

Premio di Poesia "Città di Arenzano"

dedicato a Lucia Morpurgo Rodocanachi

Arenzano ama la poesia. Ne abbiamo avuto conferma sabato 10 aprile, nell'incontro dedicato ad Alda Merini, per ricordare il decimo anniversario della sua visita ad Arenzano e insieme presentare il libro "Après tout même toi", traduzione a cura di Patricia Dao di "Dopotutto anche tu" (San Marco dei Giustiniani): in una splendida giornata di primavera, dopo un lungo e freddo inverno, la sala consiliare era piena!

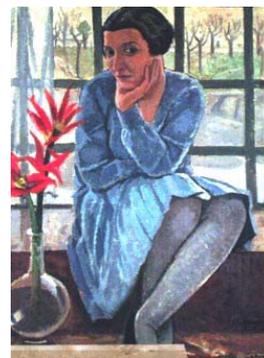
Prossimo appuntamento poetico: domenica 19 giugno 2010, alle ore 21, presso il Grand Hotel di Arenzano, nel Salone dei Dogi, dove si svolgerà la cerimonia conclusiva della terza edizione del Premio di Poesia "Città di Arenzano", istituito dall'Assessorato alla Cultura del Comune di Arenzano e dalla nostra Unitre.

Dallo scorso anno al Premio è affiancato un concorso di poesia "Luci a mare" per la scuola primaria e secondaria di primo grado.

La Giuria Tecnica (Umberto Piersanti, Roberto Galaverni e Stefano Verdino) ha selezionato i tre finalisti ma a decretare il "supervincitore" sarà una Giuria Popolare composta da trenta persone, appartenenti a diverse categorie sociali e di età compresa fra i 20 e gli 80 anni, indicati dal Comune e dall'Unitre.

I giurati popolari esprimeranno il loro voto dopo l'incontro con gli autori finalisti, che dovranno essere presenti per dialogare con il pubblico e dare pubblica lettura dei loro versi.

Appuntamento al Grand Hotel, dunque, per tutti coloro che amano la poesia e siano convinti che i poeti bisogna leggerli, rileggerli, amarli, incontrarli, soprattutto in tempi di crisi del linguaggio.



Giampiero Neri
Paesaggi inospiti
Mondadori 2009



Giovanna Rosadini
Unità di risveglio
Einaudi 2010



Michele Sovente
Superstiti
San Marco Dei Giustiniani 2010

Redazione

Direttore Responsabile: Fabia Binci

Maria Rosa Baghino
Maria Berlingeri Cesari
Marilina Bortolozzi
Selma Braschi
Enza Calcagno
Beppe Cameirana
Roberta Campo
Ida Fattori
Gianna Guazzoni
Idelma Mauri
Edda Sinesi

Hanno collaborato:

Amici di Arenzano	Nuccia Cavallino
Accademia Musicale Teresiana	Angela Caviglia
Auser (Marisa Carrea)	Luca Danielli
Consorzio Arenzano per voi	Patrizia Detti
A.V.O. AR.CO (RosaAnna Princi)	Giuseppina Marchiori
Gruppo Biblioteca	Fiorenza Torella
Gruppo Teatrale	Lorenzo Giusto
Töre di Saraceni (P. Robello)	Marco Pisoni
WWF (G. Marabotti)	Cinzia Revelli
Fernando Bauducco	Alberto Sacco

Distribuzione

Pina Antignani, Guglielmo Famà, Rina Rancati, Pericle Robello, Auser

Saluti dal Presidente

Eccoci giunti al tempo del bilancio e come per tutte le cose che stanno per finire sentiamo già un po' di nostalgia.

Nel nostro passivo potremmo, forse, mettere qualche corso che avremmo voluto frequentare e al quale per mille ragioni abbiamo dovuto rinunciare, alcune importanti conferenze tralasciate, piccole incomprensioni con i compagni ecc.

Fortunatamente l'attivo è stato certamente preponderante, con importanti conquiste, come aver imparato con successo una lingua, riuscire a navigare in Internet quasi con maestria, essere riuscite a ricamare una bella tovaglia o aver confezionato una maglia, aver condiviso ore liete con cari amici...

L'elenco sarebbe veramente lungo. Superiamo quindi il rammarico per la fine dell'anno accademico con la certezza che a settembre saremo nuovamente pronti



a riprendere assieme questa bella realtà che l'Unitre ci offre, consentendoci di aggiungere "vita agli anni e forse anche anni alla vita".

Terminati i corsi, avremo comunque ancora tante opportunità di incontrarci: la festa di chiusura, le varie conferenze, l'incontro per i sa-

luti e i ringraziamenti ai nostri Docenti sempre pronti a trasmetterci un po' del loro sapere, il Premio di Poesia di Arenzano nel mese di giugno.

Insomma niente nostalgia e approfittiamo della pausa estiva per riposarci e rilassarci per essere pronti a settembre in ottima forma.

Auguro a tutti Voi un'estate serena e tranquilla e vi abbraccio tutti con tanto affetto.

Maria Cesari Berlingeri



Buone vacanze a tutti

Premio di Poesia	2	WWF: L'ora e il giorno della terra	17
Saluti dal Presidente	3	Töre di Saraceni: Il viaggio	18
Un lieto evento	4	Non tutti sanno che... ..	19
Salute materno infantile	5	Auser: 101 volte donna	20
Orfeo Tamburi: un pittore poeta	6	Consorzio Arenzano Per Voi	21
Dal fante di denari	7	Amici di Arenzano: Un sentiero marino monco	22
Perché	7	Questo odore marino	23
Chitarra d'amare	8	Accademia Musicale Teresiana	24
Il bello e il brutto del nuovo mondo "on line"	9	A.V.O - AR.CO.	26
Da L'uomo: riflessioni	9	Festa della donna?	26
Poesia e gratitudine	10	La moda di Roberta	27
Acrostico	10	L'angolo di Marilina	28
Io scrivo, io ascolto	11	Una finestra sui segreti del mondo	28
Arrangiatevi	11	Perché?	29
Personaggi Unitre	12	Genova	29
L'Unitre	13	Un applauso	30
Passeggiate sui monti	14	I frutti estivi	31
L'angolo dei libri	15	Acrostico	31
Il vero pesto genovese	16	Memorandum	32

Un lieto evento

Il giorno 4 del mese di maggio 2010 il laboratorio teatrale dell'Unitre di Arenzano debutterà a Borgio Verezzi, alle ore 21 con la commedia "Al calar del sipario" di Noël Coward.

Vogliamo soffermarci, prima di entrare nel vivo della commedia, che sarà rappresentata a Borgio Verezzi nell'ambito della manifestazione "8° Festival delle compagnie Teatrali UNITRE" dal 20 aprile al 14 maggio prossimo, sul "fil rouge" che lega questa rassegna teatrale.

È costituito dall'appartenenza all'Unitre di attrici e attori così come di registi e scenografi che prestano la loro opera gratuitamente, pur essendo talvolta professionisti o comunque esperti di teatro. Gli attori sono dilettanti appartenenti in genere alla terza età ed impegnati in un gioco che li coinvolge profondamente.

Nato nel 2003 con la partecipazione di cinque sezioni liguri dell'Unitre, il laboratorio è andato poi rapidamente crescendo negli anni, giungendo a coinvolgere non solo numerose sedi del Piemonte e della Lombardia, ma anche il centro e il sud dell'Italia.

L'attuale edizione vedrà in scena compagnie liguri, piemontesi, lombarde e pugliesi. Il festival è promosso e organizzato dal Comune di Borgio Verezzi in collaborazione con la sede Unitre di Borgio Verezzi, e con il patrocinio della sede nazionale.

È un evento unico a livello nazionale. È significativo che questa manifestazione si svolga proprio a Borgio Verezzi, sede del prestigioso Festival Teatrale estivo da oltre 40 anni: il teatro amatoriale si affianca così

idealmente a quello professionale, rivelando ancora una volta la natura teatrale a tutto tondo del nostro paese.

La gestazione della nostra compagnia teatrale è avvenuta nell'arco di circa nove mesi ed il debutto si può definire un "lieto evento". Patrizia Detti, alla sua prima importante regia, ha messo a frutto l'esperienza maturata con il "Il sipario strappato", ove tuttora svolge l'attività della compagnia sotto la guida dei maestri Lazzaro Calcagno e Raffaele Casagrande. Ha integrato questa conoscenza con parecchi stages (Teatro della Tosse, laboratori di clown, teatro olistico, gruppo Limpido).



Il testo allestito dal laboratorio teatrale introduce sulla scena la storia di tredici attrici, che, raggiunti i limiti di età, hanno trovato accoglienza in una casa di riposo. Spenti i riflettori, abbandonate dai "fans", si rifugiano nei ricordi di una esistenza che ritenevano duratura perché abbagliata da una realtà fittizia, falsa e suadente. L'uomo facilmente sbaglia e solo allora scopre la fragilità della sua esistenza.

La commedia, ambientata in Inghilterra negli anni 50, è stata portata in scena da Emma Grammatica e da Paola Borboni. Non ha forti colpi di scena, ma toni delicati basati sulla malinconia, la mestizia e l'ironia. Da notare che il regista ha dovuto adattare, mantenendo lo spirito dell'autore nonché l'intreccio, il testo alla numerosa compagnia, perché la quantità degli interpreti supera di gran lunga quella dei personaggi.

Al calar del Sipario

I due mondi "dell'Essere" e "dell'Apparire", divisi nella ricerca della Verità, ritorneranno ad essere contrapposti al di qua ed al di là del velario, ed allora ci sarà bisogno della conoscenza autentica e di comunicazione tra l'artista ed il pubblico per riaprire il sipario in felicità e sicurezza.

Lorenzo Giusto





Salute materno infantile

Giuseppina Marchiori

Ortensie, rose, iris, fresie, ed ancora tulipani, ranuncoli, lillà. Fiori ed esplosioni di colori sulle tele che accompagnano ogni composizione floreale. Ed ancora nel parco di Villa Negrotto Cambiaso

macchie di colore con tanti fiori in mostra per "Florarte". Bellezza!

Con queste immagini negli occhi sono entrata, sabato 24 aprile, nell'aula di Villa Mina, in compagnia di care amiche. Quale altra bellezza qui ho trovato! La bellezza degli occhi dei bimbi e delle donne africane del Sud Sudan.

Conoscevo già il professor Giuseppe Meo e alcuni medici dell'associazione CCM (Comitato Collaborazione Medica), ma non l'avevo mai sentito raccontare alcuni episodi che ha vissuto in 40 anni di volontariato.

Andiamo con ordine: la conferenza, dedicata al tema della mortalità delle donne da parto e dei bambini in età infantile nei paesi sottosviluppati, tra questi uno dei più poveri, il Sud Sudan, ha avuto come moderatrice Fabia Binci. Ci ha presentato i relatori, poi la giovane dottoressa Valeria Pecchioni, che ha illustrato un grafico raccapricciante: le donne che muoiono per parto sono tantissime, i bambini che non arrivano ai cinque anni sono in numero di uno su quattro.

La mortalità delle donne avviene principalmente il giorno del parto per mancanza d'assistenza. Alcune donne muoiono mentre raggiungono gli ospedali; altre in casa. Una buona parte anche nelle strutture ospedaliere.

I bambini muoiono principalmente perché nascono sotto peso, per mancanza di assistenza alla nascita, per i problemi legati all'Aids, per la malaria ed altre patologie.

Il 2010 è l'anno dedicato alla lotta contro la povertà, che è la radice profonda di questi mali.

Il professor Meo ci ha illustrato come sono gli ospedali dove prestano la loro assistenza: capanne coperte di fango; letti di ferro arrugginiti, dove i primi ricoverati avevano paura a dormire e si adagiavano per terra, scoprendo poi che era più comodo dormire so-

pra. Zanzariere sopra ai letti, fissate con semplici palletti, per evitare le punture della terribile zanzara portatrice della malaria. Ospedali dove non viene garantito un pasto e, se non hai nessuno che ti possa portare del cibo, rischi di morire di fame.

Ci ha raccontato alcuni episodi personali: uno di questi riguarda una giovane donna abbandonata dal marito con due figli, che con garbo e delicatezza insegnava alle infermiere come si visita una donna incinta. Questa donna morirà, secondo la versione ufficiale investita da un'auto, ma in realtà per via del contagio dell'Aids da parte del marito

Ha proseguito parlando di come il personale del luogo apprenda sul campo le tecniche mediche con velocità e gioia. Il compito dei volontari del CCM - dice - è quello di formare il personale, di dare alla gente del posto l'autonomia necessaria per gestire un ospedale. Poi ha toccato il tema della malaria, ricordandoci che l'indomani, 25 aprile, è la giornata dedicata alla lotta della malattia.

L'intervento della dottoressa Cristiana Lo Nigro ha posto in evidenza il problema della ricerca clinica delle patologie, che viene fatta con un esame al microscopio esposto alla luce del sole, non essendoci energia elettrica. C'è l'impossibilità di tenere dei reagenti, che hanno bisogno di temperature basse. Il suo compito è anche quello di insegnare agli allievi di distinguere un parassita da un altro, per poter scegliere così una terapia mirata.

Il dottor Edoardo Belgrano ci ha parlato della sua esperienza di chirurgo vascolare, della sua gioia nell'aver potuto insegnare ad un collega la tecniche chirurgiche. Ha narrato di un ragazzo affetto da una grave patologia che, grazie al suo impegno, ha potuto affrontare con meno peso la vita.

Purtroppo il tempo è corso velocemente. Quante domande avremmo potuto fare? Quante storie avremmo potuto ancora sentire? Ma il sorriso, la sofferenza di questi nostri fratelli ce li portiamo nel cuore. Un signore del pubblico ha detto: "Mi devo scrivere sul petto *Niente Scuse*".

Sì, non possiamo rimanere indifferenti. Siamo tornati alle nostre case con tanta bellezza e amore nel cuore, coscienti che anche noi, nel nostro piccolo, possiamo fare qualcosa. Grazie!



Il CCM, Comitato di Collaborazione Medica, organismo non governativo di volontariato internazionale e di cooperazione allo sviluppo, nato a Torino nel 1968, ha in Arenzano un gruppo di appoggio, Gli Amici del CCM. Se vuoi saperne di più puoi rivolgerti a Fabia Binci. tel 01019111252

Orfeo Tamburi: un pittore poeta

Sono nata a Jesi, città bella posta sul fiume Esino, come la definì Edrisi, un geografo arabo che vi era capitato nel lontano 1154. Ogni volta che vi ritorno mi sembra di riprendere vigore, perché questo è l'effetto del legame con la propria terra, come ben sapeva Ercole che per vincere il gigante Anteo, figlio della terra, dovette sollevarlo dal suolo.

Quest'anno a Jesi si celebrano due importanti anniversari: i 300 anni della nascita di Giambattista Pergolesi e i cento anni della nascita di Orfeo Tamburi. Tutti sanno chi sia il primo, geniale compositore di musica sacra (*Stabat Mater*, per limitarmi ad un esempio), ma anche di opere buffe (come *La serva padrona*), ma forse non tutti sanno bene chi sia il secondo, perciò vorrei presentarlo.

Tamburi era nato nel rione popolare di San Pietro nel 1910, in un fine maggio acceso di luci e colori. Era uno spilungone, così magro che lo avevano soprannominato "Carestia", con una passione innata per colori e pennelli, ma anche per la penna, tanto che ha lasciato numerosi scritti.

Di sé Tamburi (cfr. Domenico Manzella, *L'opera scritta di Orfeo Tamburi*, Prospettive d'arte, Milano) dice:

"II ragazzo che ero preferiva ai cavallucci, alle spade, ai treni elettrici, le matite, la carta e la scatola dei colori. La prima, d'alluminio, luccicava come l'argento. Nel ricordo le ore passate nel ripostiglio a cercare nel cassone le riviste dimenticate senza stancarsi di risfogliarle, a fantasticare con il Doré della Divina Commedia, o nelle serate vuote a illustrare la Pia dei Tolomei, se la voce paterna non interveniva per indurmi a staccarmi dal tavolino sotto la lampada, la cena già fredda. Da ambo i lati stretti alla madre per riscaldarci, noi gemelli seguivamo le storie lacrimevoli



senza stancarci di lottare col sonno. Più tardi alla finestra per Guglielmina, con la speranza che salisse in anticipo sull'ultima sirena che la chiamava alla filanda, per il ritratto che durò tutta una estate e alla fine il compenso furono piccoli e casti baci... Le sere calde, le passeggiate fino al



Orfeo Tamburi

viale della stazione, l'odore forte dei tigli mi riviene alle narici assieme alle voci delle ombre che parlavano sotto gli alberi".

Il ragazzo, che così presto aveva rivelato una grande attitudine per il disegno, viene mandato a studiare a Roma presso l'Accademia di Belle Arti e Orfeo racconta:

"Giovanetto sono partito con una vecchia valigia a soffietto e una striminzita borsa di studio, in compagnia del professore di disegno. Roma era blu e ventosa quel giorno di festa a via Ripetta. Ho fatto il Liceo artistico in fretta, i quattro anni in uno. Anche perché dovevo ingegnarmi a cercare qualche supplemento alla borsa. Le trecento lire che dovevano farmi vivere ogni mese, in verità bastavano quindici giorni. Per il resto erano salti e saltavo molto...".

A Roma conosce lo scrittore Ennio Flaiano: "Con Flaiano abbiamo dormito vestiti in uno studio vuoto: come letto un tappeto di giornali, un'annata dell'Italia letteraria, e come coperta un solo cappotto, il suo, che ognuno tirava più che poteva dalla sua parte. Io ho saputo prestissimo quanto sono fredde le notti romane. So che sono gelate".

Nel 1936 si reca a Parigi dove conosce pittori, critici e poeti, quali Blaise Cendrars, di cui traduce le poesie, come Giorgio Caproni. Da questo momento la sua carriera è tutta in ascesa e non si contano più le partecipazioni alla Quadriennale di Roma e alla Biennale di Venezia, mentre allestisce mostre personali in Ita-

lia, Belgio, Francia, Svizzera, Olanda. Poi il volo per gli Usa fra il 1955 - 1956 e la consacrazione della sua fama a Los Angeles, San Francisco e New York. Non si contano, ormai più le mostre all'estero e nelle principali città italiane.

I soggetti da lui rappresentati sono scene urbane, facciate di palazzi e di case, finestre e botteghe (soprattutto nel periodo parigino), figure e nature morte, ma dipinse anche numerosi ritratti di artisti e letterati amici, come Carlo Carrà, Carlo Levi, Blaise Cendrars, Vlaminck, Sonia Delaunay, Nurejev, ecc.

Jesi è lontana, ma mai dimenticata, tanto che ad essa dona molte opere per fondare la galleria di arte moderna e contemporanea.



Sandro Penna

Negli anni 70 promuove un Premio alla madre "Rosa Papa Tamburi", le cui edizioni continuano a succedersi ogni anno.

Nel 1994 muore a Parigi dove si era trasferito negli ultimi anni della sua vita.

Fabia Binci



Parigi, Finestre

Dal fonte di denari

*L'uomo dal cappello blu
Ha una moneta d'oro
l'uomo dal cappello blu.
Lui non me la porge,
nemmeno con lo sguardo,
occhi lontanissimi
persi in un altrove
che le mie mani
non raggiungono.
Ha la moneta della libertà
l'uomo dal cappello blu,
un prezzo costosissimo.
La libertà è specchiarsi
dentro
la libertà è nuotare
in acque limpide.
A volte in sogno
mi pare di sentirlo
l'uomo dal cappello blu,
ma quando mi risveglio
me lo dimentico.*



Patrizia Detti

Perché

"Perché son venuto al mondo?"

*"Tu sei venuto al mondo
per vivere la vita
che Dio ti ha dato,
per sentire il tuo cuore
pulsare nel petto,
per guardare le stelle
e sognare l'amore,
per il cinguettar degli uccelli
sui rami in fiore
a primavera,*



*per amar la natura
e le sue creature,
per tender la mano
a chi ha bisogno d'aiuto,
per offrire conforto
ad uno che soffre,
per provare la gioia
di donare te stesso:
perché tu sei una parte
di quella bellezza infinita
che è la vita.*

Selma Braschi



Chitarra d'amare

Campo musicale estivo dall'11 al 18 luglio 2010

Settecinquetre, associazione culturale arenzanesa, con il sostegno ed in collaborazione con il Comune di Arenzano - Assessorato alla Cultura e al Turismo, organizza presso il Grand Hotel di Arenzano la terza edizione del campo musicale estivo **CHITARRaMARE**, che si terrà dall'11 al 18 luglio 2010: è una vacanza di studio con musica e chitarra per giovani e giovanissimi allievi, aperto anche a principianti, che potranno avviarsi alla pratica dello strumento in un clima di divertimento, ma di alto profilo didattico.

La scorsa edizione ha visto la partecipazione entusiasta di circa 50 studenti, in un'età compresa fra i 7 ed i 16 anni, provenienti da quattro regioni italiane diverse.

L'attività quotidiana durante la settimana comprende lezioni individuali di chitarra classica e moderna, propedeutica ed avviamento alla chitarra per principianti, coro e musica d'insieme. In particolare, sin dal primo giorno, verranno formate tre orchestre di studenti divisi per livello di preparazione e genere musicale, che, grazie alla pratica guidata della concertazione, si esibiranno nel concerto finale, previsto per le ore 17:00 di sabato 17 luglio nella Sala Dogi del Grand Hotel.

Anche quest'anno tutti i bambini ed i ragazzi verranno sempre seguiti da educatori ed educatrici che



*Il Maestro Marco Pisoni,
Docente di Storia della Musica
presso la nostra Unitre*

Comune di Arenzano
Assessorato alla Cultura
e al Turismo

CHITARRaMARE 2010
CAMPO MUSICALE ESTIVO
3^a Edizione!

Grand Hotel Arenzano ☆☆☆
domenica, 11 luglio - domenica, 18 luglio 2010

- chitarra classica
- chitarra per principianti
- propedeutica
- chitarra moderna
- coro e musica d'insieme
- festival concertistico
- forum didattico per insegnanti

Marco Pisoni, direttore didattico
Dario Caruso, Silvana Facchinetti, Tito Ferrari,
Emanuele Girardi, docenti

Sostiene l'iniziativa l'Istituto musicale "G. Rusconi" di Rho (MI) e collaborano i Maestri Alessandra Bevilacqua, Davide Boccia, Carlo Bonati, Federico Brusco, Andrea Camoirano, Sara Canepa, Danilo Comerio, Giorgio Falco, Carlo Ferré, Simone Geravini, Riccardo Mantegazza, Andrea Mazzarello, Emilia Muraro, Gianluca Origone, Andrea Rabolini, Michele Rusconi, Mauro Storti, Lara Tortorolo, Anna Veschi, Mata Zerbo

casa musicale eco
edizioni musicali e discografiche
www.casamusicaleeco.com

per informazioni:
segreteria organizzativa
tel. + 39 347 3201456 - e-mail: settecinquetre@hotmail.it

provvederanno all'organizzazione dei momenti di svago e di animazione. Per i partecipanti che risiedono in Arenzano e nelle vicinanze sono previste agevolazioni e la possibilità di seguire tutte le attività diurne dalle ore 9:00 alle ore 19:00, senza il pernottamento in albergo.

Tutti gli insegnanti saranno coordinati da Marco Pisoni, direttore didattico e direttore artistico di tutte le manifestazioni musicali che si uniranno al corso CHITARRaMARE 2010.

Al campo verrà affiancato durante la settimana un Forum didattico per insegnanti il giorno 16 luglio ed un Festival chitarristico, che in ogni serata della settimana animerà i luoghi più caratteristici di Arenzano, proponendo generi musicali molto diversi tra loro, ma riuniti dalla presenza della chitarra nelle sue diverse forme, tecniche e stili interpretativi.

Marco Pisoni

Per informazioni:
Segreteria organizzativa
347 3201456 - settecinquetre@hotmail.it

Il bello e il brutto del nuovo mondo "on line"

Le parole "on line" ormai sono sulla bocca di tutti. Con l'avvento di *internet*, il modo di vivere e lavorare ha subito una vera rivoluzione senza "spargimenti di sangue" che per ampiezza non ha paragone con le grandi rivoluzioni del passato.

I grandi cambiamenti precedenti, iniziati soprattutto nell'ottocento con la meccanizzazione delle fabbriche, l'uso delle nuove energie, del vapore ed elettricità prima, del petrolio e del nucleare dopo, sono avvenuti in modo graduale e continuo nell'arco di più di un secolo. Con internet invece il mondo è cambiato con una rapidità impressionante. Naturalmente i benefici e vantaggi ottenuti sono vastissimi e noti a tutti e non è il caso quindi di elencarli.

La vera rivoluzione a mio avviso, sta nel fatto che *internet* non ha cambiato solo il modo di lavorare, accelerando e sviluppando nuovi processi, ma è entrato prepotentemente nelle case, nella vita intima di ciascuno, creando anche abitudini e situazioni particolari molte delle quali possiamo definire "scabrose".



trato prepotentemente nelle case, nella vita intima di ciascuno, creando anche abitudini e situazioni particolari molte delle quali possiamo definire "scabrose".

Come ho già detto sopra non

sto scoprendo niente di ciò che già si sa, ma ho preso spunto per scrivere da una mia lettura recente.

Stavo facendo "anticamera" per entrare poi in uno studio e per passare il tempo ho preso in mano una rivista destinata principalmente a lettrici, la rivista "*Vanity fair*" di agosto 2009, una rivista ben curata con bellissime foto pubblicitarie di modelle e modelli per abbigliamento firmato, (soprattutto intimo), profumi etc. su carta patinata. Leggo un articolo che descrive nel dettaglio un nuovo mestiere per ragazze o giovani donne *Camgirl*.

La definizione e il mestiere appartengono come detto all'era *internet* e funziona così: di giorno studentesse o mamme, di notte *Camgirl* qualsiasi donna, dai 18 anni in su, può iscriversi al sito (nato nel 2007, di proprietà ungherese) e mette-

re a disposizione dei clienti il proprio corpo. È sufficiente un computer con Webcam, se non si vuole mostrare il viso, basta puntare la Webcam dal petto in giù e l'anonimato è sicuro.

Anche se oggi siamo abituati a tutto, impressiona (lo dice l'articolo) che le ragazze iscritte siano già 550 e i clienti 28mila, la tariffa è di circa 2 o 3 • al minuto.

L'articolo in questione è comprensivo di un'intervista ad una di queste ragazze, riporto fedelmente una domanda del giornalista e parzialmente la risposta della ragazza.

- *Che cosa propone ai suoi clienti come Camgirl?*
- *Movimenti di seduzione, mi spoglio e poi... ..*

Non ho completato la risposta con gli altri dettagli, troppo espliciti per il nostro giornale, posso solo dire che riguardano i lati del corpo che oggi si usa definire con le prime due lettere dell'alfabeto.

Ogni commento e apprezzamento su questo nuovo mestiere lo lascio ai lettori.

Beppe Cameirana



Da L'uomo: riflessioni - XVIII

*Quest'anno in aula "Uomo riflessioni"
si è spenta una luce,
è venuto a mancare il sorriso luminoso di Maria,
amica che rifletteva,
che ascoltava,
che con lo sguardo intonava
melodie antiche e nuove,
che con gli occhi inondava d'azzurro
anche i mercoledì grigi,
che quando parlava l'amico Santini sprigionava
la gioia di chi si sentiva protetto,
accudito e coccolato.
Si è spenta la luce
di chi aveva imparato tanto,
di chi sapeva regalare tanto...*

Nuccia Cavallino

Poesia e gratitudine

Nuccia Cavallino

Da Filosofia per non addetti

Grazie perché...

Grazie Gianna perché mi sai intrattenere, mi sai spiegare, anche le cose complicate, quelle difficili e ingarbugliate.

Grazie perché mi insegni a cercare, a ricercare, a scoprire, a riscoprire.

Grazie perché mi sai capire, suggerire parole giuste per proseguire.

Grazie perché mi sai mostrare tanta artistica bellezza con garbo e finezza.

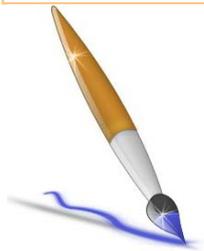
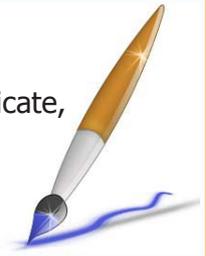
Grazie perché con te mi sento al sicuro, non ho memoria, prendo male gli appunti ma, seppur ripetente mi sento meno perdente, più libera, intraprendente.

Grazie perché è sempre un'emozione, ogni incontro un successo.

"Un vero uomo è l'uomo libero quando non obbedisce, ma pensa, un vero uomo è tale non in base a ciò che ha, non in base a ciò che sa, neppure in base a ciò che fa, ma in base a ciò che è..." (V. Mancuso).

In questo modo si può trovare "Parola e Silenzio"

"*l'io e il tu*", all'insegna del Bene e dell'Amore.



Da Lingua Italiana

Inoltrarsi nei parchi letterari
e assaporare il tempo dell'incontro
per conoscere meglio scrittori e poeti,
per esplorare i loro giorni.
Arrampicarsi "sull'Albero del Viaggiatore"
per catturare pensieri nutriti di fantasia.
Immergersi negli spazi
per ricordare il vissuto dei personaggi,
per rifugiarsi nella "Locanda della Pazienza"
e per narrare la "Saga del Re Limone".
Attingere sempre parole,
da custodire,
da imparare,
perché la lingua materna vive dentro di noi
e con Francesca e Pierluigi è sempre pronta
a mettere nuove radici
e gettare nuovi germogli.

*Tutti i dilettanti scrivono volentieri.
Perciò alcuni di loro scrivono così bene.*

Friedrich Dürrenmatt

*Cercando la parola
si trovano i pensieri.*

Joseph Joubert

Acrostico

Scivolano

Con

Ritrosia

Inaspettati

Titoli

Temi

Universali

Ricevuti

Ansiosamente

Che

Riportano

Entusiasmi

Anche

Tra

Indifferenti

Voci

Aride

Angela Caviglia

"Io scrivo, io ascolto"

Alchimia di parole

Dall'incontro del 10 febbraio 2010

Succede ogni volta, sembra impossibile, ma è così; arriviamo alla spicciolata: una manciata di chiacchiere per scaldare l'ambiente, un sentore di risate per renderlo accogliente, un'ombra di brivido per vivacizzarlo, carta, penna, un pizzico di fantasia e l'incantesimo si ripete.

Due coppe sul tavolo colme di biglietti (una per racchiudere i nostri nomi, l'altra per custodire le frasi che serviranno da spunto), mani ansiose che estraggono, voci che leggono gli abbinamenti, mormorii di stupore, esclamazioni felici, quel tanto di spavento, poi "Buona scrittura a tutti!" e cominciamo a disegnare parole, così, in quarantacinque, massimo cinquanta minuti, laddove c'era solo il candore di un foglio, fioriscono poesie, filastrocche, racconti, haiku, fiabe e, talvolta, le prime pagine di un romanzo. Quando la lieve musica delle penne cessa, arriva il momento di leggere e soprattutto di ascoltare, voci all'inizio tremule, poi sempre più vive spandono per la stanza mondi che prima non c'erano, arcobaleni di emozioni, piccoli specchi che riflettono bagliori dell'animo di ognuno di noi ed è bellissimo esserci...

Cinzia Revelli



"Arrangiatevi!"

*Venne la primavera
e nessuno capiva.*

*Giunse il contadino.
Le parlò piano
e caddero le foglie.
L'abbracciò forte
e piovero le ghiande.*

*Le moltitudini lo circondarono:
"Che fu? Perché? Come mai?
L'ozono? Le macchie solari? Il karma?
O lo smog? O le onde elettromagnetiche?"
"Ma niente," rispose
"solo un capriccio,
aveva litigato con messer Riccio!"*



*Arrangiatevi! !!!
Fece la quercia.
Rimase immobile
ferma a se stessa!
Non diede più foglie.
Non diede più ghiande.*

*Venne l'estate
vennero i curiosi.
Venne l'autunno
vennero le televisioni.
Venne l'inverno
vennero i professori.*

Alberto Sacco



Personaggi Unitre

Incontro con Graciela Montoya

a cura di Beppe Cameirana

Per il suo lungo e costante impegno a favore dell'Unitre, Graciela Montoya è entrata a far parte dei personaggi che hanno contribuito a rendere importante la nostra realtà associativa. Infatti come docente di Lingua Spagnola, ha iniziato nel lontano 1995 e ha proseguito senza interruzioni fino a oggi, tenendo, in ogni anno accademico, due o tre corsi settimanali a vari livelli, da quello iniziale per principianti, a quello avanzato per chi ha già una buona conoscenza della lingua. Il mese scorso ho avuto il piacere di incontrare Graciela la quale si è prestata gentilmente per rispondere alle mie domande.

Graciela molti di noi ti conoscono come insegnante, ma vorremmo conoscerti un po' meglio come persona. Quali sono le tue origini?

Sono argentina ma di origini spagnole. I miei nonni provenivano per parte paterna dall'Andalusia e per parte materna dalla Castiglia.

Tu pur essendo di madre lingua spagnola, conosci molto bene l'italiano. Quali studi hai fatto?

Quando sono arrivata in Italia nel lontano 1984, non sapevo parlare italiano. Poi la necessità di comunicare, l'ascolto della radio, della televisione e la lettura hanno contribuito all'apprendimento. Mi ha aiutato anche l'aver studiato il latino in Argentina. Quando nel 1994 mi sono trasferita con la famiglia ad Arenzano, mi sono iscritta al corso di Italiano dell'Unitre che svolgeva e svolge tutt'ora la cara Francesca Antoniotti. Da allora continuo a frequentarlo con molto piacere, fatto che contribuisce ad arricchire sempre di più il mio vocabolario.

Prima di risiedere ad Arenzano dove hai vissuto?

I primi dieci anni da "Italiana" li ho vissuti a Genova.

Sei contenta di essere venuta in Italia lasciando il tuo paese?

Ho conosciuto mio marito in Argentina quando lui risiedeva là per lavoro e, seguendo la via del cuore, sono giunta con lui in Italia.

Una decisione presa consapevolmente nonostante il dispiacere di allontanarmi dalla mia famiglia, dal mio paese e di rinunciare al mio lavoro di insegnante che svolgevo nella mia città. L'Italia è diventata la mia seconda patria e mi ha accolto bene, non come succede spesso adesso, con le persone straniere che qui arrivano.

Molti dicono che nei paesi sud-americani non si parla il vero spagnolo. Qual è la verità?

Veramente la mal denominata lingua spagnola, si chiama lingua "Castigliana". Quando la Regina Isabella di Castiglia sposò il Re Alfonso di Aragona, dette origine alla formazione dell'unità spagnola e alla diffusione della lingua Castigliana. Tutti i paesi conquistati dall'impero spagnolo parlano questa lingua. Possono esserci vocaboli regionali diversi ma la lingua è la stessa che si parla in Spagna.

Il tuo impegno con l'Unitre è importante, infatti anche quest'anno tieni tre corsi i quali non sono più classificati con i vari livelli consueti, ma con titoli diversi: "Español, música y algo mas", "Hablamos de poesia" e "Terminamos el libro de Español". Con i tuoi allievi avete fatto un salto di qualità?

Dopo vari anni sto finalmente raccogliendo i frutti del mio lavoro. Al momento ho un gruppo di persone che sono in grado di sviluppare diversi temi, di interpretare poesie e canzoni in lingua originale.

Durante questi anni di insegnamento c'è stato qualche episodio curioso o aneddoto che puoi raccontare?

Ho in mente vari aneddoti ed episodi simpatici. In una occasione, chiedendo agli allievi quali fossero le motivazioni che li avevano spinti a studiare spagnolo, una persona mi ha risposto che era interessata per poter comprendere una "futura" possibile sua "bandante" (sappiamo tutti che la maggior parte di quest'ultime proviene dall'Ecuador). Ricordo anche quando mio figlio, che era in classe con me, ed aveva soltanto quattro anni, osservando gli allievi già "maturi", manifestò la sua meraviglia dicendo: "Io non capisco come queste persone così grandi non sappiano parlare spagnolo e mia mamma debba loro insegnarlo".

Nel lontano 1993 avevo scritto alcuni versi titolati "L'Unitre", versi che erano stati apprezzati e riconosciuti come una specie di inno dal consiglio direttivo e pubblicati per alcuni anni sul "Libretto verde". Ho scoperto, poi, che questi versi, tuo tramite, sono arrivati in Argentina, tradotti in spagnolo e adottati dall'Unitre locale. Non mi ricordo se ti ho mai ringraziata a voce per questo, approfitto per farlo adesso chiedendoti scusa per il ritardo. Vuoi dire qualcosa anche tu circa la pubblicazione in Argentina?

Con molta gioia scoprii che anche a Cordoba, la mia città argentina, era stata creata una Unitre; ricordo che ci fu un interscambio di informazioni e di esperienze e mi chiesero di tradurre la tua poesia in spagnolo, la quale piacque molto e fu molto apprezzata.

Sfruttando la mia naturale immodestia, se sei d'accordo, chiederò alla direttrice del giornale Fabia Binci, (solo se ci sarà spazio sul giornale stesso), dopo tanti anni,

L'Unitre

*Avrei potuto imparare molte cose nuove
ma non lo sapevo.*

*Avrei potuto salutare molte persone che incontro
ma non lo sapevo.*

*Avrei potuto ridere e scherzare
ma non lo sapevo.*

*Avrei potuto tornare ragazzo
ma non lo sapevo.*

*Avrei potuto trovare nuovi entusiasmi
ma non lo sapevo.*

*Avrei potuto avere conforto nei momenti tristi
ma non lo sapevo.*

*Avrei potuto avere tanti veri amici
ma non lo sapevo.*

*Non lo sapevo.
Ora lo so.*



L'Unitre

*Hubiese podido aprender muchas cosas nuevas
pero no lo sabía.*

*Hubiese podido saludar a muchas personas que encontrara
pero no lo sabía.*

*Hubiese podido reír y divertirme
pero no lo sabía.*

*Hubiese podido volver a ser joven
pero no lo sabía.*

*Hubiese podido entusiasmarme nuevamente
pero no lo sabía.*

*Hubiese podido encontrar consuelo en los momentos tristes
pero no lo sabía.*

*Hubiese podido tener tantos amigos verdaderos
pero no lo sabía.*

*No lo sabía,
ahora lo sé.*

Beppe Carneirana
Secretario de Excursiones
de la Uni 3 de Arezano
Italia

di pubblicare, insieme a questa intervista, quei versi in versione originale e in spagnolo.

Sono certamente d'accordo e mi fa molto piacere.

Graciela sono felice di averti incontrata; a nome dell'Unitre e mio personale, ti ringrazio per il tuo prezioso lavoro di docente svolto in tutti questi quindici anni, sperando tu possa continuare ancora per il futuro, insieme naturalmente a tutti gli altri tuoi colleghi, per rendere sempre più grande la nostra associazione.



Passeggiate sui monti

In estate, mentre i villeggianti sono alla spiaggia, si possono fare magnifiche passeggiate sui monti di Arenzano che presenta dintorni veramente degni di essere visitati: uno di questi è Terrarossa, cosparsa di ulivi, poi Cantarena, una valle pittoresca e contemporaneamente industriosa e la grandissima valle del Lerone che con i suoi laghetti offre una magnifica conquista per il camminatore cittadino perché basta una mezz'ora di salita sui comodi sentieri.

Le persone di mezz'età possono fare alcune gite sui monti che circondano Arenzano, che si elevano subito dalla Punta del Pizzo fino a m. 528 nel Bricco del Vento, nel monte Pennone (800 m.) che si snoda e delimita a nord la vallata del Cantarena; poi c'è il monte Gavetta (970 m.) dove si trova il Bricco della Gavetta (779 m.) che si erge alle spalle di Arenzano e con le sue propaggini forma la costa settentrionale del Rio Cantarena ove si estende l'antica borgata che si trova a 75 m. sul livello del mare.

Oltre a queste montagne che circondano Arenzano vi è un altro gruppo montuoso che sale fino a 1000 metri: il Reixa (1183 m.), l'Argentea (1082 m.) e il Rama, ossia la sua cima Fontanaccia, tutti facili da raggiungere.

Dopo questi monti che sembrano ergersi dal mare vi è la grande vallata dell'Orba, che offre altre meravigliose e facili gite. Le passeggiate consigliabili per Arenzano possono essere: la via Unità d'Italia che conduce fino ad un punto da cui si può godere di un bellissimo panorama del paese e del suo golfo oppure il viale che sale in dolce pendio, vicino al Rio Cantarena, e giunge fino alle cartiere.



Monte Argentea (1082 m)



Eremo del deserto

Un'altra magnifica passeggiata è quella del Santuario del S. Bambino di Praga che porta alla vallata di Terralba e si congiunge con la Colletta presso la via Aurelia.

A Terralba, sulla via Pecorara ha inizio una strada che porta fino ai monti di Arenzano.

Proprio dietro la prima casa si trova un sentiero che costeggia un grande condotto d'acqua chiamato Beo che conduce in una piccola valle ricca di laghetti, che merita di essere visitata, essendo veramente incantevole e propizia a colazioni sull'erba.

Un'altra bellissima passeggiata è quella che dal nostro Comune giunge in una località, fuori di Arenzano, chiamata "Eremo del deserto": partendo da Terralba si giunge al torrente Lerone e, dopo averlo guadato, si parte per Lerca, seguendo la strada che conduce a Sciarborasca, e si giunge in questa località.

Arrivati si scende fino alla carrozzabile di Cogoleto che porta all'Eremo; chi vuole, però, può prendere un sentiero che, svoltando a sinistra, porta direttamente alla chiesa del luogo. Questo si congiunge alla strada principale presso un affluente del torrente Arrestra; seguendo lo si giunge in una località chiamata S. Anna, a m. 189, e per un viale in salita, fiancheggiato dagli alberi, si arriva in un grande spiazzo ove sorge l'Eremo con la sua chiesa dei Carmelitani Scalzi, meta di pellegrinaggi, nella quale si conserva un miracoloso Crocifisso d'avorio.

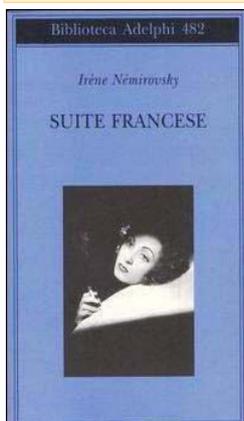
Luca Danielli

L'angolo dei libri



a cura del Gruppo Biblioteca

Irène Némirovsky, *Suite Francese*, ed. Adelphi



Nei mesi che precedettero il suo arresto e la deportazione ad Auschwitz, Irène Némirovsky compose febbrilmente i primi due romanzi di una grande "sinfonia in cinque movimenti" che doveva narrare il destino di una nazione, la Francia, sotto l'occupazione nazista: "Temporale di giugno" e "Dolce".

La pubblicazione a sessant'anni di distanza di "Suite francese", il volume che li unisce, è stato in Francia un vero evento letterario. Non è difficile capire perché: con "Suite francese" ci troviamo di fronte al grande romanzo popolare nella sua accezione più nobile: un possente affresco, folto di personaggi memorabili, denso di storie avvincenti, nel quale vediamo intrecciarsi i destini di una moltitudine di individui travolti dalla Storia.

Su tutti la Némirovsky posa uno sguardo che è insieme lucidissimo e visionario, mostrandoci uno spettro variegato di possibilità dell'uomo: il cinismo, la meschinità, l'arroganza e la vanità, ma anche l'eroismo, l'amore e la pietà.

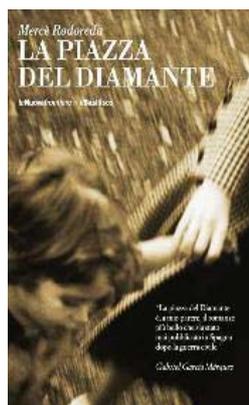
"La cosa più importante e la più interessante" scrive l'autrice, due giorni prima di essere arrestata, è che gli eventi storici sono appena sfiorati, mentre viene investigata la vita quotidiana affettiva e soprattutto, la commedia che questa mette in scena.

Mercè Rodoreda, *La piazza del diamante*, ed. La Nuova frontiera

Mercè Rodoreda, considerata per lo stile e l'efficacia descrittiva la nuova Virginia Woolf, è la scrittrice più letta e tradotta della letteratura catalana.

Politicamente impegnata nell'attività antifascista durante la guerra civile, dopo la vittoria di Franco, sceglie l'esilio. Tornerà in patria solo nel 1972

"La piazza del diamante" è il racconto di una vita: la storia di Natàlia, una ragazza molto semplice, ingenua, abituata a non



esprimere le proprie emozioni, che si ritrova a vivere nella Barcellona della Repubblica il dramma della miseria, la perdita del marito, la solitudine, finché un secondo matrimonio non le aprirà la possibilità di una nuova vita.

Con una toccante intensità, Natàlia più che raccontare sembra suggerire attraverso i dettagli i suoi sentimenti, la sua sensibilità femminile, tutta la fragilità e la complessità dell'essere umano.

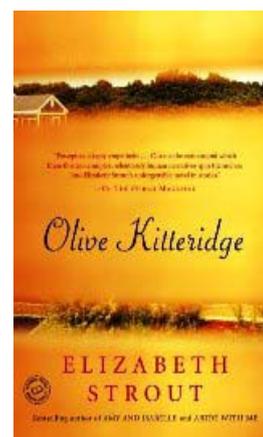
Elizabeth Strout, *Olive Kitteridge*, ed. Fazi

In un angolo del continente nordamericano c'è Crosby, nel Maine: un luogo senza importanza, che tuttavia, grazie alla sottile lama dello sguardo della Strout, diviene lo specchio di un mondo molto più ampio. Perché in questo piccolo villaggio c'è una donna che regge i fili delle storie e delle vite di tutti i suoi concittadini.

È Olive Kitteridge, un'insegnante in pensione che, con implacabile intelligenza critica, osserva i segni del tempo moltiplicarsi intorno a lei, tanto che poco o nulla le sfugge dell'animo di chi le sta accanto: un vecchio studente che ha perso la voglia di vivere; Christopher, il figlio, tirannizzato dalla sua sensibilità spietata; un marito Henry, che nella sua stessa fedeltà al matrimonio scopre una benedizione e una croce. E ancora le due sorelle Julia e Zinnie, la prima abbandonata sull'altare, ma non rassegnata a una vita di rinunce, che sul punto di fuggire ricorderà le parole della sua ex insegnante:

"Non abbiate paura della vostra fame. Se ne avrete paura, sarete soltanto degli sciocchi qualsiasi".

In Olive Kitteridge si accampano i vari accenti e declinazioni della condizione umana e i conflitti necessari per fronteggiarli entrambi. È un'altissima pagina di storia della letteratura, regalataci da una protagonista della narrativa americana contemporanea, vincitrice, grazie a questo romanzo in racconti, del premio Pulitzer 2009.



Il vero pesto genovese

Cari amici, oggi vi insegno come preparare il vero pesto genovese al mortaio, con i piccoli segreti che mi hanno permesso di andare in finale al campionato mondiale per ben due volte.

Giancarlo Marabotti

Partiamo dagli strumenti:

Mortaio di marmo di Colonnata, diametro esterno 20 cm.

Pestello in legno di olmo, bosso, faggio, ulivo con un diametro un pochino inferiore a metà del diametro interno del mortaio.

Ingredienti:

3 spicchi di aglio di Vessalico o di Nubia

50 g di pinoli di Pisa, mi raccomando non cinesi

40 g di parmigiano reggiano, almeno 30 mesi di stagionatura

10 g di fiore sardo, almeno 15 mesi

foglie di un centinaio di piantine di basilico non più alte di 15 cm. Possibilmente liguri. Devono riempire il mortaio senza che ne siano schiacciate.

5-6 grani di sale grosso di salina

80 cl di olio extravergine ligure non troppo fruttato



Preparazione

Pestare l'aglio nel mortaio e ridurlo in crema, toglierlo con un cucchiaio, raschiando bene le pareti e metterlo in un angolo di un piatto piano.

Pestare i pinoli riducendoli ad una pasta senza grumi, toglierli con un cucchiaio e porli accanto all'aglio.

Spezzare il parmigiano e pestarlo nel mortaio: se è ben stagionato si sgranerà, come dice la parola stessa, toglierlo e riporlo nel piatto accanto agli altri due ingredienti; così pure per il pecorino.

Riempire il mortaio di foglioline di basilico senza il picciolo, con il sale pestare e roteare finché non rimangano più fibre.

Aggiungere 2/3 di ogni ingrediente posto precedentemente nel piatto, cioè aglio, pinoli, parmigiano, pecorino, mescolare, assaggiare.

Si deve sentire un sapore omogeneo, senza che nulla prevalga, ben rotondo. Eventualmente correggere con gli ingredienti rimasti, aggiungere delicatamente l'olio finché si formi una crema giusta né liquida né densa.

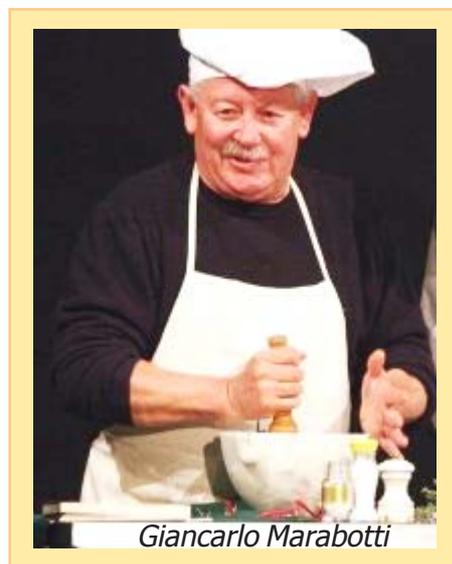
La pasta più adatta per gustare il pesto sono le lasagne sottili: o 2 fogli interi o strisce di almeno 4 cm. da non mettere assolutamente in forno mi raccomando!!

Per ora basta non vi angoscio più, aggiungo che vi consiglio quei due tipi di aglio che sono particolarmente dolci perché coltivati in terreno calcareo.

Questa è la ricetta del vero pesto genovese al mortaio, però se non dovete partecipare al campionato mondiale che si tiene ogni anno a Genova (quest'anno si è tenuto il 20 marzo), dove nelle due precedenti edizioni mi sono sempre piazzato alla finalissima tra i primi 10, potete apportare le modifiche che volete, ma che non si sappia in giro!!!!

Un abbraccio a tutti. Se qualcuno conosce antiche ricette al mortaio si metta in contatto con me.

Grazie.



Giancarlo Marabotti



Fondo Mondiale per la Natura

Sezione di Arenzano Cod. L.I.11
Via Sauli Pallavicino, 33
16011 Arenzano (Ge)
Tel. 335/8180625
e-mail: arenzano@wwf.it

Sezione Regionale Liguria
Vico Casana 9/3 int. 9
16123 Genova
010-267312

Tigri, orsi, tartarughe e tante altre specie stanno scomparendo. La natura è vita, aiutaci a proteggerla... prima che sia troppo tardi.

In tutto il mondo siamo impegnati in oltre 1000 progetti: dall'Italia all'Artico, dall'Africa all'India per difendere la Vita del nostro Pianeta. Il nostro impegno sarà il tuo.

L'Ora della Terra

*Sabato 27 Marzo 2010, dalle 20.30 alle 21.30
In tutto il pianeta si sono spente le luci per un'ora.*

All'appello planetario, che chiedeva lo spegnimento delle luci per un'ora per chiedere un accordo globale sul clima efficace e vero, hanno partecipato centinaia di milioni di persone in 126 Paesi nel mondo: monumenti, palazzi, negozi, appartamenti, comunità, scuole, singole case.

Si sono spente le Piramidi in Egitto, la Torre Eiffel a Parigi e l'Empire State Building di New York.

Il WWF ringrazia tutti coloro che hanno partecipato in Italia, dalle amministrazioni, grazie alle quali i monumenti della Bell'Italia hanno regalato la suggestione di un'ora di buio, alle migliaia di cittadini e aziende.

Per la prima volta a Roma si è spenta la Fontana di Trevi, a Firenze Palazzo Vecchio, a Pisa la Torre e tutta la piazza dei Miracoli e, grazie alla collaborazione di 18 amministrazioni comunali, altri 18 tra palazzi e monumenti in tutta la Toscana.

Da Nord a Sud si sono spenti il Castello Sforzesco e il Pirellone a Milano, la Mole Antonelliana a Torino, l'Acquario di Genova, il Castello di Monteriggioni, il Planetario a Roma, Piazza Sant'Oronzo a Lecce, la Torre San Pancrazio a Cagliari, il Palazzo comunale di Palermo, la Valle dei Templi ad Agrigento e moltissimi altri.

Genova, l'Acquario



Fulco Pratesi, Presidente onorario del WWF Italia ha dichiarato: "È un gesto semplice e simbolico, ma incredibilmente potente che mostra quanto l'umanità abbia a cuore il benessere dell'unico pianeta che ha a disposizione e l'azione contro il cambiamento climatico".

Il Giorno della Terra

Il 22 aprile si è celebrato il Giorno della Terra, in inglese Earth Day, per sottolineare le necessità della conservazione delle risorse naturali della terra.

Istituita dall'ONU nel 1970 la festività è riconosciuta da ben 175 nazioni e viene celebrata da quasi mezzo miliardo di persone.

Roma ha ospitato in questa occasione, un GreenCamp dedicato ai giovani e alle loro idee in tema di Sostenibilità Ambientale.





Centro Storico Töre Di Saraceni

Piazza XXIV Aprile - 16011 Arenzano - tel. 338.7713935

Attività dell'associazione: Tutela delle tradizioni arenzanesi. Pubblicazione di un giornale sociale ad argomento storico e culturale. Organizzazione di mostre, cene sociali. Corsi di genovese presso le scuole.

a cura di Pericle Robello

Il viaggio

Una coppia di amici (marito e moglie), dei quali non mi é consentito dire il nome giacché sono istruttori di vela al Centro Velico di Caprera - che come è noto é l'università fra le scuole di vela - un bel giorno pensarono di realizzare un loro vecchio sogno: navigare in cielo con una mongolfiera.

Si dettero da fare e riuscirono ad ottenere che una notissima azienda facesse loro da sponsor.

Naturalmente reclamizzando nome e marchio e cedendo ad essa il diritto di cronaca.

L'ordine per la costruzione dell'apparato tecnico fu affidato alla gloriosa ditta Caproni, alle porte di Milano, e contemporaneamente furono avviate le complesse pratiche burocratiche per ottenere i permessi di sorvolo e di transito internazionali. Allestita la mongolfiera, ottenuti i documenti di viaggio, fu approntata la navetta o, meglio, il cestone sistemato sotto il grande involucro gonfiabile.

Collocati a bordo: bombole di gas propano, vestimenti, viveri, strumenti e carte; non appena ricevuto l'o.k. dall'aeroporto di Linate, l'aerostato si librò maestosamente nell'aria iniziando la trasvolata, spinto da una gagliarda brezza in direzione sud-est.

Sorvolando la Grecia, individuarono le Termopili: il punto costiero in cui nel 480 a. C. trecento Spartani bloccarono il possente esercito dell'imperatore persiano Serse.

Proseguendo abbastanza velocemente, sorvolarono i territori dell'Irak (l'antica Mesopotamia) e qui rammentarono la bellissima Ester in esilio con il popolo ebraico al tempo della dominazione del re Assiro Nabucodonosor.

Un giorno il sovrano vide Ester e subito se ne invaghì. Ripudiò la moglie e portò la giovane ebrea nel suo palazzo.



Vogliamo ricordare in queste pagine l'amico Romeo Buscaglia

In breve, Ester con le sue moine e le sue carezze riuscì a ottenere la liberazione del popolo ebraico, dopo ben

trent'anni di soggezione.

Per non farla troppo lunga tralascio di raccontare di Tobia e della sua guarigione dalla cecità per merito di suo figlio Tobio. Infatti i nostri due navigatori erano ormai in vista delle coste indiane. Migliaia di uccelli volarono curiosi incontro a quel coloratissimo mostro che occupava il loro cielo.

Ormai la direzione della mongolfiera era quella che spingeva verso la catena dell'Himalaya che, tuttavia, sarebbe stato materialmente impossibile sorvolare. Intanto stava calando la notte...

Il mattino successivo si accorsero di essere troppo vicini all'imponente sistema montuoso e allora decisero di prendere terra su di un pendio nevoso che fortunatamente si era presentato di fronte a loro.

Riducendo pian piano la pressione nel grande involucro, fecero scendere di quota la mongolfiera sino a quando furono a 20 m di altezza: gettarono l'ancora e si adagiarono sulla neve del pendio.

I nostri amici saltarono fuori dalla cesta e contenti di avercela fatta si abbracciarono con una certa commozione. Subito dopo si affrettarono a sgonfiare dall'aria la mongolfiera appiattendola sul manto nevoso.

Un po' storditi dall'emozione e anche dal freddo intenso, a un certo punto sentirono un fruscio dietro di loro: si girarono ed ecco un individuo imponente, irsuto



Una mongolfiera nel cielo di Mondovì

e malamente coperto, con grandi occhi rotondi che li osservava più con meraviglia che ostilità. Era lo Yeti: stranamente indicato come l'abominevole uomo delle nevi, il quale pareva interessato più dall'abbigliamento degli intrusi che non dalle loro persone. Il mio amico allora fece un salto nel cesto, prese un maglione molto pesante ed aiutò l'abominevole ad indossarlo.

Lo yeti visibilmente contento, furtivamente come era venuto, si allontanò bofonchiando una cantilena, che immaginando potesse poi corroborare il racconto fu registrata. Essa così recitava: «Û û û trenta ciap fan quindes cû... Û û û trenta ciap fan quindes cû... ». Il dialetto degli abominevoli è proprio strano!

Svanito l'effetto della sorpresa, poco dopo apparve una grossa slitta trainata da uno yak dal lungo pelo rossiccio condotta da uno Sherpa. L'uomo era sceso da un villaggio poco distante, incuriosito dallo strano oggetto sceso dal cielo e forse anche per essere d'aiuto. Intendendosi a gesti, caricarono tutto sulla slitta che ripartì verso il piccolo abitato posto più in alto sulla montagna. Dagli ampi gesti e dalle reiterate esclamazioni dello Sherpa fu possibile intendere che il posto era Shangri-la: il mitico luogo in cui, a causa di un inspiegabile fenomeno cosmico, il tempo si era fermato! Gli intrepidi viaggiatori colsero al volo la sottile analogia con Caprera... In quel sito, gli anni passavano, ma le cellule vitali non invecchiavano. Tuttavia, questo fenomeno non era tutto positivo perché i bambini, per farli crescere, dovevano essere condotti fuori dal perimetro incantato fino al giusto compimento dell'età, cosicché per i padri e le madri il tempo non trascorreva allo stesso modo!

I nostri amici, superate alcune difficoltà iniziali, erano riusciti a intendersi con gli abitanti del luogo e, prima di ritornare, non a caso donarono al capo del villag-

gio un guidone simbolo del Centro Velico Caprera. Accompagnati in Nepal e ripreso il normale ritmo di vita, fecero infine ritorno in patria.

Per non dilungarmi troppo non dico altro, tranne che fra quegli abitanti aleggia sempre il timore che un giorno o l'altro tutto ritorni alla normalità. Invece, in coloro che hanno frequentato i corsi di vela in quello splendido luogo di sport e di vacanza che è Caprera, lo spirito giovanile dell'avventura e la propensione a volare, almeno con la fantasia, rimane per sempre!

Romeo Buscaglia



La mitica valle di Shangri - la

Non tutti sanno che...

La Torre dei Saraceni, sulle pendici della Costa Boera, alle spalle del Santuario del Bambino Gesù, che ricorda il periodo delle incursioni saracene, è stata eretta dopo il grave saccheggio del borgo di Arenzano nel Cinquecento, sulle basi di precedente manu-

fatto che risalirebbe al Mille.

Nei primi anni del 1800 è stata ricostruita fedelmente con le stesse caratteristiche della primitiva.



La facciata ad ovest

101 volte donna...

È risaputo che nella nostra ridente cittadina di Arenzano vivono molte persone centenarie; sarà l'aria buona, sarà perché ad Arenzano si vive ancora a misura d'uomo, fatto sta che negli ultimi anni è aumentato il numero delle persone che hanno alle spalle anche un secolo di vita.

È il caso della nostra concittadina, Assunta Pietronave, madre di una socia storica dell'Auser, Iolanda, che partecipa alle attività dell'associazione, sostenendole, da parecchi anni.

Assunta ci ha lasciato nel mese di marzo dopo aver vissuto per 101 anni e sette mesi. Nacque nel lontano 15 agosto 1908, proprio il giorno in cui si festeggia la Madonna dell'Assunta, a Santa Maria, una frazione di Sesta Godano, ultima di sei fratelli e sorelle, da una famiglia di contadini.

Nel suo paese si sposò, ma all'età di ventisei anni si trasferì a Sciarborasca per seguire il marito che lavorava nell'Ospedale Psichiatrico di Cogoletto.

Donna veramente d'altri tempi, nonna Assunta si è lasciata alle spalle un secolo inquietante di trasformazioni così veloci e così mutevoli: ha vissuto due guerre mondiali con tutti gli orrori, le paure e la miseria che ne derivarono. In questo periodo coltivava la terra, filava la lana col fuso e aveva delle allieve alle quali insegnava questa tecnica.

Alla fine della guerra ci furono le conquiste femminili, come la prima volta che le donne andarono a votare (privilegio che era solo degli uomini fino al 1940) e Assunta votò per la prima volta a Sciarborasca.

Nel 1960 si trasferì ad Arenzano dove visse gli anni del boom economico, comprendendo che per sua fi-



*Il Cardinale Bagnasco
fa una carezza alla signora Assunta*

auser Arenzano
risorsAnziani

via San Giobatta 13 16011 Arenzano
tel/fax 010.9111114

Iolanda Pietronave con la madre Assunta



glia, i suoi nipoti e pronipoti il futuro sarebbe stato migliore proprio grazie ai suoi sacrifici e a quelli di tantissime persone come lei.

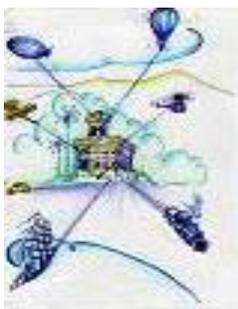
All'età di 67 anni rimase vedova e visse in casa da sola fino all'età di 97 anni, circondata dal calore e dall'affetto non solo di sua figlia Iolanda ma di tutta la sua numerosa famiglia. Gli ultimi quattro anni li ha trascorsi nella Casa dell'Anziano super accudita non solo dalle brave suore che la gestiscono ma "coccolata" dalla sua famiglia che era continuamente vicino a lei.

Per il suo centesimo compleanno per Assunta è stata organizzata una grande festa, sia in chiesa che nella Casa dell'Anziano. Il Parroco Don Giorgio in suo onore ha celebrato la S. Messa nella Chiesa dei S. S. Nazario e Celso e durante l'omelia le ha dedicato un commovente discorso, poi il Sindaco Luigi Gambino, dopo averla salutata a nome di tutta l'Amministrazione, l'ha premiata con una medaglia d'oro in memoria del centesimo compleanno e la Presidente dell'Auser, Marisa Carrea, le ha donato una targa dell'Associazione come ricordo di quel memorabile giorno, pronunciando un discorso breve ma ricco di tanto affetto e rispetto per una donna che ha rappresentato la memoria storica di un secolo.

Assunta oggi riposa in pace, i suoi cari serbano tanti bei ricordi dei momenti trascorsi insieme a lei e una preziosa eredità che sono i suoi valori con i quali ha condotto tutta la sua esistenza: la capacità di sacrificarsi, la forza di combattere le avversità, il senso della famiglia e soprattutto l'amore per la vita.

Marisa Carrea

Consorzio Arenzano Per Voi - ONLUS



Nei prossimi venerdì 25 e sabato 26 giugno, dalle ore 18 alle ore 23, si terrà la Festa del Volontariato, che si svolgerà tra P.za Calasetta ed il Lungomare, fino ai Bagni S. Pietro.

Tante, tantissime Associazioni di volontariato che operano sul territorio, associate e non al "Consorzio Arenzano per voi" parteciperanno con un proprio stand.

Presso ogni stand il pubblico potrà ritirare: materiali promozionali dell'Associazione, gadgets e quant'altro proposto, cioè piccoli oggetti artigianali e non, prodotti gastronomici - rigorosamente confezionati e con produzione identificabile.

Il Consorzio - come negli anni passati - ha attivato una **lotteria**, ricca di bellissimi premi, i cui biglietti - al costo di • 1.00 - sono già in vendita.

Durante i due giorni di Festa, vi saranno varie attrazioni: una pesca di beneficenza, con ricchi e sicuri premi, una mostra di quadri, una scacchiera gigante e tanti tavoli per partite di scacchi con un piccolo contributo di partecipazione.

E poi musica: gruppi musicali giovanili - ballo liscio, con un piccolo costo per l'iscrizione.

E poi gare sportive, con un piccolo costo per l'iscrizione.

Alcune Associazioni, nel proprio stand, offriranno prodotti gastronomici di produzione propria, che il

pubblico potrà gustare seduto ai tavoli, messi a disposizione dall'organizzazione.

Anche per le bibite offerte agli stands verrà richiesta una cifra minima, come per i prodotti di gastronomia.

Camper sanitari si alterneranno per misurare la pressione, la glicemia ecc., oltre a prelevare il sangue di coloro che volontariamente intendono offrirlo.

Libero - per tutti - il contributo alla manifestazione.

Saranno due giorni di presenza sul territorio piuttosto impegnativi per tutti i volontari che vi parteciperanno e per tutti coloro che hanno organizzato e predisposto la manifestazione.

Naturalmente ci saranno errori, qualcosa non funzionerà perfettamente, ma nessuno di noi è "del mestiere", quindi spero saremo perdonati: ciò che ci guida

è l'amore per quello che facciamo e la soddisfazione che proviamo quando possiamo finanziare progetti sociali con il ricavato della Festa.

Quindi il mio invito a tutti è: venite numerosi!

Partecipate come volontari negli stands (basta chiedere all'organizzazione e vi diamo un compito) sia come pubblico. Vi divertirte e sarà un'occasione

unica per conoscere tante Associazioni che, pur mantenendo la propria individualità, lavorano tutte insieme.

Vi aspetto e Vi saluto tutti.



RosaAnna Princi

Dalla Carta dei Valori del Volontariato

Volontario è la persona che, adempiuti i doveri di ogni cittadino, mette a disposizione il proprio tempo e le proprie capacità per gli altri, per la comunità di appartenenza o per l'umanità intera.

Portavoce: RosaAnna Princi - tel 010 9125237 - 339 6073586

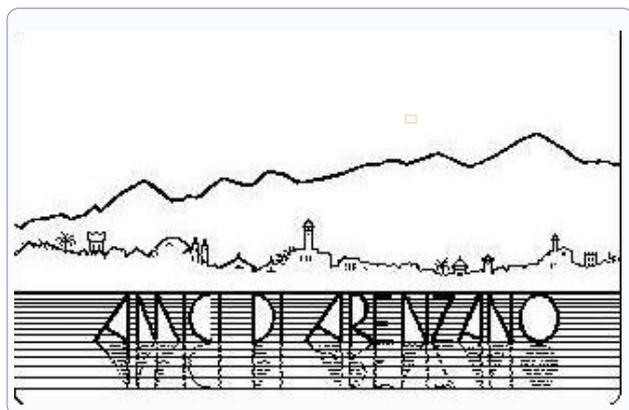
Segretario : Francesco Roba

Tesoriere : Rosanna Vescovi

Comitato Direttivo : RosaAnna Princi - Francesco Roba - Rosanna Vescovi - Franco Caviglia - Ida Fattori - Giancarlo Marabotti.



Festa del Volontariato 2009: scacchi giganti



ASSOCIAZIONE "AMICI DI ARENZANO"

Via Sauli Pallavicino, 33
16011 ARENZANO GE

e-mail: AmiciDiArenzano@libero.it

L'Associazione AMICI DI ARENZANO, costituita nel 1994, ha lo scopo di concorrere alla tutela ed 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.

Un sentiero marino "monco"

Un angolo del nostro territorio poco conosciuto e da valorizzare

Pochi sanno che tra la Galleria del Pizzo e la località Lupara esiste un sentiero che corre sulla scogliera sottostante la via Aurelia, utilizzato fino a qualche tempo fa per passeggiate e molto frequentato dai pescatori. Due comode scale alle estremità consentono di arrivarci scendendo dalla strada: pochi metri



di dislivello fanno sparire le auto e ci si può immergere nei rumori della natura.

Nel 1999, purtroppo, un privato proprietario dell'ex casello ferroviario ha chiuso un tratto di questo sentiero, sbarrandolo con due cancelli e impedendone quindi la libera fruizione ai cittadini.



L'Associazione Amici di Arenzano ha sollecitato la riapertura di questo percorso presso tutti gli Enti interessati, ottenendo che, prima il Comune di Arenzano (febbraio 2007) e poi la Provincia di Genova (luglio 2008, dicembre 2008), intimassero l'eliminazione dei cancelli e il ritorno all'uso pubblico.

Visto che a tutt'oggi il sentiero è diviso in due tronconi è stato coinvolto il Difensore Civico Provinciale, on. Gambolato, che sta interessandosi della vicenda.

In fondo basterebbe rendere esecutive le intimazioni degli enti, che prevedono la rimozione coatta dei cancelli.

Proponiamo delle foto che illustrano la situazione, con lo scopo di portare a conoscenza di tutti questo increscioso esempio di appropriazione di un bene pubblico e con la speranza che finalmente anche questo suggestivo angolino del nostro territorio possa essere valorizzato come merita.

Gli Amici di Arenzano



Questo odore marino

Giorgio Caproni, da Ballo a Fontanigorda

*Questo odore marino
che mi rammenta tanto
i tuoi capelli, al primo
chiareggiato mattino.*

*Negli occhi ho il sole fresco
del primo mattino. Il sale
del mare....*

*Insieme,
come fumo d'un vino,
ci inebriava, questo
odore marino.*

*Sul petto ho ancora il sale
d'ostrica del primo mattino.*



Accademia Musicale Teresiana

Presso l'Auditorium del Santo Bambino di Praga, nei venerdì di maggio, vi sarà una rassegna di concerti, per ricordare che nel 2010 ricorrono il bicentenario della nascita di F. Chopin (1810 - 1849) e di R. Schumann (1810 - 1856) e il 150° della nascita di G. Mahler (1860 - 1911).

Tutti i programmi propongono composizioni di questi autori e sono tutti eseguiti dai docenti e collaboratori dell'Accademia Musicale Teresiana che quest'anno è giunta alla XXI edizione della Stagione Concertistica.

Concerti di maggio



7 maggio 2010, ore 21

G. Mahler

Kindertotenlieder, per mezzo soprano e pianoforte

Lieder einse farenden Gesellen, per mezzo soprano e pianoforte

F. Chopin

Fantasia in fa min. op. 49

G. Mahler

Des Knaben Wunderhorn, per soprano e pianoforte

Yveta MARTOS, soprano - Anna VENTURI, mezzo soprano;

Marcello GIUSTO, pianoforte



Fryderyk
Chopin

14 maggio 2010, ore 21

F. Chopin

Ballade in la bem. Magg. Op. 47 Giovanni PIANA - pianoforte

R. Schumann

Phantasiestücke per clarinetto e pf Matteo BARIANI - clarinetto
Alberto PERFETTI - pianoforte

F. Chopin

Scherzo in Si min. op 20 Alberto PERFETTI - pianoforte

R. Schumann

Fantasia in Do magg. Op. 17 Giovanni PIANA - pianoforte



Robert
Schumann

21 maggio 2010, ore 21

R. Schumann

Phantasiestücke per violino, violoncello e pianoforte op. 88

Luca SOI - violino; Mirko LOI - violoncello; Giovanni PIANA - pianoforte

F. Chopin

Valse in Re bem. Magg. Op. 70 n. 3

Valse in Do diesis min. op. 64 n. 2

Barcarolle in Fa diesis magg. Op. 60

Giovanni PIANA - pianoforte

R. Schumann

Dichterliebe per soprano e Pianoforte op. 48

Yvetta MARTOS - soprano; Marcello GIUSTO - pianoforte



28 Maggio 2010, ore 21

R. Schumann

Tre Romanze per flauto e Pianoforte op. 94

Federico VALLERGA - flauto; Giovanni PIANA - pianoforte

F. Chopin

Sonata in Si bem. Min. op 35

Alberto PERFETTI - pianoforte

R. Schumann

Andante e Variazioni per due pianoforti op. 46

F. Chopin

Rondò per due pianoforti op. 73

Alberto PERFETTI - pianoforte; Giovanni PIANA - pianoforte



*Gustav
Mahler*

Accademia Musicale
Terenstana

XXI Stagione Concertistica

Comune di Arenzano
Assessorato alla Cultura

MusicArenzano Romantica

VENERDÌ 7 - 14 - 21 - 28 MAGGIO 2010 ore 21,00

AUDITORIUM DEL SANTUARIO "GESÙ BAMBINO DI PRAGA" - ARENZANO

Concerti dedicati al bicentenario della nascita di F. Chopin - R. Schumann e al 150° della nascita di G. Mahler

Pianoforte	Soprano	Clarinetto	Violoncello
Marcello GIUSTO	Yvetta MARTOS	Matteo BARIANI	Mirko LOI
Alberto PERFETTI	Mezzo-Soprano	Flauto	Violino
Giovanni PIANA	Anna VENTURI	Federico VALLERGA	Luca SOI

"Vandere sul mare di nottilis" di Casper David Friedrich

INGRESSO LIBERO

A.V.O. - AR.CO.

Associazione Volontari Ospedalieri di Arenzano e Cogoletto



Vorrei aprire queste mie parole con un saluto per tutti Voi ed un sentito ringraziamento per l'UNITRE che mi ospita nel giornalino.

Mi presento. Sono Rosa Anna Princi, Presidente dell'Associazione

Volontari Ospedalieri - Onlus i cui volontari/e prestano servizio ad Arenzano presso l'Ospedale "La Colletta" e a Cogoletto presso la "Fondazione N. Baglietto".

Cosa è l'Associazione Volontari Ospedalieri penso sia già noto, atteso che operiamo - siamo oltre 27.000 - sull'intero territorio nazionale da oltre trent'anni, in circa 220 sezioni.

Le nostre peculiarità sono: la gratuità della prestazione, l'indipendenza (cioè l'assenza totale di interessi o ideologie di parte), l'autonomia (cioè libera scelta delle modalità organizzative), la qualificazione del volontario (cioè l'esigenza di preparazione per un "servizio" veramente efficace), la continuità (cioè la regolarità di presenza e partecipazione del servizio), la laicità.

Cosa fanno i volontari A.V.O.? Si dedicano gratuitamente e disinteressatamente, per due ore e mezzo alla settimana, al servizio dei malati e/o degli anziani.

Una presenza amica nella sofferenza e nella solitudine.

Il prossimo 4 novembre si aprirà il 20° Corso di formazione di base per volontari.

Vuoi essere uno di noi?

È richiesto: essere in buone condizioni di salute fisiche e psichiche, seguire il Corso di formazione (completamente gratuito - composto da dieci lezioni), impegnarsi in un breve tirocinio seguiti da un volontario effettivo, offrire due ore e mezzo di servizio alla settimana, partecipare ogni due mesi alle Riunioni di reparto, frequentare incontri di formazione ed aggiornamento.

Troverai, oltre ad una organizzazione efficiente e capace di sostenere, stimolare e valorizzare le capacità individuali, un gruppo di amici con cui scambiare ricchezze spirituali, culturali ed esperienze vissute.

Un caro saluto a tutti.

RosaAnna Princi

Per informazioni e/o prenotazioni:

AVO - AR.CO.

Martiri della Libertà - Torre dello Scalo

16016 Cogoletto

Aperto: martedì e giovedì - dalle h 16 alle h 18

Tel: 338 1178652 - 339 6073586 -

010 9125237 - 010 9183931

E mail : rosaprin@libero.it

Festa della donna?

Quando uscirà questo giornalino la "Festa della donna" sarà già passata da un pezzo, ma permettetemi di parlarne ancora. Nel precedente numero, ho letto il pensiero di Mahatma Gandhi, dedicato alla donna e ho trovato che sono righe bellissime e tanto attuali quanto adatte a far comprendere che quella che noi chiamiamo "Festa della donna" non onori davvero quel ritratto così dolce di donna delineato da Mahatma Gandhi.

Sarà davvero festa quando la donna sarà onorata, rispettata e amata in tutto il mondo e soprattutto dagli uomini!

La festa di oggi è prevalentemente commerciale e, quindi, in questo senso, di nessun interesse morale e solo avvilente per noi donne. Non è la festa un segno di uguaglianza!

Se noi ci riflettiamo bene dovremmo cercare di portare avanti le motivazioni che hanno originato questa festa e, quindi, considerare che ancora oggi tante donne lottano per quei diritti sacrosanti che ancora non si vedono riconosciuti e per quei principi per cui soffrono e muoiono.

Non mi pare che si possa ancora e per ora parlare di "Festa della donna".



Roberta Campo

La moda di Roberta

In uno dei miei primi articoli su questo giornale avevo dato una letterale spiegazione della parola "moda". Vorrei ripetermi un po' perché questa definizione potesse rimanere sempre in mente.

Moda: foggia, per lo più di uso temporaneo, dei costumi, degli abiti, dell'acconciatura, degli ornamenti maschili e femminili. La moda si modifica continuamente attraverso i secoli; i mutamenti sono suggeriti da considerazioni di clima, comodità ed economia. La moda può apparire capricciosa, e per questo fu combattuta dalla Chiesa e dai moralisti.

Ricordato tutto questo, noi diciamo che la "nostra" moda non è molto capricciosa e che si deve adattare (con qualche effetto speciale) alle nostre esigenze tecniche, economiche e personali.

Bisogna catturare i dettagli più originali e di tendenza per poter rendere la "nostra" moda attuale e portabile.

Oggi, per la collezione primavera-estate, non ci sono dettami particolari, le tinte sono "segnaletiche" e gli accostamenti inaspettati, un mix di "osé" da cominciare in primavera e finire in bella stagione. Fuxia, arancio, rosa, blu, viola e rosso! E continuiamo a dire che un "tubino" anche estivo deve essere tra gli indumenti del vostro guardaroba, magari evidenziato da una cintura particolare.

Poi una raccomandazione: imparate a prendervi cura dei vostri vestiti! Non c'è di peggio che avere abiti "cianciati" e decorazioni di paillettes e pagliuzze un po' "mancanti"!

Attenzione alle etichette! Basta seguire le indicazioni di lavaggio sull'etichetta e se c'è scritto di lavare a secco (dry clean only) vuol dire che bisogna procedere solo così!

Tacchi altissimi, questo è quello che scrivono i giornali, ma avete mai provato i sandali fly-flot, gli infradito? Molleggiati ed elegantissimi! Curatevi i piedi e camminate tranquille.



I tessuti (a parte raso e shan-tung coloratissimi, come dicevo prima) sono anche sempre teneri e fioriti, insomma, quelli dell'anno scorso, l'importante è che siano morbidi e "cadenti" e poi anche tessuti pieni di paillettes, perline e strass. Stivaletti estivi scamosciati e bassi.

Nel disegno l'abito è di taffetà blu, la gonna leggermente trattenuta all'orlo e la camicetta di un tessuto sottile di un bel rosa shocking. La cintura è una fascia fantasia delle tonalità dal blu al rosa. Stessa cosa per il fiocco sulla spalla.

Abito che può essere elegante ma anche da spiaggia. E borse coloratissime!

Naturalmente la coroncina in testa del disegno è un optional.

Buone vacanze a tutte voi e una coloratissima estate serena.

Roberta Campo

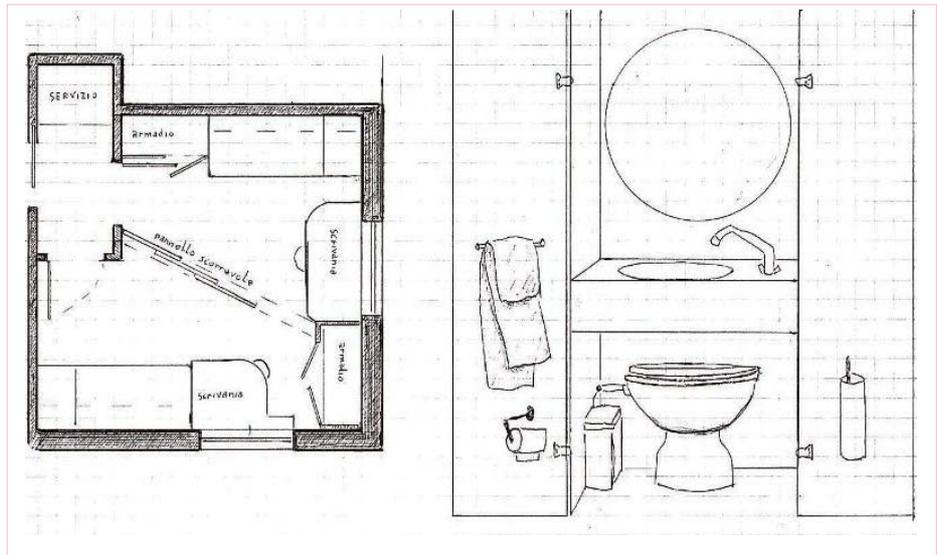
L'angolo di Marilina

a cura di Marilina Bortolozzi

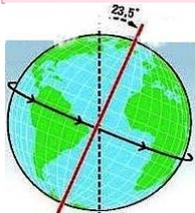
D. Siamo una coppia con due figli, maschio e femmina, adesso adolescenti e quindi bisognosi dei propri spazi e della relativa privacy. Il problema è che la casa non è molto grande e la camera di dimensioni limitate (3,90 x 4,10 m). Ci dai qualche suggerimento?

R. Consiglio la realizzazione di una parete scorrevole che tagli diagonalmente la camera in due parti, scorrendo lungo una mensola posta a due metri di altezza. Ognuno dei due spazi così ricavati è attrezzato con un armadio, delle mensole, un piano scrivania e, ovviamente, un posto letto.

Per sopperire alla mancanza di un doppio servizio nell'abitazione, nella nicchia si potrebbe eventualmente installare un armadio bagno (si trova in commercio) realizzato in laminato plastico, attrezzato con un lavabo dotato di rubinetto, uno scald-acqua elettrico, un wc estraibile, presa elettrica, illuminazione e accessori vari.



Una finestra sui segreti del mondo L'inclinazione dell'asse terrestre



Ogni quindicimila anni circa, si verifica una variazione dell'asse terrestre che finisce per provocare un'oscillazione nei poli magnetici. In queste condizioni, gli oceani ed i continenti vanno incontro a sconvolgimenti immani. L'ultima manifestazione di tale fenomeno risale all'epoca della distruzione di Atlantide e pare sia da imputare a esso anche il "diluvio" descritto nella Bibbia ed in altri testi religiosi e storici.

La variazione dell'inclinazione dell'asse terrestre ha un impatto massiccio anche sulla popolazione animale del pianeta oltre che sul clima. I geologi, per esempio, possono confermare che il Sahara un tempo era una regione rigogliosissima mentre oggi è una delle più aride di tutto il pianeta.

Assisteremo sempre più ad episodi come quello delle balene che qualche tempo fa senza alcun motivo apparente si spiaggiarono su varie coste, evidentemente si erano perse e morirono in gran numero nonostante tutti gli sforzi dei biologi marini per

tentare di salvarle: anche quando riuscivano a riportarle in mare aperto ritornavano verso la spiaggia, convinte che fosse quella la direzione giusta perché in qualche modo la loro direzione topografica era mutata.

La variazione dell'asse terrestre è anche il motivo dei tanti anomali cambiamenti climatici a cui stiamo assistendo. In questo preciso momento alcune zone del pianeta godono di un clima estremamente mite, mentre altre devono affrontare condizioni quasi insostenibili..., praticamente l'opposto di ciò che di norma sperimentano nel corso dell'anno.

Questi nuovi assestamenti continentali provocano eruzioni vulcaniche, terremoti, onde anomale. Dal punto di vista geologico-scientifico la geografia subirà una massiccia alterazione; nell'oceano Atlantico riemergeranno terre finora rimaste sommerse. Comunque il genere umano sopravvivrà... come sempre. Non sono previsioni consolanti, ma ci affidiamo alla volontà di Dio.

Enza Calcagno

Perché?

"Io non ho talenti straordinari. Sono solo appassionatamente curioso".
Albert Einstein



Perché il fuoco può accendersi da sé?

Il fuoco non può accendersi da sé. Nessuno dei combustibili in uso lo può. La ragione sta nel fatto che essi non si combinano con l'ossigeno, se non a temperature elevate. Il calore del sole non basta a bruciare la carta o la legna, ma lo può fare una lente che converga i raggi solari.

Vi sono colori che i nostri occhi non vedono?

Il nostro cervello traduce in colore le onde luminose. I nostri occhi però sono sensibili a una sola ottava, usando un paragone musicale di quella vastissima tastiera. Le note al di sopra o al di sotto per noi sono mute, ossia invisibili. È interessante sapere che vi sono insetti come le formiche che vedono colori che noi non vediamo e animali che odono note troppo acute per le nostre orecchie.



Occhi di ragno



Perché il cielo è azzurro?

Perché è ricco di pulviscolo, minime particelle di natura solida, che assorbono le onde luminose che formano i colori della luce solare e respingono verso i nostri occhi solo quelle che ci danno l'azzurro.

Gianna Guazzoni

Genova

*Serpenti sinuosi s'insinuano lenti
pilotano i passi tra case avite
scandiscono la permanente danza
di funicolari a cremagliera e ascensori,
sciabole che perforano il tuo cuore.
Muraglie cinesi avvinghiano i forti,
superbi baluardi.
Crêuze, caruggi, bastioni
schermate armonie,
lampioni ormai spenti.
Suggerzioni velate si rincorrono lente.
Gentildonna seducente
più in là delle tue labbra
c'è soltanto il mare.*

Marilina Bortolozzi



Foto di Fernando Bauducco



Un applauso

Suggerirei un applauso: applaudiamo alla felice conclusione dei nostri Corsi, ai Professori e, perché no? anche a noi stessi, allievi diligenti (quasi sempre).

Un applauso dovuto, oggi che gli applausi si sprecano e a tutto si applaude.

L'applauso è la meritata approvazione a chi compie bene una determinata azione, solitamente scenica. Scaturisce spontaneo per gli attori che recitano con bravura e intensità sia una commedia che una tragedia, per le grandi voci dalle tonalità cristalline o profonde come avviene nella lirica, per tutti gli interpreti che trasmettono fremiti di emozioni.

È dovuto al conferenziere che ci assorbe con una mirabile "Lectio Magistralis". Non solo ai "franchi" che in palcoscenico paiono talora interpretare la nostra stessa vita, ma anche a chi si mette fortunatamente in gioco e ci intrattiene con festosità e simpatia per la strada.

L'applauso è bello; quando parte coinvolge tutti: chi lo dà e chi lo riceve.

Laddove lo considero irritante è in taluni talk-show televisivi, dove l'intervistato o ospite che dir si voglia non può terminare l'espressione del suo pensiero che immediato scatta l'applauso, comunque si giudichi – intelligente o stupido – ciò che ha detto.

Quando poi, in alcune trasmissioni politiche, l'ovazione non sia di destra o di sinistra (senza valutare che anche la controparte potrebbe meritarsi) ecco che in tal caso gli applausi sono significativi di apertura mentale, che in verità non è aperta proprio a niente e ci trattiene tutti al di là delle nostre barricate – definizione fin troppo

nobile per il contesto.

Diciamo, in tono più modesto, al di là delle nostre staccionate.

Suggerirei ai conduttori televisivi: frenate gli applausi piuttosto

che sollecitarli, a meno che non si tratti di un battimani di incoraggiamento.

Non commento quelli fatti ai funerali, in chiesa o fuori, non ne capisco il senso, se non per celebrare un atto eroico.

Dopo questa "tirata" che può essere più o meno condivisa, chiudo nel più assoluto silenzio.

Ancora una cosa... Meglio ancora un applauso silenzioso, che possiamo fare nel nostro intimo.

Un applauso all'Italia, della cui Unità si preparano le celebrazioni.

Marzo 1861 – Marzo 2011



Mio marito Luigi era fiero di appartenere a una famiglia di patrioti. Gli devo questo ricordo.

La sua nonna paterna era una Fusinato.

Arnaldo Fusinato, poeta e patriota, eroico combattente, partecipò alla difesa di Venezia. Il ritorno della città agli austriaci ispirò una delle sue poesie più note: *A Venezia*.

Curiosità: Fusinato dedicò dei versi ad Arenzano e una poesia: *A Genova*, che l'autore stesso declamò al Carlo Felice per una raccolta di fondi. Essi erano destinati a Venezia, città determinata a resistere a ogni costo.

La mamma di mio marito era una Spezzani di Montegibbio. Nel 1791 Lorenzo Spezzani fu condannato per i Moti del 1831 a Modena. Il fratello Felice fu prigioniero a Venezia, quindi condannato a vita in contumacia dagli austriaci. Esule in Francia.

Seconda curiosità: con i Savoia a Roma, i marchesi Spezzani di nobiltà vera - ossia creati dai Papi - furono risarciti dal Papa stesso dei beni confiscati in virtù dei loro gesti patriottici. Ebbero due tabaccherie, di cui ancora la madre di Luigi godeva l'affitto.

Gianna Guazzoni



I frutti estivi

a cura di Edda Sinesi



Ben venga d'estate la frutta nel corso della giornata o utilizzata come ingrediente per le nostre ricette... Che buona una tonda, succosa pesca in una calda giornata di agosto!

Con il caldo, è preferibile dissetarsi con succhi di frutta, piuttosto che con bevande zuccherate o piene di coloranti, ma ricordiamoci di non bere bibite ghiacciate e soprattutto di non berle rapidamente!

La frutta, che mangiamo e beviamo, è un rimedio naturale ai fabbisogni del nostro organismo.

Vediamo le proprietà salutari di ogni frutto, stando ad indagini condotte dalla ricerca medico scientifica.

Mirtilli: uno studio eseguito presso un'università di Boston, la Tufts University, vede nei mirtilli il frutto ideale per distruggere i radicali liberi nel corpo.

Fragole: questo frutto succoso è un "medicinale" naturale contro il rischio di sviluppare malattie tumorali.

Mirtilli rossi: riforniscono l'organismo di almeno il 50% del tasso giornaliero di vitamina C.

Un consiglio su come mangiarli: i mirtilli rossi sono ottimi a colazione, abbinati con yogurt o avena.

Papaya: la papaina (enzima digestivo) presente nella papaya è ampiamente utilizzato come trattamento per lesioni sportive. La papaya rallenta l'invecchiamento cellulare, difende da malattie aterosclerotiche, cardiache e diabete.

Della papaya è ottima la polpa, inoltre tagliata a striscioline può arricchire le nostre insalate fresche d'estate; proviamo ad aggiungerla anche a carote e zucchine.

Pesche e nettarine (gialle e piccole): sono una buona fonte di ferro e di potassio. Aiutano la digestione e contengono luteina e zeaxantina, due grandi componenti per la salute degli occhi.

Ananas: contiene la bromelina, in grado di ridurre l'infiammazione e di incidere sullo stato di coagulazione del sangue.

Mango: contiene manganese, ottimo antiossidante e livelli alti di vitamina C.

Cocomero: contiene un carotenoide che riduce i fattori di rischio di malattie tumorali ed è ricco di vitamine A, C, B1 e B6.

Una ricetta gustosa

Le **pesche alla griglia**, riescono meravigliosamente bene, perché la loro dolcezza si sposa perfettamente con il sapore ottenuto dalla cottura alla griglia.

Preparazione:

Sbucciare e tagliare le pesche a metà, eliminare la buccia. Spennellare con olio extra vergine di oliva, aggiungere sale e pepe.

Preparare la griglia a calore medio e assicurarsi che sia pulita; grigliare le pesche su entrambi i lati, per circa tre minuti a lato. Prima di servire, aggiungere del parmigiano o altro formaggio salato: l'antipasto sarà semplice, ma delizioso.

Questo piatto può essere anche servito con dell'insalata verde. Come altri ingredienti possiamo provare a spruzzare qualche goccia di succo di limone, olio d'oliva e sale.



Acrostico

Un
Nuovo
Interesse
Ti
Rapisce
E

Apre
Reali
Esperienze
Nelle
Zone (della mente)
Ancora
Non
Ostruite

Fiorenza Torella

Memorandum

- ❖ 4 maggio 2010, ore 21: al Teatro Gassman di Borgio Verezzi, in occasione dell'ottavo festival teatrale Unitre, il nostro gruppo teatrale "La Panchina" andrà in scena con la commedia di Noël Coward "Al calar del sipario".
- ❖ 8 e 9 maggio 2010: viaggio a Ferrara degli Estensi e all'Abbazia di Pomposa.
- ❖ Dall'11 maggio 2010 il Segretariato Viaggi aprirà le prenotazioni per il viaggio a Barcellona che si realizzerà dal 2 al 6 settembre 2010. In considerazione delle vacanze estive, gli interessati sono pregati di iscriversi durante il mese di maggio ad Arenzano e Cogoleto e nel mese di giugno solo ad Arenzano a Villa Mina, il martedì ed il mercoledì mattina dalle ore 10 alle 12 (informazioni dettagliate su Noi Informa).
- ❖ 15 maggio 2010, ore 16: Auditorium Berellini a Cogoleto. Pomeriggio musicale con l'intervento del coro Unitre "Eco del Mare" diretto da Ada Bongiovanni e accompagnato al piano da Anna Venezia. Intratterrà il pubblico la compagnia teatrale Unitre "La Panchina".
- ❖ 20 maggio 2010: termine delle lezioni nei corsi e laboratori.
- ❖ 24 maggio 2010, ore 16,30: festeggeremo i nostri Docenti al Casale del Beuca a Cogoleto
- ❖ 28 maggio (pomeriggio) e 29 maggio 2010: nella nostra sede di Villa Mina, ad Arenzano, Mostra dei lavori realizzati nei laboratori Unitre durante l'anno 2009/2010
- ❖ 29 maggio 2010: al termine dell'esposizione dei lavori lettura itinerante di poesie di Caproni, a cura del Premio di Poesia.
- ❖ 30 maggio 2010 ore 16,00: festeggeremo la chiusura dell'Anno Accademico a Villa Maddalena ad Arenzano. Intrattenimento musicale.
- ❖ Escursioni: 16 maggio 2010 Val Petronio (escursione gastronomica)
23 maggio 2010 Organizz. F.I.E. nel Savonese
6 giugno 2010 Organizz. C.A.I. da programmare
giugno - luglio 2010 Escursionismo in Dordogna (Francia)
mese di luglio 2010 Nell'Appennino Ligure - Masone Forte Geremia
mese di agosto 2010 Nell'Appennino Piemontese - a Santa Lucia - a Casaleggio Boiro - a Ciglione - a San Luca - a Toletto - a Castelletto Molina o Gavi
- ❖ Spettacoli Carlo Felice: balletto Anna Karenina - 15 maggio 2010 turno F e 16 maggio 2010 turno C
opera Tosca di Giacomo Puccini - 13 giugno 2010 turno C.
- ❖ 4 giugno 2010: Nuovo Cinema Italia, ore 10, Premio di Poesia per la scuola "Luci a mare".
- ❖ 1 - 8 giugno 2010: viaggio "La Germania lungo il Danubio e l'Elba". Prenotazioni in segreteria ad Arenzano e Cogoleto (informazioni dettagliate su Noi Informa).
- ❖ 14 - 19 giugno 2010: saranno aperte le preiscrizioni all'Anno Accademico 2010/2011, riservato agli iscritti Unitre degli anni precedenti, presso la segreteria di Arenzano, Villa Mina, dalle ore 10 alle 12.
- ❖ 19 giugno 2010: Grand Hotel, ore 21, Premio di Poesia "Città di Arenzano".

