



università
delle tre età
alessandria

Le Tre! ALESSANDRIA



periodico di informazione dell'associazione Università delle Tre Età di Alessandria
anno 7 - numero 6 - novembre / dicembre 2016 - prezzo € 1,00 (gratuito per i Soci)



*Intervista a
Mauro Cappelletti*



*I segreti della
stella di Natale*



*Murales e graffiti,
arte o vandalismo?*



*Conferenze:
il femminicidio*

Finalmente Alessandria ha il suo nuovo ponte



Gentili lettori, eccoci arrivati al numero di dicembre, con le feste natalizie alle porte e nuovi articoli che, speriamo, possano incontrare il vostro interesse. Consapevoli delle statistiche riguardo ai disturbi dell'Alimentazione, abbiamo intervistato il dottor Cappelletti medico dietologo nutrizionista e presidente dell'Ordine dei Medici Chirurghi e Odontoiatri della provincia di Alessandria, per meglio comprendere come il fenomeno sia presente sul territorio e quali siano i mezzi a disposizione, pubblici e privati, per contrastarlo.

Tra le conferenze tenute in sala Ambra abbiamo scelto di riassumere: *Jazz e il cinema* che ha visto tra i relatori Ermanno Luzzani e Andrea Gaggero, e Diritto Penale. *Il femminicidio... la legge ha risolto i problemi?* tenuta dall'avvocato Boccassi. Per quanto riguarda i Laboratori invece, abbiamo sbirciato tra i programmi di quelli che consentono movimento in acqua e sulle piste da ballo, facendoci raccontare dai docenti sia le competenze richieste per iscriversi, sia gli obiettivi raggiungibili a fine corso.

L'aver inserito nel palinsesto uno spazio dedicato all'attualità sembra essere stato apprezzato e, a tale proposito, mi pare giusto precisare che l'opinione espressa dal redattore a cui viene assegnato l'argomento non rispecchia necessariamente né la mia di opinione, né quella degli altri collaboratori. La nostra funzione è, oltre che informare, quella di facilitare lo scambio di pareri e i confronti anche attraverso la stesura di articoli che possono trovare i soci su fronti diversi, rendendoci disponibili ad approfondimenti o spiegazioni rispetto alle tematiche affrontate. Dopo le coppie di fatto, abbiamo puntato l'attenzione su due realtà locali e sociali: l'inaugurazione del ponte Meier e l'utilizzo dei murales come espressione di arte e mezzo di comunicazione. Lo abbiamo fatto ascoltando gli alessandrini e i giovani, riportano considerazioni e commenti.

Poiché anche quest'anno l'Unitre di Alessandria ha contribuito alla gestione dell'Orto in condotta presso la Scuola Elementare Rossignoli di Nizza Monferrato, siamo felici di ospitare i contributi degli allievi che, sebbene giovanissimi, sembrano avere le idee molto chiare su come debba essere rispettato il pianeta. Anche la pagina di Delitti e Misteri propone un nuovo caso, quello di Paolo Gallo, mentre in quella di cucina si cerca di comprendere chi abbia dato i natali a un piatto tipico della zona: i *rabaton*. Concludiamo con gli interessantissimi articoli tutti da leggere dei nostri esperti, sperando che troviate risposte a dubbi o curiosità.

Buona lettura, dunque, e buone feste. Che sia per tutti voi un Sereno Natale e Felice Anno Nuovo.

Mariangela Ciceri
Direttore UnitreAlessandria!

La fotografia della copertina
è stata scattata da Luciano Lazzarin



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

anno 7 - numero 6
novembre / dicembre 2016

SOMMARIO

- 2 I saluti del Direttore
- 3 Conferenze: A qualcuno piace jazz *di Enzo Nani*
Diritto penale: il femminicidio di Orazio Messina
- 4 Intervista al dott. Mauro Cappelletti, dietologo *di Enzo Nani*
- 6 Laboratori: Movimento, movimento, movimento
di Italia Granato Robotti
- 7 Meier sì, Meier no, Meier ni *di Enzo Nani*
- 8 Murales e graffiti, arte o vandalismo? *di Maria Luigia Molla*
- 10 Delitti e misteri: il caso Gallo *di Romano Bocchio*
- 11 Botanica: la stella di Natale *di Romano Bocchio*
- 12 Le giornate dei nonni *di Italia Granato Robotti*
- 13 Orto in condotta
- 14 Cucina: i *rabaton* *di Renzo Garbieri*
I *rabaton* diventano una torta salata *di Maria Luigia Molla*
- 15 Animali: i bovini *a cura della dott.ssa Alessandra Scorza*
I bovini visti da me *di Maria Luigia Molla*
- 16 Letteratura: la parola agli esperti *a cura dei proff. Gian Luigi Ferraris e Silvia Martinotti*
- 17 Psicologia e medicina: la parola agli esperti
a cura delle dott.sse Susanna Balossino e Silvia Scarrone
- 18 La vignetta *di Giancarlo Borelli*
- 19 Vita in Unitre
- 20 Agenda Unitre

Unitre! ALESSANDRIA

Direttore: Mariangela Ciceri

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

Hanno collaborato:

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

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

A qualcuno piace jazz

Come Hollywood reinventò la storia delle musiche afroamericane

di Enzo Nani

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

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



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

Diritto Penale

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

di Orazio Messina

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

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

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



Mauro Cappelletti, medico dietologo e nutrizionista

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Sensibilizzarli sull'importanza di educare



di Enzo Nani

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

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

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

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

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



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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

per avere una vita piena di soddisfazioni.

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

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

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



un tocco artistico.

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

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

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

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

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

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

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

Movimento, movimento, movimento

pagina a cura di Italia Granato Robotti

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



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

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

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

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

Viste le opportunità offerteci nuotiamo, danziamo e balliamo!



Meier sì, Meier no, Meier ni

di Enzo Nani

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

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

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

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

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

Accompagnato dalle grida gioiose mi sono spinto in via Dossena dove profumi vari di pasticceria, agnolotti, pasta e fagioli e altro tentavano la gente, facendo dimenticare ogni proposito di dieta almeno per un giorno.

Dai discorsi che si sovrapponevano ho estrapolato tre concetti abbastanza ricorrenti: il ponte piace ai più, c'è qualche perplessità sulla viabilità, che solo tra qualche settimana, quando sarà finito l'effetto curiosità, saremo in grado di valutare e lo scarso impatto commerciale sulle attività dei dintorni la cui motivazione ha però radici più lontane. Bisogna risalire ai tempi che furono, quando dal vecchio ponte Cittadella si arrivava direttamente in via Vochieri e via Dossena, ma questa è un'altra storia.

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

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

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

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

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



(foto gentilmente concessa da Brajda Bruno Gabriele)

Murales e graffiti: arte o vandalismo?

di Maria
Luigia Molla



(foto gentilmente concessa da Milva Gallo)

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

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

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

Insomma cos'è l'arte?

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

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

Nemmeno ci provo a rispondere perché,

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

Ma torniamo a bomba e alle prime espressioni artistiche.

Indovinate un po'? Esatto, furono proprio i graffiti. Le incisioni rupestri (graffiti o petroglifi) sono segni scavati o graffiati nella roccia, da qui il nome. La cosa particolare è che la maggior parte di questi, rappresentanti scene di vita quotidiana, si trova nei pressi di dove

erano solite fermarsi i pastori con le greggi. Ciò ha portato gli esperti a credere che proprio questi e gli agricoltori siano stati i primi graffitari, realizzatori di

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

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

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

(foto gentilmente concessa da Luciano Lazzarin)



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

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

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



(foto gentilmente concessa da Luciano Lazzarin)

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

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

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

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



(foto gentilmente concessa da Milva Gallo)

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

Un omicidio senza cadavere

Il caso Gallo

di Romano Bocchio

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



Paolo Gallo, il morto-cio di Avola.

Salvatore Gallo, l'ergastolano... fraticide.

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



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

La stella di Natale: scheda tecnica

di Romano Bocchio



Origine: Messico.

Diffusione: negli USA e nelle fasce tropicali dei continenti africano ed asiatico. Da alcuni decenni anche nelle zone europee a vocazione floricola (Olanda e Italia).

Famiglia: Euphorbiaceae

Nome scientifico: Euphorbia pulcherrima

Nome comune: Stella di Natale

Sviluppo: piccolo arbusto alto mediamente 40/50 cm.

Fogliame: inizialmente verde, poi rosso vivace, ma anche bianco o rosa. Queste foglie spesso vengono, erroneamente, ritenute fiori. In realtà si tratta di pseudo-foglie, chiamate brattee, che si sviluppano sulle sommità dei rami. I fiori (ciazi) si trovano invece al centro della corona di brattee e sono piccolini, di colore giallognolo e per nulla appariscenti.

Fioritura: da fine novembre a febbraio. Essendo per sua caratteristica una pianta fotoperiodica raggiunge la massima esplosione floreale proprio in questo periodo, cioè quando il buio della notte ha netta prevalenza sulla luce diurna.

Temperatura ed esposizione: le zone tropicali sono l'habitat ideale ma ben si adatta anche alle temperature di appartamento. Non gradisce però i raggi diretti del sole e le correnti d'aria, soprattutto quelle fredde.

Tossicità: i suoi fragili rami, in caso di rottura, secernono una sostanza lattiginosa che

ha effetto urticante se viene a contatto con l'epidermide, ed è decisamente tossica per cani e gatti.

Curiosità e consigli: se le foglie avvizziscono e tendono a seccare, a causa di improprie collocazioni (per esempio accanto ad un termosifone o a causa di annaffiature eccessive) non è il caso di allarmarsi: la creatura non è morta ma va solo assistita. Ha concluso il suo ciclo di colore ed ora ha

bisogno di idonee potature e concimazioni, ma anche della luce del sole. Così, irrobustendo i suoi rami sarà pronta ad affrontare con legittimo orgoglio il prossimo inverno. La Stella di Natale è oggi considerata un addebito tipicamente natalizio: con la briosità dei suoi colori che si contrappongono ai toni spenti della natura dormiente, sembra voler onorare, vivacizzandola, la festa più gioiosa dell'anno.

SCHEDA DI CANDIDATURA ELEZIONI CONSIGLIO DIRETTIVO UNITRE

Il sottoscritto _____

Tessera n. _____ intende candidarsi alla posizione di:

- Presidente
- Vice Presidente
- Consigliere
- Tesoriere
- Revisore dei conti

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

- amministrativa contabile
- segreteria
- assistenza a laboratori e corsi
- assistenza nella formulazione programmi

Ricordiamo che per ragioni organizzative la candidatura deve pervenire entro e non oltre il 31 dicembre 2016 previa consegna presso la segreteria sita in via Castellani, 3. Orari: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 11.30

Le giornate dei nonni di Italia Granato Robotti

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

Non sono ancora entrata in casa che mi sento abbracciare le gambe. Meravigliosa sensazione che mi ripaga della levataccia mattutina. D'altra parte finché figlia e genero lavoreranno, bisognerà ben dar loro una mano! I bambini felici, del mio arrivo, cominciano a rincorrersi facendo la gincana tra le mie gambe e quelle del nonno. Per farli calmare mi abbasso, li bacio e li abbraccio. Così facendo li convinco ad andare a giocare con il nonno mentre io faccio qualche lavoro in casa, oltre che preparare il pranzo. Questo è un punto sempre dolente. Alla bambina piace di più la carne e al maschietto la pasta. Vorrei che imparassero a mangiare tutto, la mamma però gli prepara quello che vogliono, così finiscono coll'ingurgitare sempre le stesse cose e l'alimentazione non è varia. Io cerco di imporgli dell'altro ma poi entro in crisi perché non so se faccio bene a comportarmi così o se è meglio seguire ciò che fa la mamma. È quasi ora di pranzo e recandomi in sala per chiamarli vedo i bambini che stanno saltando addosso al nonno. Meno male che c'è lui che mi aiuta altrimenti da sola non so se ce la farei! Finito di mangiare dico loro che devono andare a riposarsi ma incominciano a fare i capricci. Allora mi impongo e li mando nei loro lettini. Li sento frignare ma cerco di far finta di niente perché so che dopo il pianto verrà il sonno. Infatti dopo un po' non li sento più, così vado a controllarli e vedo che stanno dormendo. Mi dispiace dover fare la dura ma loro hanno bisogno di riposarsi e io anche. Mi assopisco fino a quando sento delle manine che mi accarezzano il viso e aprendo gli occhi mi rendo conto che ho il bambino sul grembo che mi sta invitando ad alzarmi. Il nonno è al mio fianco e ancora dorme. Mi prende la paura al pensiero che sarebbe potuto uscire senza che noi ce ne fossimo accorti. Comincio a tremare, sveglio mio marito e gli racconto cosa è successo. Anche lui è d'accor-

do con me. La responsabilità di guardare i bambini è decisamente grande. Comunque ormai siamo qui e dobbiamo darci da fare. Gli preparo per merenda pane e marmellata e al solito sale il lamento. Vogliono le merendine. Insisto appena un po' e cedono facilmente, vista la fame. Finito di mangiare decidiamo di fare tutti e quattro un bel puzzle. Cerco sempre di fargli vedere poca televisione così cerco di impegnarli in qualche altro gioco. In effetti sarebbe molto meno stancante per me se li lasciassi davanti ai loro amati cartoni animati ma siccome sono sempre stata convinta che guardarli per poco tempo va bene, per troppo no, evito di superare il limite che mi sono proposta.

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



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

pagina a cura della Redazione

Gli attrezzi di Gino

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

ZoeE, la zappa, l'instancabile braccio destro del contadino, saltando di qua e di là dice: 'Devo fare qualcosa...devo fare qualcosa... Ma cosa???'

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

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

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

La Gomma Irrigatrice si tuffa coraggiosa nel pozzo, si avvolge al manico del malcapitato e lo tira su. Badile vede che Forcone ha un dente davvero storto e, mentre gli altri lo tengono fermo, lui sferra quattro "badilate" rimettendo i denti a posto. Gli attrezzi avvolgono gli alberi di quel soffice velo e Gomma si stringe attorno ad ulivo e limone per tener ben ferma la copertina. Gli altri stendono il velo sull'orto e Forcone con Rastrello, dopo aver fatto pace, lo fermano con i loro denti. Ora tutti i prodotti dell'orto sono al sicuro e gli attrezzi, fieri del loro lavoro, possono finalmente riposarsi. Il giorno seguente Gino, non avendo più mal di schiena, si reca subito nell'orto e con gran stupore vede che tutto il lavoro era già stato fatto e si chiede: 'Ma chi può aver fatto tutto?' osserva con più attenzione e si accorge che i suoi attrezzi sono attorno alla copertura antigelo e capisce che sono stati proprio loro ad aver sistemato tutto. Nell'orto fissa il geotessuto con alcuni sassi, prende gli attrezzi e li ripone nel capanno, avendo cura di asciugarli per bene, poi raccoglie alcuni ortaggi e prepara una cenetta gustosa per sé e sua moglie. Grazie all'aiuto dei suoi fedelissimi attrezzi, la prossima estate potrà ancora fare le sue buonissime limonate e mettere le olive sulla pizza marinara di cui lui e sua moglie vanno pazzi.

Alunni della Classe 5[^]C

I Rabaton

di Renzo Garbieri

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



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

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

I Rabaton diventano torta salata

di Maria Luigia Molla

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

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

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

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



Animali da fattoria: i bovini

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

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

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

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



I Bovini visti da me

di Maria Luigia Molla

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



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

Il bove

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

Giosuè Carducci

La parola agli esperti

Prof. Gian Luigi Ferraris

Ancora un Nobel 'sbagliato'

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

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



Prof.ssa Silvia Martinotti

Natalia Ginzburg

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

tuire l'atmosfera, i profumi, le emozioni di allora. Non può vivere senza scrivere, per lei è mestiere e fatica come per Pavese che lei ha conosciuto quando lui, fragile com'era, si affidava a Leone come a un padre. Eccoli i personaggi che frequentavano questa straordinaria famiglia che lei descrive con allegria, come fosse comune e che nel libro fanno rivivere la Torino fervida di allora. Una città piena di progetti, di attese, di speranze che neppure il terrore, le persecuzioni, l'incertezza del futuro potevano spegnere. La sensibilità acuta e attenta di Natalia subito comprende il valore di Menzogna e sortilegio della Morante e lo comunica a Calvino che la stima e lo fa pubblicare da Einaudi. Del marito Leone parla poco e con estremo riserbo nei suoi libri, rifiutando una commozione che certo nascerebbe ma che deve rimanere interiore poiché è fatta di ricordi di vita vissuta insieme e di amore, dunque solo sua. Il dolore non guarisce mai, una volta sofferta, l'esperienza del male non si dimentica più.

La parola agli esperti

Dott.ssa Susanna Balossino - Psicologo clinico e psicogeriatra

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

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

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

Dott.ssa Silvia Scarrone

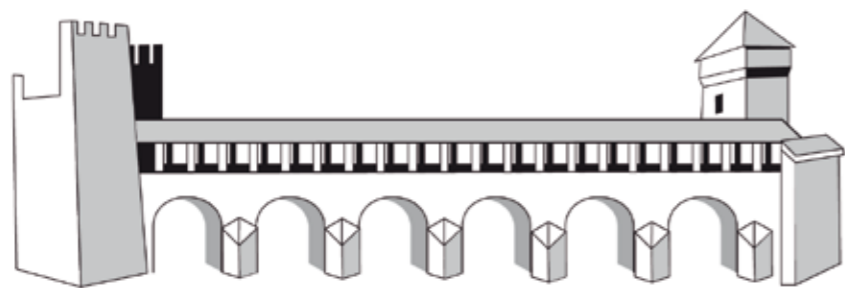
La Terapia Genica

I geni sono l'unità ereditaria degli organismi viventi: regolamentano la crescita, lo sviluppo fisico e comportamentale dell'organismo e sono formati da DNA. Circa 20 anni fa si è cominciato a ipotizzare la possibilità di utilizzare proprio il DNA come sostanza farmaceutica con lo scopo di prevenire, trattare o curare una malattia. Con la Terapia Genica, infatti, si vuole ripristinare nella cellula malata, la funzione di un gene 'difettoso' trasferendo una versione corretta e funzionale dello stesso o di un suo antagonista. Generalmente, per ottenere buoni risultati, si utilizzano vari tipi di virus, che vengono resi innocui, cioè non più in grado di provocare malattia, ma che mantengono la capacità di entrare nelle cellule. In questo modo agiscono come un 'Cavallo di Troia': trasferiscono il gene terapeutico, e quando il virus si esaurisce, ciò che resta è la correzione del difetto. L'alterazione genetica deve riguardare solo il paziente su cui è stata realizzata

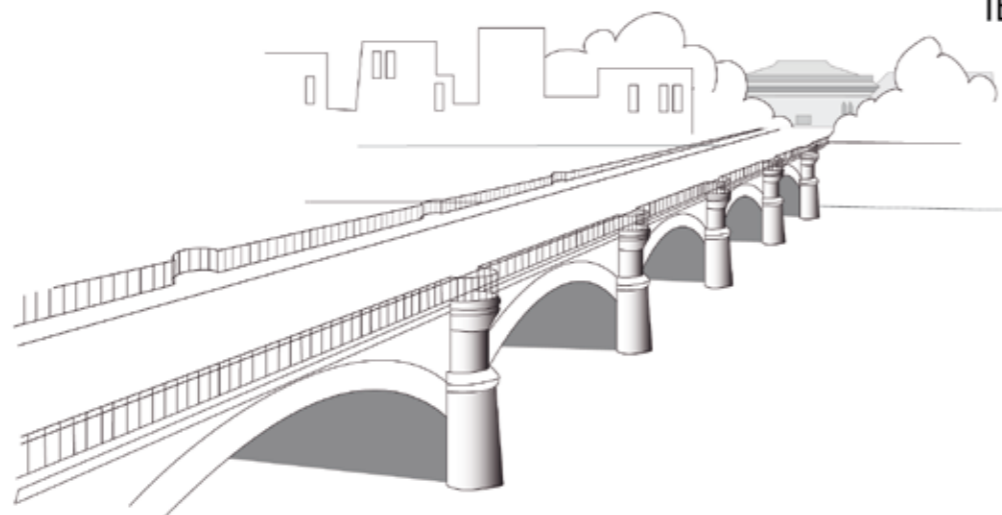
e non deve essere ereditaria. Il maggiore ostacolo è ancora rappresentato proprio dalla difficoltà di trovare un sistema virale con un livello di efficienza sufficiente a raggiungere tutte le cellule bersaglio. La terapia genica è comunque la medicina del futuro, perché può rappresentare l'unica possibilità di guarigione da gravi malattie, ereditarie e non, altrimenti incurabili. Tutte le malattie potrebbero essere trattate attraverso interventi sull'espressione genica, anche se, comunemente, si pensa che sia utile per guarire malattie quali: distrofia muscolare, fibrosi cistica, emofilia, diabete di tipo I, malattie metaboliche e molte anomalie fisiologiche. Le sperimentazioni cliniche hanno avuto inizio nel 1990: nel 2008, è stato registrato il primo successo su tre Pazienti affetti da sindrome di Leber, una pericolosa cecità ereditaria e, recentemente, un altro risultato importante è stato ottenuto riuscendo a sconfiggere una grave forma di immunodeficienza, l'Ada-Scid, prima incurabile.



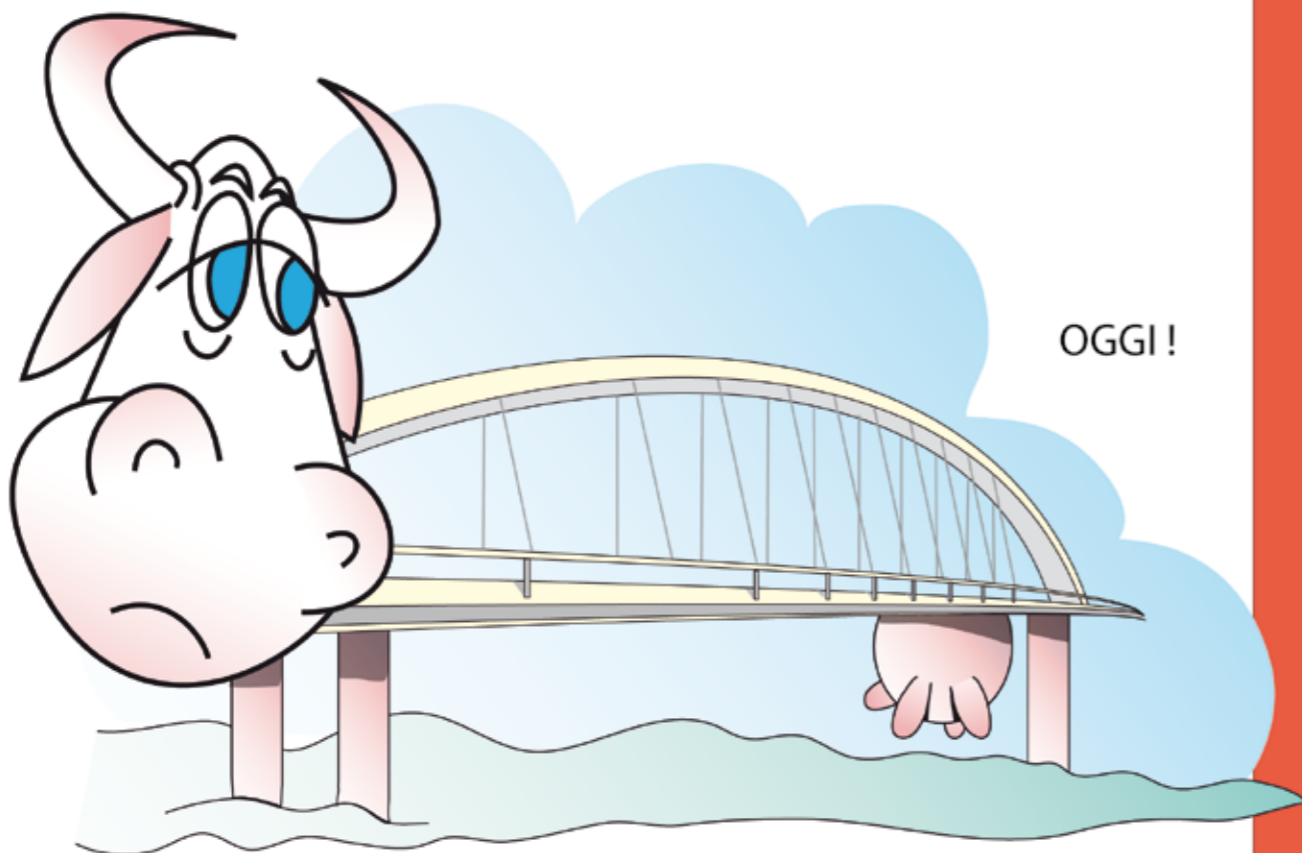
PONTI



L'ALTRO IERI



IERI



OGGI!

161119

Borelli's

Triora, il paese delle streghe

Il gruppo del laboratorio di Inglese della prof.ssa Lorella Sardo ha organizzato una gita a Triora. Sono partiti alle 9.30, una sosta per sgranchirsi le gambe, un'altra per il pranzo e poi l'arrivo a Triora e la visita del Borgo medievale che per l'occasione della festa di Ognissanti si anima e si trasforma in un vivo e movimentato museo a cielo aperto.

Streghe e Triora sono un connubio inscindibile la cui conferma si ha passeggiando nel borgo. Ovunque si volga lo sguardo si trovano elementi che ci ricordano questo legame e il periodo storico della caccia alle streghe in cui Triora è stata protagonista. Punto d'incontro delle streghe era la Cabotina, luogo che deve assolutamente essere visitato non fosse altro che per sedersi un attimo e godersi lo spettacolare panorama che viene offerto dalla natura. Ci si renderà conto di come Triora domini la vallata, della sua valenza strategica nel passato, e si potranno vedere i paesi di Corte, Andagna, Molini di Triora e le catene montuose circostanti.



Il gradito ritorno di Carla Moruzzi Bolloli

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

Il Presidente, il consiglio direttivo, i docenti e la redazione augurano buone feste

CRB CASSA DI RISPARMIO DI ASTI - BPER Group

Spese fisse trimestrali per 12 mesi: € 0,00
 Numero operazioni incluse: illimitate
 Carta di debito: n. 1 gratuita
 Carta di credito: gratuita 1° anno
 Servizio Smartweb: gratuito
 Telepass: gratuito

Tot. € 0,00

CONTOPROVA
Provare non costa.

Il Conto CRB Prova è una formula offerta ai clienti consumatori non titolari di conto, che offre la possibilità di provare per 12 mesi il modo di operare della CRB a condizioni economiche agevolate.

www.crb.it
 800 20 50 40

CONVENZIONI

BANCA CARIGE ITALIA

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

Operatività compresa:

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

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

OTTICA TECHNE' - via Mazzini 37 Alessandria

SPECIALE SCONTO DEL 25% FISSO PER IL 2016/2017

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

Sono esclusi gli articoli già in promozione.

LE NOSTRE GITE

mercoledì 14 dicembre

MILANO: LA MOSTRA DI RUBENS A PALAZZO REALE



mercoledì 18 gennaio

TORINO: LA MOSTRA "TOULOUSE-LAUTREC E LA BELLE EPOQUE" ED IL MUSEO DEL CINEMA

iscrizioni da martedì 29 novembre

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

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

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

Associazione culturale e ASD

artes

Scuola di danza, musica e teatro

Una Scuola di vita per diventare grandi:

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

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

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

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

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

Enaip

PIEMONTE

sede di Alessandria
piazza S. Maria di Castello 9

*possibilità di parcheggio gratuito
 nel cortile privato della struttura*