il ramo di Bonagiunta fra Due e Trecento risulta abbastanza impegnato in politica e onorato da prestigiose cariche pubbliche, grazie anche al legame di consorteria con i Della Tosa. Alcuni della famiglia svolsero un'attività bancaria, sia pure probabilmente modesta, alimentata fin dall'inizio dal prestito a interesse, ma ben presto dovettero far fronte a una forte crisi economica. Così nel 1348 i discendenti di Bonagiunta vendettero le case e il terreno acquistato pochi decenni prima sulla direttrice oggi su via de' Martelli – via Cavour, dove poi sarebbe sorto il quattrocentesco Palazzo Medici.

L'ultimo rappresentante della linea maschile discendente da Bonagiunta fu Fantino, socio di Giovanni di Bicci fra il 1422 e il 1426 e bisnipote di uno dei fratelli di Ardingo. Tale discendenza si estinse alla metà del Quattrocento.

Chiarissimo figlio di Giambuono

Chiarissimo di Lippo di Giambuono risulta nel 1240 creditore nei confronti del monastero di Camaldoli e nel 1253 fu nominato cavaliere. Suo figlio Giambuono fu ufficiale dell'esercito riunito per affrontare i senesi nella rovinosa Battaglia di Montaperti. Fra gli eletti al Priorato delle Arti nel 1322 ci fu Bernardo di Giambuono, che ai primi del Trecento fra le schiere dei guelfi Neri fu responsabile di violenze efferate nei confronti dei Bianchi. Anche il figlio Giovanni di Bernardo, nonostante una condanna a morte per omicidio poi revocata, fu ripetutamente chiamato al Priorato delle Arti e ad altre importanti cariche pubbliche: fu infatti gonfaloniere della Repubblica nel 1333 e nel 1340, ambasciatore a Lucca nel 1341 e venne decapitato nel 1343 per ordine del Duca di Atene, a causa delle sue simpatie popolari. Un suo cugino, Bonino di Lippo (Filippo) di Chiarissimo fu anche lui gonfaloniere nel 1312. Suo nipote Salvestro (foto a sin.) di Alemanno, bisnipote di Chiarissimo, è forse il Medici più celebre del Trecento per aver partecipato al tumulto dei Ciompi nel 1378.



Prima di allora si era distinto per aver assunto prestigiose cariche pubbliche e importanti compiti diplomatici. Nel 1351 si impegnò con successo nella guerra contro i Visconti in difesa del castello di Scarperia. Nel 1378 era gonfaloniere, quando lasciò emergere incontrollata la rivolta capeggiata da Michele di Lando, per opporsi ai suoi avversari politici di stampo conservatore. Per questo fu condannato all'esilio nel 1382 per cinque anni. Morì nel 1388 e fu sepolto nel Duomo. Misera sorte fra avventatezze e prevaricazioni toccò anche ai famigliari di Salvestro: il figlio Niccolò fu assassinato nel 1364; venne accusato del reato lo zio Bartolomeo di Alemanno, che riuscì a farsi annullare la condanna a morte. Costui nel 1360 tentò un colpo di Stato. Nel 1377 Africhello di Alemanno, un altro fratello di Salvestro, fu dichiarato magnate a causa dei soprusi inferti a una povera vedova alla quale voleva sottrarre le terre. Verso la fine del secolo Antonio di Bartolomeo partecipò a una sollevazione capeggiata da Donato Acciaiuoli, che costò a lui e al cugino Alessandro l'esilio.

In generale nel Trecento, mentre i discendenti di Bonagiunta, come si è visto, vivevano una inarrestabile crisi economica, a molti altri esponenti della famiglia Medici toccò l'esilio, l'interdizione dai pubblici uffici o persino la condanna a morte, per atti di violenza, soprusi, aggressioni e persino omicidi.

Averardo figlio di Giambuono

Infine l'ultimo ramo, quello di Averardo (foto a destra). Costui risulta il primo Medici impegnato a comprare terre in Mugello, zona situata a nord-est di Firenze: infatti, nel 1260 avviò una vasta opera di acquisti in questa area del contado fiorentino, terminata nel 1318 dal figlio omonimo. Averardo di Averardo, già priore (1309) e poi gonfaloniere (1314), divise tali proprietà fra i sei figli nel 1320.

I figli di Averardo, Jacopo, Giovenco, Salvestro, Francesco, Talento e Conte, dettero vita ad una florida attività bancaria fondando la compagnia filii Averardi, di cui però si hanno notizie solo fino al 1330. Dopo tale data non risultano altre attività finanziarie concertate in gruppo da membri della famiglia Medici, forse anche a causa dei frequenti disaccordi e contrasti sorti fra i vari componenti, di solito sollevate per questioni di proprietà o eredità. Il prestito a interesse continuò, comunque, ad essere molto praticato, anche se solo individualmente.

Un figlio di Talento, Mario, divenne gonfaloniere nel 1343. Nella difficile situazione in cui i Medici si trovarono dalla metà del Trecento, si distinsero alcune personalità che risollevarono le sorti della famiglia. In particolare Giovanni, figlio di Conte e nipote di Averardo, fu attivissimo nella vita pubblica: fu gonfaloniere nel 1349, nel 1353, nel 1356; fu vicario a Pescia (1346) e podestà a Prato (1365); venne incaricato di varie missioni diplomatiche e militari fuori dei confini fiorentini



(Lucca, Piemonte, Pistoia, Siena, Mi-lano). Nel 1351 Giovanni divenne capitano della provincia del Mugello e, con lo zio Salvestro, si impegnò nella difesa militare del castello di Scarperia dall'assedio delle truppe viscontee. L'anno seguente era a Napoli fra gli ambasciatori inviati dalla Repubblica fiorentina per rendere omaggio alla nuova regina Giovanna I. Nel 1355 con Antonio Adimari, al comando di 200 cavalieri fiorentini, scortò Carlo IV fino a Roma per l'incoronazione.

Fra il 1335 e il 1375 Giovanni e i fratelli, fra cui Filigno di Conte, comprarono per circa 9.000 fiorini d'oro 170 appezzamenti di terreno perlopiù nella zona del Mugello. Gli stessi Giovanni e Filigno si preoccuparono di accrescere anche gli immobili in città di loro proprietà, anche se vi investirono molto meno denaro rispetto ai beni fondiari in contado. Fra il 1348 e il 1373 comprarono diverse case e botteghe nell'area fra il Mercato Vecchio e il Ponte Vecchio. Essi risiedevano proprio nella zona del Mercato, come i loro avi, e lì possedevano fra l'altro la torre di San Tommaso e una loggia. Decisero però di andare a risiedere altrove e di riservare gli antichi immobili agli affari e alle attività commerciali. Nel 1349 comprarono infatti le prime nove parti di un "palagio" su via Larga. In quella medesima strada i discendenti di Bonagiunta avevano posseduto case e un terreno, venduti appena l'anno prima. Nel 1361 Giovanni di Conte e i fratelli acquistarono le rimanenti undici parti dell'edificio, che poi nel Quattrocento si sarebbero trasformati nella "casa vecchia" di famiglia. Nel 1375 i figli di Conte de' Medici risultano inoltre proprietari di altre sei case adiacenti.

Nel 1374 Filigno di Conte scrisse il Libro di Memorie che costituisce un'importante fonte di notizie sulla sua famiglia e sulle sue proprietà dal XII secolo in poi.

L'ascesa dei Medici

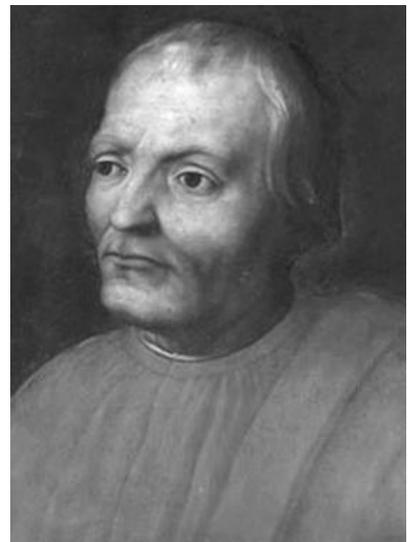
In generale, come si può evincere dai dati sopra riportati, i Medici furono attivi protagonisti della vita pubblica ed economica della città ben prima della loro grande ascesa, anche se è solo con essa che assunsero fama e prestigio internazionale.

Giovanni di Bicci (foto a destra)

Giovanni di Bicci (1360-1429) fu un uomo molto ricco e, grazie alla sua benevolenza, ben amato dalla cittadinanza. Poco si sa della parte iniziale della sua vita, perché uomo assai modesto e prudente evitò di mettersi in evidenza sulla scena politica ma si dedicò solamente ad aumentare il suo patrimonio che divenne in breve tempo ingentissimo. Nonostante questa riservatezza fu Priore nel 1402, nel 1408, nel 1411 e infine nel 1421 fu gonfaloniere di Giustizia (questo dimostrerebbe che non fu mai perseguitato dal governo aristocratico, che anzi cercò di assimilarlo).

La sua solida ricchezza era nata dalla sua attività di banchiere, attraverso la creazione di una rete di compagnie d'affari, che aveva un'importantissima filiale a Roma, dove appaltava le entrate delle decime papali, un mercato ricchissimo e di grande prestigio che gradualmente riuscì ad avere sgombro da altri concorrenti. Erroneamente si ritenne nell'Ottocento che Giovanni di Bicci appoggiasse l'istituzione del catasto, un sistema di tassazione che per la prima volta colpiva in maniera proporzionale in base al reddito e ai possedimenti delle singole famiglie. Una misura che colpì tutta la classe dei più abbienti a Firenze, ma che sollevò i ceti minori e i piccoli-medi imprenditori da una tassazione sempre più gravosa, in seguito alle numerose guerre contro i Visconti di Milano. Questo errore era basato su quanto era detto da Giovanni Cavalcanti nelle sue Storie fiorentine ma in realtà contraddetto dai documenti che dimostrano in modo inoppugnabile che la legge del catasto fu proposta e difesa e fatta approvare da Rinaldo degli Albizzi e da Niccolò da Uzzano, i due massimi esponenti del partito aristocratico. In realtà non si trattò di vera e propria ostilità alla legge in sé, ma alle sue modalità d'applicazione, soprattutto per il fatto che i proventi della nuova tassazione sarebbero serviti per finanziare una inutile guerra contro Milano promossa dagli oligarchi e alla quale Giovanni era fermamente contrario.

Dai suoi due figli, Cosimo e Lorenzo, nacquero i due rami principali della famiglia, quello detto "di Cafaggiolo" e quello "Popolano". La sua fortuna venne ereditata solo dal figlio primogenito, Cosimo, per non frammentare il patrimonio familiare, come era usanza del tempo.



Cronache varesine di un tempo.

Quando a mezzogiorno si andava dai "pulentatt".

Franco Pedroletti

C'erano una volta i "pulentatt", venditori di polenta cotta, tolta dal fuoco ancora fumante e così invitante che la gente con entusiasmo accorreva ad acquistarla. Un commercio al quale spesso ci si dedicava e pur ci si serviva, profumata polenta ma non solo perché in quei negozi sul banco pur apparivano marmitte colme di nervetti in insalata, merluzzo e pesce fritto, fagiolate, vasi con formaggini sott'olio e altro ancora.

Di tali negozi a Varese se ne ricordano quattro; uno in Via Vetera nei pressi di Piazza Beccaria, un altro in Piazza San Giuseppe, un terzo (il più antico) in Piazza San Vittore e, ultimo (scomparso una trentina d'anni fa) in Via Mazzini.

Curioso e bello ne era il vedere quando spessissimo veniva fatta sotto gli occhi dei clienti per lo più massaie di casa, le quali, nell'attesa, volentieri chiacchieravano. Perdevano tempo, è vero, riguardo alle faccende di casa, ma quel tempo veniva ampiamente riguadagnato col non dover poi, "pignattare" nel preparare il pasto del mezzogiorno. Andando nei particolari, fermiamoci in quel negozio una volta esistente in Piazza San Giuseppe gestito dalla madre del maestro Morini, compositore di musica lirica, autore, fra l'altro, della famosa opera "Vendice" che tanto successo ebbe alla prima, nel teatro "Petruzzelli" di Bari.



Ebbene, da quel negozio usciva una polenta coi fiocchi, buonissima, fatta e rovesciata da paioli di rame (come una volta si usava): polenta che col suo profumo attirava molta gente tanto che, pare, quel piccolo negozio nel tempo abbia fatto affari d'oro nonostante la concorrenza del collega di Piazza San Vittore il quale, a sua volta serviva piatti anche alla nota "Trattoria del Reliz" (posta nel medesimo edificio) rinomata per altre gustosissime prelibatezze.

Infatti, alla "Reliz" si davano appuntamento commercianti ed agricoltori che frequentavano il mercato bisettimanale del lunedì e del giovedì e, dove si dice, venivano conclusi affari di un certo spessore. Habitué di quella trattoria, oltre ai suddetti, v'erano anche professionisti e sportivi, cacciatori in primo piano con le loro innumerevoli "sparate" su qualità e quantità di bottino.

Caratteristica dei "pulentatt" era pur quella di divulgarne il prodotto allorché, scoccato il mezzogiorno, sulla soglia del negozio facevan sentire la loro tonante voce gridando: "A l'è cota, a l'è cota, gent!!."



E, come scrive Mons. Angelo Del Frate nelle "Memorie popolari varesine", le massaie, se già non erano sul posto, accorrevano con pentola e asciugavano candido per avvolgerla e tenerla al caldo per il desinare della famiglia; prodotto che si gustava per lo più con l'aggiunta di un pezzo di merluzzo fritto perché la carne era più cara. *Des ghei* (dieci centesimi) era quanto si pagava se si gradiva avere altro in aggiunta, ovvero un cartoc-

cio di "repubblica". Che cosa era mai questa "repubblica"? Era un insieme di fettine di "codeghitt" e carne di maiale cotta che ben si sposava con la polenta. E, per bere, dove mettiamo i nostranelli vini quali erano il famoso bianco della Prima Cappella e di Cartabbia nonché il rosso di Casbeno, talmente buoni che pur facevan bene alla salute prima che un infestante parassita, giunto da chissà dove, ne distruggesse i vigneti?

Una conferma della bontà di tal vini è la frase latina che si legge nell'archivio della Parrocchia di Casbeno: "*nihil suavis, nihil salubris vino Casbenii...ad diluendas renes permaxime opportuno*", ovvero "nulla di più soave, nulla di più salubre del vino di Casbeno superbamente atto a far funzionare i reni", e se lo dice anche la Chiesa, v'è da credere.

A tal proposito, Monsignor Del Frate infiora il suo dire con un'amena storiella, peraltro vera, di un vecchietto del rione che, allorché ne era il Curato, gli raccontò di aver trascorso il Natale con i familiari e di aver bevuto non pochi bicchieri di buon vinello. Però: non pago, ad un certo punto si ritirò in un cantuccio del camino avendo come unico compagno un fiaschetto colmo di quel gradito nettare col quale instaurò una specie di divertente disputa e, al fiasco, dire: "O ti, o mi". Ebbene? – "L'ho vengiuda mi, sciur Curà, el me dev cred..." (L'ho vinta io, signor Curato, mi deve credere). Nessun dubbio, ovviamente, da parte del Curato.

Quindi, al riguardo, per concludere, dove son finiti tutti quei freschi, buoni ortaggi che, quotidianamente, dalle rivette a sud di Casbeno (cioè a chilometraggio zero, come oggi si suol dire) giungevano al mercato di Varese?.

Cibi tipici, sani, genuini, qual erano quelli di una volta e ortaggi senza la percorrenza di centinaia di chilometri i quali, tolti dai frigoriferi, il giorno dopo son da buttare.

Oggi, invece di una fumante polenta o, per essere aggiornati, di una nazionale pizza, van di moda esterofili "Hot dog" composti da chissà cosa e liquidi che son solo intrugli. Meditate, gente moderna, meditate qual era il passato e quel che ne è il presente!!!!.-



Il Natale nei Vangeli apocrifi

Michele Russo

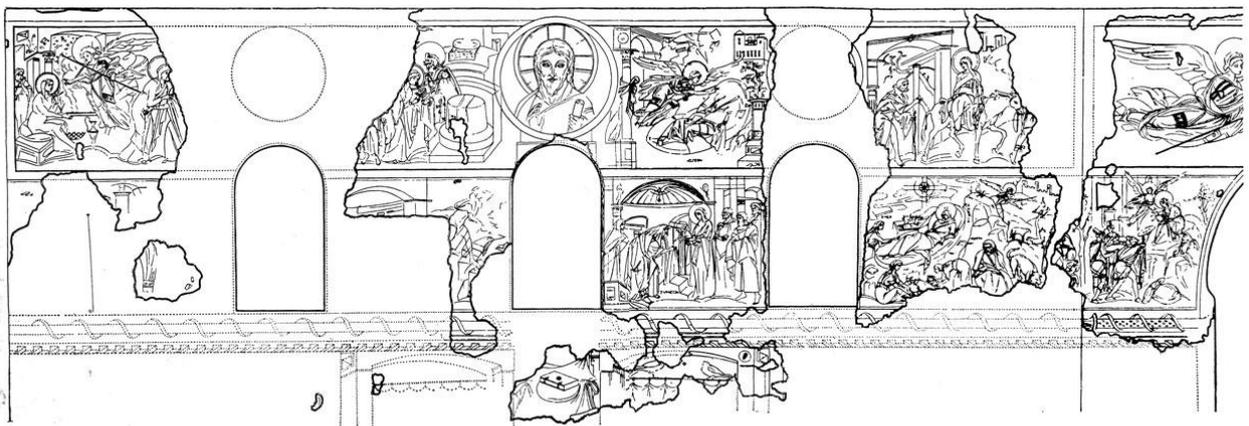
La nascita di Gesù ha avuto innumerevoli rappresentazioni pittoriche e, a partire dal Presepio di Greccio voluto da San Francesco d'Assisi, infiniti semplici o fantasiosi presepi in tutto il mondo cristiano. Le fonti da cui traggono ispirazione si ritrovano in due differenti gruppi di testi: i Vangeli canonici e i Vangeli apocrifi.

La Chiesa considera Vangeli canonici, cioè fondamentali, quelli di Matteo, Marco, Luca e Giovanni e ne asserisce l'autenticità e l'assoluta aderenza alla vita di Gesù e alla sua predicazione, mentre ritiene gli apocrifi, cioè non autentici, non attendibili e, a partire dal Concilio di Trento (precisamente nel 1546) frutto di fantasie e addirittura eretici. Nella Chiesa primitiva però quei testi erano molto diffusi ed erano alla base di rappresentazioni che, come sappiamo, erano il modo privilegiato di presentazione, di conoscenza e di comprensione dei temi religiosi per un popolo di analfabeti e incolti. E il riferirsi ai fatti narrati nei Vangeli apocrifi si protrasse e fu accettato per molto tempo ancora.

Ora, mentre nei Vangeli canonici la nascita di Gesù e i fatti che la precedettero solo da Luca sono descritti con abbondanza di episodi, negli Apocrifi c'è ricchezza di racconti che hanno del fiabesco, del miracoloso e del meraviglioso al modo in cui il popolo poteva vivere l'evento straordinario e rappresentarlo (si ricordi che si eseguivano anche sacre rappresentazioni viventi).

A Varese e nel suo territorio abbiamo esempi illustri di scene tratte da alcuni dei Vangeli apocrifi. Due importanti si trovano nella Cappella del Rosario in San Vittore, opera del Morazzone (F. Mazzucchelli, 1573 - 1626): la presentazione di Maria di Tempio e lo sposalizio.

Altre e più strettamente derivate dagli Apocrifi costituiscono il ciclo pittorico di Santa Maria foris portas di Castelseprio: Annunciazione, Visita a Elisabetta, La prova delle acque amare, La mano secca, La Natività e sono uno dei maggiori esempi di pittura sacra dell'alto medioevo. Ecco come i vari episodi sono descritti



- **Maria al Tempio (dallo Pseudo – Matteo)**

Al terzo anno, avendola svezzata, Gioacchino e sua moglie Anna andarono insieme al Tempio del Signore e offrendo vittime al Signore affidarono la loro piccola bimba, Maria, perché abitasse con le giovinette che trascorrevano giorno e notte nell'adorazione di Dio (dal Protovangelo di Giacomo). Li accolse il sacerdote, il quale, baciandola, la benedisse dicendo: "Il Signore ha glorificato il tuo nome per tutte le generazioni; in te alla fine dei tempi il Signore manifesterà la sua redenzione per i figli di Israele."

Poi la pose sopra il terzo gradino dell'altare e il Signore Iddio fece scendere su di lei la sua grazia.

- **Lo sposalizio (dal Libro della nascita di Maria)**

Isaia dice: "Uscirà una verga dalla radice di Iesse e un virgulto spunterà dalla sua radice, e su di questo poserà lo Spirito del Signore".

Pertanto, in conformità a questa profezia, il pontefice ordinò che tutti gli appartenenti alla casa e alla famiglia di Davide, idonei al matrimonio e non coniugati, portassero le loro verghe all'altare. C'era con gli altri Giuseppe, già anziano, e mentre tutti per ordine consegnavano le verghe, egli solo sottrasse la sua. Per cui, siccome non appariva nulla in accordo con l'oracolo divino, il pontefice pensò di dover di nuovo consultare Iddio, e questi rispose che tra coloro che erano stati prescelti non aveva portato la sua verga proprio colui il quale si doveva promettere in sposa la vergine, così Giuseppe fu scoperto. E, infatti, appena portò la sua verga e sull'estremità di essa si posò una colomba, calando dal cielo, fu a tutti chiaramente manifesto che a lui doveva essere promessa in sposa la vergine.

- **Annunziazione.**

Nel Protovangelo di Giacomo Maria riceve l'annuncio prima mentre si reca ad attingere l'acqua e poi mentre lavora in casa.

- **La prova delle acque (dallo Pseudo – Matteo)**

Prima a Giuseppe, poi a Maria fu data l'acqua della bevanda del Signore che, se l'avesse bevuta un mentitore gli sarebbe comparso qualche segno sul volto. Chiamata Maria, le dissero: "Siccome Giuseppe è innocente nei tuoi confronti, confessa chi è che ti ha sedotta". Ma Maria con fermezza e senza paura disse: "Se c'è in me qualche contaminazione o qualche peccato o se c'è stata in me qualche concupiscenza o impudicizia, mi scopra il Signore al cospetto di tutte le genti, affinché io sia per tutti esempio di punizione". Quindi si avvicinò con fiducia all'altare del Signore, bevve l'acqua della bevanda e girò sette volte attorno all'altare, ma non fu trovata in lei alcuna macchia.

- **La mano secca (Protovangelo di Giacomo e Pseudo – Matteo)**

La levatrice (nel Presepe attuale non è mai presente) uscì dalla grotta e si imbatté in lei Salome a cui disse: "Una Vergine ha partorito, ciò è contrario alla sua natura". Ma Salome rispose: "Se non introdurrò il mio dito ed esaminerò la sua natura, non crederò".

Avendo Maria permesso che la palpasse, Salome stese una mano. Ma appena stesa la mano, mentre palpava, d'improvviso la sua mano diventò secca. Pianse, ma le apparve un giovane tutto splendente dicendole di adorare e toccare il bambino. Essa subito si accostò al bambino e adorandolo toccò le frange dei pannolini in cui era involto e immediatamente la sua mano fu risanata.

- **Ed ecco il Presepe (Protovangelo di Giacomo e Pseudo – Matteo)**

E io Giuseppe stavo camminando, ed ecco non camminavo più. Guardai per aria e vidi che l'aria stava come attonita, guardai la volta del cielo e la vidi immobile e gli uccelli del cielo erano fermi. Guardai a terra e vidi posata lì una scodella e degli operai sdraiati intorno, con le mani nella scodella: e quelli che stavano masticando non masticavano più, e quelle che stavano prendendo del cibo non lo prendevano più, e quelli che stavano portandolo alla bocca non lo portavano più, ma i visi di tutti erano rivolti in alto. Ed ecco delle pecore erano condotte al pascolo, e non camminavano ma stavano ferme; e il pastore alzava la mano per percuoterle col bastone, e la sua mano restava per aria. Guardai alla corrente del fiume e vidi che i capretti tenevano il muso appoggiato e non bevevano;... e insomma tutte le cose, in un momento, furono distratte dal loro corso. ...

Inoltre dalla sera alla mattina splendeva sopra la grotta un'enorme stella, la cui grandezza non si era mai vista dall'origine del mondo. E i profeti che erano stati a Gerusalemme dicevano che questa stella segnalava la nascita del Messia che avrebbe portato a compimento la promessa fatta non soltanto a Israele, ma a tutte le genti.

Ricordiamo i morti - 2 novembre 2016

Maria Luisa Henry

Per tutti coloro che hanno perso la vita, innanzi tutto i nostri familiari e persone a noi care.

Morti per vecchiaia, che nonostante tutto sono arrivati a una veneranda età senza malattie e dolori, la sorte è stata benevola con loro.

Morti purtroppo per malattie incurabili, devastanti, dove il destino crudele si è accanito inesorabilmente a ogni età.

Morti per incidenti, per la negligenza e l'incoscienza di tanti patentati che guidano irresponsabilmente.

Morti per disastri atmosferici, terremoti, alluvioni, deragliamenti, dirottamenti, naufragi.

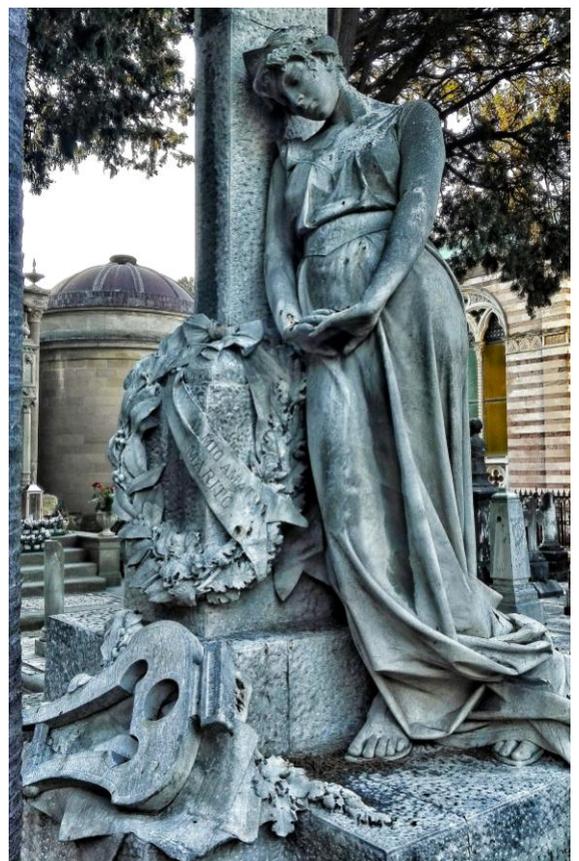
Morti perché amanti degli sport estremi di ogni tipo, dove la passione non ha limiti e per provare emozioni oltrepassano i limiti consentiti.

Morti per guerre politiche, religiose, dove tanti innocenti restano senza casa, cibo, e nelle peggiori ipotesi la morte.

Morti per l'invidia, la cattiveria, la pazzia di tante persone dove più delle volte si riparano dietro "incapace di intendere e volere".

Morti Per suicidio che per debolezza d'animo o costretti a subire varie situazioni e persecuzioni insopportabili a tal punto che preferiscono arrivare all'estrema decisione di togliersi la vita.....

Ricordiamoli tutti, anche quelli che non sono elencati o dimenticati; preghiamo Colui che ci guarda lassù, possa porgere la sua mano pietosa su questo mondo corrotto da tutti e ...di più.....



Ringhiere e cortili

Silvana Cola

Quando penso alla Milano di una volta, la prima cosa che mi torna alla mente sono le case con le ringhiere che si affacciavano sui cortili, ringhiere con le porte degli appartamenti, una dietro l'altra, senza divisioni, quasi fosse un'intera famiglia. Sporgevano dalle inferriate le corde tese per il bucato; non si doveva invadere lo spazio davanti alle porte del vicino, altrimenti, ed ogni tanto, scoppiavano piccoli screzi o litigi che facevano affacciare dagli altri appartamenti altre donne. Il



cicaleccio aumentava, la portinaia si sporgeva dalla sua guardiola, il bucato tornava a posto e le donne tornavano alle loro faccende.

I bambini, dopo la scuola, scendevano a giocare in cortile; ci si conosceva tutti e i nostri giochi si facevano tutti assieme: nascondino, il mondo, che consisteva nel disegnare col gesso un grosso rettangolo con le varie caselle numerate, si gettava un sasso e poi si doveva saltare su una gamba sola per raggiungere il quadrato segnato; il salto con la corda tesa: a turno da chi saltando inciampava; ruba fazzoletto: un bambino lo teneva e dai due lati, ad una certa distanza, si formavano due squadre che si avvicinavano e con finte improvvise, cercavano di acchiapparlo e portarlo alla base. Chi teneva il fazzoletto chiamava a turno un componente delle squadre stesse, al via, il primo che si impadroniva del fazzoletto e lo portava alla base, guadagnava un punto. Arrivati a 5 punti, vinceva la partita.

Le mamme, ogni tanto, si affacciavano per sorvegliare i figli e poi indugiavano a chiacchierare; il cortile, le ringhiere diventavano quasi una scenografia teatrale.

Poi mi ricordo il naviglio grande dove, nei pressi della chiesa di San Cristoforo, le donne scendevano a fare il bucato, battevano le lenzuola sulle pietre e cantavano.

A proposito di canto, quando si camminava per le strade e nei cortili stessi, dalle finestre arrivavano i ritornelli delle canzoni in voga, le donne cantavano mentre sbrigavano le faccende domestiche.

Ora non ho più sentito arrivare un canto da una finestra aperta. Siamo tutti tristi o ci vergogniamo? Non lo so, il mondo è cambiato così tanto che sembra siano passati secoli da quando eravamo bambini.

C'erano già i tram, ed anche le carrozze con due o quattro cavalli; in viale Zara, dove abitava la nonna, ne vedevo molte di carrozze e, a dire il vero, quei grandi animali mi incutevano molto timore; anche le merci venivano trasportate con grossi carri tirati dai cavalli.

E la piazza del Duomo allora tutta libera, senza strutture, ma di una maestosità che ora non c'è più. Il Duomo è sempre quello, ma attorno strutture posticce e idiomi diversi hanno tolto a questa meraviglia un po' della sua bellezza senza tempo.

Errori e sciacalli

Ivan Parafuppi

Credo in Dio proprio perché ho sempre dovuto lottare contro i miei demoni. A volte la “misericordia” mi va a carte quarantotto, come quando vengo a sapere che un prete americano si è costruito una preziosa collezione di bambole, stornando un milione di dollari, dalle offerte che i fedeli elargirono per i bisogni della povera gente. Un altro prete, sempre americano ha fatto la stessa cosa per mantenere negli agi, il suo gigolò del cuore. Niente di nuovo, tutti sappiamo cosa può succedere anche in ambienti dove certi fatti non dovrebbero succedere, è anche comprensibile se poi un miscredente dice: guarda da che pulpito viene la predica! Anche se non si deve fare di tutte le erbe un fascio, l’appropriazione indebita di quei due religiosi, si può definire come: **sciacallaggio**. Dà andito a qualche riflessione il fatto che ormai l’uomo comune è soggetto ad un vero e proprio martellamento mediatico di richieste d’aiuto economico; richieste per i bambini denutriti africani, per i portatori di strane patologie, per la ricerca, per i terremotati, ecc...ed in giro sovente si sente dire dalla gente: di ciò che si dà, quanto arriverà dove ce n’è veramente bisogno? Certamente nulla se non diamo nulla! Dare qualcosa in base alle proprie possibilità è giusto, ma non a vanvera e controllando bene la base associativa di chi chiede soldi. So benissimo che anche le persone che gestiscono correttamente gli aiuti, hanno spese di trasporto, strutturali, ed anche per le loro necessità primarie; di aria fritta non ci vive nessuno, compresi i medici senza frontiere che a volte rischiano la vita anche nei posti più pericolosi per aiutare gli ultimi. Il mio concetto circa la “misericordia” a volte vacilla nei confronti dei vari e non rari episodi di sciacallaggio. A proposito di sciacallaggio, mi torna alla mente un episodio dell’alluvione del Po del 1951. Ero sull’argine maestro del fiume a Viadana mantovana, tenendo a bada dei maiali, la nostra ricchezza, che se finiva in acqua andava perduta, sperando giorno e notte che il fiume rompesse dall’altra parte, e fortunatamente per noi fu così. In quel frangente, mia moglie e la sua famiglia, abitavano all’interno di una golena del fiume Oglio, uno dei più importanti affluenti del Po. Le golene sono territori demaniali concessi in affitto ai contadini i cui primi argini vengono rotti nei casi di grandi piene, per tentare di alleggerire la pressione idrica degli affluenti sul grande fiume. Ma in quell’occasione la pressione fu così forte che il fiume ruppe il primo argine da se, e mia moglie con tutta la sua famiglia si salvò salendo sul tetto di casa della fattoria. Furono salvati dai mezzi anfibi militari americani. Durante il trasporto verso Gazzuolo, mia suocera piangeva pensando a tutte le sue cose finite rovinare sott’acqua e fors’anche preda di ladri, ma il pilota dell’anfibio che parlava bene la nostra lingua e forse era italo-americano le disse: “Non si preoccupi signora, sorvegliamo noi”. Poi aggiunse: “Ieri notte a Brescello abbiamo eliminato sul posto due sciacalli che ora stanno viaggiando verso il mare”. Al che la famiglia di mia moglie applaudì alla faccia dei processi stiracchiati e della misericordia. Non approverò mai in nessun caso la pena di morte, ma sentendo parlare degli schifosi sciacalli pescati ad Amatrice, dico che senza lunghi processi andrebbero messi a pane ed acqua almeno per dieci anni.

Grafomania

Ivan Parafuppi

Il grafomane scrive per un'impellente necessità di tipo psicologico, nella convinzione che ci sia sempre qualcuno interessato a ciò che scrive, ma sovente si sbaglia, specialmente quando distribuisce mattonate.

Com'è bello però tirare le orecchie alla storia, ma anche a qualcuno senza compromettersi troppo!

Dopo la quasi scomparsa dell'analfabetismo, molta gente ama affidare ad altri, storie, pensieri, convinzioni, con il supporto della carta stampata. Scrive il mestierante, ma anche il politico, il luminare scientifico, l'attricetta, l'ometto che sa soltanto dare calci alla pelota, e perfino anch'io.

Scrivere è davvero bello, è un momento di pseudo libertà in cui si può costruire o distruggere,

suggerire o denunciare, osannare o condannare, in un taglia e cuci molte volte appiccicato alla fantasia; che in qualche caso arriva perfino alla poesia, facendo girare le pale dei mulini a vento di Cervantes, scambiati per cavalieri da Don Chisciotte; chi ama scrivere è anche un po' così.

Girovagando per librerie e manifestazioni librerie, su scaffali e bancarelle si trovano testi che trattano di qualsiasi argomento, emergono pure un'infinità di porcherie in ossequio al detto romano secondo cui: *de gustibus non est disputandi*.

Scrivono anche gente che disponendo di pecunia, appoggiano i loro scritti ai mestieranti delle case editrici, magari di seconda linea che dietro compenso pubblicano il testo.

All'autore non interessa se il capolavoro finisce in un flop economico, l'importante è che lui possa dire con una punta di orgoglio: ho scritto un libro!

Abbandonando il mondo editoriale librario e calandoci in pubblicazioni di tipo locale come il nostro periodico, si può scrivere un po' di tutto; c'è molta democrazia e la varietà non guasta, fatto salvo il buon senso ed il rispetto dovuto a tutti.

In genere per quel che mi riguarda, in ciò che scrivo, non m'interessa molto di personaggi conclamati o dei vip, possono entrarci magari di riflesso, ma quasi mai non in prima persona.

Scrivere della grande Sofia, mia coetanea che ormai è cliente fissa dei tirapelle o della Montalcini, non m'interessa.

Se mi venisse voglia di scrivere qualcosa sull'epopea Garibaldina, cercherei qualcosa di inedito su Anita, una donna che per l'uomo che amava, lasciò marito, famiglia e patria fino alla morte.

È un mio limite dichiarato narrare di fatti posti e persone umili, che ritengo più in armonia con ciò che sono e che sono sempre stato.



Potere centrale ed astensionismo

Ivan Parafuppi

Fino a quando i moderni Don Chisciotte si accontenteranno di lottare contro i mulini a vento?

Una ventina di secoli orsono, il potere centrale romano, coadiuvato dal potere fantoccio di Israele, mandò a morte un palestinese che non aveva fatto niente di male, ma aveva il torto di predicare delle cose tanto scandalosamente giuste, da mettere in pericolo l'ordinamento costituito. Ci pensò in fretta l'intelligenza istituzionale del tempo ad aizzare "Pantalone" tanto da fargli urlare il "crucifige".

In tutti i secoli successivi da parte di quasi tutti i poteri centrali, specialmente occidentali, la croce fu usata come un randello contro tutti coloro che avevano capito la vera sostanza del messaggio cristiano. Non è compito mio dare ulteriori spiegazioni in proposito; se volete andatevi a leggere la storia, ma anche i Vangeli, soprattutto i sinottici, non con mentalità fideistica, ma semplicemente in modo storico-analitico.

Sui centurioni delle SS naziste c'era scritto: "Got mit uns", Dio è con noi! Hitler nel suo Mein Kampf, ad un certo punto scriveva: "Io lotto per l'opera di Dio!"

Mi capita a volte di pensare ai vari periodi della mia esistenza che in un modo o nell'altro sono stati condizionati dai vari poteri centrali che si sono succeduti negli ultimi settant'anni.

Ho assistito alla malattia ed alla morte del regime fascista, alla scomparsa quasi totale del comunismo, la stessa dirigenza cristiano-cattolica ha dovuto attuare numerosi cambiamenti e forse ancora altri ne dovrà accettare per stare al passo coi tempi, ma in fondo, come capita ad esempio nel mondo della sanità, non appena si è debellato un virus pericoloso, la natura te ne scodella subito un altro.

È giusto combattere la mafia e tutte le illegalità come se fossero dei virus dannosi alla salute pubblica; però mi chiedo: quando coloro che ci governano si ritagliano degli scandalosi privilegi legalizzati, cosa fanno? Fanno giustizia? Quando con vergognose leggi stabiliscono per loro la possibilità di andare in pensione con due anni e mezzo di servizio, mentre al povero "Pantalone" gliene rifilano quaranta, fanno giustizia?

Se poi pensiamo alla frequenza al lavoro di certi onorevoli, penso al forgiatore di fonderia che in otto o dieci anni di lavoro ne esce con i polmoni mezzo essiccati dalle esalazioni; lui però, non si può permettere tante assenze se non vuole trovarsi legalmente sul lastrico! Il forgiatore a volte deve tenersi il dente marcio perché il dentista è caro, mentre i nostri onorevoli sembra che non paghino di tasca loro nemmeno il dentista, la palestra, l'auto blu e molte altre cose.

Lo so che molte altre lobby riescono a ritagliarsi i loro privilegi, magari anche con la collaborazione di "Pantalone", vedi ad esempio il corrotto carrozzone del calcio, ma sono comunque fiducioso che anche in questo campo, prima o poi si dovrà rinsavire, ed a livello generale si dovranno indirizzare maggiori risorse verso le necessità primarie della gente comune onesta.

Se i partiti politici non vorranno trovarsi sempre più soli nelle sezioni elettorali, dovranno stare attenti a quale tipo di giustizia si devono ispirare, invece di dedicarsi così tanto alle risse medianiche.

Ultimamente nel nostro strano paese si sono svolte delle elezioni; se ci avete fatto caso, i soloni dei vari partiti, a conteggi ultimati, tutti indistintamente, sostenevano di avere vinto! Purtroppo sono soltanto un Don Chisciotte, ma soltanto se avessi un po' di voce in capitolo, direi a questi bugiardi: "non è vero! Avete perso tutti! Dove sono quegli otto per cento che non hanno votato? Sono andati tutti al mare?"

Per quel che mi riguarda non ho mai rinunciato al voto perché ritengo che fino a quando è libero, è un diritto ma anche un dovere primario per la persona democratica, ma onestamente devo dire che faccio sempre più fatica a scegliere.

Capelli bianchi, il volto solcato dalle rughe. Incontro su un sentiero montano.

Franco Pedroletti

Gli anni passano, l'età avanza e con essa le forze si fanno sempre più deboli cosicché la montagna, mio grande amore e passione di una vita, or è là lontana, la guardo con nostalgia e tanti ricordi. Addio levatacce mattutine per muoversi più agilmente nella ancor fresca brezza notturna; addio ardimentose scarpinate nel rimirrar nell'ascesa coloriti fiori ancor lucenti di gocce di rugiada; addio a camosci che, dall'alto, ti guardavano come a dire, vai, ma rispetta chi la vive e, nei ricordi, quel



sudore che ti copriva la fronte ma agiva come una benedizione di salute, quei ruscelli di candida acqua che ti sussurravano "bevi e rinfrescati", quello sbuffare di polmoni avidi di un ricambio di ossigeno con aria pulita poi, col giungere in vetta, il godere di una stupenda visione che ti faceva dimenticare fatica e pena e lì udire il solo soffiare di un vento che faceva aleggiare lo spirito e gonfiare il cuore.

Guido Rey, che di montagna parecchio se ne intendeva, ebbe a dire: "La montagna non è fatta solo per gli alpinisti ma anche per coloro che nella fatica trovano un riposo più forte", e così, col giungere in alto, quasi come un divino miracolo, la fatica spariva.

Ma la montagna va capita e rispettata. Se ad un certo punto, per le difficoltà che incontri, non ti senti in grado di continuare, abbi il buon senso ed il coraggio di umilmente rinunciare, di rimandare, di non chiedere al tuo corpo di voler ad ogni costo proseguire in un segno di sfida: la temerarietà ti può portare non verso la meta ma verso

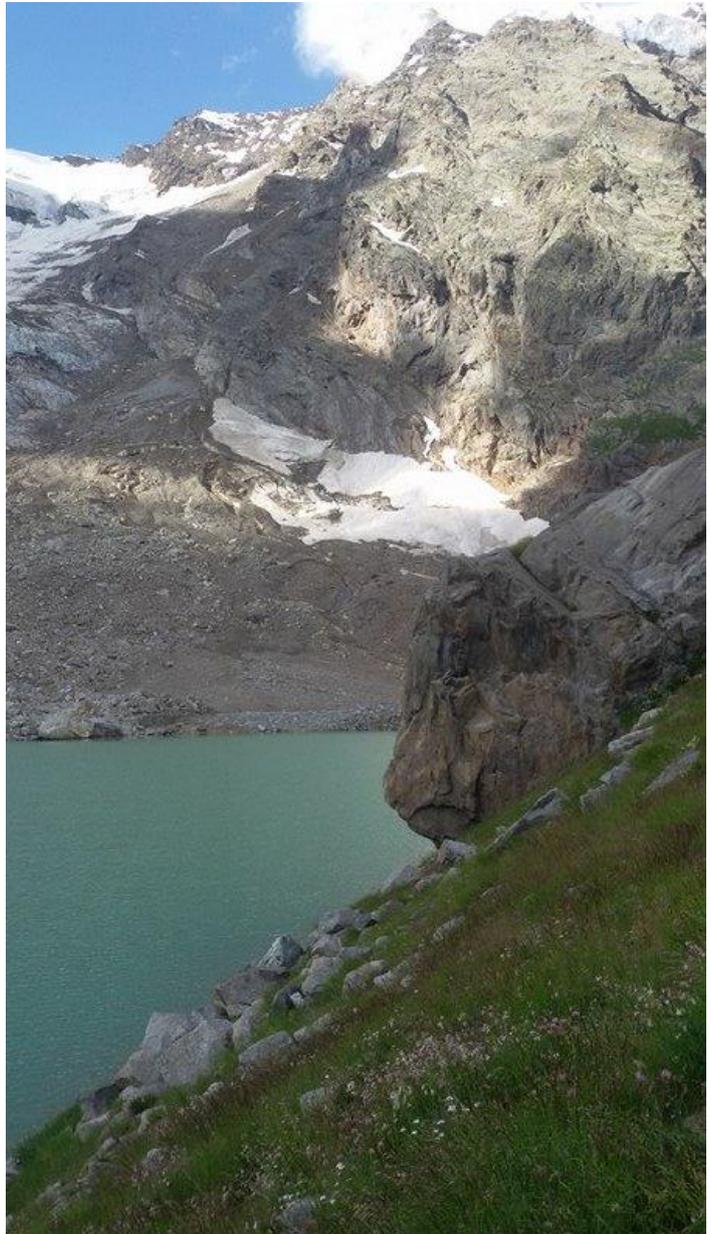
un avverso destino. Nella superbia, la montagna si fa ostile e rifiuta chi non capisce la sua natura.

Questi i pensieri miei nel rispetto di sentimenti ed esperienze montane, ma ecco quel che, in una poesia di natura, il cuore di una fanciulla a nome Elibetta, esprime.

"Parlo di un piccolo paese di montagna, accoccolato ai piedi dei giganti innevati. I vicoli fiancheggiati da vecchie baite scure, con grandi macchie di vari colori che i vasi di fiori formano sui davanzali e sui balconi di legno intagliato. Dalle stalle chiuse con grandi porte arriva il suono dei campanacci, il sonoro muggito delle mucche e il profumo misto di latte e fieno. Poco lontano il negozio del fornaio lascia uscire dalla porta spalancata il buon odore di pane e di torta di mirtilli. Alto, sul piccolo paese, l'antico campanile di sassi spicca sul verde cupo dei pini fitti che si arrampicano sino alle falde del ghiacciaio. Salendo, il vicolo si è fatto sentiero. L'aria fredda che sa di resina mi avvolge. Fra i pini, grossi massi grigi macchiati di muschio e qualche rovo di more e lamponi che in primavera regaleranno i loro frutti. C'è un grande silenzio, che silenzio non è. Tutto parla: i pini al vento,

gli uccelli al cielo, l'acqua ai ciottoli. Un rumore mi distrae dal dialogo, è un rumore di passi. Un vecchio scende con passo sicuro, è alto, il fisico asciutto, bellissimo il volto solcato da rughe e abbronzato dal sole. I capelli bianchi seminascosti dall'orgoglioso cappello d'alpino, la lunga barba, come neve sui pini, si adagia sul petto. È vicinissimo, e i miei occhi si perdono nei suoi, freddi e severi. Ci si sfiora, il sentiero è stretto, poi si allontana scendendo. Riprendo a salire, l'aria si fa più fredda e il sentiero più ripido, ancora qualche passo e poi stanca mi siedo su di un sasso. Non credo di poter descrivere con le parole ciò che vedo, allora sogno ad occhi aperti e la montagna prende vita. Il cielo è blu, le cime disegnano il profilo all'orizzonte. Un'aquila plana girando verso il nido e il suo grido stridulo saluta la sera.

Da lontano sale debole il suono di campane, è l'Ave Maria. Lì sotto, quasi un punto bianco, il piccolo cimitero. Il sole calato dietro le cime, tinge di rosa il grande ghiacciaio. Chiudo gli occhi, sento animo nell'anima e col suono e il grido portati dal vento salgo verso ciò che non so, ma che tutti chiamano Dio. Un tocco leggero sulla spalla mi fa sussultare e interrompe il sogno. Lì fermo, c'è di nuovo il vecchio, sorride e con un cenno della mano mi invita a scendere per far ritorno al paese. Non mi ero accorta della sera. Quassù il tempo non ha tempo. Il vecchio mi porge la mano calda e sicura e si scende a passo svelto. Siamo tornati, poca gente si aggira lungo i vicoli, è fredda la sera. Passando davanti all'Osteria, arrivano le voci di un canto alpino, ci si ferma qualche minuto ad ascoltare, poi riprendiamo il cammino sino davanti la porta di casa. Il vecchio prende le mie mani, le stringe senza parlare, poi si avvia. Io lo guardo andare verso la montagna che apre le braccia e dentro di lei il vecchio scompare.”.



Non conosco questa persona a nome Elibetta ma me la immagino dolce e gentile come tutti coloro che in un semplice vivere trovano squisita sensibilità.

Or pur io son diventato vecchio, tante le prove di vita superate, ma con lo sguardo di un cuore sereno guardo quei monti che tanto ho amato e, come lo sfogliare di un libro con tante figure, ancor sogno di esser lassù.

Quel che dice Papa Francesco e le orecchie dei sordi.

Franco Pedroletti

Mesi fa, aprendo l'assemblea generale dei vescovi, Papa Francesco ha delineato, con estrema semplicità, la figura del prete e del suo ruolo ispirandosi, come spesso gli accade, non a sofisticati testi teologici ma ad esempi che si possono incontrare alla periferia della Chiesa e raramente nella Curia romana o nelle grandi sedi arcivescovili. Parlando agli alti prelati, ha pronunciato parole facili



da comprendere, volendole ascoltare: *“...lasciate l'intimismo religioso che rasenta l'egocentrismo e il peccato di superbia, perché il religioso è al servizio degli altri, non di se stesso; non siate burocrati o impiegati, perché la vostra missione è di aiutare a comprendere, a perdonare e di essere sempre disponibili; la gente deve vedere in voi un fratello non un giudice inflessibile che rifiuta di vivere nel suo tempo; abbandonate le ambizioni di carriera perché - e qui è facile citare il Vangelo - saranno gli ultimi ad essere i primi; non cavatevela con un facile e superficiale buonismo, perché non serve a nessuno se non a pacificare, a buon mercato, la propria coscienza...”*.

Soprattutto, proprio mentre si parlava di contributi alla Chiesa, il Papa ha esortato i vescovi a *“mantenere solo ciò che serve per l'esperienza di fede e di carità del popolo di Dio”*.

Naturale che tutto il resto sia passato in second'ordine e la notizia sia stata riassunta dai media con la sintesi: **la Chiesa lasci proprietà e beni**.

Non si pretenda di andare oltre le parole del Papa ma probabilmente il senso profondo del suo discorso non può essere liquidato con uno slogan così superficiale.

Non è, quantomeno, nelle corde di un Pontefice combattivo che propone un modello di società differente dall'attuale, appiattito sull'accumulazione finanziaria e sulla competitività sfrenata. In ogni parola proferita finora, Francesco condanna la deriva in cui l'uomo e la sua dignità sono accantonati a favore di meccanismi economici spacciati per necessari e invece fonte di ingiustizie. Se semplicemente esortasse la Chiesa a disfarsi dei propri beni, il Pontefice farebbe l'interesse di coloro che combatte: quei beni entrerebbero, d'un soffio, nel recinto dei grandi patrimoni e servirebbero a generare nuove ingiustizie.

Al contrario, se i beni della Chiesa, invece di contribuire alla gloria di chi li amministra, fossero messi a frutto nel progetto di società solidale proposto da Francesco, potrebbero fornire esempi di sviluppo economico alternativo a quello imposto dai grandi patrimoni finanziari.

Oggi spogliarsi dei propri beni per diventare un esempio, come fece San Francesco, rischia di rimanere un'esperienza personale; più difficile, nel mondo globalizzato, è parlare di società giusta e operare, con i mezzi a disposizione, perché lo divenga realmente.

Giusto, ma sarà difficile, molto difficile, quasi impossibile, realizzare quel suo dire e quel suo auspicare dopo secoli di domini patrimoniali effettuati anche da "madre chiesa" e privilegi che durano da secoli.

Nel corso della mia vita ho sempre sentito parlare di povertà e ricchezza, anche in senso religioso ma, sotto sotto, la seconda ha sempre prevalso.

Ho conosciuto sacerdoti che, seguendo la via (e la vita) tracciata da Gesù Cristo, si sono spogliati persino del proprio per fare carità, ma nessuno di essi mai è stato a sufficienza apprezzato dai superiori, fatto carriera o migliorato di un palmo il tenore della loro vita, altri invece, di tutt'altra indole, nel riuscire ad accumulare (ed accaparrare) beni, la carriera l'han fatta, eccome l'han fatta.

E qui riporto un fatto apparso su un giornale una trentina d'anni fa. Nella cattolica Spagna, un vescovo, fresco di nomina, eseguito "l'inventario" dei beni della sua diocesi, riscontrato un patrimonio importante di liquidi (denaro) e immobili, non ci pensò due volte e, quella parte liquida la distribuì ai poveri e alle opere caritatevoli della sua diocesi.

Risultato, quel vescovo, invece di essere apprezzato per aver seguito (ed eseguito) un precetto del Vangelo, venne immediatamente destituito e per di più confinato.

Un altro esempio l'ho pur constatato nel mio piccolo. Avrei voluto celebrare il mio matrimonio nella maniera più semplice e intima possibile in un piccolo santuario alla periferia del paese ma, al momento degli accordi col parroco, infinite ne son state le difficoltà, tanto da dover rinunciare a "quel tipo di cerimonia" e arrendersi a quel che era la "tradizione", cioè sposarsi presso la chiesa parrocchiale alle condizioni del parroco, "tariffario" alla mano: matrimonio di "prima", "seconda", o "terza classe"? Naturalmente, a seconda della scelta, con effigi di santi sull'altare, più grandi, più piccoli o senza? Con tappeti e fiori numerosi, appariscenti o al minimo? Che fare? Sinceramente (con i testimoni) avremmo voluto fuggire altrove, ma non era possibile. La futura moglie, appartenente al gregge delle pecorelle del paese non avrebbe ottenuto il permesso (dal parroco) di sposarsi altrove perché questa (allora) ne era la regola vigente.

Conclusione: per un quieto vivere di famiglia, si è scelta la via di mezzo con un matrimonio sol sentito nell'intimo degli sposi. Poi i tempi son cambiati e, con migliori prospettive (anche in fatto di "benedizioni") i matrimoni si son potuti fare col solo rito civile e con esso la possibilità (e la libertà) di sposarsi in ogni preferito luogo.

Da tutto ciò, un commento è d'obbligo.

Caro Papa Francesco, i tuoi intendimenti sono buoni, anzi ottimi, ma credi che possano essere attuati dai tanti che ti circondano sì da seguire l'esempio di quel vescovo spagnolo il quale, in maniera esemplare, oltre a fare quel che ha fatto, sul petto portava non una croce incastonata da pietre preziose ma un semplice "povero" crocefisso di legno e su una mano un altrettanto anello del medesimo materiale, legame e simbolo di una "vera" povertà cristiana?

Gesù è nato povero in un'umile stalla e, per noi, è morto nudo su una croce, perché i ministri di una religione che si reputa cristiana, oltretutto (per ragioni di potere) divisa in cattolici, protestanti, ortodossi, ecc. ecc., con estremo egoismo debbano possedere inestimabili tesori nel mentre l'umanità soffre miserie infinite?

Forse ho pensato e detto troppo, salvami dall'essere inquisito, posto sul rogo e bruciato vivo.

Notizie da Internet

A cura di Mauro Vallini

Ho trovato su internet questa notizia che riporto qui per i lettori.

Quarto giorno di proteste contro Trump: “Non è il nostro Presidente”

Continuano per il quarto giorno le proteste nelle città americane contro l'elezione del repubblicano Donald Trump alla presidenza, con nuovi cortei in varie città del Paese, da New York a Chicago a Los Angeles. Alla gran parte delle manifestazioni pacifiche dei giorni scorsi ha fatto eccezione quella della scorsa notte a Portland, in Oregon, sfociata in violenza. Una persona è stata ferita da un colpo d'arma da fuoco e la polizia ha utilizzato lacrimogeni e proiettili di gomma per disperdere la folla che ha distrutto vetrine di negozi e auto. Decine gli arresti. Le proteste sono organizzate all'insegna dello slogan «Not my President» (non è il mio Presidente) e si scagliano contro le politiche annunciate dal magnate, che l'8 novembre ha battuto la sfidante democratica Hillary Clinton. Tra le maggiori preoccupazioni dei dimostranti ci sono il rispetto dei diritti civili nel Paese e i piani sulla gestione dell'immigrazione illegale.

Nuove manifestazioni sono state annunciate in diverse città del Paese, tra cui New York, Los Angeles e Chicago. Gli organizzatori hanno detto di sperare l'affluenza continui numerosa: «Dobbiamo unirci nonostante le nostre differenze, per impedire che l'odio governi il Paese», hanno scritto su Facebook i promotori. A New York, la marcia è partita intorno alle 19 da Union Square, dove centinaia di giovani hanno iniziato a marciare lungo la Fifth Avenue. Con sé avevano cartelli scritti a mano, molti con la frase «love trumps hate» (l'amore batte l'odio), e scandivano slogan come «Rifiutiamo il presidente eletto».



Intanto, la notte precedente a Portland un dimostrante è stato ferito da un colpo d'arma da fuoco, mentre sfilava con altre centinaia di persone sul Morrison Bridge. Non è in pericolo di vita, ma la persona che lo ha colpito è ancora in libertà. Nella città dell'Oregon sono stati almeno 200 gli arresti legati ai disordini nelle proteste, in cui i manifestanti hanno infranto vetrine di negozi, imbrattato pareti con graffiti e danneggiato automobili, scontrandosi con la polizia che per disperderli ha usato spray urticanti, lacrimogeni e proiettili di gomma. E nei giorni scorsi, ricorda Nbc, anche nei cortei a Manhattan almeno 65 persone sono state arrestate.

Dalla vittoria di Trump, sono migliaia le persone che in molte città hanno sfilato ogni giorno per opporsi alle promesse della campagna elettorale del magnate, in particolare sulle restrizioni all'immigrazione e sulla registrazione dei musulmani, così come per le accuse che abbia molestato sessualmente diverse donne. Hanno sfilato tra l'altro a Philadelphia, Miami, Dallas, Washington, Denver, Seattle e Baltimora, tra le altre. «E' il nostro momento, come movimento, di unirci e combattere contro Donald Trump e ciò che lui vuol fare a questo Paese», hanno scritto su Facebook i promotori delle proteste annunciate al MacArthur Park di Los Angeles. Nelle prime ore di sabato erano 100mila le persone che avevano indicato sul social network l'intenzione di prendervi parte o di essere interessate nelle tre grandi città.

Trump, che inizialmente aveva accusato i «dimostranti di professione» di essere stati «incitati dai media» e parlato di «scorrettezza», ieri ha corretto il tiro. «Amo il fatto che piccoli gruppi di dimostranti la scorsa notte abbiano dimostrato passione per il nostro grande Paese. Ci uniremo tutti e saremo orgogliosi!», ha scritto su Twitter. Intanto, barricate di sicurezza ora isolano alcune delle sue più visibili proprietà, tra cui il nuovissimo Trump International Hotel a pochi passi dalla Casa Bianca e la Trump Tower a New York.

E ieri una stilettata è arrivata da sindaco di New York, Bill de Blasio. Ha annunciato senza mezze misure che combatterà le politiche migratorie del magnate: si impegnerà, ha detto, per non fornire il database che raccoglie le identità di oltre 85mila immigrati illegali che vivono nella sua città. La raccolta di dati esiste dal 2015 e permette a chi non ha i regolari permessi di ottenere una sorta di documento d'identità. «Tutto ciò che riterremo una minaccia per i newyorkesi, lo combatteremo», ha detto de Blasio, «faremo tutto il possibile per opporci».

Vigilia di Natale

Franco Pedroletti

Che tempo farà quel giorno? Sole, vento, pioggia, neve?

Già, la neve sarebbe l'ideale perché un po' ci renderà bambini e per l'altro po' alla prova dei nervi. Diciamolo chiaro, la troppa modernità ci ha cambiati e la pazienza (virtù dei saggi) è andata a farsi benedire, dove non si sa, fatto sta che sarà perché le stagioni (e le atmosfere) non sono più quelle di una volta, sarà perché siamo diventati lamentosi in tutto, anche la neve, seppur ricca di candore (che il genere umano ha perso) e per i campi e persone benessere di salute quasi la si vede come una nemica sol perché intralcia la circolazione.

Una volta dalle nostre parti la media invernale era di tre – quattro neviccate ciascuna alta non meno di trenta – quaranta centimetri, i mezzi per pulire le strade principali (e sol quelle) erano limitati, eppure nessuno si lamentava, anzi, ci si rimboccavano le maniche e, a mano, si spalava.



Oggi, nonostante non nevichi più come una volta, bastano sì e no due centimetri per far andare su tutte le furie l'umanità intera con lamenti e bestemmie perché (magari alle cinque del mattino) sul portone o sul cancello di casa, quel pochino di neve è ancora lì e gli spartineve tardano a passare.

Ma, Santo Cielo, si è diventati mummie o scansafatiche? Oppure (come per tante altre cose) il semplice spalar neve è diventata un'azione poco nobile? Ma c'è

dell'altro. Quest'anno la vigilia di Natale, cadrà di sabato, nessuno andrà in fabbrica, meno quindi (forse) saranno le macchine in circolazione, pertanto al mattino (anche qui forse) meno saranno le lamentele, cosicché per quel giorno si vorrebbe lanciare l'inizio di un'idea: il 24 dicembre del "prego" e del "grazie", non un "prego" inteso come orazione che qui non è contemplata anche se ci starebbe alla perfezione, e nemmeno un "grazie" che riguardi la concessione di un miracolo, ma un'idea laica, o meglio, civica, da adottare. Vigilia di Natale, dunque, e il ricordare e parlare di negozi della vecchia Varese non si smetterebbe mai tanto in quel periodo erano resi ancor più belli e caratteristici.

Passare in lungo e in largo per la città, ammirandoli, era curiosità, passatempo e delizia per acquisti, specialmente a dicembre, quando, con l'avvicinarsi del Natale ancor più sfavillavano di luci e addobbi e anche i proprietari aumentavano "arte" nell'accogliere i potenziali clienti. Infatti, ben difficilmente se ne trovava uno un "po' scontroso" perché l'interesse cominciava dal sorriso e, se anche si entrava nel negozio e, dopo aver guardato, non si trovava il desiderato, si veniva egualmente ringraziati della visita accompagnati da un arrivederci dedicato ad una più favorevole occasione.

Oggi i negozi, variati e belli, sono rari perché quasi tutti uguali in quel che commerciano, per di più freddi e asfittici; dove se ne trova uno che adotti un'accoglienza del genere?

Tali negozi sono tutti (o quasi) gestiti da grosse catene industriali con nessun proprietario - titolare dietro il banco che sorride e sia pronto ad accontentarti guidandoti e consigliandoti; invece entri e sei spaesato, giri come un robot indeciso ma, comprare o il non comprare non fa differenza e a chi lì dentro sta non gliene frega proprio



niente in quanto il negozio resta aperto lo stesso perché tali catene-proprietarie il guadagno lo trovano egualmente in altri reconditi giri, di capitali e quei negozi sono solo di facciata per di più d'inverno con le porte sempre aperte, non per facilitarne l'ingresso, ma per far cambiare la bollente aria calda dell'interno, infischiosene dei tanto declamati risparmi energetici e delle disposizioni che in proposito vengono emanate e le contravvenzioni che dovrebbero essere ben date, vengono ignorate, perché "il potente" non si tocca e più facile ne è dare multe ad altri, magari più leggere, ma abbondanti.



Andando oltre, in fatto di buone maniere, quante volte al supermercato, col carrello pieno di acquisti, se si vede una persona con in mano una semplice bottiglia di latte o un sacchetto di pane, gli si cede il posto e si salta per pochi minuti il turno?. Quante volte sul portone d'ingresso di una casa, di un negozio, di un ufficio, nel vedere qualche persona in difficoltà gli si tiene aperta la porta dandogli la precedenza? Così come sui mezzi di trasporto pubblici, quando mai si vedono giovani cedere il posto a sedere ad anziani, a donne incinte o con

bambini in braccio? Quante volte si vedano automobilisti o motociclisti, rallentare la corsa, fermarsi, per far in modo che sulle strisce i pedoni possano attraversare in sicurezza la strada? Azioni tutte da cui dovrebbero scaturire un "prego" e un "grazie" che non costano assolutamente nulla se non una corrispondente reciproca semplice cortesia.

Si dirà: sono tutte scoperte da acqua calda, già, ma è proprio con le gocce di acqua calda che si riscalda il mondo, goccia dopo goccia, come lo può essere una giornata del "prego" e del "grazie" in modo da formare un'abitudine che corrisponda ad un sorriso che, come ben si sa (o si dovrebbe sapere) vale quanto una serena, fresca alba, o un rosso tramonto da emozione. Quell'emozione che può essere il coabitare civilmente con una libertà ben definita ove, in quell'insieme risulterebbe un modo di vivere migliore.

Detto questo, Buon Natale a tutti.

Poesie di Maria Luisa

*Maria Luisa Henry***Nel niente**

Addormentarsi
 nel solenne
 sentimento
 sconosciuto
 di una tristezza
 che affanna
 la mente
 nel niente.

*Come un cieco
 che nel suo buio
 vaga incerto
 cercando la libertà
 in un mondo
 a lui sconosciuto
 e trovarsi
 nel niente.*

**Neve**

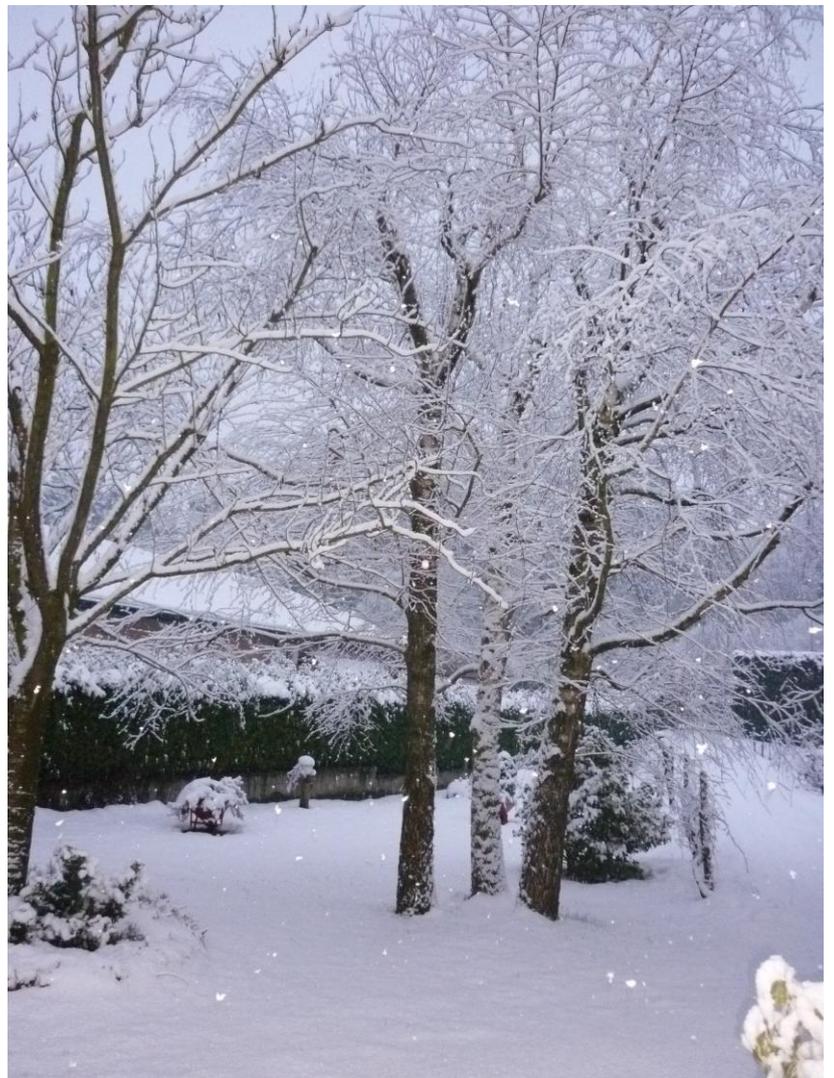
Che sorpresa...la neve!
 Durante la notte
 silenziosa è scesa
 incappucciando ogni cosa.

*Guardo incantata
 scendere i fiocchi
 leggeri come piume
 creare un gioco
 affascinante.*

Stendo la mano
 sento un brivido
 bollente mentre
 si posano tremuli e
 scintillanti.

*Le sento vive
 ma al contatto
 si dissolvono lasciando
 una piccola traccia.*

La mano
 rimane sempre tesa
 per provare
 quella piccola
 sensazione.



Poesie di Lidia Adelia

Dicembre

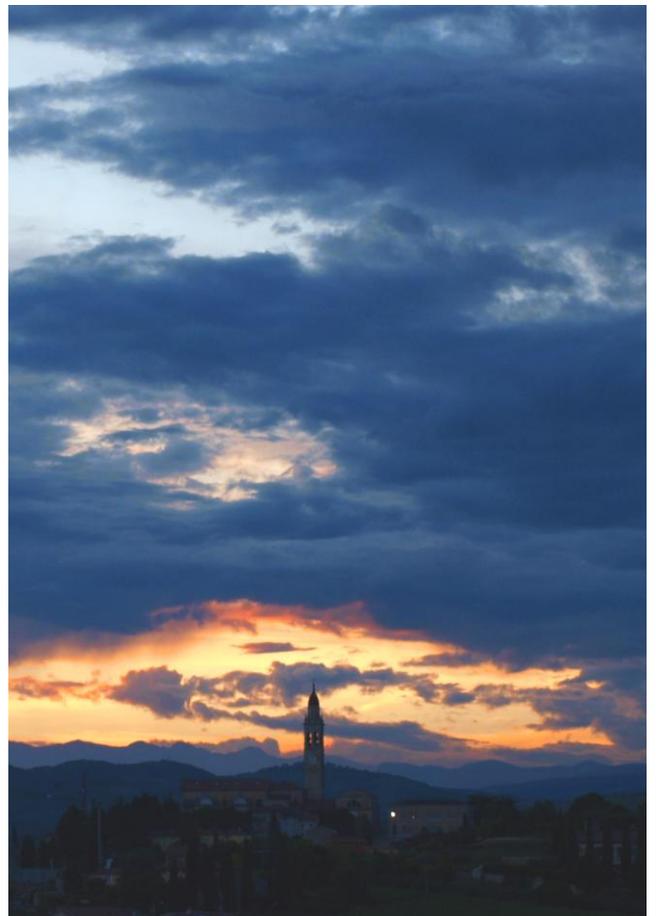
*È notte fonda
tutt'intorno tace
in un silenzio
di mille pensieri,
di mille ricordi
tra miliardi di stelle.*

*Quante volte
ho contato le stelle,
tra tutte ne ho
scelto una
e dato un nome,
ti sorrido e t'invio
un messaggio d'amore...
...Ciao mamma...*



Imbrunire

*Sta per imbrunire
l'atmosfera cambia,
s'intravedono appena
gli alti fusti
attorno al casolare
adagiarsi in un profilo scuro
che addormenta la vita
in un buio protetto,
guardata a vista
dalle regine stelle
di cui paterno
ne è pregno
il cielo.*



Lidia Adelia Onorato

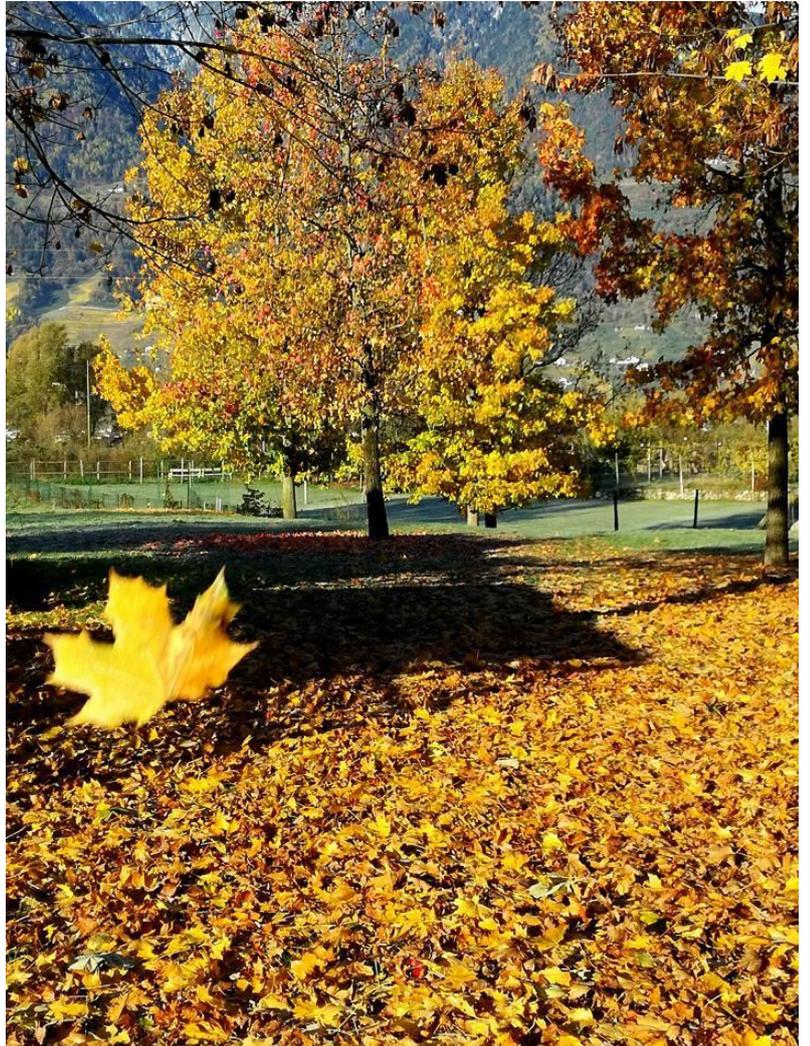
Poesie di Giancarlo

Autunno

Cambiano le stagioni,
 nel bosco è arrivato
 l'autunno,
 foglie gialle e marroni
 giacciono scomposte
 ai piedi degli alberi
 qualche fungo ancora
 resiste nascosto tra felci
 e rovi rinsecchiti
 cespugli di pungitopo
 reclamano il loro diritto
 di vivere.

L sorbo degli uccellatori
 si riempie di rossi frutti,
 l'agrifoglio si prepara a
 portare nelle case
 il suo messaggio augurale,
 bruco ed erica ci ricordano
 che è in arrivo
 la commemorazione
 dei nostri morti.

L'aria s'è fatta più fresca,
 tace il bosco, non più concerti
 tra i rami;
 ghiiri, scoiattoli e topini
 riempiono le loro tane
 di foglie fieno,
 di ghiande di castagne,
 è festa per i cinghiali,
 arrivano viscarde e frisoni,
 forse qualche pernice,
 ed io auguro a loro
 un autunno felice.



Un vecc, un can, un camin.

Un camin, do banchètt.
 na cadrega nera, un parico,
 na capa scura m'en fuin
 un gran sciù de castan
 sa consuma pian pian
 sèandendo inturna scintill
 gioious cà ralegra

Setà su na cadrega,
 caregà d'ann,
 rìposa un vecc,
 in brasc al tegn un gatin,
 la pipa in boca, un sguard perdù
 nul voj, manca s'acorg
 cà vegn giò la nòcc.

Visin a luu, un can
 caregh d'ann al rìposa,
 ul cò bandonà sora i so man,
 ogni tant al guais,
 l'è dre a sougnà pernis e fasan.

Ul vecc al cerca da pensaa
 ma la fa fadiga a regardaa
 lentament s'è consumà
 m'el sciouch sul camin,
 m'el sciouch sul camin
 lungh l'è staj un so camin,
 al tepour sa bandona a pog a pog
 riscalda dai fiam da sto fogh.



La Baita

*S*oura un praa couvert da fiour
guardi na picula baita,
la par un giucatòl metù soura
sto picul mound incantà,
ma un fil da füm
dasoura al camin
ma reporta a la realtà.

*Ga vò visin cun pas leger,
un tòch, dervi la porta vò
dent,
sul camin piz na fiama ale-
gra,
sa alza vers la capa,
rifletendòs sui fàcc
da duu vegitt.*

*Cuntent da videm, cun simpatia,
ma oufrisen un sgabell,
ja guardi in facia;
quanti sacrifici
avran duu afrontaa?*

*Ma presenti
ga disi ul mè nom
dervi ul zaino,
la invidi a divid cun mi
ul me mangià.
Sa fan mia pregaa
dividi ul tut in tre raziun
e intant cà bevum
un bicerött da quel boun,
su chi fac invegi,
illumina da la fiama,
vedi spuntaa un bel surris*

*Mi va ringrazi,
me car vegitt,
par la vostra gentileza
e curtesia.*

*Sun sicur che na volta
rivà a cà
riesarù a dedicav
na picula poesia.*



Bene infinito.

Silvana Cola

Bene infinito indicami la strada,
una strada serena,
una strada che conduca
a un rifugio sicuro.

Le mie braccia vogliono avvolgere
tutti i migliori sentimenti,
il mio cuore anela a sentirmi paga.

Paga di questa vita
che mi è stata data.
Sento una lacrima scendere sul viso,
ma rialzo la testa e continuo
il mio cammino..



Guerra e pace

Ivan Paroluppi

Si fanno alla fine silenti,
posando vessilli e stendardi,
gli stanchi guerrieri

È greve il ritorno.
son mute le trombe lucenti,
distrutti i tamburi.

Vittorie e sconfitte,
in mezzo alle muffe del tempo,
non han più colore.

Giganti di nebbia
si fan più d'appresso,
ridendo e piangendo.

Passato e presente
appaiono muti e segnati
da mille profonde ferite.

È dolce il tramonto
se infin gli inimici dileguan
posando nei foderi i brandi.

Il tempo fuggendo veloce,
da grande sensale bugiardo,
sorrìde beffardo e saluta.



Ed ora, cari lettori, una bella poesia sul Natale intitolata "Jesus" scritta da Daniela Cesta

A cura di Mauro Vallini

Jesus

*Quando t'incontrai ... fosti come il sole che sorse all'orizzonte!
La luce mi avvolse e inabissai in quell'oceano di chiarore,
tra quei flutti profumati capii l'essenza della mia vita.
Così debole, così fragile*

*Dove l'aquila forma il suo nido, il capriolo salta su rupi e precipizi,
nel ripido burrone solcato da un torrente spumoso
che scende leggero tra i sassi.*

*Il volto accarezzato dall'aria frizzante in quel dì così terso,
scosse l'animo da indistinte commozioni, profonde, durature,
aiutando il lume e la ragione nel distinguere il bene dal male.*

*Fosti come un vulcano in eruzione la lava; mi raggiunse e fu salutare,
mi sfiorò il respiro e capii il significato di cibo e bevanda.
Un vago spavento trasparì in quella gioia.*

*Come un'onda improvvisa del mare in burrasca
che coglie di sorpresa, mi trascinò con la sua forza
nel turbinio, rombando e spumeggiando verso riva.*

*Il canto dell'allodola salutò il nuovo giorno
mentre la luccicante brina scivolò lentamente,
come un vezzo, per strappare baci e carezze.*

*Un vento impetuoso scosse i rami delle querce secolari e i faggi
gli occhi tuoi mi coprirono con la sua dorata e trasparente luce,
tra il mormorio del torrente nascosto nell'umbratile bosco romito.*

*Con sguardi d'amore e cantici di gioia rispecchiavi l'infinito firmamento.
Una grande e malinconica solitudine mi assalì, sforzò l'anima mia immergendola
nella tua, rivelò misteri e l'aprì ad aspirazioni sante.*

*Nel silenzio della notte ti chiamavo, rispondevi colmando il mio cuore di te.
Discreto e silenzioso, mi raccogliesti dal nulla.
E le gioie della creazione si riflessero come in una sorgente.*

*Il dolce tocco di una campana pareva scendere dall'alto, come un celeste prodigio
abbracciò cielo e terra.*

*Mentre nell'empireo con festa solenne, gli angeli con tranquilla ebbrezza, contemplava-
no*

l'Ente supremo, che alitava su di loro la sua splendente intelligenza.

*Quando tutto pare grave e misterioso, è tenero osservare la neve che cade a larghe falde,
fiocchi candidi e puri, coprono ogni cosa, nascondendo i peccati di tutti
Non senti più opprimere il cuore da una mano di ghiaccio.*

*Mio soccorso, mio rifugio, fascino dolce, penetrante, sfibrante,
più dell'incanto di un tramonto d'autunno, virtù eletta dello spirito,
immacolato velo che avvolge il creato: Jesus.*

Quercia - farnia e rovere

Mauro Vallini

Il genere *Quercus* comprende circa 300 specie della famiglia delle Fagaceae, diffuse nelle regioni temperate dell'emisfero boreale.

Le querce si differenziano dagli altri membri della famiglia delle Fagacee, di cui esse stesse fanno parte, per alcune particolarità, come la struttura dei fiori (in genere minuti e riuniti in amenti) e per il loro tipico frutto, costituito da una ghianda.

Tra le specie europee si trovano alberi che, per la vasta diffusione, la bellezza del fogliame e la maestosità del portamento, costituiscono il tratto distintivo del paesaggio di molti boschi e foreste. Le querce che crescono nell'Europa centrale e settentrionale, come il rovere e la farnia, sono perlopiù a foglie caduche, mentre quelle predominanti nelle regioni mediterranee, ad esempio la quercia spinosa e il leccio, sono diffuse nelle foreste di sempreverdi che un tempo rivestivano tutto il territorio.

Tra le varie specie ricordiamo:

1. *Quercus robur* (farnia)
2. *Quercus petraea* (rovere)
3. *Quercus palustris* (quercia palustre)
4. *Quercus cerris* (Cerro)
5. *Quercus pubescens* (Roverella)
6. *Quercus coccinea* (quercia rossa)
7. *Quercus ilex* (leccio)
8. *Quercus coccifera* (quercia spinosa)
9. *Quercus suber* (sughera)

Mentre le ultime tre specie sono sempreverdi, le altre sono a foglie decidue.

Tutte le specie di querce prediligono suoli profondi e ricchi.

I fiori sbocciano in primavera, quasi in concomitanza con la comparsa dei germogli fogliari. Appena sbocciati, producono grandi quantità di polline che vengono disperse dal vento.

Le dimensioni di queste piante sono molto variabili: ci sono querce non più alte di un arbusto e querce che superano i 30 m.

Le querce sono apparse sulla Terra molto tempo fa e questo è provato dal fatto che racchiuse nell'ambra, sono stati ritrovati degli stami risalenti alla flora del Cenozoico.

I romani facevano corone con le sue foglie per incoronare i soldati valorosi, perché la quercia era simbolo di forza, vigore, coraggio e lealtà. Nei tempi antichi era d'uso tostare i frutti della quercia, le ghiande, per usarle a modo di caffè e nei tempi di carestia, gli stessi frutti, si facevano bollire e si mangiavano come i fagioli.

È usando questo "caffè di quercia" che ci si rese conto delle sue proprietà antidiarroiche.

La corteccia contiene principi utilizzati in fitoterapia.

Il legno delle querce è particolarmente duro e resistente e viene largamente impiegato in ebanisteria o come materiale per botti, impiallaccature e pavimentazioni; in passato veniva utilizzato anche per costruire edifici e natanti. Dalla spessa corteccia spugnosa della sughera, una specie che cresce nelle regioni mediterranee, si ricava il sughero, con cui si producono, tra le altre cose, i turaccioni. La corteccia di numerose specie contiene tannini, utilizzati nella concia delle pelli, e altre sostanze impiegate per tinture.

Visto il loro lento sviluppo, le querce vengono più di frequente piantate in parchi o giardini pubblici, che non nei piccoli giardini domestici; a questa regola fanno eccezione la quercia rossa e quella palustre, originarie degli Stati Uniti, che crescono piuttosto velocemente e sono quindi adatte a entrambi gli usi.

La distribuzione della pianta è molto varia e può variare dal livello del mare fino a 4000 m. delle regioni himalayane. Questi alberi preferiscono un terreno sufficientemente fertile, non troppo sabbioso o troppo asciutto. Al genere appartengono sia specie ad albero che ad arbusto, sempreverdi o semisempreverdi (cioè superano l'inverno con le foglie che cadono in primavera quando iniziano a

vegetare) oppure decidue. Le foglie sono raramente intere ed i margini sono di solito incisi o lobati in vari modi. I fiori maschili e femminili sono sullo stesso albero: i maschili sono in amenti penduli, i femminili solitari o in spighe di 2 o più fiori. Il frutto è una ghianda più o meno racchiusa dalla base verso l'alto, da un involucrio (cupola) composto da squame. Le querce sono impollinate dal vento e l'ibridazione è frequente, il che complica molto l'identificazione della specie di appartenenza.

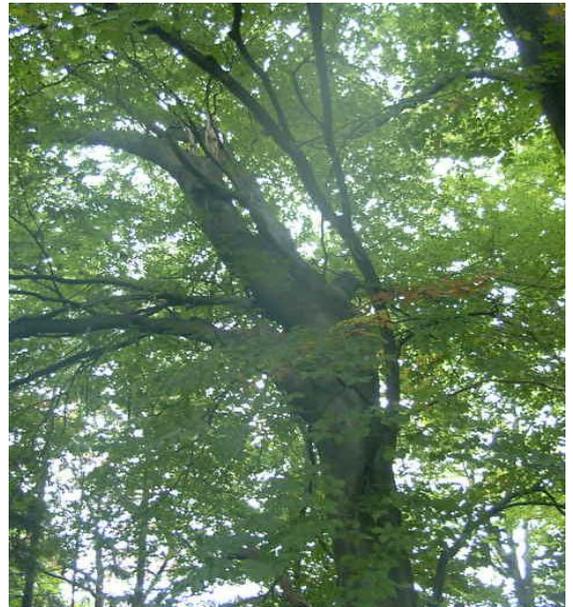
In queste pagine ci occuperemo, in particolare, della farnia del rovere, mettendo questi due alberi a confronto. (N.B. a sin le immagini della farnia e a destra del rovere)

Portamento



- La farnia è un albero maestoso che può raggiungere i cinquanta metri di altezza e può arrivare a un diametro di 2 metri; è una pianta molto longeva con un'età media di 200 anni ma può raggiungere i 400/500 anni.

Presenta un fusto robusto e diritto suddiviso in rami irregolari e contorti da cui si diramano altri rametti piccoli che portano foglie disposte in modo sparso.



Il rovere è uno degli alberi più maestosi della nostra flora. È la specie spesso rappresentata negli stemmi araldici, come quello dei Della Rovere, che diede alla Chiesa i papi Sisto V e Giulio II. Può **raggiungere l'altezza di 40 m ed è** molto longeva. I rami si diramano a livelli differenti da un lungo tronco, formando una chioma a ventaglio.

Foglie



Nella farnia le foglie sono caduche, alterne e semplici con brevi piccioli di 1-5 mm e di forma ovato oblungha. La parte inferiore è stretta e quella superiore più larga. La pagina superiore è lucida, di colore verde scuro, quella inferiore è più chiara, glauca e pelosa sulle nervature.

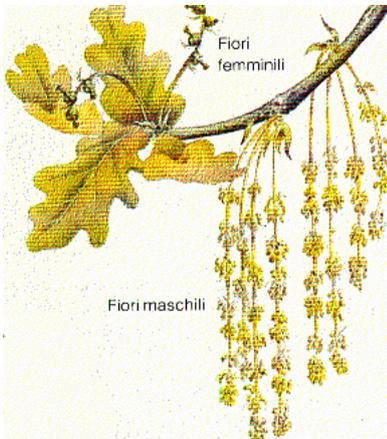
Hanno cinque o sette lobi per lato, presentano un margine intero e terminano con due orecchiette asimmetriche. Nei rami frondosi le foglie sono dure e coriacee, alterne, picciolate, ovate-oblungha con 5-7 lobi arrotondati, la parte inferiore è ricoperta da peluria, mentre quella superiore è lucida e di colore verde.



Nel rovere sono alterne, semplici, caduche, sottili e leggermente pubescenti da giovani. Si presentano rigide e coriacee allo stato adulto. Trapezoidali alla base, con margine lobato, ma con lobi poco profondi, e lungo picciolo (3 cm). Le basi fogliari sono cuneiformi, senza i lobi presenti nella Farnia e con piccioli ben distinti.

I lobi, da 5 a 8, sono arrotondati, meno profondi della Farnia. Il colore è verde lucido nella pagina dorsale e più chiare inferiormente ma prive di peluria. La Rovere presenta foglie d'ombra e foglie di luce che si distinguono perché le prime sono più scure a causa di una maggior quantità di clorofilla e con un numero minore di stomi.

Fiori



Nella farnia le infiorescenze maschili (amenti) sono composte a loro volta da fiori formati da un involucro con cinque o più lobi allungati e da quattro - dodici stami.

I **fiori femminili**, solitari o a gruppi di due - cinque, formano spighe lungamente peduncolate (peduncolo lungo 3-5 cm).

La fioritura avviene tra Aprile e Maggio quasi contemporaneamente all'emissione delle foglie.

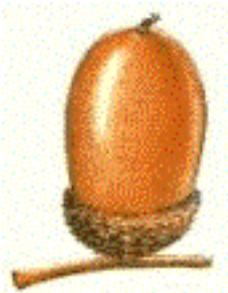
Nel rovere gli **amenti maschili** portano fiori poco o nulla pedunculati.

Le spighe dei **fiori femminili** sono corte e sessili.



La presenza di fiori femminili sessili, e quindi anche delle ghiande, a differenza di quelli della farnia, portati da lunghi peduncoli,

Frutti



Nella farnia il frutto è un achenio, lungo 3 cm, chiamato ghianda e riunito in gruppi di due -tre su un lungo e sottile peduncolo. Matura in un anno ed è caratterizzato da una cupola che lo ricopre parzialmente formata da squame leggermente pelose, embricate, di forma triangolare e appressate.

È di forma ovata e oblunga, con tegumento liscio, di colore bruno olivastro e con striature longitudinali più scure.

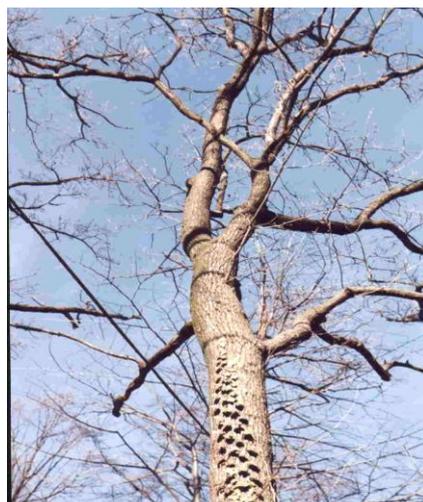
A maturità diviene fulva e perde le striature.

Le ghiande del rovere, che maturano in un anno, sono in gruppi di 3-5, all'ascella delle foglie, sorrette da un peduncolo breve o nullo. La cupola è formata da scaglie distinte, ma appressate, a forma emisferica e ricopre circa un terzo della ghianda che ha forma molto variabile: ton-deggiante, ellissoidale, acuminata.

Le ghiande non ancora mature, a differenza della farnia, non presentano striature longitudinali.



Tronco e corteccia



Farnia: tronco robusto e presto ramificato, in grosse branche irregolari, sulle quali si inserisce la ramificazione secondaria a formare una chioma ovata, molto ampia ed irregolare.

La corteccia liscia e grigiastra in gioventù, diventa poi profondamente fessurata in solchi longitudinali paralleli e profondi e di colore marrone scuro o nerastro

Rovere: tronco robusto, di-

ritto, cilindrico e più lungamente indiviso rispetto alla farnia; i rami, molto nodosi, sono ascendenti e meno sinuosi. Formano una chioma ampia, densa e abbastanza regolare. La corteccia è grigia, persistente e liscia fino a circa 20 anni; poi è fessurata per la presenza di lunghi solchi longitudinali, regolari, più stretti e meno profondi della farnia. Presenta costole a profilo rettangolare.

Legno

Farnia: ad alborno biancastro e durame più scuro, è uno dei più ricercati per costruzioni navali ed edili, per travature, per mobili.

Rovere: è tra i più pregiati e viene utilizzato per la costruzione di mobili, serramenti, pavimentazioni e botti. La radica è utilizzata per intarsi di grande pregio.

Habitat



La **farnia** ha la sua origine in Europa e nel Caucaso.

È una pianta amante dei climi temperato – freddi, propri delle pianure alluvionali e dei fondovalle di bassa quota, dove forma foreste anche pure. I boschi della pianura padana relitti di farnia, si caratterizzano per ospitare piante erbacee caratteristiche quali l'asparago selvatico.

È presente in Europa dall'Irlanda e dal Portogallo, ad Ovest, alla catena del Caucaso e alla Russia ad est.

In Italia i boschi del Parco del Ticino sono il relitto delle estese foreste della Pianura Padana.

Il **rovere** ha la sua origine è l'Europa centro meridionale e occidentale.

Propria dei climi temperati umidi, fino a 1300 m di quota forma boschi puri o, più spesso, misti a farnia, roverella, cerro, castagno, carpino e faggio.

Predilige suoli a tendenza acida ed è distribuita dall'Europa centrale, a nord fino a Gran Bretagna, Irlanda e Scandinavia, a sud fino a Italia, Macedonia e Bulgaria.

In Italia è frequente sulle Alpi, in boschi misti di latifoglie.



Andare per funghi

Giancarlo Elli (ul Selvadigh)

Settembre ed ottobre sono i periodi migliori dell'anno per i funghi, tanti, belli, colorati ma, soprattutto, commestibili. Mazze di tamburo, finferli, ovoli, trombette, sanguinelli, bei porcini ed infine, verso la fine di ottobre con strascichi anche in novembre, molti chiodini.



Per i cercatori di «trifola» è arrivato il momento tanto atteso. basta seguire certe regole per la ricerca. Per esempio in un luogo dove ha piovuto alcuni giorni prima e successivamente ha fatto caldo.... e il gioco è fatto. Certamente bisogna conoscere i posti giusti e seguire alcune regole: se c'è molta umidità e non fa caldo, meglio salire sopra gli altipiani e sui pendii esposti a sud, se invece è caduta poca pioggia e fa caldo sarà utile inoltrarsi nei valloni umidi e nei boschi esposti a nord.

Comunque è meglio non andare in luoghi ventosi o dove è piovuto molto oppure si sono registrate temperature inferiori alla media stagionale. Inoltre il terreno deve essere speciale: i porcini si trovano in mezzo al bosco, soprattutto sotto gli abeti, i faggi i castagni e le querce, le gambe secche nei praticelli, i pinaroli sotto i pini, le mazze di tamburo al limitare dei boschi, i chiodini presso i tronchi di robinia vecchi. Comunque, quando si va per funghi speciali, meglio cercarli salendo i pendii perché molti funghi si nascondono sotto le radici affioranti, quindi scendendo è possibile che non si riesca a scorgarli.

Purtroppo pochi conoscono il giusto approccio da tenere nel bosco, cioè come comportarsi. Infatti, nel bosco occorre rispettare alcune regole essenziali: per esempio, se trovate dei funghi velenosi, lasciateli nel loro ambiente senza distruggerli perché essi hanno una funzione biologica nei confronti delle piante che li circondano. Se, al contrario, trovate funghi commestibili, raccogliete solamente quelli sani e non mangiucchiati da lumache o altre bestiole, lasciate nel loro habitat quelli troppo piccoli, oppure vecchi ed ammuffiti. Anche questi, lasciando cadere le loro spore, daranno vita ad altri funghi.

Importante poi la raccolta: prendete il fungo facendolo ruotare dolcemente, estirpandolo dal terreno senza strappare la zolla che lo circonda. Gravissimo l'errore di tagliare il fungo con un coltello perché si danneggia la crescita di altri esemplari. Infine non scavate intorno al fungo alla ricerca di funghi più piccoli altrimenti si danneggia il micelio, cioè la «pianta del fungo» che sta sotto terra e che può ancora produrre dei funghi.

Una raccomandazione: munirsi sempre di un cestino di vimini perché, camminando sotto il bosco, le spore del fungo potranno uscire dal cestino, cadere a terra e formare un nuovo micelio. Portate appresso uno straccetto per pulirli e attenti ai divieti di raccolta per le persone non residenti. Occorre munirsi di un tesserino a pagamento che abilita per la raccolta e attenti al peso consentito, pena gravi sanzioni economiche.

Detto questo, buona «trifolata».

Natura amica: i benefici della mela.

A cura di Giancarlo Elli (ul Selvadigh)

Frutto dal sapore particolarmente gradevole, la mela, oltre ad avere un forte valore simbolico, gode anche di grande fama, tramandata sia dalla tradizione biblica che dalla mitologia.

Appartiene alla famiglia delle Rosacee (*malus communis melo*) e il suo albero, che può raggiungere fino ad 8 metri d'altezza, è il melo, originario dell'Asia centrale la cui comparsa risale al Neolitico, presente attualmente con circa 2000 varietà. Le foglie sono semplici, hanno i margini seghettati e i fiori si presentano con petali bianchi, leggermente sfumati verso il rosa. Questo frutto si può trovare in ogni stagione dell'anno, anche se la sua maturazione naturale va da fine agosto a metà settembre. Dopo la raccolta, i frutti vengono conservati a temperature basse, (da 0 a -4 °C) con umidità del 85-90%. Le mele, infatti, per essere consumate in modo ottimale, devono essere riposte in ambienti freschi.



La mela, oltre ad essere un frutto ottimo, è considerata anche un farmaco della natura, un rimedio per tantissimi problemi. Innanzitutto occorre dire che questo frutto contiene pochissime proteine e grassi sono quasi assenti, (100 grammi di mela corrispondono a circa 40 calorie, 10 grammi di zuccheri e grandi quantità di potassio, vitamina B, acido citrico e acido malico). Inoltre è presente in essa la vitamina B1, che combatte inappetenza, stanchezza e nervosismo e la B2 che facilita la digestione, protegge le mucose della bocca e dell'intestino e rinforza capelli e unghie.

I benefici della mela, confermati anche da studi recenti sono:

1. Protezione del sistema circolatorio

Secondo una lunga ricerca dell'Iowa Women's Health, studi che hanno coinvolto oltre 34.000 donne monitorate per 20 anni, mangiare mele è correlato a minori rischi di morte per patologie cardiache e cardiovascolari.

Uno studio precedente che arriva dalla Finlandia aveva già messo in luce che i mangiatori di mele sono meno esposti all'infarto. Secondo gli esperti, gli effetti benefici per il cuore sono da collegare agli antiossidanti presenti nella mela.

2. Rallentamento dell'invecchiamento del cervello.

Le sostanze contenute nella mela sembrano, infatti, rallentare i processi di invecchiamento cerebrale che possono condurre allo sviluppo dell'Alzheimer o di altre malattie degenerative neurologiche.

3. Minor rischio di tumori al colon e al retto.

Mangiare mele diminuisce il rischio di tali tumori del 33%. Merito, spiega uno studio dell'Istituto di Ricerche Farmaceutiche Mario Negri di Milano, di sostanze antiossidanti presenti in questi frutti e soprattutto nella buccia che contribuiscono in modo significativo ad allontanare questo tipo di cancro.

4. Sono una scorta di vitamina C

Ricche di fibre (circa 4 grammi in una mela media) e povere di calorie (circa 80), le mele sono un ottimo snack: riempiono, soddisfano la voglia di dolce ma non apportano calorie. Inoltre sono una buona fonte di vitamina C in quanto, con una mela, si soddisfa quasi il 20% del fabbisogno giornaliero.

Mangiate quindi molte mele. È un grosso regalo che la natura ci offre.

Incontinenza urinaria

A cura di Laura Franzini Fonte: Supplemento di ALTRO CONSUMO

Non vergognatevi di un disturbo molto diffuso. Con un po' di esercizi mirati tutto può tornare come prima.

Le persone che soffrono di questa “malattia” non ne parlano mai perché hanno vergogna di confidare agli amici, ai parenti e al medico che si trovano in situazioni imbarazzanti.

Gli studi dicono che oltre la metà delle donne incontinenti non ne ha parlato mai con nessuno.

Così la “malattia” rimane sommersa, anche se l'incidenza è notevole: in Europa è del 25% nelle donne tra i 25 e i 40 anni e del 19% tra i 19 e i 44 anni.

I fattori di rischio dell'incontinenza urinaria sono diversi: l'obesità, la familiarità e il diabete.

È anche definita “malattia silenziosa” perché le persone che ne soffrono non ne parlano per imbarazzo. Le pubblicità di assorbenti la presentano come situazione normale da affrontare rassegnandosi a questi ausili mentre è importante sapere che guarire è possibile.

La prima persona con cui parlare è il medico di famiglia che consiglierà di fare **AUTO TRAINING PERINEALE** che sono esercizi da eseguire a domicilio per rinforzare il pavimento pelvico.



Come si fa la riabilitazione

La riabilitazione del pavimento pelvico consiste in una serie di esercizi fisici di contrazione e rilassamento.

Soprattutto all'inizio per individuare questi muscoli e i giusti movimenti da fare c'è bisogno di una persona esperta (generalmente un fisioterapista).

La prima cosa da fare è individuare quali sono i muscoli da esercitare e capire come si contraggono e si rilassano in modo corretto in situazioni e posizioni diverse.

Questi esercizi si possono fare in qualsiasi momento del giorno senza che nessuno se ne accorga...

I primi effetti? Nel giro di due settimane.....



Può servire anche la danza del ventre

È una danza che insegna in modo divertente ad esercitare i movimenti del pavimento pelvico.

Se non per risolvere il problema già in corso, la danza sarà utile per prevenirlo.

Inoltre, come nella figura a sinistra, il praticarla arreca ulteriori benefici.

I terremoti.

Mauro Vallini

Nel 2016, purtroppo, in Italia, nelle splendide regioni di Umbria, Marche, Lazio e Abruzzo, si sono verificati forti terremoti con la loro scia di morti, feriti e distruzione di interi villaggi e paesi. I danni materiali sono ancora più gravi se si pensa che in quelle regioni sono presenti, o meglio erano presenti, importanti opere d'arte.

Scorrendo il web, cioè navigando su internet, si scoprono varie "interpretazioni" dei cosiddetti fenomeni sismici che spesso sono delle "bufale" che disinformano soltanto.

In questo mio articolo cercherò di fare un po' di chiarezza.

Innanzi tutto sono fenomeni naturali, non provocati dall'uomo e nemmeno da oscure divinità per punire l'uomo dai suoi peccati (*anche questa si è sentita*).

La nostra Terra è un pianeta in continua evoluzione e anche i terremoti e i vulcani sono cause e conseguenze di questa evoluzione.

Dovreste, per comprendere meglio l'argomento, immaginare la terra come se fosse una pesca, un'enorme pesca in cui lo strato solido, quello su cui viviamo, è solamente la sottile pellicola che chiamiamo "crosta". La polpa della pesca, cioè la parte che noi mangiamo, è nel nostro pianeta il mantello che si presenta in uno stato semi-solido e a temperature elevate tali da fondere le rocce. Il nocciolo della pesca, nel nostro pianeta, è il nucleo dove si registrano temperature simili a quelle che caratterizzano in media la superficie del Sole, cioè circa 6.000°. Il nucleo è insomma un'enorme caldaia dove si produce energia termica che riscalda il mantello sovrastante e, come l'acqua in ebollizione in una pentola, ne provoca movimenti turbolenti, chiamati "moti convettivi".

La crosta terrestre, e qui l'analogia con la pelle della pesca termina, non si presenta uniforme e dello stesso spessore. È divisa in "placche" che reciprocamente si muovono.

1. Possono scontrarsi, generando la nascita di catene montuose, oppure una placca, più pesante della seconda, infossarsi e scendere a grandi profondità fino a fondersi nel mantello
2. possono allontanarsi reciprocamente generando nuova crosta e allontanando tra di loro le masse continentali
3. possono scorrere reciprocamente senza né scontrarsi né allontanarsi.

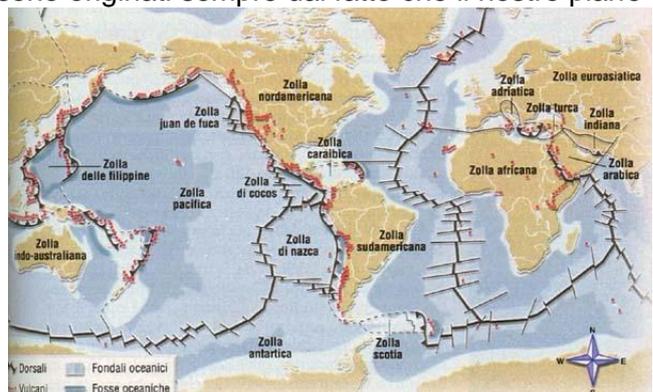
Tutto ciò ha determinato la forma di continenti e oceani, la presenza di catene montuose, le differenze climatiche e ambientali che si registrano tra le varie località della Terra.

Resti fossili di animali marini trovati nelle vette Himalaiane e, più vicino a noi, sulle nostre Dolomiti, dimostrano che un tempo, certo alcuni milioni di anni fa, dove oggi le cime sfidano il cielo, c'erano mari e oceani. Sul nostro pianeta, come diceva un filosofo dell'antica Grecia, "pànta rei" tutto scorre, tutto si evolve e, aggiungo, tutto ancora cambierà.

Mentre i cambiamenti delle masse continentali e oceaniche sono fenomeni che avvengono in tempi molto lunghi e che nessuno di noi è quindi in grado di poter osservare nel loro divenire, terremoti e attività vulcanica sono manifestazioni dell'attività interna della Terra che avvengono in tempi relativamente brevi, tali da poter essere osservati. Tutti questi fenomeni, comunque, sia quelli a lungo che a medio che a breve termine, sono originati sempre dal fatto che il nostro pianeta è in continuo divenire.

Ma torniamo a noi e cercherò di spiegare cosa sono i terremoti, dove avvengono più frequentemente e perché. **I terremoti avvengono nella parte più superficiale del nostro pianeta.** Le rocce che formano la crosta e il mantello superiore subiscono continuamente giganteschi sforzi, che sono il risultato di lenti movimenti tra le grandi placche in cui è suddiviso lo strato più superficiale della Terra, come se fosse il guscio incrinato di un uovo.

Tali movimenti sono prodotti dai moti convettivi del mantello che spingono e trascinano le placche generando sforzi che sono massimi vicino ai confini tra le placche stesse, come per esempio in Italia e in generale in tutto il Mediterraneo, e minimi al loro interno, come succede nel Canada o nell'Africa centro-occidentale.



Al di fuori dell'Italia, zone di scontro tra le placche sono tutte le aree costiere dell'Oceano Pacifico e con questo intendo le coste dell'Asia e dell'America, le zone insulari e continentali che si affacciano sull'Oceano Indiano.

L'Italia è situata al margine di convergenza tra due grandi placche, quella africana e quella euroasiatica.

Il movimento relativo tra queste due placche causa l'accumulo di energia e deformazione che occasionalmente vengono rilasciati sotto forma di terremoti di varia entità.

Guardando la mappa del rischio sismico in Italia, è facile notare che i terremoti spesso avvengono in zone già colpite in passato.

Gli eventi storici più forti si sono verificati in Sicilia, nelle Alpi orientali e lungo gli Appennini centro-meridionali, dall'Abruzzo alla Calabria. Ma ci sono stati terremoti importanti anche nell'Appennino centro-settentrionale e nel Gargano.

In particolare, dal 1900 ad oggi si sono verificati 30 terremoti molto forti ($M \geq 5.8$), alcuni dei quali sono stati catastrofici. Il più forte tra questi è il terremoto che nel 1908 distrusse Messina e Reggio Calabria.

Dal 24 agosto l'Italia centrale (Umbria, Lazio, Marche e Abruzzo) è stata interessata da forti scosse sismiche e, purtroppo gli edifici pubblici e privati non sono costruiti per resistere a scosse sismiche. In Nuova Zelanda si è verificata una scossa di 7,8 di magnitudine, circa 20 volte più forte della scossa del 30 ottobre che ha distrutto Norcia, Camerino e Tolentino. Eppure non si sono avute vittime e crolli.

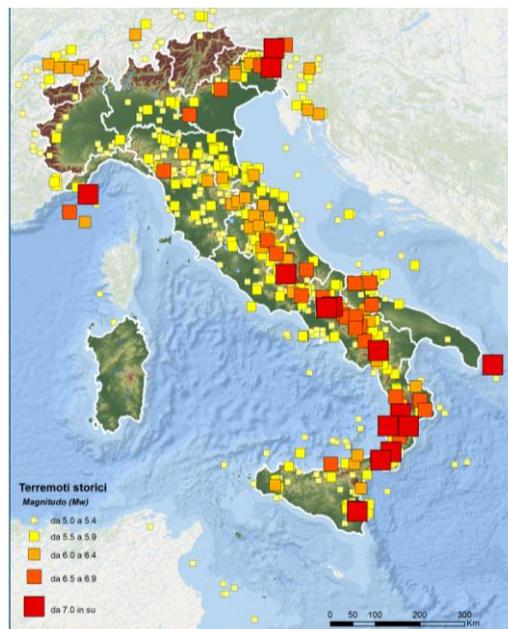
Ma torniamo a noi e vorrei precisare alcuni termini che commentatori televisivi e non utilizzano con disinvoltura senza rendersi conto che gli ascoltatori non sono del tutto in grado di comprenderli:

Ipocentro: è il punto in cui, all'interno della Terra, si libera energia. Da esso l'energia si propaga mediante onde sferiche che, pur indebolendosi con la distanza, attraversano tutta la Terra. Tali onde sono analoghe a quelle sonore ed hanno una *frequenza* (numero di vibrazioni al secondo) piuttosto elevata. In prossimità di catene montuose recenti (come gli Appennini) sono poco profondi (al massimo 70 km) mentre in corrispondenza delle fosse possono raggiungere anche i 700 km. Sia chiaro che, a parità di magnitudo, più superficiale è l'ipocentro, minore sarà l'area interessata dal fenomeno sismico ma maggiore saranno gli effetti devastanti su quel territorio.

Epicentro: punto in superficie, posto sulla verticale dell'ipocentro, raggiunto per primo dalle vibrazioni che arrivano con il massimo dell'energia.

Faglia: è una frattura avvenuta delle rocce della crosta terrestre che mostra evidenze di movimento relativo tra le due masse rocciose da essa divise. La superficie lungo cui si è verificata la frattura si chiama superficie di faglia oppure piano di faglia, o anche specchio di faglia. Le rocce in prossimità di una faglia risultano spesso intensamente frantumate. L'energia rilasciata dopo il movimento lungo il piano di faglia è la causa della maggior parte dei terremoti. Sugli Appennini varie faglie irregolarmente si intersecano e ciò, come è avvenuto negli ultimi terremoti verificatisi in Italia centrale, può determinare un effetto domino. Cioè il fenomeno sismico determinatosi su una faglia libera energia sufficiente ad attivarne una ad essa contigua.

Magnitudo: è la quantità totale di energia liberata durante un terremoto. È indipendente dagli effetti sul territorio ma misura l'ampiezza delle onde registrate da un sismografo durante un terremoto. Per dare un'idea delle energie liberate, un terremoto di magnitudo 5.0 è equivalente all'energia che si produrrebbe da una bomba nucleare di 20.000 tonnellate di tritolo. Nel terremoto del 24 agosto la magnitudo fu di 6.0 e in quello del 30 ottobre di 6.5. una differenza di magnitudo pari a 1,0 è 31,6 volte più potente, mentre una differenza di magnitudo pari a 2,0 è più forte di 1000 volte. La massima magnitudo finora registrata si verificò il 22 maggio 1960 in Cile, ed ebbe una magnitudo di 9,5.



Le leggende delle querce

I Celti e la quercia, poesia e sacralità

Mauro Vallini

A un quarto d'ora di cammino da Grandola, sulla costa comasca del Lario, al centro di un ampio spiazzo approssimativamente rettangolare si erge una quercia ben più che millenaria, il cui tronco può a stento essere abbracciato da sei adulti che si tengano per mano. Quasi di fronte a questa quercia ne svetta un'altra un po' più piccola ma non meno maestosa, i cui rami vengono a lambire quelli possenti della prima. È uno spettacolo di grande e silenziosa solennità innanzi al quale si percepisce nitidamente di trovarsi nel pieno di un luogo sacro a divinità ormai dimenticate la cui memoria s'intreccia a queste cattedrali viventi.

Impossibile, di fronte a tanto spettacolo, non avvertire la presenza dei nostri lontani antenati e la loro profonda religiosità.

Nei tempi ormai lontani della sua giovinezza la vecchia Europa, per la sua grande ricchezza d'acqua, era coperta di foreste senza fine interrotte qua e là da sporadiche radure popolate da piccoli gruppi di uomini. Questo era il paesaggio di cui i nostri antenati Celti erano circondati al punto di diventarne essi stessi una parte, dall'estremo occidente della Gallia e della penisola iberica fino alle Alpi e alla pianura padana, fino ancora alla pianura del Danubio e a quelle sabbiose della Germania settentrionale.



Il nostro popolo si era a tal punto immedesimato con la propria terra che la sua mitologia, la poesia, i simboli sacri, il calendario, l'alfabeto erano rappresentati dagli alberi, compresi in una vera gerarchia, al vertice della quale era la quercia.

Il valore di questo albero nella vita, nella poesia e nella religiosità, che per i Celti erano una sola cosa, era immenso: perché questo albero regale fiorisce a mezza estate, il sacrificio che avveniva a luglio, nella festa di Mezza estate (*James G. Frazer, Il ramo d'oro*), quando comincia la seconda metà dell'anno celtico, aveva come vittima da ardere o una quercia o un re che la rappresentasse (si riteneva infatti che il calore del falò nutrisse il sole); albero che attira il fulmine, era il legame tra cielo e terra e come tale sostegno del cielo, simbolo del re del cielo e padre degli dei, Dagda, Zeus per i greci, ma anche del Dio di Abramo, che proprio alle querce di Sichem e di Mamre gli appare e gli dà la profezia.

Dagda era raffigurato come una quercia possente e anticamente in Irlanda il termine daur, quercia, significava "dio". Albero del fuoco non solo perché

attraeva il fulmine, ma anche perché sfregando suoi frammenti si poteva ottenere una brace da cui fare un fuoco; albero del nutrimento perché le ghiande hanno dato ai nostri antenati fino all'alto medio evo una farina da cui si ricavava il pane e ancora di più perché le ghiande, cibo dei maiali, erano una fonte di prosperità (Helbig, *Die Italiker in der Poebene - Gli italici nella Pianura padana*). L'anno celtico si divideva in due metà, la seconda delle quali cominciava a luglio salutata da un solenne banchetto della durata di una settimana in onore del re della quercia. Il legno di quest'albero, poi, per la sua robustezza era impiegato per la costruzione di barche e naviglio in genere, nella quale i Celti eccellevano (Gerhard Herm, *Il Mistero dei Celti*), e veniva arso in

occasione delle ricorrenze religiose. Le liturgie, le assemblee e i giudizi si tenevano, presso i Celti, in luoghi ampi e di pianta rettangolare, sacri, detti nemeton, ed erano frequentemente posti in querceti o almeno sotto una quercia.

Principale albero sacro dei Druidi, la Quercia simboleggia il ruotare degli anni. Durante questo tempo dell'anno, i Druidi incidevano un anello sull'albero per proteggerlo dai fulmini. La Quercia rappresenta il processo della nostra vita attraverso il cambiare e il divenire durante il quale dobbiamo sempre considerare i grandi beni e le responsabilità morali. Rappresenta l'Anima, che in termini celtici è "l'occhio di dio"

Cambiamento, sacrificio e comprensione. è il momento in cui il sole incomincia il suo moto verso il buio ed è sacrificato alle tenebre, come la terra si dirige verso l'inverno.

Il giudice riceveva la saggezza dal dio del cielo, reggitore anche della giustizia, ma al di sopra del giudice e



perfino del re vi era un'autorità che non comandava nessuno ma la cui voce non era mai inascoltata: era la voce del depositario della sapienza e della poesia, il druida, parola che significa "il veggente della quercia" (Robert Graves, *La dea bianca*).

Ai rami di una quercia situata in un'area come quella di Grandola si appendevano i doni dedicati al dio, le teste dei nemici uccisi in battaglia, il bottino, le primizie e il popolo tutt'intorno assisteva a questo omaggio devoto. Se il bosco in generale aveva sempre qualcosa di divino per i nostri avi (i romani chiamavano le divinità silvane dei Celti a nord del Po "Fatae Dervones"), gli alberi che come la quercia di Grandola sono isolati o al centro di uno spazio delimitato avevano un'eccellenza anche più singolare. Il cristianesimo durò molta fatica per contrastare questa religiosità.

"Il culto degli alberi era parte integrante dell'antico culto della natura e la chiesa incontrò enormi difficoltà a sopprimerlo. I concili tuonavano contro il culto degli alberi, contro le offerte loro fatte o l'accensione di fuochi intorno a essi (...) nonché contro la credenza che certi alberi sarebbero troppo sacri per essere tagliati o bruciati" (J. A. MacCulloch, *La religione degli antichi Celti*, Neri Pozza).

Ma la storia del cristianesimo in area celtica nei primi secoli è molto spesso storia di querce sacre date alle fiamme o abbattute fra lo strazio del popolo. Questa di cui parliamo deve probabilmente la propria sopravvivenza all'isolamento del luogo, o forse a un passaggio pacifico e non traumatico alla nuova religione. Ma la sacralità della quercia era inscindibile da quella del vischio, perché "tutto quello che cresceva sulla quercia era stato mandato dal cielo" (MacCulloch). Ne parlò diffusamente lo scrittore comasco di lingua latina Caio Plinio Secondo, detto Plinio il Vecchio, vissuto nel I sec. dopo Cristo, nella sua *Naturalis Historia*. Raccolto con grande solennità il sesto giorno dopo il solstizio d'inverno, tutta la cerimonia avveniva con attenzione spasmodica alla purezza: un druida vestito di bianco tagliava il vischio con un falchetto d'oro e lo deponeva in un panno bianco perché non toccasse terra e non perdesse così tutta la potenza che gli derivava dalla luna, poi si sacrificavano due tori bianchi mai aggiogati prima.

Il vischio era considerato una medicina universale, rimedio contro la sterilità delle donne come delle bestie, potente e infallibile afrodisiaco e antidoto contro ogni veleno, sortilegio o malattia. Perché questo legame con la luna? Perché anche se vive su una pianta sacra al sole esso non si orienta secondo la provenienza dei raggi solari e della luce e i suoi frutti sono bianchi e sferici come l'astro della maternità. E la tradizione natalizia del vischio è sopravvissuta specialmente a Milano, città che fu posta fin dai tempi più antichi sotto la protezione della luna: una semplice coincidenza?

Il nome cimbrico del vischio, wydd, significa "pianta per eccellenza", mentre, sempre secondo Plinio, i druidi gallici lo chiamavano "cura-tutto" e "che cade dal cielo sulla quercia" e in effetti esso, pur essendo semiparassitario, rispetta la pianta ospite e anzi le sue radici irrobustiscono i rami di quella e li proteggono dalle infestazioni di parassiti. I druidi della Gallia ritenevano che il vischio fosse la più importante di tutte le piante e tra le spiegazioni di ciò, legata alla raccolta del

vischio quando la luce solare è al minimo, è che reciderlo col falchetto d'oro simboleggia l'evirazione del vecchio re da parte del nuovo, l'anno che ricomincia, la vita che riprende. Citiamo da Robert Graves, *La dea Bianca*, ed. Adelphi, i versi di un poema celtico irlandese che descrivono la straordinarietà del vischio:

*"Il giorno che non è un giorno richiede un albero
che non è un albero, di crescita umile e tuttavia elevata.
Quando la pallida regina d'autunno getta via le foglie,
le mie foglie hanno appena guarnito di ciuffi i suoi rami.
Quando il melo selvatico lascia cadere i suoi buoni frutti,
il mio frutto, che è una panacea matura sui suoi rami".*

La quercia fu fin dai tempi antichi tenuta in grande onore. Nel Medio Evo a Bologna era consuetudine pubblicare i bandi e organizzare liberi commerci sotto di essa, mentre nel contado i maggiorenti si riunivano all'ombra dell'albero per discutere le faccende del governo

La favola della quercia e del diavolo

Una leggenda sarda testimonia come il simbolo "paterno e protettivo" della quercia sia radicato nell'immaginario collettivo.

Un giorno il diavolo si recò dal Signore dicendogli: *"Tu sei il signore e padrone di tutto il creato, mentre io, misero, non possiedo nulla.*



Concedimi una signoria, pur minima, su una parte della creazione; mi accontento di poco." "Che cosa vorresti avere?" chiese Domineddio. *"Dammi, per esempio, il potere su tutto il bosco"* propose il diavolo .

"E sia" decretò il Signore "ma soltanto quando i boschi saranno completamente senza foglie, ovvero durante l'inverno; in primavera il potere tornerà a me."

Quando gli alberi a foglie decidue dei boschi seppero del patto, cominciarono a preoccuparsi; e con il passare del tempo la preoccupazione si mutò in agitazione. *"Che cosa possiamo fare?"* si domandavano disperati. *"A noi le foglie cadono in autunno."*

Il problema pareva insolubile quando al faggio venne un'idea: *"Andiamo a consultare la quercia, più robusta e saggia e di noi tutti la più anziana. Forse lei troverà un espediente per salvarci"*

La quercia, dopo avere riflettuto gravemente, rispose: *"Tenterò di trattenere le mie foglie secche sui rami finché sui vostri non spunteranno le foglioline nuove. Così il bosco non sarà mai completamente spoglio e il demonio non potrà avere alcun dominio su di noi".*

Da allora le foglie secche della quercia, coriacee e seghettate, rimangono sui rami per cadere completamente soltanto quando almeno un cespuglio si è rivestito di foglie

Attività svolte dall'A.V.A.

Inaugurazione dell'anno 2016-2017 del Centro di Biopsicosintesi di Varese

Giuseppina Guidi Vallini

Il Centro di Biopsicosintesi di Varese è uno dei 12 Centri dislocati in varie città d'Italia. Come ogni anno, all'inizio di ottobre, in ogni Centro si inaugura il nuovo cammino dell'anno in corso con temi sempre diversi ma assai attuali. Quest'anno qui a Varese il tema principale è basato sui talenti che ognuno di noi ha alla nostra nascita e che occorrerebbe sviluppare nel corso della propria vita. Devo dire che ho conosciuto questo Centro ben 35 anni fa, in un momento di crisi e vi ho trovato la possibilità di ritrovare in me risorse tali da farmi superare questo stato d'animo e di migliorare consapevolmente i talenti che avevo ricevuto alla nascita. Ho frequentato costantemente il Centro, i corsi di formazione, le conferenze dei vari docenti, i convegni e i congressi ottenendo una maggiore conoscenza di me stessa, che mi ha permesso di integrare la formazione di Assistente Sociale, professione che avevo già svolto in passato in vari settori. Purtroppo, attualmente, ho dovuto sospendere questa frequenza date le mie ridotte capacità fisiche, ma all'inaugurazione di quest'anno, con grande forza di volontà, e aiutata dai miei cari amici di percorso, sono riuscita ad intervenire provando per di più la soddisfazione che era stato messo in evidenza un mio articolo pubblicato nel 2003 sul periodico "La Voce" sul tema "talenti" che riporto qui di seguito:

Riflessioni personali sulla parabola dei Talenti

Ascoltando alcune settimane fa, al momento della lettura della pagina del Vangelo, la Parabola dei Talenti, mi sono soffermata sul suo significato e mi sono chiesta se ho saputo far fruttare in modo consapevole ed adeguato i doni che mi sono stati elargiti al momento della nascita. Mi pare di poter dire obiettivamente che, durante il mio cammino di vita ho fatto tutto il possibile per sviluppare le mie potenzialità e far fruttare al meglio i talenti concessimi. Vorrei, al termine del mio percorso terreno, poter rispondere con sincerità alla domanda "sei diventata quella per cui hai ricevuto talento e predisposizione?" e poter affermare "certamente non lo sono diventata, ma perlomeno ho provato con tutte le mie forze". Ho desiderato comunicare queste mie riflessioni, anche se molto personali, perché mi farebbe piacere che altre persone si fermassero a riflettere sui propri talenti senza soterrarli, ma mettendoli a frutto. È importante utilizzare al meglio le proprie potenzialità. Quante persone, invece, non hanno né la voglia, né il coraggio di vivere la propria vita secondo le opportunità che sono state loro offerte, e senza quindi minimamente crescere. È un vero peccato! Quanta energia non viene utilizzata! La mia vuole essere solo un'esortazione a non rimanere statici, a non vegetare, ma a cercare di migliorarsi sempre di più sfruttando al meglio le proprie doti. La Direttrice del Centro, Patrizia BONACINA, mi ha detto che questo articolo verrà riportato anche sulla rivista "Psicosintesi" e questo, ovviamente, è stato per me di grande soddisfazione anche per questo contatto tra l'Associazione Volontari Anziani (AVA) con il periodico "La Voce" pubblicato mensilmente e di cui sono segretaria, e il Centro di biopsicosintesi con la rivista "Psicosintesi". Il 20 p.v. sono stata invitata a partecipare ad una riunione di soci che da 25 anni frequentano il Centro e le varie attività in esso svolte e sono stata ben lieta di aderire a questo invito, aiutata dai soci del Centro che si prenderanno cura della superinvalida fisicamente, ma ancora, per il momento, abbastanza lucida con la mente. Sarà un momento assai lieto nel ripercorrere insieme questo lungo e proficuo cammino che ha cambiato in meglio la nostra esistenza.

Attività svolte dall'A.V.A.

A.V.A. ASSOCIAZIONE VOLONTARIATO ANZIANI



Associazione C.F. 95017360124 Centro Social

Gara a bocce individuale

Trofeo challenge "Pier Regazzoni"

Ottobre 2016



CLASSIFICA FINALE

1° Classificato	MONTALBETTI	<i>Renato</i>
2° Classificato	PALLADINO	<i>Antonio</i>
3° Classificato	CAVALLI	<i>Oswaldo</i>

Attività svolte dall'A.V.A. e dal C.D.I.

Visita del Sindaco, dott. Davide Galimberti e dell'Assessore ai Servizi sociali, dott. Roberto Molinari

Giuseppina Guidi Vallini

Il giorno 11/10/2016, su desiderio del Sindaco e su invito del Presidente dell'AVA, Silvio BOTTER e del responsabile dei S.S del CDI, Marco VANETTI, il Sindaco, dott. Davi de GALIMBERTI e l'Assessore ai Servizi Sociali, dott. Roberto MOLINARI hanno fatto visita presso le due Associazioni con lo scopo di conoscere meglio le attività che vi si svolgono ed ascoltare i problemi che si presentano e che potrebbero essere eventualmente risolti secondo le possibili risorse economiche.



Il Sindaco ha salutato gli ospiti che frequentano il CDI e i soci dell'AVA presenti in sala e si è dichiarato disponibile ad ascoltare i vari quesiti, non solo in questa sede, ma anche il giovedì mattina presso il Comune.

Ritiene molto importante il coinvolgimento dei cittadini anche per una più dettagliata conoscenza dei problemi, con l'obiettivo di rendere migliore la vita delle persone.

Il dott. Molinari si è presentato in qualità di assessore ai Servizi Sociali, dichiarandosi disponibile il martedì mattina, presso il Comune per ascoltare quanto le persone propongono e valutare le possibili fattive risoluzioni. Inoltre farà di tutto per venire a pranzare con gli ospiti del Centro.

Il dott. Vanetti ha illustrato i vari settori del CDI e le molteplici attività ricreative che vi si svolgono quotidianamente, lasciando agli ospiti la possibilità di avanzare eventuali richieste.

Silvio Botter ha presentato alcune richieste che qui si trascrivono:

Pavimentazione esterna dato che, in caso di pioggia, c'è ristagno di acqua.

Pulizia del bosco esterno, competenza CDI.

Intervento ASL per pulizia zone di loro competenza, causa pericolo caduta neve.

Intervento ASL per parcheggi, completa anarchia.

Intervento per sistemazione strada ingresso, asfaltatura irregolare.

Possibilità di creare un servizio igienico con ingresso esterno.

Trovare una soluzione per alcuni ospiti del dormitorio, causa mancato rispetto dell'orario.

Illuminazione campo bocce.

Richieste che – ci si augura- possano essere valutate e possibilmente risolte compatibilmente con le risorse disponibili.

Anche da parte degli ospiti del CDI e di alcuni soci dell'AVA sono state avanzate osservazioni su alcuni punti: sul pranzo... piuttosto monotono, sul rapporto con l'infermiera..... sull'unico ascensore, sul parcheggio pulmini, servizio trasporto da piazza del mercato al Centro.

Sono stati presentati anche alcuni aspetti del tutto positivi come il trasporto dei pulmini per gli ospiti con autisti volontari, molto amorevoli, servizio medico e fisioterapico, attività ricreative che creano un clima di socialità.

La visita dei due rappresentanti del Comune è stata molto gradita, con la speranza di poter, magari in occasione del Natale, ripristinare questo clima di serenità e di condivisione.

Attività svolte dal C.D.I.

Pittura e Acquarello Disegno e Colore 1 - 2 ottobre Salone Estense - Varese

Silvana Cola – Gianni Botter – Vittorio Burati

Sabato 1 e domenica 2 ottobre si è tenuta, nella sala Estense una mostra di quadri dipinti durante i corsi che frequentano gli anziani.

In poco più di un'ora gli operatori hanno allestito una gradevole esposizione di tutti i lavori; l'allestimento ha dato giusto risalto a tutte le varie composizioni.

Bello è collaborare a questi eventi, senza invidie e voglia di prevalere, ognuno mette nei suoi lavori tutta la capacità di cui è dotato e tramuta nei colori e nei soggetti anche i suoi sentimenti nascosti in fondo all'anima.

Tanti visitatori hanno lasciato una frase di commento; anche il nostro Sindaco, che ci ha onorato della sua presenza, e ci ha lasciato queste parole:

"Complimenti per l'energia e la bellezza. Il vostro impegno onora la nostra città".

Sono molteplici i corsi amatoriali che si tengono presso i Centri d'incontro del Comune di Varese e tra questi i corsi di pittura ad olio e acquarello.

Disegno e colore, miscela magica delle arti figurative, stimolano la fantasia ed allenano al buon gusto.

Si usano le mani, ma si dipinge col cervello e il cuore. I frequentatori dei corsi devono tenere in esercizio la mente, in un clima di distacco dalla quotidianità e di dedizione appassionata e distesa. Tutto ciò giova allo spirito.

Le modalità operative del corso di pittura sono molteplici, ma essenzialmente rivolte alla copia dal vero, in maniera che gli oggetti tradotti in pittura su una modesta tavoletta, possano suscitare un sincero godimento estetico ed appagare chi ha realizzato l'opera e chi la osserva.

Stesso discorso per l'acquarello, dove il paesaggio e la figura umana sono motivo di ispirazione e dove, con una tecnica particolarmente difficile, prevale lo spirito creativo sul colore.

Tutte le allieve e gli allievi sanno sempre dire qualcosa col pennello e la tavolozza. Certo, si vuol dire che artisti si nasce, ma ciò non deve precludere alcun tentativo.

Tutti devono godere la gioia della creatività nell'arte.

Il migliore risultato non consiste tanto nel vedere realizzate garbate tavolette in cui siano riprodotti oggetti, paesaggi o copie di quadri d'autore, bensì nel constatare in ogni allievo un miglioramento costante del buon gusto e del senso critico.



Yoga della risata

Giuseppina Guidi Vallini

Il giorno 7/10/2016 nella sala dove gli ospiti del CDI soggiornano quotidianamente, è accaduto qualcosa di veramente eccezionale: la presentazione dello Yoga della risata, un'esperienza che può cambiare la vita.

In effetti, ho imparato che si può ridere anche se non se ne ha voglia, anche se non si ha il senso dell'umorismo, anche se non si è felici, procurandosi volontariamente la risata.



Lo yoga della risata, una tecnica unica, è un'idea rivoluzionaria, semplice e profonda allo stesso tempo, che sta diffondendosi in tutto il mondo e sta cambiando la vita a moltissime persone.

Tutti possono praticarlo, un metodo scientificamente provato, molto divertente i cui benefici si sentono fin dal primo momento in cui si inizia a farlo.

Questo metodo viene applicato nelle aziende, nelle palestre, nelle residenze per anziani, nelle scuole, nelle università, nei centri di salute mentale, nei gruppi di sostegno per i malati di tumore. Qui, al nostro Centro CDI, Elena Barbagallo, insegnante certificata di yoga della risata, ha trasmesso al nostro gruppo di operatori e volontari:

Filippo – Monica T. – Monica M. – Stefano – Tiziana – Pina – Carla – Edo – Alessandra – Lisa – Donatella, la tecnica e lo spirito dello yoga della risata per permettere loro, assieme a lei, di coinvolgere in questa tecnica gli ospiti del CDI.

E vi assicuro che questo coinvolgimento è stato quanto mai interessante e produttivo. In circolo gli ospiti hanno con molta gioia eseguito quanto Elena e gli operatori insegnavano loro.

Con lo yoga della risata chiunque può ridere senza bisogno di umorismo. La risata viene simulata come un esercizio e, praticata in un gruppo, si trasforma presto in una risata autentica e contagiosa. Tutti sanno che la risata è la migliore medicina e che ridere fa bene alla salute. Occorrerebbe ridere per almeno 15 – 20 minuti al giorno con una risata sonora e sostenuta. Grazie allo yoga della risata si può ridere a crepapelle per un tempo più lungo poiché la risata viene praticata come un esercizio fisico e non è causata da un processo mentale.

Questo yoga, fatto in gruppo, inizia con esercizi di riscaldamento, seguiti da un esercizio di risate intervallate da respirazioni profonde, usando parole di benessere come "tutto va bene"; al termine si praticano tecniche di rilassamento. Il contatto visivo tra le persone trasforma la risata simulata in una risata vera e spontanea.

Nella vita personale lo yoga della risata aiuta a sviluppare il senso dell'umorismo e a sorridere di più, contribuisce ad avere più sicurezza in se stessi e ad avere un atteggiamento più positivo e più ottimista, con un cambiamento sull'umore per cui tutto sembra migliore. Inoltre costituisce un potente allenamento per l'apparato cardiocircolatorio e riesce ad abbattere gli effetti negativi dello stress sul corpo, causa di molte malattie. È proprio un esercizio che agisce contemporaneamente sullo stress fisico, mentale ed emotivo rafforzando il sistema immunitario, abbassando la pressione sanguigna, regolando il livello degli zuccheri nel sangue, mantenendo il cuore in salute e costituendo anche un potente antidoto contro la depressione.

Concludendo, lo spirito profondo della risata insegna a mantenere alto lo spirito di fronte alle sfide della vita e a reagire con coraggio alle situazioni negative e alle relazioni difficili, con una attitudine mentale positiva.

Dopo questi esercizi svolti in gruppo, mi sono sentita serena e molto soddisfatta e ringrazio l'insegnante Elena, gli operatori del Centro e gli organizzatori di questa iniziativa che ci hanno consentito di vivere una giornata così gioiosa. Mi sono proposta di esercitarmi in questo Yoga della risata per il mio benessere e, secondo i miei limiti, di trasmetterlo ai miei familiari e agli amici, spiegando anche gli effetti benefici che se ne traggono.

Relazione sugli incontri con gli ospiti del C.D.I. sul tema "racconti di Natale" dello scrittore Gianni Ballabio

Giuseppina Guidi Vallini

Come di consueto, al termine di un ciclo di riunioni, relaziono su quanto si è svolto relativamente al tema che è stato affrontato e discusso con gli ospiti del CDI.

I racconti sono stati 5 dai seguenti titoli:

- *Il pastorello alla grotta*
- *I pensieri del bue alla mangiatoia*
- *L'angelo giunto in ritardo*
- *L'oste che trovò posto al mistero*
- *I protagonisti del Presepio*
- Più 1 datomi dall'animatrice della Fondazione Molina: "*Un compito speciale*".

I racconti, scritti dallo scrittore Gianni BALLABIO mi hanno vivamente attratto per il tono del tutto originale. Il Presepio è stato osservato e raccontato da punti di vista assai diversi dal solito e la discussione ha dato adito a ricordi, confronti di epoche passate con la modernità odierna, non solo, ma la possibilità di riflessione sul passato, sul presente e sul futuro dei propri figli e nipoti.

Gli ospiti hanno dimostrato interesse per questi racconti e per il modo inconsueto di osservare il Presepio in modo così diverso da come viene di solito percepito ed hanno presentato il loro modo di viverlo nel passato e quello vissuto dai propri figli e nipoti.

Direi che sono state riunioni molto vivaci e costruttive. Ognuno ha tenuto in serbo il racconto scritto sul computer e consegnato loro con l'obiettivo di farlo leggere ai propri nipoti e parlarne con loro per ritornare ai tempi del passato.

Questi racconti – penso – potrebbero fornire inoltre l'opportunità di mettere in scena qualche episodio con l'aiuto di diversi operatori e determinare anche ulteriori motivi di discussione e riflessione.



Nella foto Gianni Ballabio

Concerti del coro "Le Coccinelle scalmanate"

Giuseppina Guidi Vallini

26 Ottobre COMERIO

Il 26 ottobre c.a. il coro ha cantato a **Comerio** presso la **Fondazione Angela Mauri Saccomaghi – Giovanni Borghi – onlus**.

Secondo gli accordi presi tra Filippo, Mauro e i responsabili animatori della Fondazione, il 26 ottobre c.a. il coro delle Coccinelle scalmanate del CDI di Varese, è stato invitato a presentare il suo repertorio di canzoni, con l'obiettivo di far trascorrere una giornata gioiosa, agli ospiti della casa di riposo ed anche per festeggiare i compleanni di alcuni anziani molto in avanti con gli anni.

Alle ore 15 ha avuto inizio il concerto in una sala affrescata con molto gusto, alla presenza di molti ospiti che hanno calorosamente applaudito il nostro cantare unendosi persino al coro con grande entusiasmo.

Dopo una presentazione da parte dell'animatore responsabile, Samuele, Filippo, uno dei conduttori del coro ha presentato e guidato le seguenti canzoni:

- *La Spagnola*
- *Santa Lucia*
- *Ti voglio bene*
- *Fratello Sole e sorella Luna*
- *Parlami d'amore Mariù*
- *La strada nel bosco.*

La guida è poi passata a Mauro, l'altro conduttore che ha spiegato e guidato le seguenti canzoni:

- *Che sarà*
- *Sapore di sale*
- *Romagna mia*
- *Polenta e baccalà*
- *Meglio sarebbe e, in finale,*
- *Vengo anch'io, no tu no.*

Durante gli intervalli suonati da Mauro alla pianola, alcuni ballerini: ospiti e coristi si sono lanciati in tanghi e valzer creando un clima armonioso.

Si sono poi festeggiati al suono della pianola e col canto augurale dei coristi, gli anziani che avevano compiuto gli anni, dagli 80 ai 100, nel mese di ottobre, e precisamente: Anna Adele. Dolores, Lino, Francesca, Lucia Martina e Oliva, la più anziana di ben 102 anni, con accanto il figlio.

Con un rinfresco agli ospiti e ai coristi è terminata la giornata. Una giornata ben riuscita, tanto che ci è stato rivolto l'invito di ritornare prossimamente. Peccato che il tempo, improvvisamente, al termine ha voluto regalarci pioggia abbondante. Pazienza, l'importante è di aver realizzato lo scopo proposto, cioè, di aver dato serenità a molte persone per lo più invalide e anche a noi.

Ed ora una presentazione e descrizione della Fondazione:

La R.S.A. trae origine dalla volontà di Enea SACCONAGHI che, con proprio testamento, (1934) ha destinato beni immobili con il preciso scopo di dar vita ad "un'opera di bene" da intitolarsi alla memoria della madre Angela Mauri SACCONAGHI.

Solo con l'intervento fattivo dell'Ing. Borghi si è pervenuti alla concreta realizzazione di quanto desiderato dal testatore Sacconaghi, la "Casa di Riposo" destinata ai bisognosi di assistenza di Comerio, Barasso e Luvinate.

Nell'anno 1967 la Casa di Riposo venne realizzata e fu eretta in Ente morale con decreto del Presidente della Regione Lombardia il 20 gennaio 1975.

Dal 1 marzo 2004 la Casa di Riposo, per effetto della legge Regionale 1/2003, si è trasformata in Fondazione senza scopo di lucro, con personalità giuridica di diritto privato e dal 1 dicembre 2014, con Decreto del Presidente Regione Lombardia, ha acquisito la denominazione di ONLUS.

La residenza sanitaria assistenziale (R.S.A.) eroga i servizi e le prestazioni socio-sanitarie necessarie a quei pazienti non acuti che non possono essere curati a domicilio.

Dispone di 72 posti letto, in camere doppie o singole, dotate di servizi igienici autonomi, in prevalenza di camere doppie con bagno, destinate ad ospiti parzialmente o totalmente non autosufficienti.

Gli obiettivi principali della R.S.A. sono:

- Approccio globale alla persona con interventi mirati
- Elevata qualità assistenziale
- Ricerca di ottimali livelli di salute con sviluppo della capacità funzionale residua dell'anziano.
- Formazione del personale per sostenere la loro motivazione e la rivalutazione della loro preparazione professionale.

Inoltre si garantisce:

- Assistenza religiosa data da suore presenti in struttura.
- Libertà di culto
- Attività pastorale a cadenza settimanale
- Partecipazione alle messe.
- L'assistenza medica è garantita 24 ore su 24 erogata attraverso:
 - 1 responsabile sanitario geriatra
 - 1 specialista internista/diabetologo
 - 1 specialista chirurgia vascolare.
- In più, a cadenza settimanale, 1 medico fisiatra e altri servizi medico-specialistici erogati dal Servizio Sanitario Nazionale.

La struttura si avvale di un pool di infermieri che alternativamente con turni regolari nelle 24 ore, forniscono prestazioni sanitarie, per la preparazione e somministrazione delle varie terapie, medicazioni, prelievi di sangue, svolgendo anche funzioni di supervisione delle attività assistenziali svolte dal personale ausiliario.

Servizio di fisioterapia che provvede ad interventi mirati per curare, riabilitare, e mantenere le capacità motorie e funzionali degli ospiti. La palestra del servizio di fisioterapia è dotata di apparecchiature biomedicali per la cura delle sintomatologie dolorose osteo-articolari, molto frequenti nell'anziano.

Nella struttura operano circa 38 ausiliarie socio-assistenziali, che assicurano una costante assistenza e continua attenzione agli ospiti e ai loro bisogni.

Durante la giornata vengono proposte svariate iniziative dal servizio socio-educativo con lettura di quotidiani e libri, attività ludica di gruppo, ascolto di musica ed esecuzione di brani corali, organizzazione di spettacoli, feste popolari, mercatini. Il programma viene esposto settimanalmente.

L'orario dei pasti è il seguente: colazione ore 8 - pranzo ore 11,30 - merenda ore 15 - cena ore 18,15.

La composizione della dieta è particolarmente curata per fornire un adeguato apporto nutritivo - calorico.

Vi è una sala - ristorante al piano terreno e sale da pranzo ai vari piani dove appositi carrelli termici assicurano un'adeguata temperatura e protezione del cibo. Agli ospiti allettati il pasto è servito dal personale di assistenza direttamente in camera.

Viene anche rilevato il grado di soddisfazione dell'utenza attraverso un questionario e i risultati raccolti sono esposti. Inoltre vengono accolti i suggerimenti, gli apprezzamenti e eventuali reclami per possibili miglioramenti dell'assistenza socio-sanitaria.

Giuseppina Guidi Vallini

9 Novembre CANTELLO

Il 9 novembre il coro delle Coccinelle scalmanate, richiamato presso la **Casa San Giuseppe** dall'animatrice Angela BASILE e dall'educatrice Silvia BOSONI, per un concerto a favore degli ospiti ivi residenti, si è con grande entusiasmo recato a **Cantello**.

Alle ore 15, alla presenza di una quarantina di ospiti, con le loro assistenti volontarie Ines e Lory, con Mauro alla pianola e Domenico alla batteria, il coro, presentato da Angela, ha iniziato, sotto la guida di Filippo che ha illustrato ogni canzone, a presentare il proprio repertorio e precisamente:

- *La Spagnola*
- *Santa Lucia*
- *Ti voglio tanto bene*
- *Fratello Sole, Sorella Luna*
- *Parlami d'amore Mariù*
- *La strada nel bosco*
- *Miniera*
- e, dietro richiesta di alcuni ospiti, *Mamma*.

In alternativa, sotto la guida di Mauro che ha anch'egli illustrato ogni canzone, i coristi hanno cantato:

- *Che sarà*
- *Sapore di sale*
- *Romagna mia*
- *E qui comando io*
- *Polenta e baccalà*
- *Vengo anch'io... no tu no*
- *Le scarpette*.

Molti ospiti e, in special modo, Bruna Toso, Maria Teresa Biondi, Elide Mosca e Romano Spinosa si sono uniti al coro con grande passione dimostrando di conoscere perfettamente le parole di ogni canzone.

Molti ballerini, specialmente Cristina col marito, hanno dato mostra delle loro qualità di ballerini negli intervalli suonati da Mauro, a passo di tanghi e walzer.

La giornata è stata dedicata a due persone ospiti che hanno compiuto gli anni nel mese di ottobre e i coristi hanno rivolto loro l'augurio di buon compleanno con la canzone "tanti auguri a te".

Un rinfresco agli ospiti e ai coristi ha concluso la giornata.

Fortunatamente il tempo è stato clemente donandoci un giorno abbastanza sereno e l'invito a ritornare ci ha dato la conferma di aver raggiunto l'obiettivo prefissato, di offrire cioè momenti di serenità ai tanti anziani ospitati nella casa di riposo.

p.s. Le notizie relative all'Istituto sono state date ampiamente e pubblicate nel n° 270 di luglio-agosto del 2015.

Giuseppina Guidi Vallini