



Unitre Arenzano Cogoletto
Università delle Tre Età

Anno XXV n. 1 - dicembre 2017

Trimestrale dell'Unitre - Sede Arenzano Cogoletto - Reg. Tribunale di Genova n. 29/94 del 30/11/94
Redazione: Unitre - 16011 Arenzano, via Zunino, 2 - Tel. e Fax 010 9127593
e.mail: unitre@unitre.org - Internet: www.unitre.org

Noi Nuovi Orizzonti Insieme



La Redazione



Premio di Poesia



Viaggi Unitre



Haiku in serra

Inaugurazione XXVI Anno Accademico

Redazione di NOI

Fabia Binci, Direttore Responsabile

Maria Rosa Baghino
Marilina Bortolozzi
Beppe Cameirana
Wanda Ciaccia
Giuliana Erli
Giuseppina Marchiori
Egle Minetti
Loredana Odazzi
Maura Stella
Rosy Volta

Distribuzione

Pina Antignani	Noemi Pastorino
Angela Cerra	Rita Scappaticci
Augusto Giannerini	Rosanna Trogi

Hanno collaborato

Danilo Belluccini
Ada Bongiovanni
Fanny Casali Sanna
Lara Cavezarsi
Maria Elena Dagnino
Luciana Delucchi
Ida Fattori
Orazio Lo Crasto
Giancarlo Marabotti
Anna Pagano
Mino Parodi
Anna Ravazzi
Pericle Robello
Valentina Tamburro
Marina Vecchio



Gruppo Biblioteca

Associazioni:

Accademia Musicale Teresiana
Amici CCM di Arenzano
Amici di Arenzano
ANPI Arenzano
A.S.D. Unopuntotre
Genova con l'Africa
Mesi Mesi Onlus
WWF

SOMMARIO

Gli occhi dell'amore	3	Il trenino di Casella	21
La Redazione	3	Pollenzo e Langhe	22
Inaugurazione XXVI Anno Accademico	4	Unitre alla Badia di Tiglieto	23
Gli auguri del Presidente Nazionale	5	Mesi Mesi Onlus	24
Premio di Poesia "Città di Arenzano"	6	Genova con l'Africa	27
Incontriamoci per saperne di più	7	ANPI - L'Antifascismo in marcia	28
Festeggiamo il Natale	7	A.S.D. unopuntotre	30
Scrivere che passione: <i>Foglie morte</i>	8	Congratulazioni, Noemi	31
<i>La vestaglia</i>	8	Amici di Arenzano	32
<i>Se un giorno</i>	9	WWF	34
<i>Cercando la vita</i>	9	Accademia Musicale Teresiana	36
A proposito di emancipazione	10	Noi e loro - Premio fedeltà	38
Concerto di Natale	10	Luigi Pirandello	39
Accendiamo la mente	11	Anna Frank	40
La scrittura specchio dell'anima	11	Dal Diario di Anna Frank	41
Conoscere il Buddismo	12	Migrazione degli esseri viventi	42
Storia della Filosofia	13	Haiku in serra	43
Un ricordo della cara amica Selma Braschi ...	13	Dispari	43
Incontro con Eduardo Impellizzeri	14	IL cavalier Carlo Chirone	44
L'angolo dei libri	16	La nostra Domingas	45
Breve racconto della mia vita militare	17	Festa con i migranti di Cogoletto	45
La fotografia oggi	18	In programma per marzo	46
Nasce il Gruppo Fotografico Unitre	19	Ceriana	47
Dedicato a Mario Sterone	19	Invito a teatro	47
Il Segretariato Viaggi Unitre	20	Memorandum	48



Gli occhi dell'amore

La storia dell'Unitre è scandita dai messaggi che hanno accompagnato la nostra crescita. Ne ricordo alcuni:

L'UNITRE "Aggiunge vita agli anni, non anni alla vita", come diceva Irma Re, la Presidente Nazionale onoraria, e come ama ricordare sempre Eleonora Bozzani, tessera numero uno della nostra associazione.

L'UNITRE è prevenzione. "Più UNITRE uguale meno farmaci". Abbiamo tutti sperimentato come l'Unitre promuova salute, insegnando a pensare-studiare, allenando la memoria, proponendo nuove relazioni.

L'UNITRE è "Dono e gratuità", testimonianza quotidiana di un impegno improntato alla gratuità e alla solidarietà, senza forme di pagamento subdole.

Il tema dello scorso anno è stato "Insieme è più facile". Dice un proverbio africano: "Se vuoi arrivare primo, corri da solo. Se vuoi arrivare lontano, cammina insieme".

La nostra esperienza dimostra che le staccionate si possono scavalcare e che si possono infrangere le frontiere della cultura, della lingua e della storia, dell'esperienza e, soprattutto, del pregiudizio.

"Gli occhi dell'amore" è il tema di quest'anno.

Gli occhi della paura chiedono serrature più grandi per la nostra porta, ci spingono a comprare armi e ad isolarci. Gli occhi dell'amore, invece, ci vedono tutti come una cosa sola. Il mondo è una polifonia d'amore. Il fragile filo di ogni cosa che vive è l'amore, se la trama si sfilaccia non può che ricucirla l'amore.

Siamo fragili ma non siamo soli, prendersi cura dei più deboli è un fattore di forza per tutti.

L'Unitre è una storia d'amore, risponde al bisogno innato dell'uomo di essere in relazione. Dall'amore nasce l'idea della solidarietà che permette di sfuggire all'angoscia e di guardare avanti. Diceva Cesare Pavese che tutto il problema della vita è il sentirsi soli: "Perché questo è l'ostacolo, la crosta da rompere: la solitudine dell'uomo - di noi e degli altri".

Ventisei anni di impegno sono tanti, ma li portiamo con leggerezza, collaborando insieme. Qualcuno non è più tra noi, tuttavia coloro che amiamo e che abbiamo perduto non sono più dove erano, ma sono ovunque noi siamo (Sant'Agostino).

Che il 2018 sia di pace per tutti.

Tanti auguri da tutta la redazione di Noi.

Fabia Binci

La Redazione di NOI



Da sx: Loredana Odazzi, Marilina Bortolozzi, Maria Rosa Baghino, Wanda Ciaccia, Rosy Volta, Fabia Binci, Egle Minetti, Giuliana Erli, Beppe Cameirana

Inaugurazione XXVI Anno Accademico



Fabia Binci e Francesca Antoniotti

È iniziato un nuovo anno. Abbiamo festeggiato le nozze d'argento l'anno scorso ed ora ci accingiamo a dare inizio ad un nuovo ciclo di venticinque anni che porterà l'Unitre alle nozze d'oro. Speriamo!

Il 28 ottobre 2017 nella Sala Impastato si è tenuta la festa di apertura, che è stata una festa movimentata, insolita e oltremodo piacevole.

La Presidente, Fabia Binci, ha introdotto la manifestazione salutando e ringraziando, oltre i presenti, tutti coloro che rendono la nostra associazione funzionante ed attraente.

Il Sindaco di Arenzano, Luigi Gambino, ha fatto gli auguri per una crescita ancora maggiore e promesso una fattiva collaborazione.

Il Sindaco di Cogoletto, Mauro Cavelli, ha detto di provare immensa gratitudine per l'impegno dell'Unitre sul territorio, per cui non farà mai mancare la sua collaborazione. Infine ha espresso il desiderio di ospitare a Cogoletto qualcuna delle nostre manifestazioni di inizio o fine anno.

È seguita la gradita esibizione del coro Unitre "Eco del mare", che ha fatto apprezzare la bravura dei cantori, accompagnati alla tastiera da Anna Venezia e Stefania Terrinoni e guidati dalla sempre sorridente Caterina

Vallarino che si è esibita in assoli emozionanti.

Il coro ha eseguito *l'Inno alla gioia*, *Moon river*, un brano tratto dal *Flauto Magico*, un brano tratto dal *Don Carlos* di Verdi ed infine *Aggiungi un posto a tavola*.

Insolito intermezzo di magia e atmosfera poi è stato offerto dal trio "Imaghiamo", che sorprendono con giochi di prestigio e offrono la loro arte in spettacoli di beneficenza.

Dopo l'intermezzo ludico Fabia ha dedicato brevi e toccanti parole agli amici che ci hanno lasciato nel



Il pubblico in Sala Peppino Impastato



Il coro Unitre Eco del mare

Hanno parlato in rappresentanza dei nuovi docenti Graziella Serrato (La comunicazione nelle relazioni), Massimiliano Magni (Conoscere il Buddismo), Matteo Borgatta (Accendiamo la mente).

La palla è passata quindi ad Anni Valle, nuova responsabile dei viaggi, ricca di fervore e di idee che hanno già fatto presa sugli iscritti, che ha illustrato il suo programma. Gioiosa conclusione infine il buffet preparato dagli amici della convivialità.

Marilina Bortolozzi

corso degli anni, in suffragio dei quali l'11 novembre alle ore 17:30 si è celebrata una Messa.

Il cuore dell'Unitre - ha ricordato - è la solidarietà che si esprime nell'aiuto al prossimo, soprattutto ai più fragili, come i migranti, in nome dell'amore e della gratuità. Noi tutti meritiamo un applauso.

Francesca Antoniotti, Direttrice Didattica, ha elencato i numeri che caratterizzano l'associazione: corsi, laboratori, docenti che si sono susseguiti nel tempo, studenti stranieri che hanno frequentato il corso di Italiano a loro dedicato, provenienti finora da ben 62 Paesi.



*Da dx: Imaghisiamo: Giampaolo Caviglia
Lorenzo Parodi e Andrea Quercini*

Gli auguri del Presidente Nazionale

Carissimi amici tutti,
in questi giorni continuano ad arrivarci sempre numerosi gli inviti di partecipazione alle cerimonie di inaugurazione del nuovo Anno Accademico delle Vostre Sedi. Non nascondo i sentimenti miei di commozione, di gioia ed insieme di giustificato orgoglio nel sentirmi parte di così grande famiglia.

Torno a ringraziarVi con il cuore e idealmente accolgo le Vostre sincere offerte di ospitalità e amicizia, anche se non potrò essere presente ovunque desidererei di essere.

Rinnovo gli auguri più fervidi per un anno di intenso e proficuo volontariato al servizio della promozione sociale e culturale, nella speranza di incontrarci e misurare insieme il nostro entusiasmo progettuale e costruttivo.

Buon inizio, un forte affettuoso abbraccio.



*Gustavo Cuccini
Presidente UNITRE Nazionale*

Premio di Poesia "Città di Arenzano"

dedicato a Lucia Morpurgo Rodocanachi

Vivian Lamarque, con *Madre d'inverno*, è la vincitrice della decima edizione del Premio di Poesia "Città di Arenzano", dedicato a Lucia Morpurgo Rodocanachi e organizzato dalla nostra Unire, con patrocinio e sostegno del Comune di Arenzano, patrocinio della Città Metropolitana, della Regione e del MIUR (Ministero Istruzione, Università e Ricerca).

Lo ha deciso la giuria popolare, composta da trentuno persone di varia età e professione, sabato 24 giugno 2017, dopo l'incontro con i poeti nel Salone dei Dogi - Grand Hotel di Arenzano, di fronte a un pubblico numeroso e partecipe.

La giuria tecnica, composta dal poeta Umberto Pier-santi (Presidente), Roberto Galaverni (scrittore e critico letterario), Stefano Verdino (docente universitario e critico), aveva indicato altri due finalisti:

Anna Maria Carpi, *E io che intanto parlo*, Poesie 1990-2015, Marcos Y Marcos, 2016.

Andrea Gibellini, *Le regole del viaggio*, Effigie 2016.

Il premio è ormai diventato un evento importante nel panorama letterario nazionale, come dimostra ogni anno la presenza di RAI 3 e della stampa.

Arenzano si conferma come luogo che sa dare ascolto e dignità alla poesia, in cui l'amministrazione co-

munale si impegna a sostenere la cultura, sia pure tra mille difficoltà, con iniziative di grande respiro. Il nostro "premio in cerca di lettori" si innesta nella tradizione della comunità arenzanese e si propone di creare un pubblico di lettori numeroso e consapevole. È intitolato a Lucia Rodocanachi, che fu negli anni trenta polo di attrazione per scrittori e artisti amici. Il richiamo a Lucia e ai suoi amici è stato affidato a Stefano Verdino, che ha parlato del rapporto tra Lucia e Henry Furst.

Ad apertura di cerimonia sono stati premiati dall'onorevole Mara Carocci i vincitori del concorso "Per il verso giusto", aperto ai giovani dai 14 ai 29 anni.

La serata è stata arricchita dagli intermezzi musicali del Bassocontinuo: Giampaolo Caviglia (chitarra), Federico Vallergera (flauto traverso) Edoardo Valle (violoncello).

Madre d'inverno è un'opera importante, che conferma Vivian Lamarque come una presenza significativa della poesia contemporanea.

Il libro è tutto costruito sul tema della "madre", af-

frontato da diverse angolature, muovendo da elementi concreti della quotidianità, con leggerezza e commozione controllata, sempre attutita da un pizzico di amarezza.

Il valore di questa raccolta poetica consiste nell'aver fatto della figura materna un'idea assoluta: madre è colei che ci insegna a vivere e ci fa conoscere la differenza tra il bene e il male e, da ultimo, madre è colei che ci mostra come si abbandona la vita.



Da sx: On. Mara Carocci, Vivian Lamarque e Ass. Fiorella Bagnasco

<https://sites.google.com/site/poesiarenzano>

Fabia Binci



Incontriamoci per saperne di più

L'Unitre, in collaborazione con il Comune di Cogoleto, l'AVO e lo Spi Cgil, come ogni anno ha organizzato un ciclo di conferenze culturali e informative, presso il Centro Culturale Espositivo "A. Sbragi" di Cogoleto, dove si svolgono molti nostri corsi e laboratori.

Così, tutti i venerdì del mese di novembre e il primo di dicembre, si sono tenuti incontri di ottimo livello sui temi più vari, seguiti da un pubblico numeroso e partecipe. Un grazie sentito ai relatori che hanno saputo destare interesse autentico e sono stati sempre disponibili a rispondere alle domande dei presenti.



Centro Culturale Alberto Sbragi - Cogoleto



Un momento dell'incontro con il dott. Giorgio Schiappacasse

Temi degli incontri

- 1 Le novità del Distretto Socio-Sanitario (dott. Filippo Parodi e dott.ssa Anita Venturi)
- 2 La prevenzione delle alcool dipendenze (dott. Giorgio Schiappacasse)
- 3 La camminata nordica (dott. Cristiano Novelli coadiuvato da un istruttore federale)
- 4 Cittadini e Comune. Parliamo di burocrazia (dott. Ignazio Puglisi)
- 5 La Costituzione Italiana (prof. Francesco Macri)



*Sabato 9 dicembre 2017
dalle ore 16.00*

*Sala Polivalente Comunale
Piazzale del Mare, Arenzano*

**Festeggiamo
il Natale**

*A Natale non importa cosa trovi sotto l'albero,
ma chi trovi intorno.*

Stephen Littleword



Scrivere che passione



Foglie morte



Karin si svegliò all'improvviso. Guardò fuori dalla finestra e ciò che vide le piacque.

Il degradare del prato davanti alla casa le trasmetteva pace e vitalità al contempo, la induceva a pensare e a sognare ad occhi aperti.

Al suo fianco Marco dormiva profondamente.

Era contenta di aver deciso di ritornare nella vecchia casa, in cui ormai da troppo tempo non aveva più messo piede.

La sensazione di benessere che la pervadeva ne era la più evidente conferma.

In fondo era sempre stato così: ogni volta che problemi, ansie, insicurezze di diversa natura la opprimevano, le bastava ritrovarsi nella casa della nonna per riacquistare tranquillità e chiarezza.

Altissimo, l'ippocastano che scorgeva a sinistra mostrava scarni rami quasi del tutto spogli e sembrava richiamare il suo sguardo verso il basso, dove le foglie cadute avevano nel frattempo formato una sorta di coltre dorata.

La donna scostò il piumone che la ricopriva, scese dal letto e uscì in quella fredda notte novembrina come in risposta a un ancestrale richiamo.

Si avvolse in quel manto fruscante che l'accoglieva con calore e si sentì felice.

Foglie morte? Qualcuno ne aveva scritto persino una canzone, bellissima e malinconica, ma per lei erano estremamente vive.

In quel caldo e familiare abbraccio si riaddormentò.



Anna Ravazzi

La vestaglia

La osservava dall'alto, con aria benevola. Giovanna le lanciò uno sguardo pieno di compassione. Lei se ne rese conto e sembrò sbiadire.

Era triste, dimessa. Le sembrava che volesse parlarle. L'ascoltò. Mentre lei raccontava, Giovanna ripercorreva la loro vita. L'una così morbida, calda, accogliente. L'altra dura, fredda, scostante. Non erano mai riuscite ad avere un contatto. Giovanna non le aveva mai permesso di riscaldarla. Anzi, il suo tocco l'aveva sempre infastidita.



Se l'era trovata davanti, ben confezionata, la vigilia di un giorno che non era Natale. Giovanna rigirava l'involucro tra le mani, temendo che quello che conteneva non le sarebbe piaciuto. Ma era un regalo della suocera. Doveva fare buon viso!

Con timore, come se stesse maneggiando un pericoloso ordigno, cercò di scio-

gliere il nastro, senza riuscirvi. Riprovò con crescente nervosismo, fallendo il tentativo. A quel punto, afferrò un paio di forbici e, zac, lo tagliò, strappò la carta, facendo letteralmente saltare fuori lei, la vestaglia rosa fucsia, in materiale sintetico 100%, quello, per intenderci, che dà la scossa e fa scintille!

Lunga fino ai piedi, dotata di cintura per tenerla ben accostata al corpo, con un orripilante collo a scialle.

Dire che Giovanna era inorridita è dire poco. Ma quella era la moda del momento.

Giovanna non amava le vestaglie; tali indumenti evocavano in lei malattie, convalescenze, stati di malessere, li associava ad eventi poco simpatici. E poi, quel rosa così rosa! Un colore che non indossava volentieri perché lo riteneva troppo femminile.

Fu così che quella vestaglia, scelta certamente con cura e amore, ebbe un'altra destinazione.

Non avvolse Giovanna nel suo scintillante tepore ma, con pari dignità, finì per proteggere una pelliccia che non indossava mai ma della quale non riusciva a disfarsi.

Luciana Delucchi

Se un giorno...

Se un giorno... forse domani o chissà quando, speriamo mai, il web e tutta la tecnologia si oscurasse... e... nessuno di noi avesse una giustificazione plausibile su come e perché un simile fatto fosse accaduto, ebbene... allora... ognuno di noi tra coloro che fino a quel momento avevano avuto l'opportunità, non definiamola fortuna o forse sì, definiamola pure così: la fortuna di essere stati tra gli utilizzatori di una complessa e meravigliosa tecnologia che accomu-



Albert Anker, *Il nonno racconta una storia* (1884)

na tutti i popoli senza distinzione di sesso, di colore della pelle, di nazionalità, i cui confini sono quasi illimitati, ebbene... ognuno di noi ora dopo il grande "black out", immaginando un futuro diverso e sensibilmente e drasticamente trasformato, molto più simile a quello dei nonni o comunque degli avi, provi a pensare un futuro in cui tutto si fermi, ed alla domanda che avresti posto premendo i tasti della tastiera componendo il semplice avverbio interrogativo: "perché?" se a questa semplice domanda non ci fosse alcuna risposta... ebbene... allora la risposta a quella domanda la cercheremmo dentro di noi.

La sera i più fortunati radunati attorno al focolare, tornati a raccontarsi il loro passato, le loro storie e tante altre vicende, con i più anziani, osservati dagli sguardi estasiati dei nipotini, racconteranno di quei luoghi virtuali chiamati "social", dove ciascuno condivideva la propria foto, esponeva le proprie teorie e altrettante lamentele, quel luogo dove con un clic auguravi l'anniversario all'amico che viveva dall'altra parte del globo.

E allora di fronte alle fiammelle del camino come i tuoi trisnonni ascolterai estasiato le parole del nonno...

Mino Parodi

Cercando la vita



... è inconfondibile, correre, camminare, fermarsi.

Il vuoto, ma tutto chiaro.

La cosa migliore (ti senti più forte il più forte) non essere te stesso, oppure, chissà, riuscire ad esserlo veramente, sino in fondo, te stesso.

I cerchi dell'albero, vita, sopravvivenza, certamente può essere tutto plasmato, come la nave da cui dipendi.

L'infinito scivola impropriamente, perché riesci a non "riuscire", ed è la certezza della volontà superiore, così, semplicemente, senza ricorrere agli infiniti.

È tutto per te, sai di essere soggetto e questo è fondamentale.

Adesso, voli, via, libero, potresti non fermarti mai.

Corri dei rischi, ma non sono tuoi quelli che non vuoi e, immediatamente, incomincia il difficile.

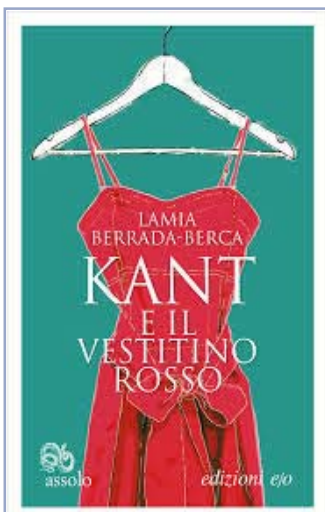
Daniilo Belluccini

A proposito di... emancipazione

Già la parola è in sé bellissima: rendere libero, sottrarsi ad uno stato di dipendenza.

Voce dotta latina, composta da *mancipium* (lo schiavo acquistato), e *manus + capere* prendere con la mano (chi voleva acquistare poneva una mano sulla spalla dello schiavo in vendita) con la preposizione e che indica da (uscire da...).

In quest'epoca in cui si parla molto di emancipazione femminile, di parità uomo-donna (di recente il Parlamento Europeo ha preso decisioni importanti su tale argomento), di sottomissione all'uomo della donna musulmana, ha suscitato molto interesse il libro **Kant e il vestitino rosso** di Lamia Berrada-Berca, una donna marocchina che racconta la storia di una giovane donna sposata e con una piccola figlia, che vive nei dintorni di Parigi segregata in casa dal marito per paura delle cattive influenze occidentali: non sa né leggere né scrivere, non ha amicizie, niente cinema o altri passatempi; può uscire solo per accompagnare la figlia a scuola e fare la spesa. Un giorno, passando davanti ad una vetrina di un ne-



gozio di abbigliamento, vede un abito rosso di cui si innamora.

Passa diverse volte davanti a quel negozio finché osa entrare e misurare l'abito, ma per decidersi a comprarlo ci vorrà ancora tempo.

E ci vorrà soprattutto Kant, sì, il famoso filosofo tedesco la cui conoscenza di alcuni passi sulla emancipazione femminile, letti dalla figlia di nascosto dal marito in un libro trovato sul pianerottolo, le farà superare le incertezze: i principi dell'Illuminismo sulla libertà e

il pensiero critico la affascino al punto che compra il vestito e decide di indossarlo per accompagnare la figlia a scuola, senza più nascondersi dietro il burka.

Un romanzo incantevole, che sembra una fiaba, un inno alla libertà che racconta il difficile cammino verso l'emancipazione di una giovane donna musulmana, trattata dal marito come una schiava, che viene rimproverata perché non ha partorito un maschio come se ciò fosse "colpa" esclusivamente della donna.

Il vestito rosso diventa per lei una nuova pelle, la metafora della libertà.

Maria Elena Dagnino



Giovedì 21 dicembre 2017 - ore 21.00

Oratorio Santa Chiara - Arenzano

Il Coro Unitre "Eco del mare"

presenta il

Concerto di Natale

Direttrice del Coro: Caterina Vallarino

Pianoforte: Anna Venezia e Stefania Terrinoni



Accendiamo la mente

Idee e stimoli per la mente

a cura di Giuliana Erli

Si tiene due venerdì al mese dalle 10.00 alle 11.00 nell'aula A di Villa Mina il nuovo corso "Accendiamo la mente" del docente Matteo Borgatta.

Il corso ci spiegherà perché la nostra mente debba essere sempre tenuta in allenamento affinché questa funzioni alla perfezione, e come alcuni pochi e semplici esercizi possono bastare per ottenere un ottimo risultato.

Il cervello non è un muscolo ma va comunque allenato e più viene utilizzato più si riescono a sviluppare abilità che ci sorprenderanno e, a differenza delle attività che vengono svolte in palestra, questo allenamento può essere fatto in qualsiasi momento della nostra giornata.

Oltre a darci alcuni fondamenti neurofisiologici il corso ci insegnerà alcune strategie efficaci per un apprendimento permanente e ci darà alcuni consigli per attivare la nostra mente e spezzare la monotonia e la routine a cui spesso è sottoposta.

Alcune proposte pratiche per risvegliare la nostra mente sono semplici esercizi che ci verranno proposti durante le lezioni: *Se abbiamo una bilancia a due piatti e nove monete, una delle quali è leggermente più pesante delle altre, quante pesate ci servono per trovarla?*

Trovata la soluzione?... No? Vi aspettiamo al corso... e proviamo ad "accendere la mente"!



La scrittura specchio dell'anima

Corso di Grafologia



Vuoi capire il carattere di una persona attraverso la sua grafia? Vuoi sapere come scrivevano i grandi della storia e conoscerne il carattere attraverso vecchi scritti?

Ora tutto questo è possibile.

A Villa Mina si è concluso il corso di Carolina Mantegazza "La scrittura specchio della nostra anima" che si è tenuto nel mese di novembre per due giovedì dalle 16.00 alle 17.30 e che ci ha accompagna-

to in un percorso conoscitivo del mondo della grafologia per scoprire che cosa rivela la nostra grafia. Il corso ha ottenuto molto successo ed è probabile che si ripeterà nel corso dell'anno. Abbiamo scoperto che la scrittura nasconde molti aspetti della nostra personalità e del nostro inconscio, alcune interessanti peculiarità del carattere e della psicologia di un individuo, nonché il rapporto dell'io con il mondo circostante.

La scrittura di ognuno di noi è unica proprio come il nostro carattere ed è per questo motivo che la grafia e la nostra personalità sono in stretta correlazione. Il corso ci ha insegnato che la scrittura in corsivo è la più semplice da analizzare e che cambia in base all'umore e alle circostanze. Occorre poi analizzare la pressione della penna sul foglio, l'inclinazione della scrittura, le dimensioni delle lettere e tante altre cose per scoprire il lato interiore più autentico di ognuno di noi.

Conoscere il Buddismo

Per cambiare in meglio la nostra vita



Un nuovo corso dell'Unitre di quest'anno, tenuto da Max Magni in collaborazione con Gabriella Fabbri, è "Conoscere il Buddismo" con due appuntamenti al mese, il lunedì dalle 17.40.

Il buddismo nasce per offrire all'uomo la comprensione e la possibilità di superare qualsiasi sofferenza della vita e alla sua base vi è il convincimento che ogni individuo possieda il potere di cambiare al meglio la propria esistenza, sostenendo che noi e solo noi siamo i responsabili della direzione che prende la nostra vita e come un cambiamento porti inevitabilmente a influen-

zare il luogo in cui viviamo e le persone che ci circondano.

Gli scopi di questo corso sono molteplici, uno di questi è fornire a chi lo frequenta chiari riferimenti sul buddismo in modo da diminuire la confusione su questa religione. Il corso, oltre ad introdurre i principali riferimenti storici, ci fa capire le differenze profonde tra le principali scuole di buddismo e cercherà di fornire ai partecipanti "gli occhi" di un buddista, per capire come questi affronta le difficoltà e le positività, come legge ogni aspetto della vita e come interagisce con gli altri e con l'ambiente.

Insomma impareremo che i desideri fanno parte integrante di noi stessi e se dovessimo liberarci della facoltà di desiderare verrà meno la nostra voglia di vivere.

Storia della Filosofia

Anno nuovo... nuovo corso

Uno dei nuovi corsi che l'Unitre propone quest'anno è "Storia della Filosofia".

Il corso è tenuto da Erika Firpo ed è destinato a quanti, neofiti o curiosi, intendano approfondire questa affascinante materia. Questo nuovo corso, ha la modesta ambizione di rendere alla portata di tutti una disciplina generalmente ritenuta, da chi non la conosce, difficile e anche un po'... noiosa.

La parola "Filosofia" deriva dal greco antico e significa letteralmente "amore per il sapere", quindi ricerca della sapienza. I filosofi si ponevano domande e riflettevano sul mondo e sull'essere umano tentando di definire la natura e i limiti della conoscenza.

Molti sono stati i filosofi e uno dei più grandi fu Aristotele che introdusse il concetto del "sapere per il sapere". Un altro importante filosofo fu Platone che dette un valore filosofico ai miti mentre Socrate era del parere che una vita, trascorsa senza porsi delle domande, fosse indegna per un uomo.

È difficile spiegare nelle poche righe di questo articolo cosa sia la filosofia e cosa ci abbiano insegnato i grandi filosofi ed è per ciò che questo corso ci offre un'ottima occasione per conoscerla e farci comprendere l'importanza che essa riveste nella nostra vita quotidiana.



Giuseppe Verdi

Vita e opere di un grande compositore

Quest'anno l'Unitre propone un interessante corso sulla vita e le opere di Giuseppe Verdi. Tenuto da Carla Costo il mercoledì dalle 15.30 alle 17.30 ci racconterà la vita del grande compositore e ci farà ascoltare alcune delle sue più famose opere.

Giuseppe Verdi nacque nel 1813 a Roncole di Busseto e fu uno dei massimi compositori italiani dell'Ottocento. Da ragazzo aiutava i genitori nella loro modesta osteria e a dodici anni fu mandato a studiare musica con il maestro Provesi.



Diciannovenne provò ad entrare in Conservatorio ma non vi fu ammesso perché non aveva l'età adatta, decise allora di proseguire gli studi privatamente con il maestro Lavigna, professore di solfeggio al conservatorio oltre che maestro di cembalo della Scala.

La sua vita affettiva fu molto travagliata: nel 1835 sposò la figlia del suo protettore, Margherita Barezzi, che morì giovane e da cui ebbe due figli morti entrambi in tenera età.

La sua prima opera fu "Oberto Conte di San Bonifacio" duramente fischiata e che non ebbe repliche.

Ma era solo agli inizi della sua instancabile e prodigiosa attività che proseguì successo dopo successo con numerose altre opere che ben conosciamo come: "La Traviata", "Il Trovatore", "Rigoletto", "Nabucco", "Un ballo in maschera", solo per citare alcuni degli innumerevoli capolavori del Maestro.

Un ricordo della cara amica Selma Braschi



Ciao Selma, come una foglia d'autunno ci hai lasciato dopo tanti anni trascorsi assieme agli amici dell'Unitre.

Sei stata un'amica saggia e preziosa, e per anni hai corretto le bozze del giornale "Noi". Poi a poco a poco la tua vista ti lasciava, e così, a malincuore hai dovuto abbandonare la Redazione.

Eri molto precisa e, con te, non c'era bisogno di ricontrollare il giornale. Eri leale, puntuale e curiosa verso il

mondo che ci circonda, aperta verso il prossimo. Abbiamo vissuto assieme tanti anni impegnate in diversi corsi. E, come dev'essere nello spirito dell'Unitre, la nostra amicizia continuava anche fuori dalle sedi dei corsi e ci frequentavamo con i nostri rispettivi mariti.

Ti ricordo, ti ricorderemo con tanto affetto. Ciao, cara amica Selma.



Selma con gli amici della redazione

Giuseppina Marchiori

Personaggi arenzanesi

Incontro con Eduardo Impellizzeri

L'uomo che va a Santiago de Compostela

a cura di Beppe Cameirana

Santiago de Compostela, la città spagnola della Galizia con il santuario in cui è custodita la tomba che si pensa contenga le spoglie dell'Apostolo Giacomo, è una delle mete di pellegrinaggio più note e frequentate al mondo da secoli. Forse molti non sanno che Eduardo Impellizzeri, detto Edo, nostro concittadino, grande camminatore, ha raggiunto questa meta tantissime volte percorrendo a piedi migliaia di chilometri. Io ne sono venuto a conoscenza attraverso l'amica Rina Rancati, ex camminatrice ed ex frequentatrice delle escursioni Unitre negli anni '90. Subito dopo essere stato informato ho voluto incontrare Edo per farmi raccontare le sue esperienze maturate lungo i percorsi delle marce internazionali con particolare riguardo a quelli per Santiago de Compostela.

Edo, come è nata e quando la sua passione per camminare, e perché Santiago è messa al primo posto?

La passione per camminare l'ho sempre avuta, ho partecipato a varie escursioni compresa la nostra "Mare e Monti" ma il salto di qualità è iniziato per caso. Dopo essermi ritirato dal lavoro, un giorno, in paese, mentre ero in compagnia di conoscenti escursionisti che fanno parte del gruppo "I Lupi Grigi" qualcuno ha lanciato la proposta di andare a Compostela. Subito non ho provato alcun interesse, ma l'idea, in breve tempo è maturata e, dopo essermi un po' documentato, il 29 maggio del 2006 sono partito.

Quale percorso ha scelto?

I percorsi sono tanti, ho deciso per uno dei classici, quello lungo 800 chilometri denominato "Francese" che parte da Saint Jean Pied du Port nella zona dei Pirenei, ho impiegato 29 giorni. L'anno successivo ho migliorato, ho rifatto lo stesso percorso in 18 giorni con una media di circa 40 chilometri al giorno.

Quali altri percorsi ha fatto e quanti, per la stessa meta?

In dodici anni, dal 2006, sono andato a Compostela 17 volte, facendo tutti i percorsi, tra i quali gli altri due classici: il *Cammino del Nord* che parte da Irun



Santiago de Compostela, la Cattedrale

alla frontiera franco-spagnola lungo 900 chilometri; il *Cammino Ruta della Plata* che parte da Siviglia lungo 1000 chilometri, uno dei più frequentati per la bellezza dei luoghi attraversati.

Quale è stato il percorso più lungo che ha fatto finora?

Sono partito a piedi da Arenzano, ho percorso il litorale ligure e quello fran-

cese, passando poi per Lourdes e raggiungendo Compostela in 44 giorni, ho proseguito fino a Finisterre per altri 4 giorni, per un totale di circa 2150 chilometri.

Dove trova posto per riposare la notte fra una tappa e l'altra?

I percorsi, essendo da secoli molto frequentati, sono dotati di appositi alloggi per pellegrini, molto spartani, ci sono una cucina, un servizio igienico e alcuni vani con diversi letti a castello. Il costo è di 6 o 7 Euro.

Per poter usufruire di questi alloggi economici, per la maggior parte gestiti dall'Ente pubblico locale (Comune), bisogna essere in possesso del documento "Charta Peregrini" sul quale viene posto un timbro con il nome dell'alloggio e la data in cui si è passati, l'ultimo timbro viene impresso dall'ufficio della cattedrale di Santiago il giorno dell'arrivo. Negli ostelli,

ognuno si deve arrangiare da solo, si può fare una doccia, lavarsi la biancheria, prepararsi qualcosa da mangiare etc. Io sono ormai abituato ad ogni disagio, vado a dormire presto e solitamente riparto alle cinque del mattino per la tappa successiva.

Come sono le strade dei vari cammini e come sono segnalati?

Si percorrono strade asfaltate, strade sterrate e soprattutto sentieri, attraverso boschi, colline e montagne. Alcuni percorsi sono segnalati, ad esempio quello "Francese" ha una freccia gialla e una conchiglia. In altri percorsi meno segnalati, a volte si rischia di perdersi in deviazioni, una volta mi sono trovato per errore, a camminare in autostrada, mi ha fermato la Polizia, mi hanno accompagnato fuori sulla strada giusta.

Di solito cammina in compagnia?

No, viaggio sempre da solo, ho un passo molto aggressivo, è difficile trovare qualcuno con lo stesso passo, con le stesse abitudini di vita e di orari.

Le faccio una domanda più personale, i suoi viaggi a Compostela hanno una matrice di fede religiosa?

No, vado per camminare, le considero imprese sportive, anche se durante il cammino certi pensieri mi vengono, mi pongo delle domande, mi chiedo: perché tanti veri pellegrini vanno a Compostela?



Charta peregrini

Nel mio caso, è una sfida con me stesso. Durante ogni anno non vado solo a Compostela, partecipo anche a quattro o cinque marce internazionali del grande circuito IML Walking Association.

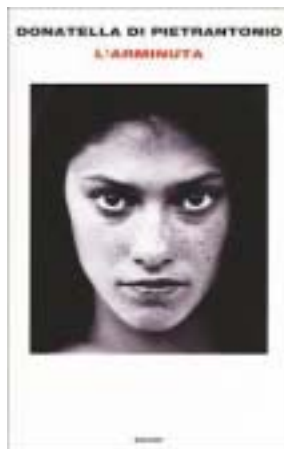
Eduardo, avrei ancora tante domande da farle ma lo spazio a disposizione sul giornale è limitato, spero di avere un'altra occasione. Sono lieto di aver fatto la sua conoscenza, la ringrazio a nome dell'Unitre e mio personale e le auguro buone camminate e buon viaggio, so che sta per partire per Taiwan, per scoprire nuovi cammini, conoscenze e forse se stesso.



*Eduardo Impellizzeri
al Km zero a Finisterre, oltre Compostela*

L'angolo dei libri

a cura del Gruppo Biblioteca



DONATELLA DI PIETRANTONIO, *L'Arminuta* Ed. Einaudi - Premio Campiello 2017

Con una valigia in mano e una sacca di scarpe dall'altra, una ragazzina suona ad una porta. Le apre una bambina stropicciata, con le trecce sfatte: non si sono mai viste prima. È sua sorella Adriana.

Comincia così una storia dirompente, struggente e amara. Scaricata da una famiglia benestante che credeva fosse la sua, da una vita comoda e felice al gelo di una casa sconosciuta, buia, sporca, con fratelli rozzi e maleducati, senza un letto tutto per sé.

“Ogni sera Adriana mi prestava una pianta del suo piede da tenere sulla guancia. Non avevo altro, in quel buio popolato di fiati estranei”.

«Ma la tua mamma quale è?» Mi chiedeva... «Ne ho due, una è tua madre».

Tema pesantissimo, come lo può essere lo sradicamento di una adolescente da una vita medio borghese a una vita totalmente diversa, con persone grette e ignoranti, in un contesto rurale e contadino.

Sarà proprio sua sorella Adriana il collante che la accompagnerà nei suoi due mondi così lontani, ma che inesorabilmente si incontreranno.

Nella loro ingenua complicità si sono salvate.

L'autrice affronta il tema del doppio abbandono, della maternità, delle responsabilità evitando la ricerca di sensazionalismo con parole forti e incisive.

Semplicemente un bellissimo libro.

I libri pesano tanto: eppure, chi se ne ciba e se li mette in corpo, vive tra le nuvole

Luigi Pirandello

FABIO GENOVESI, *Il mare dove non si tocca*, Ed. Mondadori

L'io narrante del romanzo è Fabio, un ragazzino con la testa piena di domande e il cuore traboccante di storie. Fabio ha sei anni, due genitori affettuosi e una decina di nonni.

In realtà sono i fratelli del nonno, tutti scapoli, tutti con il nome che inizia con la lettera A, uomini senza regole, rudi e bonariamente eccentrici che lo trascinano continuamente nelle loro imprese poco raccomandabili.

Tutto ci viene raccontato in maniera minuziosa, così da ritrovarsi con Fabio a pescare di frodo con uno zio, a caccia fuori stagione con un altro, a nuotare col babbo “anche lì dove non si tocca.”

La sua è una famiglia caotica, ingombrante, sulla quale grava una antica maledizione per i maschi della famiglia che non si sposano.

Fabio cresce senza frequentare i suoi coetanei e nel suo primo giorno di scuola si aprirà per lui un mondo pieno di sorprese: esistono bambini come lui, hanno solo due o quattro nonni e soprattutto fanno giochi strani come nascondino, moscacieca o tirano calci ad un pallone.

Fabio vive nel precario equilibrio del suo mondo privato pieno di avventure e il mondo esterno stretto tra troppe regole e dominato dalla legge del più forte.

Romanzo luminoso e colorato, divertente e poetico, che alterna spassosi momenti di allegria alla commozione più grande.



Dal Diario di Ernesto Bongiovanni

Breve racconto della mia vita militare

Per gentile concessione di Ada Bongiovanni

[...] Il 18 settembre attraversammo l'Isonzo ed arrivammo nelle vicinanze del monte Kuk.

Di lì iniziò l'accanita ed infernale avanzata protetta dalla nostra grande artiglieria ed aviazione che sconvolgevano ogni trincea e piccolo avamposto nemico. Espugnammo la posizione lasciando dietro di noi il terreno coperto di morti e feriti.

Gli austriaci lanciavano gas asfissianti e avvelenavano le acque prima che arrivassero dai nostri soldati. Ad un certo punto, ad un centinaio di metri dal posto di medicazione, vidi cadere un compagno della mia squadra, un certo Belli Francesco. Fu allora che mi gettai nella furibonda mischia per soccorrerlo: una granata entrò nel terreno sotto i miei piedi.

Pensai: "O Dio non ci sono più!"

Ma per fortuna quella granata non scoppiò e io mi precipitai verso quel ferito, lo presi in spalla e via di corsa, riuscii a portarlo dal capitano medico. Aveva tutta la faccia coperta di sangue e terriccio, l'occhio sinistro rovesciato sulla guancia.

Io lo fissai un po' e poi gli dissi: «Francesco quanto male avrai!» Lui mi rispose: «Non sento male ma ho una sete che brucio, dammi un po' d'acqua!»

Io mi sentii una stretta al cuore perché non ne avevo neanche una goccia... allora gli dissi: «Abbiamo mandato un portafertiti a prendere due bidoni all'Isonzo, ma non è ancora arrivato. Adesso ti portano all'ospedale e strada facendo lo incontrerai e potrai bere».

Dopo un mese di ospedale andò a casa senza un occhio e venne impiegato come postino.

[...] Ci fermammo qualche minuto per consumare qualche galletta e qualche scatoletta di carne o di latte condensato. Allora sentimmo una mitragliatrice austriaca sparare... dall'eco dei colpi sembrava che ci fosse una galleria nemica là vicino. Se fosse stato così potevamo conquistarla per medicare i feriti e per ripararci un po'.



Il monte Kuk (Slovenia)

Mi decisi io di andare a vedere per primo e, strisciando a pancia a terra, mi portai all'imboccatura della galleria che stava più in basso di un metro e mezzo circa. Tentennai un momento e poi deciso, presi il pugnale nella sinistra, spiccai un salto, mi postai dietro a quello che sparava e gli trapassai la gola, mentre un mio compagno faceva altrettanto con chi porgeva le munizioni. Altri si postarono davanti alla galleria e lo bloccarono. La galleria era piena di austriaci che si arresero e furono fatti prigionieri.

In quella galleria, che diventò un ottimo posto di medicazione, dovemmo fare i conti con i pidocchi: ce ne erano di tutte le qualità... austriaci, tedeschi, bavaresi ungheresi ed altri. Vi arrivarono più di 200 feriti alcuni avevano le mani o i piedi che penzolavano, quasi tranciati dalle schegge o dalle granate.

Il capitano mi disse: «Bongiovanni taglia questi piedi e queste mani e buttali in quel cesto!»
«Ma signor capitano, cosa mi fa fare?»
«Su su coraggio, quelli non si possono più attaccare; io li medico, li fascio e il resto lo faranno all'ospedale».



La fotografia oggi

a cura di Orazio Lo Crasto

5 - L'esposimetro e l'esposizione

Come si ricorderà, abbiamo detto che, in sostanza, una fotografia è la rappresentazione della luce che illumina il soggetto fotografato in quel momento.

E non va dimenticato che luce e colori sono un'interpretazione del nostro cervello, che raccoglie le informazioni dall'occhio e le elabora.

Quindi, al momento di scattare una foto, dobbiamo saper misurare la quantità di luce che, attraverso le lenti dell'obiettivo, porterà le informazioni al sensore che le elaborerà e le trasferirà alla scheda di memoria. In realtà tutto ciò avviene ad una velocità incredibile. Lo strumento che ci permette di misurare la quantità di luce è l'esposimetro. Oggi tutte le macchine fotografiche, soprattutto le reflex, sono munite d'esposimetro incorporato.

Le reflex completamente manuali hanno una lettura "esposimetrica" su tutta l'immagine inclusa nel fotogramma, che avviene automaticamente e si basa sul valore medio tra la misurazione delle alte luci e delle zone d'ombra. Questi esposimetri sono a luce riflessa. Esistono poi esposimetri che vengono posizionati al posto del soggetto e rivolti verso la fotocamera, questi misurano la luce incidente.

Alcune macchine sono dotate di lettura esposimetrica a spot, cioè nella porzione centrale dell'immagine. Questo tipo di lettura esposimetrica può essere indirizzata o sulle alte luci o sulle ombre, tenendo presente che ogni volta che si fa un'analisi di questo tipo sarebbe necessario farlo su entrambi i fattori per controllare la differenza d'esposizione, altrimenti si rischia di perdere eventuali dettagli.

Con la lettura a spot è anche possibile fare una misurazione accurata sulla singola porzione del soggetto che più interessa e che, di solito, è anche quello che richiede una messa a fuoco più accurata.

L'esposizione corretta, nel caso degli esposimetri interni delle reflex, è segnalata ed è visibile nell'oculare o nel visore interno della reflex e può essere data da un LED luminoso, da un "ok", da un galvanometro posizionato al centro di una scala di valori, o da una linea di riferimento, che si orientano col premere il pulsante a metà.

Sovraesposizione

Quando la coppia tra tempi e diaframmi fa sì che la luce che colpisce il fotogramma sia troppa.

Si può correggere l'esposizione chiudendo il diaframma (salendo con i numeri della scala "f/"), oppure diminuendo il tempo d'otturazione (per esempio passando da 1/125 a 1/250).

Un'immagine può risultare sovraesposta anche a causa di un inganno ottico dovuto al bianco, cosicché l'immagine risulterà chiara e i colori sbiaditi.

Sottoesposizione

Quando la coppia tra tempi e diaframmi fa sì che la luce che colpisce il fotogramma sia poca.

Si può correggere aprendo il diaframma o aumentando il tempo d'otturazione. Un'immagine sottoesposta risulterà buia.

Ovviamente è possibile fare uso creativo dell'esposizione sovraesponendo o sottoesponendo a piacere, molte volte l'uso di una determinata esposizione è la chiave della particolarità di una fotografia. Per questo a chi inizia a fotografare si consiglia di disinserire gli automatismi, solo così si riesce a capire il funzionamento della propria macchina fotografica. L'uso degli automatismi, di cui parleremo diffusamente in seguito, è solo di carattere pratico.

La prossima volta tratteremo l'uso dei tempi e dei diaframmi.



Piacenza - Francesco Mochi, Alessandro Farnese

Nasce il Gruppo Fotografico dell'UNITRE



A partire da giovedì 9 novembre il nuovo Gruppo Fotografico dell'UNITRE si riunisce nell'aula Luce.

Il Gruppo non riunisce solo i fotoamatori o gli appassionati, ma è aperto a chi desidera conoscere il mondo e la cultura della fotografia.

Vengono approfonditi i temi riguardanti la fotografia, si parla di tecnica, si visionano e si commentano scatti effettuati dai partecipanti, imparando così a vedere le immagini in modo più consapevole.

Saranno organizzati incontri a tema, si parlerà dei grandi fotografi, verranno proposti progetti fotografici e workshop, si organizzeranno uscite fotografiche in collaborazione con il Segretariato Viaggi.

Insieme si andranno a visitare le mostre fotografiche più significative e di interesse.

Il Gruppo è aperto a tutti i soci UNITRE, anche se non sono "grandi fotografi" ma solo appassionati alle prime esperienze. È un'occasione per avvicinarsi ad un meraviglioso modo di guardare ciò che ci sta intorno, per condividere una passione, ma anche un'ulteriore occasione per stare insieme, per socializzare, condividendo una passione.

*Da giovedì 9 novembre ci riuniremo tutte le settimane
sempre alle 21.00 nell'aula Luce di Villa Mina*

Dedicato a Mario Sterone



Villa Mina - Sala Impastato, 9 maggio: conclusione del corso di Tango Argentino

Dicono che il tango sia saper camminare abbracciati
e tu, che del tango eri un maestro, stretto a noi, nel ricordo continui a danzare

Il Segretariato Viaggi Unitre

Molte di voi mi conoscono da tanti anni e hanno vissuto con me le mille iniziative Unitre che ogni anno ci venivano proposte infaticabilmente da Idelma Mauri e dai suoi collaboratori. Gite, viaggi, escursioni, spettacoli: Idelma coordinava tutto con una precisione ed una dedizione uniche.

Come descrivere la gioia e l'aspettativa di apprendere, a settembre, tutte le proposte a cui poi, chi più, chi meno, avremmo partecipato?

Ora questo Segretariato ha avuto una nuova vita post-Idelma. Dopo attente valutazioni, visto l'impegno richiesto, Anni Valle ha preso in mano la situazione. Ce lo ha comunicato durante la prima lezione del suo seguitissimo corso "La cultura del viaggio".

So che ha lavorato molto e con grande senso di responsabilità, stimolata dalla grande stima che Idelma prova per lei. Non è mai facile subentrare nelle situazioni. Soprattutto in situazioni che erano entrate nel cuore. Ma so di certo che lei ci riuscirà.

E la lezione di apertura del suo corso del 10 ottobre ne è una conferma. Eravamo in tanti e contenti di esserci, c'erano grandi aspettative. Anni ci ha presentato le sue proposte di uscite-visite-incontri.

Il Segretariato accorperà infatti sia i viaggi che le visite guidate a Genova, ma anche le escursioni per le quali saremo seguiti da due eccezionali "guide": Maurizio Giusti del Cai di Arenzano e l'Arch. Laura Devoti



Anni Valle

del Comune di Arenzano che è già a capo del meraviglioso gruppo scout della nostra cittadina.

Era presente il dott. Luciano Frisina dell'Unitre di Genova, col quale è stata impostata una collaborazione per l'ottimale riuscita dei viaggi. E, conoscendo personalmente Luciano, sono certa che funzionerà.

Le proposte sono molte ed interessanti e la condivisione tra le due Unitre è la classica "unione che fa la forza"! Ce lo auguriamo tutti.

La gentile signora Miriam, rappresentante del Tour Operator Flamboyant, ci ha infine parlato di problematiche che potrebbero sorgere durante i viaggi e a quali clausole di contratto dobbiamo prestare attenzione per l'ottimale riuscita delle nostre vacanze.

Ora il Segretariato ha un futuro.

Le uscite già effettuate nella prima metà dell'anno e quelle in corso confermano le mie certezze. Sono state un successo per l'adesione e la soddisfazione di tutti i partecipanti. Ve ne ho già parlato e ve ne parlerò in futuri articoli.

Mi raccomando: non mancate alle prossime lezioni e occhio al web ed alle bacheche.

Potreste perdervi qualcosa!!!

Loredana Odazzi



In gita enogastronomica sui colli piacentini



Un'allegria scampagnata Il trenino di Casella e le rose della Valle Scrivia

Su e giù per i monti con un trenino antico e liquore alle rose, a casa di una gentilissima Signora Marchesa...

Proprio così: è la bellissima gita del 9 giugno col trenino di Casella, organizzata dalla nostra Vice Presidente Anni Valle.

Eravamo veramente tanti. C'era come al solito molta allegria, è la cosa che mi fa più piacere. Voglia di stare insieme, di ritrovarsi. Sempre più affiatati e complici.



Una giornata piena di chiacchiere, di "ciao, come stai?", la voglia di evasione che ci accompagnava e accomunava.

E, dal mio punto di vista, il tocco di classe, l'idea geniale che ha reso questa giornata diversa dalle altre uscite proposte con questo storico trenino: niente salame, ma petali di rose!

Accolti dalla gentilissima Marchesa Fieschi, che ci ha accompagnati nel suo roseto, dal quale ricava i petali per la trasformazione in sciroppi e marmellate.

Ci ha portati anche nel suo "antro" segreto, pieno di alambicchi e macchinari strani per la produzione delle sue specialità. Fa parte di una associazione che promuove queste produzioni di nicchia, veramente raffinatissime.

Devo elogiare anche l'agriturismo dove abbiamo gustato un ottimo pranzo! Non di quelli da strafogare, come temevamo. Piatti della tradizione veramente eccellenti e misurati. Una raffinata semplicità.

E poi chiacchiere e chiacchiere. Passando da un tavolo all'altro, aggiornamenti, nuove news sui nipoti, rielaborazione di cose già dette, magari con qualche particolare in più!

E c'era la nostra Maria. Che sorpresa meravigliosa! Una persona che abbiamo nel cuore e che abbracciamo sempre con sincero affetto!



Bellissima giornata. Immane complimenti alla nostra Anni, geniale ed instancabile. Che piacere ascoltare i suoi progetti futuri.

Attenzione alle news, mail e locandine varie: non ci lasciamo scappare nessuna proposta! Sappiamo già che il solo "stare insieme" sarà la formula vincente.

Anni, se mi leggi, grazie!!!

Loredana Odazzi

Pollenzo e Langhe

Dall'antica Pollentia all'Università di Scienze Gastronomiche

Domenica 19 novembre una bella comitiva dell'Unitre di Arenzano e Cogoletto, con alcuni amici dell'Unitre di Genova ha partecipato alla gita nelle Langhe, organizzata da Anni Valle in collaborazione con Luciano Frisina. Una gita da ricordare, tra archeologia, storia, cultura e enogastronomia.

Non potevo non partecipare ad una gita nelle Langhe, Patrimonio dell'Umanità, ma soprattutto terra mitica di Cesare Pavese e di Beppe Fenoglio.

Prima tappa: Cherasco "dalle antiche mura stellate", nella parte bassa delle Langhe. Un piacere passeggiare per strade di pietra tra palazzi medievali, chiese dalla facciata romanica o barocca e gli archi. Lungo la via principale vetrine ammiccanti e un profumo di baci al cioccolato fondente e nocciole. Intorno un panorama mozzafiato, glorioso di luce e sole, costellato di vigneti e castelli e il Monviso sullo sfondo.

Seconda tappa: un ristorante di Sinio, dove in un'atmosfera di calda amicizia lasciarsi andare senza pensare troppo alle calorie. Un menu di qualità compresa tra il buono e il sublime, di cui ricordo solo le note del tartufo e la spuma al torrione.

Il locale è accogliente, i camerieri distinti e simpatici, il servizio cordiale e rapido.



Pollenzo, infine: un castello, una torre, una piazza, una chiesa, le rovine di un anfiteatro e cascate dai colori infuocati. Fino ad una decina di anni fa pochi ne conoscevano l'esistenza.

Per me Pollenzo, meglio Pollentia, l'antica città fondata dai Romani, era la piana, dove si svolse il 6 aprile 402, la battaglia tra l'esercito guidato da Stilicone e i Visigoti di Alarico che vennero sconfitti. Con Carlo Alberto di Savoia il borgo era diventato tenuta reale e centro di sperimentazione agricola.

Ora, per volontà dell'associazione Slow Food, la tenuta in stile neogotico è la sede della più grande Università degli Studi di Scienze Gastronomiche d'Italia con un'eco internazionale di risonanza per la cultura enogastronomica e la politica dell'alimentazione di qualità.

La struttura, in stile neogotico, oltre all'Università, ospita le Tavole Accademiche, l'Albergo dell'Agenzia e la Banca del Vino, nata da un'idea di Carlo Petrini alla fine degli anni novanta, che si propone di creare la memoria storica del vino, selezionando e conservando i nostri migliori vini.

Tutto perfetto, in un clima di amicizia squisitamente targato Unitre.

Grazie Anni, grazie Luciano.



Pollenzo: davanti alla ex chiesa della Madonnina

Fabia Binci

Unitre alla Badia di Tiglieto

L'ultima escursione dell'Anno Accademico Unitre 2016-17 era prevista per il 17 giugno, un po' tardi rispetto ai programmi, ma in precedenza sarebbe andata a sovrapporsi ad altre gite o visite guidate. La meta: Anello della Badia di Tiglieto, in Val di Vara.

È stata la più breve come... chilometri, ma a giudizio di tutti la più interessante e suggestiva, sia per il percorso, che per la compagnia, che per la parte culturale.

Siamo partiti da Arenzano, poi abbiamo proseguito verso Campo Ligure, Rossiglione, fino al bel paesino di Tiglieto, luogo di vacanza dei genovesi.

Fuori paese c'è la grandiosa Abbazia, la prima cistercense in Italia, e da lì è iniziata la nostra escursione: un giro ad anello, non lungo – circa sette chilometri – che partiva da un grande pianoro alberato e si dipanava attraverso sentieri e stradine nel bosco.

In alcuni punti il percorso costeggiava un ruscello; abbiamo attraversato almeno due ponti, uno in ferro, quasi... tibetano, ed uno, maestoso, antico, in pietra.

Nessun punto difficile, nessuna salita faticosa, tranne una, brevissima, di una decina di minuti... Boschi scuri e freschi (per fortuna: il caldo si faceva sentire!); gigli di San Giovanni arancione intenso, altri fiori; soprattutto, un gran frinire di cicale – le prime! – e canti di grilli e di uccellini. Una pace assoluta.

Quella che nessuna gita, in macchina o in pullman, anche in luoghi d'arte o di cultura, ti può dare. Nonostante soste fotografiche e di relax, alle tredici eravamo già alla fine della passeggiata, ed abbiamo così consumato il pranzo nell'area pic-nic della Badia, che



ha i tavoli e pure un piccolo chiosco, per le bevande fresche ed il caffè. Un'amica di Tiglieto ci ha rallegrato il pranzo, portando spumante e pasticcini.

Ma il bello della gita non era finito. Nel primo pomeriggio, la guida Fiorenzo (di Arenzano!) ci ha accompagnato nella visita guidata alla Badia, narrandoci in modo appassionato ed appassionante la storia del maestoso edificio, i vari passaggi nell'arco del tempo, ed accompagnandoci a conoscerne i vari angoli.

La foresteria è gestita da una giovane suora molto gentile e coraggiosa, perché vive lì da sola, coltivando erbe aromatiche e producendo ogni genere di prelibatezze da vendere ai visitatori: aceti ed oli aromatizzati, essenze, saponi, marmellate sfiziose, sciroppi, zuccheri....

La Badia è la prima Abbazia cistercense fondata nel 1120 al di fuori della Francia. È grandiosa nella sua semplicità; l'interno è spoglio e disadorno, senza fregi né affreschi, ma è di una bellezza che lascia senza parole. Anche la Sala Capitolare e il Chiostro meritano una visita. Attualmente la Badia è di proprietà della scrittrice Marchesa Camilla Salvago Raggi.

È stata veramente una giornata appagante, sotto ogni punto di vista. Il piacere della compagnia e la bellezza del luogo ci hanno abbondantemente ripagati del caldo.

Unico neo: la scarsa partecipazione: oltre ai capogita ed ai loro familiari, gli iscritti all'Unitre erano TRE. È una cifra che si commenta da sola.

Per noi, Rosy e Guido, è stata comunque una bellissima esperienza, che abbiamo vissuto con entusiasmo e passione.

Rosy Volta





Mesì Mesì Onlus

Via Marconi 166/5 16011 Arenzano

<http://www.mesimesi.it> info@mesimesi.it - tel. 3473080249

codice fiscale 95137590105

Bambini speciali nel mondo, cure speciali

Una bella storia di accoglienza per due bimbi eritrei malati

Ci eravamo lasciati in primavera con alcune iniziative di Mesì Mesì pro - missioni previste per l'estate. Ve ne racconto una che è speciale; si tratta di un'esperienza di accoglienza che ci ha veramente messo in gioco e che ora volge al termine con successo. Subito dopo aver organizzato una serata a maggio in favore delle missioni in Eritrea, la CENA ERITREA SOLIDALE per il



il progetto "Bambini speciali" è stato sostenuto con alcune raccolte estive parrocchiali come questa a S. Stefano di Larvego

progetto di alimentazione integrativa nei villaggi circostanti le valli di Siyah, siamo venuti a conoscenza di una famiglia di Asmara con due bambini che per motivi differenti necessitavano di cure mediche particolari.

Ci siamo così attivati nei mesi estivi verificando le loro condizioni e raccogliendo informazioni sul loro quadro clinico, contat-



*Rahsi (sul seggiolone) e Ozyan nel reparto di Chirurgia del Gaslini.
Le attrezzature sono loro state donate da Mesì*



tando l'ospedale pediatrico Giannina Gaslini di Genova e occupandoci di tutto l'iter burocratico che consentisse loro, non potendo essere curati in modo specialistico in Eritrea, di essere accolti al Gaslini per ricevere le cure mediche e sottoporsi agli interventi necessari.

Abbiamo poi creato un progetto di raccolta fondi a loro dedicato, dal nome "Bambini speciali nel mondo: cure speciali", che ci consentisse almeno proporzionalmente alle offerte ricevute di contribuire alle spese mediche oltre a quelle quotidiane cui sarebbero andati incontro una volta in Italia. Ozyan, 8 anni, e Rahsi, appena 14 mesi, sono arrivati a Genova insieme alla mamma a inizio settembre.

Grazie alla Caritas diocesana, per la parte riguardante gli interventi chirurgici Ozyan è rientrato nel programma di aiuti regionali e il costo del volo è stato pagato da Flying Angels. I due bambini e la loro mamma poi sono stati ospitati nel centro storico da una famiglia della comunità eritrea genovese, una collocazione non troppo lontana dal Gaslini che ha consentito loro di vivere il quotidiano sentendosi come a casa. I bambini, ricoverati con la mamma all'ospedale uno per volta, sono stati quindi sottoposti in questo periodo alle cure mediche necessarie. Specie per il caso della piccola Rahsi si può dire che il nostro aiuto sia stato provvidenziale: non dimenticherò mai le parole del prof. Dini, una persona eccezionale da cui traggio insegnamenti di vita quotidiani, che in sostanza ci ringraziava.

Se la piccola non fosse stata operata d'urgenza, come è avvenuto, non ce l'avrebbe fatta.



Momento di svago per Ozyan e sua mamma per una pizza insieme appena fuori dall'ospedale



Abbiamo portato anche la mamma dal dentista, nello studio Gaggero di Pegli

Adesso (fine ottobre) i bambini sono stati dimessi entrambi e verranno sottoposti ancora a controlli periodici di routine prima di tornare a casa.

Tutto questo è stato possibile grazie all'aiuto delle persone che ci hanno aiutato ad aiutare. Un contributo che è arrivato senza fare rumore, nel rispetto di questi bambini e delle loro famiglie che ne hanno già passate tante, e grazie al passaparola discreto di alcuni nostri amici sostenitori di Mesì.

Più di tutto vi vorremmo dire questo: non ce l'avremmo fatta da soli, non pensavamo sinceramente di essere capaci di contribuire in modo così significativo all'attuazione di questo progetto, supportando le necessità quotidiane di questi bambini nel periodo della loro permanenza a Genova.

Vorremmo allora contagiarvi con la gioia immensa che ci anima per aver semplicemente aiutato delle persone, bambini speciali, che ne avevano bisogno. Non scrivo oltre perché credo che le immagini in questo caso valgano più di molte parole. Continuate a leggerci e a sostenerci, alla prossima!

Lara Cavezarsi



Referente: *Valentina Tamburro*

Via Della Colletta 22/6 - 16011 Arenzano

Tel. 3355951933

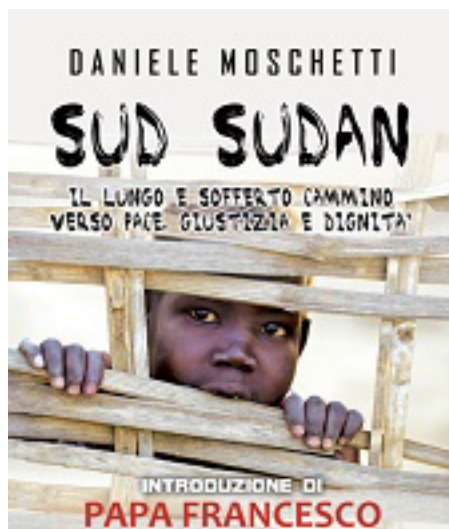
Sud Sudan

Il lungo e sofferto cammino verso Pace, Giustizia e Dignità

Padre Daniele Moschetti ha presentato il suo ultimo libro a Genova, venerdì 20 ottobre presso la Biblioteca Berio, per divulgare il più possibile la realtà del più giovane Stato africano e per dar voce a chi non ne ha. Il volume, per la vena letteraria e spirituale dell'autore, rappresenta una sorta di viaggio nella memoria di un popolo dimenticato da tutto e da tutti. Un testo, questo di Padre Daniele, carico di passione, segnato dalla speranza di riscatto, drammatico per le vicende che descrive. Una lettura fondamentale per capire gli anni di piombo del più giovane Stato africano "Il Sud Sudan".

Padre Daniele Moschetti lavora da molti anni in Africa e dedica la sua vita ai poveri; ha vissuto per molto tempo nella baraccopoli di Korogocho, un'immensa baraccopoli di Nairobi, un'area di un chilometro e mezzo per due dove vivono oltre centomila persone, dove non c'è lavoro, la terra appartiene solo allo Stato e un gabinetto a volte serve mille persone. Qui regnano violenza, alcolismo, prostituzione e delinquenza che crescono sempre in modo esponenziale.

Eppure, dice Padre Moschetti, dentro questa realtà c'è la vita, c'è la speranza, la voglia di riscatto, il saper sognare. E nonostante tutto c'è anche accoglienza, basta voler essere accolti ed è festa. L'Africa è anche questo.



Il volume presentato è stato introdotto da Papa Francesco che rinnova con le sue parole la sua preziosa e profonda gratitudine ai missionari che vivono nelle periferie a fianco dei più poveri e di chi soffre.

Daniele Moschetti è un sacerdote missionario comboniano. Nel 1988, a 27 anni, lascia il lavoro in azienda in provincia di Varese e comincia il suo percorso di fede e umanità tra i missionari comboniani. Questo lo porta a vivere

per 11 anni il suo apostolato con i baraccati di Nairobi, poi vive un anno in Palestina e successivamente gli viene assegnata una missione in Sud Sudan, Paese martoriato da decenni di guerra civile prima con il Nord Sudan e ora interna al giovane Stato indipendente.

Diventa superiore dei Comboniani in Sud Sudan per sette anni. Nel luglio 2017 è destinato agli Stati Uniti d'America, dove insieme ad altri missionari di varie congregazioni religiose avrà il compito di avviare un ministero di Giustizia, Pace e Riconciliazione presso le Nazioni Unite e il Parlamento Americano. È autore di diversi articoli e libri.

Sono felice di aver conosciuto Padre Daniele Moschetti prima di tutto per la sua umanità, il suo desiderio di vivere con gioia ogni momento e assaporare la vicinanza di chiunque si avvicini a lui. I suoi occhi

sempre sorridenti ed espressivi che ti contaminano di gioia. Lo considero un dono e spero che Padre Daniele Moschetti possa ritornare ad Arenzano per condividere con la cittadinanza la sua esperienza e la sua testimonianza. L'Africa, afferma Padre Daniele, è sofferenza ma anche speranza e maestra di vita. Attendiamo con ansia che possa parlarci di persona e essere tra noi e con noi.



Gli amici di Genova con l'Africa

Valentina Tamburro



Amici
Comitato
Collaborazione
Medica
Arenzano

Referente: Fabia Binci

Tel: 0109111252 - 336916125

fabia.binci@libero.it

CCM - Via Cirié 32/E - 10152 Torino

Tel: 011-660.27.93 - Fax: 011-383.94.55

ccm@ccm-italia.org

Emergenza fame

Una storia per comprendere

In Sud Sudan è emergenza fame dichiarata ormai da mesi. Il conflitto armato, i raccolti inferiori alla media, l'aumento dei prezzi degli alimenti aumentano l'insicurezza alimentare. Quello che è sempre stato il granaio del Sud Sudan, la parte sud-ovest del Paese, registra oggi livelli di fame senza precedenti: le comunità agricole sono state costrette ad abbandonare i campi a causa del conflitto e ad emigrare nei Paesi limitrofi. La storia che raccontiamo aiuta a capire meglio la tragedia che colpisce le persone.

Da Simon Juach, Rappresentante Paese CCM in Sud Sudan, Stabilization Centre dell'Ospedale Civile di Tonj

Apeet Thiech è una bimba di 29 mesi del villaggio di Timthok, nello Stato di Tonj, arrivata all'Ospedale civile di Tonj in uno stato di grave malnutrizione. Era accompagnata solo dal fratello Zakaria, di tredici anni. Apeet era praticamente nella condizione di uno scheletro che cammina.

Zakaria racconta agli infermieri che la loro madre è scomparsa da due anni, e che subito dopo è morto anche il padre. Lui è il fratello maggiore, la vita di Apeet dipende da lui.

È iniziato così il percorso di Apeet e Zakaria, nel bel mezzo della crisi in cui verte il Sud Sudan.

Zakaria, nonostante tutto, non perde la speranza:

«Di', Zakaria, che cosa ti aspetti di trovare qui?»

«Due cose: cibo a sufficienza per Apeet quando tornerà a casa e un aiuto nell'acquisto dell'uniforme scolastica. Io devo fare l'università e diventare, un giorno, un impiegato».

Quando le cose funzionano

La foto ritrae Apeet con il fratello, dopo il periodo di trattamento. La bimba è uscita brillantemente dallo stato di marasma in cui versava al momento del suo arrivo.



Il lavoro dello staff del CCM le ha assicurato una pronta e tempestiva integrazione di tutti i nutrienti necessari. Apeet, per il momento, sta molto meglio. E qualcuno ha provveduto al pagamento delle spese per l'uniforme e delle tasse d'iscrizione scolastica del giovane.

Quando le cose non funzionano

La storia di Apeet e Zakaria mette in luce le carenze del sistema di collegamento in grado di riferire i casi più gravi dei villaggi ai centri di salute dello Stato.

Le istituzioni preposte e i vari partner dovrebbero incrementare il volume dei servizi sociali addetti al trattamento di casi come questo.

Il secondo problema che emerge da questa storia, e che vive "sottotraccia" come il primo, è la mancanza di un supporto psicologico di cui un ragazzo come Zakaria può aver bisogno nel sostenere la sua piccola sorellina senza correre il rischio di abbandonarla.

Si dovrebbero creare strutture adeguate preposte all'accoglienza degli orfani in grado di costituire per loro un punto di riferimento una volta usciti dagli ospedali.

<http://sostieni.ccm-italia.org/sud-sudan>





A.N.P.I. Arenzano Sezione 16 Giugno 1944

Via Sauli Pallavicino, 21

Presidente Orazio Lo Crasto

L'Antifascismo in marcia

Il 28 ottobre, la Sezione ANPI di Arenzano, ha voluto organizzare un presidio antifascista in Piazza XXIV Aprile, che ricorda la fine della guerra e la liberazione dalla dittatura fascista, perché Forza Nuova, un movimento politico che si richiama apertamente ai principi ed ai valori del fascismo, intendeva riproporre nella stessa data, una nuova marcia su Roma chiamata "Marcia dei Patrioti".

Cambiare il nome non basta.

Sono evidenti la provocazione e la volontà eversiva.

Il 28 ottobre 1922, con la Marcia su Roma si completava il cammino del fascismo verso la presa del potere.

Fu il momento culminante al quale però, per completezza, bisognerebbe aggiungere le centinaia di Case del Popolo date alle fiamme, le bastonature, l'olio di ricino agli "antifascisti", le migliaia di vittime di quegli anni, di cui ricordiamo solo i nomi più noti.

Furono tanti e tanta fu la violenza spiegata in quel dopo guerra. È accertato che prima di arrivare formalmente e definitivamente al potere assoluto, il fascismo aveva causato più di 3.000 morti.

E poi il 23 agosto 1923 toccò a Don Minzoni, e il 10 giugno 1924 a Giacomo Matteotti, tanto per far solo due nomi. E poi furono le violenze, la galera e il confino per i dissidenti, le leggi speciali e poi quelle razziali contro gli ebrei, e infine, il disastro e la tragedia della guerra.

La marcia su Roma fu qualcosa di più della corrente definizione di "eversiva"; è necessario che questa parte della storia venga ben ricordata, per capire fino in fondo che, oggi, le ragioni della scelta di quella data, sono, di per sé, ancor più eversive.

È questo il vero motivo per cui quella scelta, da parte di un'organizzazione fascista, non poteva lasciarci indifferenti ed anzi, ci ha provocato un forte senso di ripulsa. Tanto che non ci è bastato che la richiesta di autorizzazione sia stata respinta, anche perché è intenzione di Forza Nuova riproporla in occasione del IV novembre.

Non bisogna affatto minimizzare la portata di tale provocazione, non bisogna cadere nella trappola di pensare che si tratta di pochi scalmanati senza possibilità di futuro.

Questi errori sono già stati fatti in passato e sono costati caro.

Al contrario noi pensiamo che bisogna essere pronti non solo a fronteggiare, ma anche a prevenire qualunque forma di reale eversione, perché è questa la

parola che si addice e va richiamata ogni volta che si cerca di tornare su fatti del tragico ventennio.

Siamo soddisfatti della presa di posizione, corretta, del Capo della Polizia, del Ministro degli interni, del Presidente della Regione Lazio,

della Sindaco e del Prefetto di Roma; ma non stiamo a guardare e ad aspettare gli eventi, anche perché la sola idea di aver pensato ad una manifestazione da fare proprio il 28 ottobre ha un carattere, di per sé, altamente eversivo.

L'ANPI per il 28 ottobre ha indetto manifestazioni in tutta Italia.

Non siamo soli, sono state chiamate a raccolta tante organizzazioni politiche e sociali perché concorranno, con noi, a respingere queste manifestazioni di esasperato fascismo e si attrezzino anche a controbattere i pericoli che derivano dalle nuove forme di fascismo, di razzismo, di egoismi nazionalistici.





Si deve reagire, diffondere conoscenza, informazioni storiche, e notizie circa i “nuovi fascismi”, ciò che accade negli stadi di calcio e ciò che circola sul WEB.

Ormai, non bisogna lasciar passare più nulla, perché la sfida si fa più aspra, la tentazione dei fascisti di ieri e di sempre di spostare più in alto l'asticella della provocazione si fa sempre più forte.

E purtroppo devo dire che non sempre le Istituzioni, lo Stato nel suo complesso, mostrano altrettanto impegno ed altrettanta comprensione dei fenomeni e dei fatti che avvengono.

La Procura di Milano ha richiesto l'archiviazione della vicenda avvenuta al Cimitero monumentale, dove un nutrito manipolo di giovani ha reso omaggio ai caduti della Repubblica Sociale di Salò in un tripudio di canti, gagliardetti e saluti romani.

Una manifestazione di schietto connotato fascista con una forte dose di provocazione e di sfida.

Stessa decisione è stata assunta da quella di Venezia per la vicenda del gestore di un “bagno fascista” a Chioggia, che tanto ci ha colpito per la sua banale e brutale arroganza.

C'è da chiedersi come ragionino certi giudici, e quanto conoscano la storia del nostro Paese e perfino le leggi che già da tempo sanzionano ogni forma di apologia del fascismo.

E vedremo come andrà a finire l'orribile quanto squallido fatto dei tifosi laziali che hanno offeso la memoria di Anna Frank e di tutte le vittime dell'olocausto.

C'è da chiedersi se ci sia, davvero, quella “cultura antifascista” che dovrebbe nascere anche solo dalla piena conoscenza della nostra Costituzione.

Tuttavia dopo alcune recenti pronunce, che non tengono conto neppure degli orientamenti della Suprema Corte di Cassazione, c'è da essere sbalorditi, ma anche preoccupati.

L'ANPI è per una Magistratura indipendente, come vuole la Costituzione e per il rispetto verso questo importantissimo Organo dello Stato ed i suoi componenti. Però se ci sono aree scoperte e lacune culturali o storiche, occorre colmarle, non solo nell'interesse stesso della giustizia, ma anche perché oggettivamente, certe richieste di archiviazione finiscono per rendere più sicuri di sé e più arroganti coloro che hanno il fascismo nella mente e nel cuore e non hanno capito, non vogliono capire, che l'Italia è una Repubblica democratica e antifascista.

Una Repubblica libera che ha nella Costituzione il suo alto riferimento giuridico e morale.

Quella Costituzione che come sosteneva Calamandrei è stata pensata e scritta in montagna dove i partigiani lottarono per ridare all'Italia, al nostro Paese, la dignità che il Fascismo aveva distrutto.

Roberto Fiore, massimo rappresentante di Forza Nuova, nei giorni scorsi ha detto che l'Antifascismo è finito, morto e sepolto.

Si sbaglia. L'Italia è e resterà antifascista, che se ne facciano una ragione.

Orazio Lo Crasto





A.S.D. Unopuntotre

Corsi di ginnastica dolce per la Terza Età - Attività Fisica Adattata (A.F.A.)

Gruppi di cammino per chi vuole muoversi all'aria aperta

Passeggiate in bicicletta per chi vuole tenersi in forma

Referente: Susanna Colaizzo - tel. 3403916019

Attività anno 2016/2017

Anche quest'anno l'associazione UNO PUNTO TRE a.s.d. si è impegnata nei corsi AFA (Attività Fisica Adattata) per la terza età e, oltre ai già collaudati corsi che si tengono ad Arenzano, Cogoletto, Lerca, Sciarborasca e Mele, si è rivolta anche agli abitanti di Voltri e di Varazze.

Tutto ha funzionato molto bene e le soddisfazioni non sono mancate. Gli allievi hanno riscontrato grandi benefici in termini di scioltezza, sicurezza ed armonia. L'aspetto più coinvolgente è stato la "performance" finale che ha visto protagonisti gli allievi di Cogoletto, Lerca e Sciarborasca insieme agli allievi del corso di ginnastica dolce di Arenzano: abbiamo effettuato una danza corale greca sulle note del Sirtaki, rivisitato nonché adattato alle capacità degli allievi. La danza è stata eseguita in cerchio nello scenario fantastico del Parco di Arenzano. La stessa danza l'abbiamo ripetuta in forma itinerante al centro per anziani Baglietto a Cogoletto, alla Casa degli anziani di Arenzano, nonché alla struttura di Pratozanino e alla Madonna della Guardia (Genova) con i malati accompagnati dai volontari dell'UNITALSI.

È stato bello condividere gioia ed entusiasmo con chi non ha la possibilità di seguire i nostri corsi.

Per me che mi occupo delle lezioni bisettimanali è stato incredibile vedere come persone non più giovanissime (75 - 80 anni e più) siano riuscite a mettersi ancora in gioco: tutti si sono impegnati nel provare e riprovare i passi in sequenza per memorizzare i vari passaggi che richiedevano il cambio di posizione nonché di direzione al ritmo della danza greca. Ho pubblicato delle foto che ci riprendono in quell'occasione.

La costanza e la tenacia ci hanno premiati perché il risultato finale è stato davvero bello e soprattutto condiviso. Forte infatti la condivisione tra i partecipanti e la consapevolezza che il fare bene del singolo era fondamentale per la riuscita del gruppo nel suo insieme. Inoltre, sempre nell'ottica di tener in esercizio mente e corpo, anche quest'anno come l'anno precedente è in atto il corso per la memoria "Memory Training" molto seguito ed apprezzato.

Facendo un breve salto indietro nella storia troviamo che Giovenale, nella sua locuzione latina "mens sana in corpore sano" asserisce che l'uomo dovrebbe aspirare a due beni soltanto: la sanità dell'anima e la salute del corpo.

Prima di lui già Aristotele aveva affermato che corpo ed anima possono crescere e svilupparsi soltanto

insieme. Aristotele affermava che la ginnastica sviluppa il coraggio e deve essere temperata dallo studio della musica nonché adattata all'età e alla costituzione del singolo.

Oggi più che mai attuale dopo che la scienza ci ha dimostrato che il nostro cervello va tenuto in esercizio come i nostri muscoli. Imparare una danza significa attivare cervello e muscoli.

Il desiderio di portare tra persone più bisogno-





se e più deboli un momento di spensieratezza è stato conseguito tra gli anziani ricoverati al Baglietto, casa per anziani di Cogoleto. Potremmo definire quasi magico il risultato raggiunto a Pratozanino e alla Guardia dove i ricoverati, malgrado i problemi mentali da cui sono affetti, si sono lasciati coinvolgere e partecipare ai balli di gruppo seguiti alla nostra "performance"

Non c'è ombra di dubbio che la musica unisca ed il movimento sprigioni quell'energia e quell'entusiasmo che, perfino chi è bloccato su una carrozzella, può comunque sentire muovendo anche solo le mani, le braccia o la testa...

Il fatto di essere lì con loro... per loro... si è rivelato per noi tutti un dono prezioso.

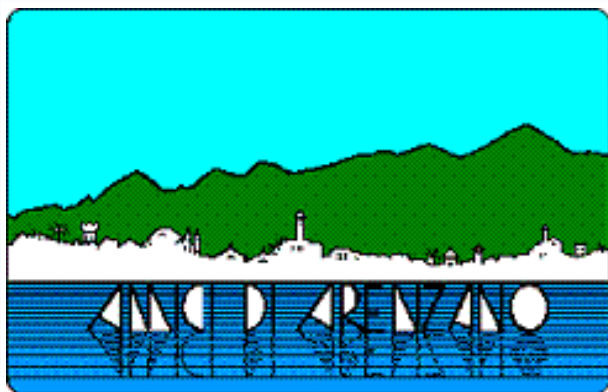
Aldilà degli esercizi motori e della ginnastica tradizionale, l'Associazione UNOPUNTOTRE ha certamente raggiunto l'obiettivo principale: lo stato di buona salute della persona non solo dal punto di vista fisico, ma anche psichico e spirituale. Alla luce dei risultati conseguiti, si procede su questa strada fiduciosi delle nostre capacità, sicuri di raccogliere i frutti dell'impegno di tutti anche l'anno prossimo.

Susanna Colaizzo

Congratulazioni, Noemi!



*Campioni Italiani Assoluti di Burraco 2017, Riccione - categoria eccellenza
Sul podio la nostra docente di Burraco, Noemi Pastorino, con i compagni di squadra*



ASSOCIAZIONE "AMICI DI ARENZANO"

Via Sauli Pallavicino, 33
16011 ARENZANO GE

e-mail: amici di arenzano@gmail.com

L'Associazione AMICI DI ARENZANO, costituita nel 1994, ha lo scopo di concorrere alla tutela e alla valorizzazione dei beni culturali, delle risorse ambientali, naturali e paesaggistiche di Arenzano; non è legata a partiti politici e non ha scopo di lucro.

Finalmente aperto il passaggio esterno alla Galleria del Pizzo

Dopo una lunghissima battaglia, durata oltre 14 anni, in cui sono state inviate decine di lettere ai diversi enti, sono stati fatti più sopralluoghi, sono state raccolte in pochi giorni 2200 firme, finalmente è stato inaugurato il 1 agosto u.s. il passaggio esterno della Galleria del Pizzo. Nonostante il pochissimo preavviso e la mancanza di pubblicità all'evento sono stati in molti coloro che hanno partecipato alla inaugurazione.

Il passaggio esterno, lo vogliamo ricordare una volta di più, nasce dall'esigenza di evitare ai pedoni il transito nel tunnel, in una situazione di grave pericolo per la mancanza di qualunque protezione e le ristrette dimensioni del marciapiedi, in condizioni insalubri per il rumore e l'inquinamento.

Nel tempo sono avvenuti diversi incidenti e sono state moltissime le segnalazioni che abbiamo via via ricevuto e che ci hanno spinto a cercare di risolvere il problema nella maniera più semplice ovvero **utilizzando la strada preesistente per il transito dei pedoni**, impresa riuscita anche grazie alla realizzazione della *pista ciclopedonale* finanziata con i Fondi Europei.

Allo scopo di arrivare alla soluzione di cui sopra - peraltro da tutti condivisa - fin dal lontano 2003 è stato necessario dar corso ad una fitta corrispondenza con l'ANAS, il Comune, la Provincia, la Regione.

Le nostre continue sollecitazioni hanno portato, in anni recenti, a superare alcune difficoltà burocratiche cosicché, nel febbraio 2008, c'è stata finalmente la discussione di un ordine del giorno con relativa de-



Cartello utilizzato nell'agosto 2007



cisione dell'Assemblea Legislativa della Regione Liguria che citiamo testualmente:

"Preso atto che già da diversi anni è all'attenzione del Comune di Arenzano e della Provincia di Genova nonché dell'ANAS S.p.A. la situazione di pericolosità e nocività del percorso pedonale che si sviluppa all'interno della galleria in località Pizzo sulla strada provinciale Aurelia nel Comune di Arenzano;

Considerato che tale questione è stata sollevata dall'Associazione Amici di Arenzano davanti ai Difensori civici della Regione Liguria e della Provincia di Genova i quali, rilevata "l'assoluta necessità" di una soluzione per scongiurare il pericolo di eventi dannosi a carico dei pedoni necessitati al transito nella galleria del Pizzo, hanno sollecitato gli enti locali competenti e l'ANAS S.p.A. a verificare le soluzioni più opportune per risolvere un problema di notevole interesse per la popolazione;

Tenuto conto che, a seguito di sopralluoghi susseguites nel tempo, l'unica soluzione migliorativa concretamente praticabile sarebbe rappresentata da un percorso pedonale esterno alla galleria del Pizzo, realizzato nella sede dismessa della ex strada statale 1 Aurelia [...]



Il passaggio lato Arenzano finalmente aperto

Impegna il Presidente e la Giunta regionale

Ad attivarsi di concerto con gli enti locali competenti per verificare insieme all'ANAS S.p.A. la possibilità di realizzare un percorso pedonale nella tratta dismessa della strada statale 1 Aurelia che corre all'esterno della galleria del Pizzo nel Comune di Arenzano nonché per valutare gli interventi conseguenti, compresi quelli idonei a mettere in sicurezza il suddetto tratto soggetto alla caduta di massi".

Ringraziamo tutti gli enti, le associazioni, i tecnici e le persone che hanno dato il loro contributo affinché si realizzasse questa opera e

invitiamo cittadini e ospiti di Arenzano a percorrere il nuovo passaggio che evita di transitare all'interno della galleria.

A margine di quanto sopra, vogliamo segnalare che la disposizione del cartello all'inizio del percorso per chi proviene da Voltri è infelice perché poco visibile dalla strada (è lato mare e un po' nascosto) e che la sbarra ivi presente non rende evidente tale passaggio, ragion per cui sono molte le persone che non si accorgono di questo imbocco e continuano a passare nel tunnel.



Inaugurazione il primo agosto 2017



Fondo Mondiale per la Natura

Sezione di Arenzano Cod. L.I.11

Via Sauli Pallavicino, 33

16011 Arenzano (Ge)

Tel. 335/8180625

e-mail: gcmarabotti@libero.it

Sezione Regionale Liguria

Vico Casana 9/3 int. 9

16123 Genova

010-267312

Ogni pesce racconta una storia

Sai cosa si nasconde dietro il tuo piatto?

Dopo i cambiamenti climatici, lo sfruttamento eccessivo delle risorse ittiche è la seconda minaccia, in ordine di importanza, per i nostri oceani.

È difficile oggi immaginare la nostra alimentazione senza pesce, ognuno di noi mangia in media 25 kg di pesce all'anno, quasi il doppio di 50 anni fa.

Per soddisfare la domanda peschiamo così una quantità di pesce eccessiva rispetto a quanto l'oceano ne possa produrre, per cui sono a rischio molti ecosistemi marini e le comunità di pescatori locali che da essi traggono economia e sostentamento.

L'Unione Europea costituisce il principale importatore al mondo di prodotti ittici, oltre la metà dei quali viene importata da paesi asiatici, africani e da altri in via di sviluppo, dove molte comunità locali basano il loro sostentamento sull'attività di pesca.

«Scegliere nei supermercati, nei mercati e nelle pescherie pesce sostenibile sia sotto il profilo ambientale che sociale, è possibile: privilegiando, ad esempio, le specie disponibili che spesso vengono escluse dalle scelte dei consumatori». Lo dichiara la presidente del WWF Italia Donatella Bianchi, che aggiunge: «Scegliere pesce sostenibile aiuta la conservazione degli stock ittici nel lungo termine e contribuisce alla sussistenza di oltre 800 milioni di persone, che dalla pesca traggono sostentamento, e alla sicurezza alimentare dei consumatori».

Molto presto potrebbe non esserci più pesce disponibile per la pesca, l'allevamento e quindi l'alimentazione, con grave crisi dell'economia.

Per fortuna, lo sfruttamento eccessivo delle risorse ittiche può essere frenato.

Ecco cinque semplici "suggerimenti":

SCEGLIERE IL PRODOTTO LOCALE

Nel Mediterraneo è possibile scegliere prodotti della pesca locale e artigianale a "miglio zero". Rivolgersi al pescivendolo di fiducia per sapere quali specie sono pescate nella nostra zona.

ASSAGGIARE LA DIVERSITÀ

Diversificare il pesce a tavola garantisce una pressione più bilanciata sulle risorse marine, che favorisce il mantenimento della biodiversità e rende gli ecosistemi marini più forti.

Sebbene nel mar Mediterraneo vivano almeno 500 specie di pesce commestibile, sulle nostre tavole ne arrivano una ventina soltanto, mentre consumiamo in abbondanza prodotti che vengono dagli oceani.

Potremmo scoprire nuovi e sorprendenti sapori e risparmiare, dal momento che il costo delle specie meno conosciute è spesso inferiore al costo dei pesci più richiesti.

MANGIARE SOLO PESCE ADULTO

Un pesce troppo giovane non ha ancora avuto il tempo di riprodursi. Chiedere al pescivendolo di fiducia pesce adulto per ricostituire le risorse ittiche.



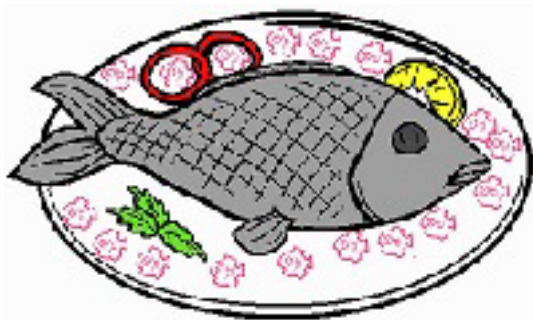


CONTROLLARE L'ETICHETTA

Nell'Unione Europea è un diritto acquisito conoscere il nome completo del pesce che si acquista, la sua provenienza, sapere se è stato pescato, allevato, se si tratta di pesce fresco o scongelato.

ACQUISTARE PRODOTTI ITTICI CERTIFICATI

Si deve acquistare pesce certificato MSC (Marine Stewardship Council), ASC (Aquaculture Stewardship Council) o biologico per garantire una scelta secondo criteri di sostenibilità.



Dal profondo del piatto

La nuova Guida WWF al consumo responsabile di pesce, online per i dispositivi mobili in modo da poterla consultare anche durante lo shopping, fornisce indicazioni per le specie da scegliere o da evitare attraverso un intuitivo sistema a colori: rosso per le specie da evitare, giallo per quelle da scegliere con moderazione, verde per via libera al consumo, blu per specie certificate.

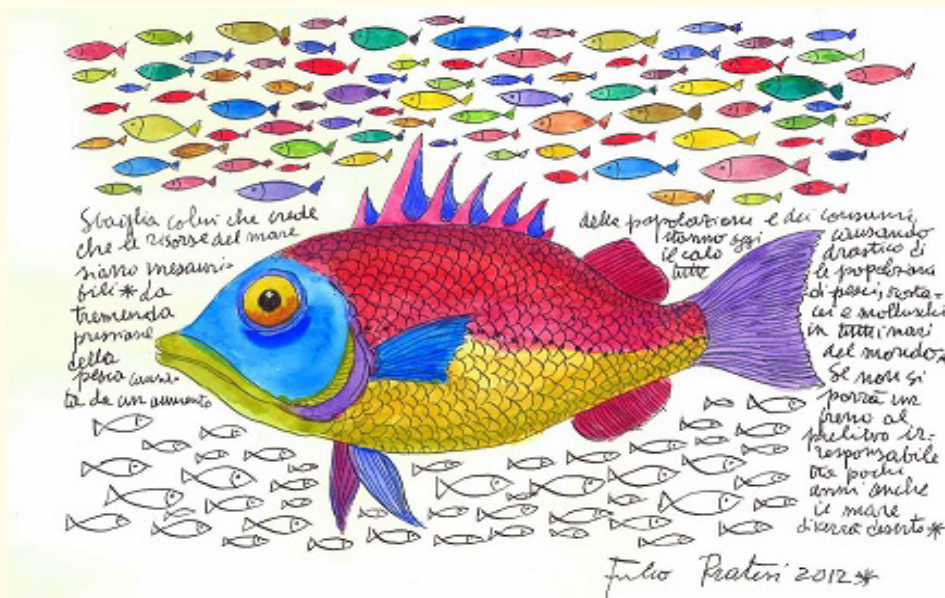
Per rendere il tutto più piacevole la guida presenta ricette proposte da chef rinomati in tutta Europa, semplici da preparare, gustose, originali e, soprattutto, di grande valore nutritivo, nel rispetto dell'ambiente.

Alcuni esempi: Sugarello al cumino con carote, filetti di Muggine con vegetali croccanti e té verde, Palamita alla chitarra, Merluzzo confit con albicocche e pomodori secchi, Filetto d'Orata in salsa di cavoli, Sardine avvolte in foglie di vite, Cozze con salame chorizo e zafferano, Sigano con patate e verdure di stagione, Mazzancolle Kerkénaise.

(<http://pescesostenibile.wwf.it/recipes>)

Giancarlo Marabotti

Le risorse del mare non sono inesauribili



Ecco il testo che accompagna il bellissimo acquarello di Fulco Pratesi, fondatore e Presidente onorario del WWF Italia: "Sbaglia colui che crede che le risorse del mare siano inesauribili. La tremenda pressione della pesca causata da un aumento della popolazione e dei consumi stanno oggi causando il calo drastico di tutte le popolazioni di pesci, crostacei e molluschi in tutti i mari del mondo. Se non si porrà un freno al prelievo irresponsabile tra pochi anni anche il mare diverrà deserto."



Accademia Musicale Teresiana

La segreteria è aperta tutti i giorni dalle 15.00 alle 18.00. www.accademia-teresiana.org
Tel/Fax: 010.912.42.33. Indirizzo mail: accademia.musicale@libero.it

A tutta musica

Tiziana Piromalli

Al termine di un'estate segnata da importanti impegni didattici ed artistici, fra gli altri la scuola musicale estiva e la rappresentazione dei Carmina Burana, abbiamo iniziato con grande energia un nuovo Anno Accademico.

Le lezioni hanno preso il via il 25 settembre ma siamo sempre a disposizione di chiunque voglia venire a trovarci per ricevere informazioni sui nostri corsi e sulle manifestazioni che stiamo organizzando. In particolare attendiamo a braccia aperte nuovi cantori e giovani strumentisti interessati alle lezioni di musica d'insieme.

Le lezioni di canto corale hanno luogo tutti i giovedì alle 21:00 presso la nostra sede (Villa Madalena), quelle di musica d'insieme si svolgono sia al lunedì che al venerdì alle 18:30, sempre presso la nostra sede. Seguendo queste lezioni si entrerà a far parte, rispettivamente, del coro "Ino Mini" e dell'Orchestra Giovanile dell'Accademia Musicale Teresiana.

Vi segnaliamo inoltre i nuovi corsi di scenografia, rivolti ai ragazzi delle scuole medie e superiori; di



musica per i più piccoli, ispirati agli studi di Edwin Gordon; le lezioni collettive per gli strumenti a fiato.

Oltre all'attività didattica, abbiamo ripreso anche l'organizzazione di concerti.

L'11 novembre, presso la chiesa dei Santi Martino e Alessandro (Pineta di Arenzano), si è celebrata la **Festa di San Martino e San Alessandro**, una giornata ricca di eventi con la celebrazione della





Ingresso con offerta libera che verrà devoluta a scopi umanitari.

Il **17 dicembre**, alle ore 17:00, presso le opere parrocchiali si terrà il **Saggio di Natale**. Lo spettacolo vedrà protagonisti i ragazzi del laboratorio espressivo, del laboratorio di scenografia, le classi di canto e di strumento, l'orchestra giovanile composta dagli allievi dei corsi di musica d'insieme e dei corsi ad indirizzo musicale che si tengono presso la scuola media, oltre ai flauti dolci preparati dalla prof.ssa Giovanna Vallarino.

Santa Messa alle ore 18:00 seguita da un concerto a nostra cura e da un aperitivo offerto dagli Scout di Arenzano.

Nell'immediato vi proponiamo di seguirci nei prossimi appuntamenti.

Il **7 dicembre**, alle ore 18:00, presso il teatro Carlo Felice di Genova, concerto della Filarmonica Sestrese in collaborazione con l'Accademia Musicale Teresiana di Arenzano per festeggiare i **170 anni dell'inno di Mameli**. Faranno parte del progetto alcuni ragazzi delle classi prime



della scuola media "E. Chiossoni" selezionati dai nostri insegnanti all'inizio di novembre. Gli studenti che avranno superato la selezione rientreranno nel coro che eseguirà la versione integrale dell'inno d'Italia.

Il **23 dicembre**, ore 17:00, Chiesa di San Martino (Pineta di Arenzano), **Concerto di Natale** che verrà eseguito da insegnanti ed allievi dell'Accademia Musicale Teresiana di Arenzano.

Per maggiori informazioni seguitemi sul nostro sito, sulla nostra pagina facebook o contattateci direttamente (accademia.musicale@libero.it)



Le foto sono di Niki Moggia e riprendono il concerto dei Carmina Burana e il saggio finale della scuola musicale estiva

Noi e loro

Premio Fedeltà a San Rocco di Camogli

dedicato ai cani eroi

a cura di Giuliana Erli

Come ogni anno, ad agosto, si è svolto a San Rocco di Camogli il "Premio Fedeltà" dedicato a tutti quei cani che in un modo o nell'altro si sono distinti per un atto di coraggio e generosità verso i loro "umani".

C'erano Bairo, Gino e Gina, tre segugi francesi, che con il calore del loro corpo hanno riscaldato il padrone disperso a dicembre nel gelo di Montecalvoli e



poi c'era Sansone, un Labrador color miele, che ha vegliato il suo padrone investito da un'auto sino a che non ha ripreso i sensi.

È stato consegnato il premio anche ad alcuni uomini che con il loro gesto d'amore hanno salvato dei cani, come il nucleo cinofilo che ha adottato un Border Collie ritrovato a Norcia durante il sisma e che è diventato la loro mascotte.

E poi c'erano Leon, Lapo, Kimba, Kira e tanti altri. E c'era anche "Palla", un meraviglioso Pittbull salvato da morte certa per un laccio stretto attorno al collo.

In questo concorso sono stati assegnati diversi premi ma io direi, senza paura di essere smentita, che ognuno di questi pelosetti è sicuramente un vincente.

*"I cani quando amano lo fanno in modo costante,
inalterabile sino all'ultimo respiro"*

Elizabeth Von Arnim

Dialogo

*Dio Spirito d'Amore
che unisce il mondo.
Del Tuo cuore ci nutriamo
e di Te respiriamo.
Della vita terrena
sei la sorgente.
Sono una creatura inutile
che ti ama tanto.*

*Perdonami per le tante cose
dette e mai fatte.
Aiutami ad essere come Tu mi vuoi,
a non pensare alle cose di quaggiù
ma ad arricchirmi delle cose che un
giorno mi porteranno a Te.*

Anna Pagano



Poeti Nobel per la letteratura siciliani

Luigi Pirandello

«Io son figlio del Caos; e non allegoricamente, ma in giusta realtà, perché son nato in una nostra campagna, che trovasi presso ad un intricato bosco denominato, in forma dialettale, Càvusu dagli abitanti di Girgenti, corruzione dialettale del genuino e antico vocabolo greco "Kaos"».

Quando vinse il Premio Nobel Pirandello aveva 67 anni ed aveva scritto tanto, tantissimo: poesie, testi per il teatro, novelle, racconti, romanzi. Era nato nel 1867 da una coppia di agiata condizione borghese. Nacque nella contrada Cavusu a Girgenti, nome in cui era nota, fino al 1929, la città di Agrigento.

La sua infanzia fu abbastanza serena, ma aveva difficoltà a comunicare con gli adulti, con i suoi genitori, specie con il padre. Iniziò così a studiare le sue capacità espressive per poter al meglio corrispondere al mondo che lo circondava. Soffriva d'insonnia: dormiva al massimo tre ore per notte.

Dopo i primi anni di studi elementari, sotto la guida di maestri privati, andò a studiare in un istituto tecnico e poi al ginnasio. Qui si appassionò alla letteratura. La sua prima poesia "Barbaro", andata perduta, la compose a undici anni.

Per poco tempo, nel 1886, andò a lavorare con il padre proprietario di una miniera di zolfo. Qui ebbe modo di conoscere la vita molto dura dei minatori. Sempre in quest'anno si recò a Palermo per i suoi studi universitari, iscrivendosi a Filologia romanza. Proseguì gli studi a Roma ed infine nella città tedesca di Bonn. In questa occasione conobbe grandi maestri europei. Si laureò nel 1891 con una tesi sulla parlata agrigentina.

Nel 1892 si trasferì a Roma dove, con l'aiuto economico del padre, riusciva a mantenersi. Conobbe Luigi Capuana, il quale l'aiutò molto a farsi strada nel mondo letterario. Grazie a lui entrò nei salotti intellettuali della città dove conobbe giornalisti, scrittori, artisti e critici. Si sposò con Maria Portulano, figlia di un ricco socio del padre. Ebbero tre figli. La loro vita d'agiata finì nel 1903, quando un allagamento fece fra-



nare la miniera e sia la famiglia di Pirandello e quella della moglie si trovarono sul lastrico finanziario. Fu allora che la moglie iniziò ad accusare disturbi mentali. Il tema della pazzia sarà spesso presente nelle sue opere.

Per vivere Pirandello accettò la cattedra di stilistica presso l'Istituto magistrale femminile. Arrotondava lo stipendio con lezioni private. I suoi primi lavori intanto riscuotevano poco successo. A malincuore, dopo anni di cure in casa, dovette ricoverare la moglie in un ospedale psichiatrico dove morì molto anziana.

Si deve al romanzo *Il fu Mattia Pascal* il suo primo successo, che fu tradotto in diverse lingue. La critica inizialmente non lo capì, come non comprese la grandezza dello scrittore. Il vero successo arrivò con i testi teatrali. Uno dei primi lavori rappresentato fu *Liolà*. Pirandello stesso dette vita ad una compagnia teatrale a Roma. Egli diceva del suo teatro: "Il mio è il teatro dello specchio, privo dell'ipocrisia, delle maschere, il teatro della verità". Alcuni film sono stati tratti dai suoi lavori. Il suo successo arrivò anche negli Stati Uniti, dove si recò personalmente. Grandi attori dell'epoca interpretarono film tratti dalle sue opere.

Tra le opere teatrali più famose: *Sei personaggi in cerca d'autore*, *Così è se vi pare*, *Enrico IV* e *L'uomo dal fiore in bocca*.

Tra i romanzi: *Uno, nessuno e centomila*, *I vecchi e i giovani*.

Le sue *Novelle per un anno* sono raccolte in quindici volumi. Chi non ha letto *La patente* o *La giara*?

Lo scrittore morì a Roma nel 1936 lasciando una commedia incompiuta: *I Giganti della Montagna*.

Giuseppina Marchiori

Anna Frank

Ricordo di una giovane donna che si affacciava alla vita

Di Anna Frank, ebrea, si è parlato tanto negli ultimi tempi perché la sua immagine è stata presa come simbolo dispregiativo da alcuni tifosi ultras laziali, per offendere i tifosi romanisti. La cosa ha suscitato profondo sdegno, non solo nella comunità ebraica, ma in tutta la comunità civile.

Chi era Anna Frank? Sappiamo della sua vita, della sua esistenza grazie al diario che lei scrisse per due anni in un appartamento nascosto ad Amsterdam.

Il padre Otto, di origine tedesca, come del resto Anna, nel 1933 si trasferì dalla Germania all'Olanda sperando di salvaguardare la sua famiglia dal pericolo dell'avanzata al potere dei nazisti e del clima razzista che serpeggiava.

Nel 1935 la giovane venne privata della cittadinanza tedesca divenendo così apolide. Anna nel suo diario scrive come ormai si sentisse cittadina olandese e avrebbe avuto il desiderio, dopo la fine della guerra, di ottenere la cittadinanza dei Paesi Bassi.

Era nata nel 1929 a Francoforte. Oltre al padre Otto la sua famiglia era composta dalla madre e da una sorella. Arrivati ad Amsterdam la famiglia Frank prese possesso di un appartamento in un nuovo quartiere alla periferia della città. Anna e la sorella Margot si iscrissero a scuole regolari. Il padre Otto era direttore di una ditta con diversi impiegati.

Quando scoppiò la seconda guerra mondiale, percependo il pericolo per sé e la sua famiglia iniziò a preparare un appartamento in una casa retrostante la ditta alla quale si accedeva da una scala, il cui ingresso era nascosto da una libreria girevole.

Le sorelle Frank furono costrette a lasciare la scuola pubblica e tutti gli ebrei dovettero denunciarsi e portare sui vestiti, ben visibile, una stella gialla a sei punte, simbolo ebraico.

Nel 1942 la famiglia si trasferì nel rifugio, assieme ad altre persone. Dell'edificio Anna scrive: "L'Alloggio segreto è un nascondiglio ideale! Anche se è umido e

storto non esiste in tutta Amsterdam, né probabilmente in tutta l'Olanda, un nascondiglio più comodo di questo".

Il diario, su cui scrisse, le fu regalato dai suoi genitori, il giorno del suo tredicesimo compleanno.

Fino al 1944, dunque, Anna visse in questo appartamento, dove di giorno gli abitanti dovevano fare il massimo silenzio per il pericolo che gli impiegati della ditta li sentissero. Solo di notte Anna poteva recarsi nella ditta e ascoltare alla radio anche le tragiche notizie della guerra.

La giovane donna nel suo diario descrive le sue emozioni, le sue gioie, le sue aspettative per il domani, ma anche i problemi quotidiani legati alla convivenza stretta sia con i suoi familiari, sia con gli altri coabitanti.

Nell'alloggio segreto Anna diventa donna e descrive i suoi turbamenti per Peter, giovane altro occupante della casa. I viveri venivano dati alla famiglia Frank da amici a rischio della loro vita, dato che era severamente vietato aiutare gli ebrei.

Il mattino del 4 agosto 1944 la Gestapo irruppe nel nascondiglio segreto ed arrestò tutti gli otto occupanti. La persona che li denunciò non fu mai identificata. Gli otto clandestini vennero condotti al campo di smistamento di Westerbork. La madre morì d'inedia, e le due sorelle, trasferite nel campo di Bergen-Belsen, morirono di tifo poco prima della liberazione, nel marzo 1945.

Della famiglia Frank sopravvisse solo il padre, che entrò in possesso del diario grazie ad una coppia di amici che ne aveva salvato le pagine. Successivamente Otto Frank lo fece pubblicare, così tutto il mondo poté conoscere la storia di Anna. La casa dove lei visse nascosta è ora diventata un museo che ogni anno è visitata da migliaia di persone. Dal suo diario è stato tratto un film e una commedia.

Nella classe di Anna vi erano altre 15 ragazze ebreiche che senz'altro hanno subito la sua stessa sorte.



Attraverso il diario di questa giovane donna possiamo cogliere anche le loro emozioni e i sentimenti.

Quanti giovani come Anna, Peter, Margot sono morti nelle camere a gas, o per stenti e malattie nei lager. Perché dunque offendere la memoria di questa fanciulla? Forse non bisogna mai smettere di parlare di quello che è stato l'Olocausto, di leggere il suo diario nelle scuole o in altri contesti. L'odio, il razzismo creano mostri e noi tutti abbiamo bisogno d'amore.

Giuseppina Marchiori



La Casa di Anne Frank nel cuore di Amsterdam

Dal Diario di Anna Frank

Quanto sarebbero buoni gli uomini, se ogni sera prima di addormentarsi rievocassero gli avvenimenti della giornata e riflettessero a ciò che v'è stato di buono e di cattivo nella loro condotta! Involontariamente cercheresti allora ogni giorno di correggerti, ed è probabile che dopo qualche tempo avresti ottenuto un risultato.

La ricchezza, la bellezza, tutto si può perdere, ma la gioia che hai nel cuore può essere soltanto offuscata: per tutta la vita tornerà a renderti felice. Prova, una volta che ti senti solo e infelice o di cattivo umore, a guardare fuori quando il tempo è così bello. Non le case e i tetti, ma il cielo. Finché potrai guardare il cielo senza timori, saprai di essere puro dentro e che tornerai a essere felice.

Fuori, è spaventoso. Di giorno e di notte quei poveretti vengono trascinati via, senza poter portare con sé che un sacco da montagna e un po' di denaro. Durante il viaggio gli tolgono anche quel

po' di roba. Le famiglie vengono divise, gli uomini di qua, le donne di là, i bambini da un'altra parte.

I bambini, venendo a casa da scuola, non trovano più i loro genitori. Le donne, tornando dal far la spesa, trovano la casa sigillata e la famiglia scomparsa.

Ma guardavo anche dalla finestra aperta, sopra un grande settore di Amsterdam, sopra tutti i tetti fino all'orizzonte, tanto luminoso e azzurro che la linea di separazione non era chiaramente visibile. "Finché questo c'è ancora" pensai "e io posso godere questo sole, questo cielo senza nuvole, non ho il diritto di essere triste".

È davvero meraviglioso che io non abbia lasciato perdere tutti i miei ideali perché sembrano assurdi e impossibili da realizzare.

Eppure me li tengo stretti perché, malgrado tutto, credo ancora che la gente sia veramente buona di cuore. Semplicemente non posso fondare le mie speranze sulla confusione, sulla miseria e sulla morte. Vedo il mondo che si trasforma gradualmente in una terra inospitale; sento avvicinarsi il tuono che distruggerà anche noi; posso percepire le sofferenze di milioni di persone; ma, se guardo il cielo lassù, penso che tutto tornerà al suo posto, che anche questa crudeltà avrà fine e che ritorneranno la pace e la tranquillità.



Migrazione degli esseri viventi

Nel bene e nel male fra passato e presente

I flussi migratori sul nostro pianeta esistono da sempre, da quando i primi esseri viventi hanno assunto la capacità motoria attiva o passiva. Migrazioni attraverso l'acqua, l'aria e la terra.

La maggior parte delle migrazioni sono fenomeni naturali che riguardano soprattutto il regno animale ma anche quello vegetale. Spostamenti attivi per gli animali e passivi per i vegetali, questi con i loro semi, con l'aiuto dell'acqua dell'aria e degli animali. Eventi in perfetto equilibrio, in armonia con tutta la natura fino a quando non vengano turbati temporaneamente e localmente da fenomeni catastrofici, naturali essi stessi. Possiamo dire che tutti gli esseri viventi sono dei migranti.

Anche per il genere umano, che è comparso sulla terra in tempi recentissimi rispetto all'età del pianeta, le migrazioni ci sono sempre state per tanti motivi comprese le guerre.

Per noi, oggi la parola migrante assume un significato particolare. Sappiamo ciò che sta succedendo nel mondo intero e soprattutto in Europa e in Italia perché è cronaca di tutti i giorni.

Nascono problematiche che interessano la vita di tutti noi. Non voglio affrontare questo tema perché investe il mondo della politica espressa attraverso i vari partiti e movimenti politici. Questo giornale, se pur espressione di una associazione di promozione sociale, non può schierarsi politicamente.

Vorrei invece ricordare la immigrazione di quei piccoli animali, gli insetti, che hanno raggiunto il nostro

Paese e l'Europa a causa della movimentazione globale di merci, prodotti e spostamenti di persone da una nazione all'altra. Questi fenomeni forse meno appariscenti e importanti, hanno portato e stanno portando estese decimazioni di alberi di vario genere, piante da frutto e ortaggi.

Fenomeni che incidono sulla vita dell'uomo creando problemi sociali, economici e che interessano la scienza per trovare le contromisure.

Possiamo ricordare la Fillossera che nella seconda metà dell'Ottocento portò alla distruzione del novanta per cento della vite europea. Veniamo a tempi più recenti e odierni. La cocciniglia Matsucoccus che ha distrutto negli anni scorsi i nostri pini marittimi; il Cinipide del castagno, detto anche vespa cinese, che si è



diffuso già da parecchi anni; il Punteruolo rosso che colpisce le palme; la Xylella, la più recente, che sta facendo morire gli ulivi secolari del Salento. Vorrei ricordare anche la Dorifera delle patate e melanzane, la mosca degli ulivi etc.

Per quanto riguarda i grossi alberi, sono in corso ricerche per trovare e importare insetti antagonisti evitando così interventi con prodotti chimici.

Per il Cinipide del castagno è già stato individuato, si tratta del "Torymus Sinensis, importato dal Giappone, il quale si nutre delle larve del Cinipide arrestando la diffusione.

Per la Xylella ancora non si è risolto il problema anche se già si conosce l'antagonista, il nordamericano *Zelus renardii*, si dovrà studiare per introdurlo massicciamente nel più breve tempo possibile.

Per il Punteruolo rosso il problema è più complesso perché l'insetto agisce anche in profondità nel fusto dell'albero. Si stanno sperimentando diverse soluzioni, con prodotti ormonali (feromoni) già in uso per i frutteti, con un topolino che si nutre delle larve già provato nelle isole Canarie. Siamo però ancora lontani da una soluzione definitiva.

La nostra amata natura oggi è sotto pressione per causa nostra, il riscaldamento globale del pianeta è molto più grave delle migrazioni. Siamo in tempo per porre rimedio? Lo sappiamo o facciamo finta di non saperlo?



Palme devastate dal punteruolo rosso

Beppe Cameirana

Haiku in serra

Sabato 30 settembre e domenica 2 ottobre, presso la Serra monumentale nel parco di Villa Negrotto Cambiaso, si è svolta la tradizionale mostra di Bonsai (alberi in miniatura) e Suseki (pietre lavorate dall'acqua). Nell'ambito delle iniziative legate alla diffusione della cultura giapponese, accanto all'esibizione di Kyudo (tiro con l'arco), ai laboratori di Origami (arte di piegare la carta) e Shodo (calligrafia) si è organizzato anche un laboratorio di Haiku.



L'Haiku ha uno schema metrico semplice: tre versi, il primo di 5, il secondo di 7, il terzo di 3 sillabe.

Nei versi non esiste la rima, le sillabe hanno identico valore ritmico e quindi vengono solo contate.

All'interno di ciascun Haiku vi è il kigo, cioè il riferimento ad una delle quattro stagioni, evocata dalla presenza di un fiore, di un animale, di una festa...

La 'rana' di Bashō

in versione Suseki

*L'antico stagno
una rana vi salta
rumore d'acqua*



Questo Haiku di Bashō (1644-1694 - pseudonimo di **Jinhiro Munefusa Matsuo**, primo sommo haijin), viene composto nel 1668 ed è il più noto in assoluto in Giappone e all'estero tanto da segnare l'inizio formale della scuola di Bashō.

La scena è chiaramente pittorica, (gli autori di Haiku accompagnavano spesso le loro composizioni con disegno a inchiostro, che esaltavano i valori grafici dei caratteri cinesi e giapponesi). Pochi tratti essenziali per restituire la purezza del paesaggio: l'immobilità di uno stagno e una suggestione arcana che rimanda all'eterno.

D'un tratto il silenzio è interrotto dal fulmineo guizzo di una rana, che "risveglia" l'acqua, la fa vibrare e l'eco sonoro richiama al presente.

Un attimo di vita che diventa verso.

Fabia Binci

Dispari

*Dispari è:
essere sempre autista e passeggera;
trovarsi, ogni volta, a capotavola
nelle cene con gli amici;
parlare a voce alta
per rompere il Silenzio;
fare domande
e immaginare le tue risposte;
perdere, fatalmente,
la memoria di alcuni ricordi.
(Quanto mi manca la tua ferrea memoria!)*

*Dispari è:
prendere decisioni importanti
senza fugare i dubbi.*

*Dispari è:
camminare per strada
in compagnia della propria ombra.
Dispari è:
nuotare ogni giorno
per rimanere a galla
in questo mio
vivere a metà.*

Fanny Casali Sanna



Personaggi arenzanesi

Il cavalier Carlo Chirone

a cura di Pericle Robello

Il cavalier Carlo Chirone, che era nato ad Arenzano nel 1906, entrò in Aeronautica in qualità di montatore.

Nel primo periodo fu nella base idrovolanti di Orbetello, dove furono preparati gli aerei SIAI S.55 per le crociere pionieristiche in formazione con Italo Balbo. Fu crocierista lui stesso nei raids transatlantici Islanda - USA - Brasile (1930-1933). Questi aerei furono protagonisti di notevoli trasvolate perché avevano un'enorme autonomia rimasta insuperata per tutti gli anni Trenta e anche nei successivi, sia tra gli idrovolanti che tra i terrestri.

Promosso collaudatore, Chirone lavorò alla Piaggio a Sestri Ponente e a Final Marina.



Il cav. Carlo Chirone nel giorno delle nozze



Arenzano 1930: a fior d'acqua

Combatté sugli SVA biplani in Libia, poi in Spagna (1938). Decorato cavaliere dopo la seconda guerra mondiale proseguì la sua attività alla base di Finalmarina fino al pensionamento, come tecnico collaudatore della produzione Piaggio.

Coniugato con Francesca Clara Toso, il 6 maggio 1938, ebbe anche incarichi ministeriali che lo trattennero a Roma sempre in qualità di dipendente della Piaggio Aeronautica per vari periodi.

Il cavaliere ebbe due figlie: Lina e Maria. Morì in Arenzano il 20 settembre 1993.



*Gli aerei delle trasvolate atlantiche e terrestri su cui volò Carlo Chirone
A sx lo SVA 9, usata per addestramento, e a dx il SIAI S.55*

La nostra Domingas

dalla Segreteria Adozioni a distanza della Comunità di Sant'Egidio

Cari amici,

Ringrazio per il sostegno assicurato sino ad ora e invio cordiali saluti. Domingas sta bene ed è stata promossa con buoni voti. In questi mesi di novembre e dicembre sarà in vacanza e a gennaio inizierà la settima classe.

Domingas è una bambina intelligente e studiosa, non ha difficoltà in nessuna disciplina, ma la materia in cui è più brava è portoghese. Anche i suoi fratelli sono stati promossi. In famiglia stanno tutti bene. Hanno nuovamente cambiato casa e Domingas, per raggiungere la scuola e il centro nutrizionale, deve prendere ogni giorno la "chapa", il pulmino. Nonostante la lontananza non fa mai assenze a scuola e al centro nutrizionale. Ama stare in compagnia. A Domingas piace molto mangiare il riso con il pollo, che viene servito due volte a settimana.

Al centro nutrizionale di Beira vengono quotidianamente a mangiare tanti bambini di strada e per loro è stato attivato anche un corso di alfabetizzazione. È un lavoro molto importante volto al reintegro di questi bambini e ragazzi nel contesto familiare e sociale. Il numero dei bambini che frequentano la scuola materna, la "Escolinha", è altresì in crescente aumento.

Il 4 ottobre è stato commemorato il venticinquesimo anniversario della Pace in Mozambico e in diverse cit-



tà del Paese le locali Comunità di Sant'Egidio hanno promosso incontri interreligiosi e tante altre iniziative di pace, che hanno visto la partecipazione di migliaia di giovani.

Al Centro Nutrizionale di Beira è stata fatta una festa con tutti i bambini e alla scuola materna hanno svolto attività sul tema della pace. E, così, nuove generazioni crescono alla scuola della pace.

Ringrazio per il sostegno assicurato sino ad ora e invio cordiali saluti.

Marina Vecchio

Festa con i migranti di Cogoleto



Il 12 ottobre alla Croce d'oro di Sciarborasca si è svolta la cerimonia di consegna dei diplomi del corso di Italiano, seguita da un momento festoso e conviviale.

Erano presenti tutti coloro che si sono adoperati per insegnare agli immigrati la lingua, strumento indispensabile per integrare e abbattere i muri della diffidenza e della paura.

Nella foto, con i migranti, Francesca Antoniotti e le nostre docenti Ines Emili e Anna Venezia, la Vicesindaco di Cogoleto, Marina Costa.

In programma per marzo (Date da definire)

Visite guidate

Giardini esotici Pallanca a Bordighera – Villa Grock Imperia

Genova verticale - "Andar per creuse" - Nuovo itinerario con Patrizia Traverso e le sue foto

Camminare insieme

Giro di Monte Sordo a Finale Ligure con visita al Museo Archeologico

Camminata fino a Forte Diamante prendendo il trenino per Casella

Passeggiando fra vicoli e carruggi di Genova

Per notizie e locandine siete tutti invitati a tenervi aggiornati sul ns. sito web Unitre, soffermarvi davanti alle ns. bacheche e chiedere informazioni nelle segreterie di Arenzano e Cogoleto che sono gentilmente a disposizione di tutti i ns. viaggiatori e camminatori.

Arenzano: ore 9.30-12 tutti i giorni

Cogoleto: ore 10.00-12 tutti i martedì da dicembre a maggio



31 marzo 2017: Escursione Genova Verticale

I bei borghi liguri **Ceriana**

a cura di Marilina Bortolozzi

Dopo la calda pausa estiva riprendiamo il dolce peregrinare attraverso il nostro meraviglioso entroterra ricco di borghi antichi e affascinanti. Francesco Biamonti li definiva: "Alture di scisti e sabbie con rosmarini nodosi e casoni fessurati. Il mare da lassù è di un azzurro immobile e smozzato".

Oggi ci fermiamo a Ceriana, entroterra di Sanremo.

È un grosso e compatto borgo dal caratteristico aspetto medievale, formatosi con tutta probabilità sulle rovine di un "oppidum" romano e sviluppatosi lentamente verso l'alto, disponendosi a gironi sul pendio roccioso.

Le antiche case in pietra a vista, il labirintico insieme dei vicoli, scalette, sottopassaggi che collegano i diversi gironi compongono un ambiente urbano integro e ne fanno uno dei centri storici più interessanti dell'entroterra ligure.

Diverse le chiese tra cui le più notevoli sono la chiesa romanica di S. Andrea, la parrocchiale dei SS. Pietro e Paolo con importanti opere di scuola ligure del

500, e la bella chiesa romanica di S. Spirito del sec. XII in seguito rimaneggiata. Dalla via Raffaele Doria si raggiunge il nucleo comitale di Ceriana dove si incontrano avanzi di mura forse pertinenti al "castrum Coelianae".

Presa di mira dai Saraceni nei sec. IX e X, Ceriana divenne poi proprietà dei Conti di Ventimiglia e nel 1045 passò ai Vescovi di Genova che successivamente la vendettero ai Doria e ai Mari.

Nel 1353 la Repubblica di Genova se ne appropriò fino a che nel 1625 passò sotto il controllo dai Savoia per poi tornare alla Repubblica di Genova. Nel 1797 Napoleone la passò al Distretto delle Palme. Caduto Napoleone passò al Regno di Sardegna e successivamente al Regno d'Italia.

Ceriana è tuttora un centro agricolo attivo per la produzione di olio d'oliva e conserva antiche tradizioni, tra cui è famosa la Processione del Venerdì Santo accompagnata da canti medievali che la completano di toni spettacolari.



Invito a Teatro

La stagione teatrale ha ripreso gli spettacoli con un cartellone ampio e prestigioso di offerte (prosa, danza, musica e cabaret).

*Gli iscritti Unitre possono usufruire di uno **sconto** sul biglietto, mostrando la tessera. Un'opportunità da non perdere.*

*Teatro Piccolo di Arenzano Via G. Marconi 165 - 16011 Arenzano
<http://www.ilsipariotrappato.it>*

Direttore Lazzaro Calcagno, attore, regista e autore



Memorandum

- 9 dicembre 2017: FESTA DI NATALE, Sala Polivalente Comunale - piazzale del Mare, Arenzano, ore 16
21 dicembre 2017: CONCERTO DI NATALE, Oratorio di Santa Chiara - Arenzano, ore 21
4 gennaio 2018: Mostra "DENTRO CARAVAGGIO" a MILANO e Certosa di Garegnano
6 e 7 gennaio: Mostra VAN GOGH "Tra il grano e il cielo" a VICENZA
30 gennaio: Fiera Sant'Orso - AOSTA
1 febbraio: Mostra "RUBALDO MERELLO" - Palazzo Ducale - Genova
10 e 11 febbraio: CARNEVALE DI VENEZIA
17 febbraio: TEATRO ALLA SCALA - Museo teatrale e ristorante museo di Pavarotti
29 marzo -2 aprile: MALTA, capitale europea della cultura 2018
4 marzo: VIAGGI IN MUSICA, "La fanciulla del West" a Livorno
24 marzo: VIAGGI IN MUSICA, "La Traviata" Teatro Verdi a Busseto

Vacanze dal 17 dicembre 2017 al 7 gennaio 2018

Buon Natale

