AVGIA Onlus TRINO
Associazione Vercellese Giovani Invalidi e Amici
Piazza Garibaldi, 4 - 13039 TRINO (VC)

Centro di Servizio per il Volontariato della Provincia di Vercelli

PAGINE IN LIBERTA'

Notiziario bimestrale dell'Associazione Vercellese Giovani Invalidi e Amici di Trino – Direttore: Marina Boido – vicedirettore: Emanuela Locatelli – Collaboratori: Gianluca Milesi e Paola Berzano – Telefono: 0161/1921040 – Sito internet: www.avgiatrino.it – e-mail: marina.avgiatrino@email.it – avgiatrinovc@email.it – Pubblicazione realizzata con il contributo del Centro Servizi per il Volontariato di Vercelli.

Anno 19 Numero 3

Giugno 2014

SOMMARIO

INTERVISTA A PINA VALENTINO	2
FATTORIA IN CITTA''	3
ANGOLO DEL TECNICO	4
ARISTOTELE E IL MISTERO DELLA VITA	5-6
FESTA DELL'AVGIA A MURISENGO	7
MODI DI DIRE E BARZELLETTE	8
CONCERTO DELLA BANDA	9
LA PAGINA DELLA SALUTE	10
AL CUOCO! AL CUOCO!	12

BUONA ESTATE

INTERVISTA A PINA VALENTINO

Marina Boido

Abbiamo l'onore di avere come vicino di casa la Banda Cittadina Giuseppe Verdi. Nata nel 1813, per volere dei cittadini, continua ancora oggi ad essere una ricchezza per Trino. A maggio l'insegnante Pina Valentino ci ha concesso un'intervista per rispondere alle nostre innumerevoli curiosità. Abbiamo così saputo che la banda si autofinanzia, con i servizi prestati in occasione di cerimonie, leve e funerali fa fronte alle utenze, alla remunerazione degli insegnanti e offre gratuitamente i corsi agli allievi.

I corsi prevedono l'insegnamento della lettura degli spartiti musicali e l'utilizzo di strumenti a percussione e a fiato quali: il flauto traverso, il clarinetto, il sax, il trombone, la tromba, il flicorno e la bassotuba.

Gli strumenti inizialmente vengono prestati dalla Banda ai nuovi allievi, in seguito ciascuno compera o affitta il proprio strumento.

La Banda è molto amata dalla cittadinanza, lo dimostra il pubblico sempre presente ai concerti e le nuove divise regalate da privati cittadini e dalle banche locali ai musicisti nel 2004.

La musica è un'arte e un linguaggio universale, va però coltivata fin da piccoli, per questo a Trino è nata la scuola musicale presso l'Istituto Mamma Margherita rivolta ai bimbi fino ai 6 anni di età. Qui il pentagramma è un mare in movimento e i pesci sono le note, tramite il gioco i bambini suonano, ballano e cantano; l'espressione musicale completa come facevano gli antichi Greci.

Dai 7 anni in poi possono frequentare i corsi organizzati dalla Banda; molti ragazzi che hanno suonato nella Banda hanno poi proseguito gli studi al conservatorio o hanno intrapreso la carriera professionale, come Alberto Mandarini, Devis Longo e Bruno Raiteri. Il prossimo anno un altro giovane musicista, Marcello Trinchero, inizierà il conservatorio.

I cittadini trinesi sono orgogliosi della loro Banda i cui successi sono dovuti alla passione dei musicisti e alla professionalità del loro maestro Bruno Raiteri.

FATTORIA IN CITTA'

Marina Boido

Venerdì 30 maggio, su invito della rivista Spirito Sociale e di Giampiero Prassi, abbiamo partecipato per la prima volta alla manifestazione svoltasi a Vercelli, LA FATTORIA IN CITTA'.

La manifestazione si è aperta giovedì 29 ed è proseguita fino a lunedì 2 giugno; per ben 5 giorni i commercianti, soprattutto di prodotti tipici, e le associazioni di volontariato hanno esposto i loro prodotti o le loro opere tutt'intorno alla bella cornice della Basilica di Sant'Andrea.

Siamo arrivati con il pulmino guidato da Paolo e la macchina di Gianni a Vercelli verso le 14,30 dove il signor Prassi ci aspettava davanti allo stand messo a disposizione dal Comune per le varie associazioni no profit che ne avevano fatto richiesta. "Il passaggio di consegne" è avvenuto tra l'associazione Spirito Sociale e l'AVGIA. Sul bancone abbiamo provveduto ad esporre i nostri manufatti (icone e giornalini), e ci siamo messi a disposizione dei passanti che volevano informazioni circa le nostre attività.

Per permettere a tutti noi di visitare la Fattoria e al tempo stesso non lasciare lo stand scoperto, ci siamo divisi in 2 gruppi. I partecipanti all'iniziativa erano molti, le specialità gastronomiche allettanti, ma ciò che più ci ha attratti sono stati gli animali esposti che normalmente non si incontrano in città: i maiali vietnamiti, i galli, le galline, i conigli e le lepri, le pecore e gli agnellini, i cavalli e gli asini, le mucche, i tacchini e i rapaci: gufi, civette, falchi…

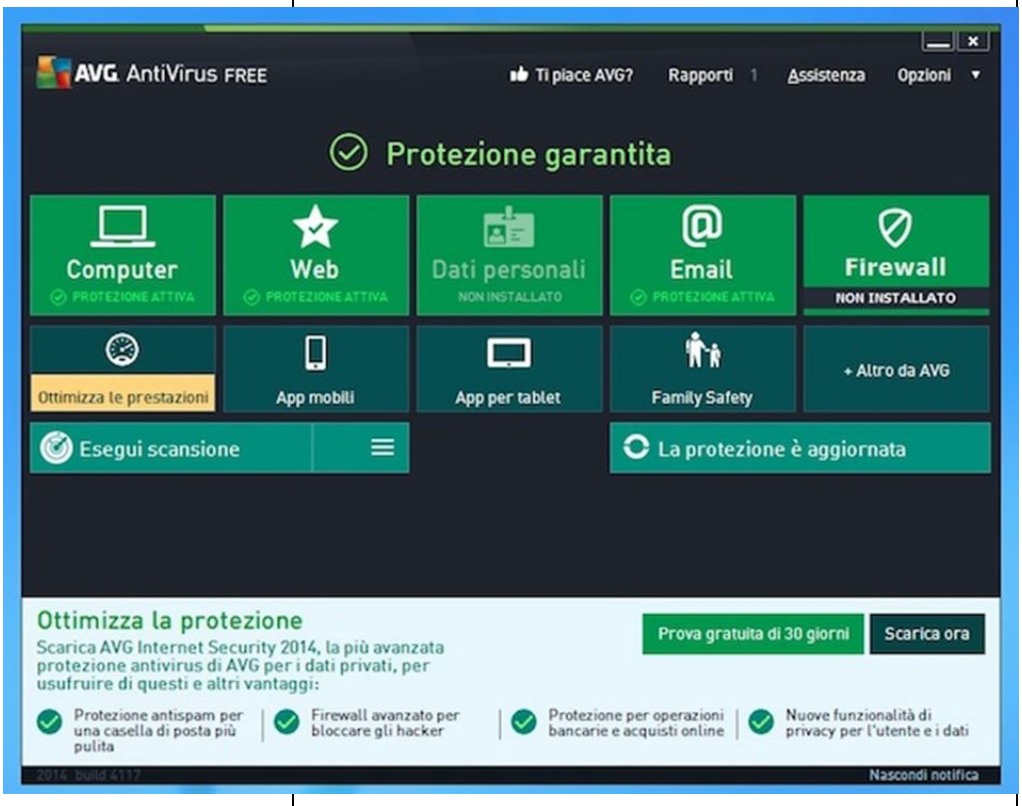
Molto bella è stata l'esposizione degli animali da parte dei ragazzi della cascina Bargè, centro per disabili, che non si sono limitati a portare i loro animali in gabbie, ma hanno cercato di creare un ambiente simpatico con casette per la gallina e i suoi pulcini, il laghetto per gli anatroccoli e una piccola ricostruzione della risaia.

Un bellissimo pomeriggio per uscire dalle nostre quattro mura e sentirsi partecipi di iniziative sociali.

L'ANGOLO DEL TECNICO

Gianluca e Paolo

Chiudiamo la nostra rassegna di antivirus free parlando di AVG, che rappresenta un ottimo compromesso tra funzionalità e prestazioni. Offre una protezione del sistema a 360 gradi contro tutte le principali minacce informatiche (compresa quella per la posta elettronica), si aggiorna spessissimo ed ha un'interfaccia utente estremamente facile da usare anche per chi è alle prime armi con il mondo dell'informatica. Le classifiche comparative dicono che è un buon antivirus gratis in italiano ma con un tasso di riconoscimento delle minacce leggermente inferiore a quello di Avira e Avast.



Per scaricare AVG sul tuo PC, collegati al suo sito Internet e clicca sul link AVG per Windows (32 bit) se utilizzi un sistema operativo a 32 bit o sul link AVG per Windows (64 bit) se utilizzi un sistema operativo a 64 bit. A download ultimato apri, facendo doppio click su di esso, il file appena scaricato (es. avg_free_x86_all_2014_4117a6638.exe) e, nella finestra che si apre, clicca prima su Esegui e poi su Sì, Avanti, Accetto e ancora Avanti per installare AVG sul tuo computer. Togli il segno di spunta dalla voce relativa ad AVG toolbar se non vuoi installare barre degli strumenti aggiuntive per il browser.

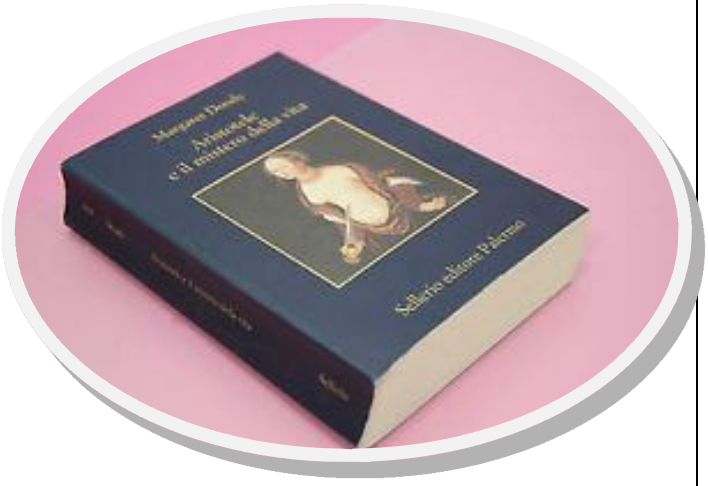
Articolo tratto da:

http://aranzulla.tecnologia.virgilio.it/antivirus-gratis-in-italiano-ecco-i-migliori-9244.html

"Aristotele e il mistero della vita" di Margaret Doody.

Cinzia Vanni

Tra i tanti romanzi di avventura e gialli disponibili nella nostra Biblioteca Civica, meritano di essere citati quelli che hanno come protagonista il celebre filosofo greco Aristotele, che veste i panni del detective. Margaret Doody, canadese, oltre che docente universitaria di letteratura comparata è anche una scrittrice molto apprezzata. Le sue opere nascono dalla sconfinata ammirazione che nutre per questo filosofo, così attento ai particolari ed a tutte le manifestazioni materiali del mondo, ed ognuno dei romanzi che ha come protagonista Aristotele è ispirato da una delle sue opere. "Aristotele e il mistero della vita" è ispirato alla "Filosofia della Natura". Il filosofo ci appare come una persona dinamica, curiosa ed interessata al mondo circostante, è un grande osservatore e conoscitore dei fenomeni naturali e della natura umana, ma la sua energia non è disgiunta da una certa pacatezza, da una moderazione che gli permette di non farsi coinvolgere troppo dalle passioni e dall'emotività. Per certi versi è anche un po' anticonformista, ed anche se segue con diligenza la religione e gli usi e costumi tradizionali a volte si rivela come una persona indipendente, capace di pensare con la sua testa e di agire sulla

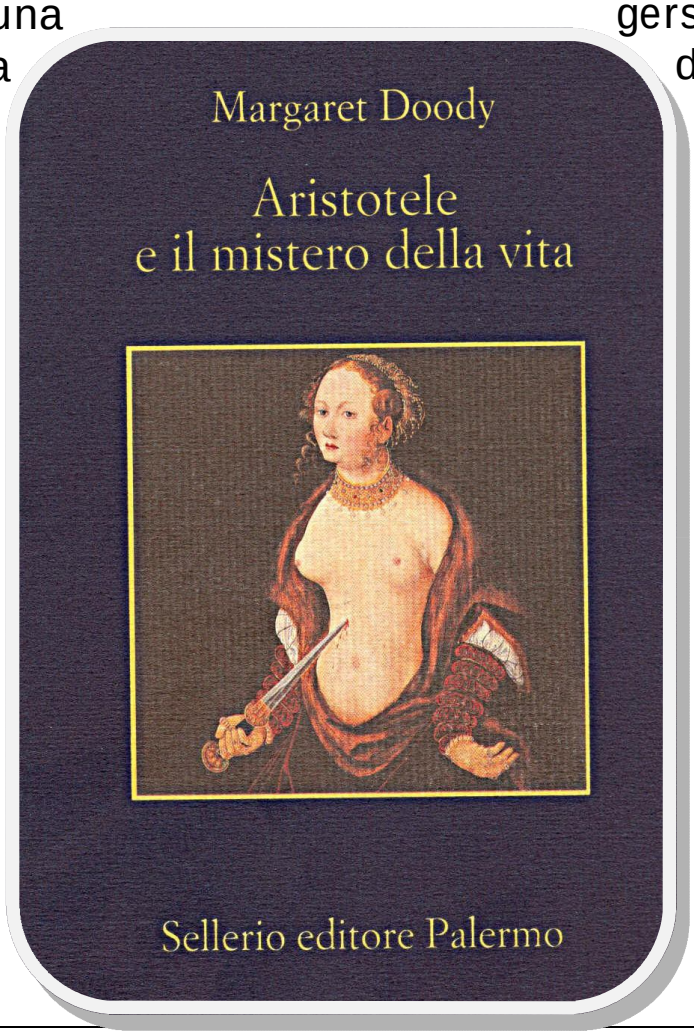


base di ciò che ritiene giusto. Ad esempio è un uomo molto innamorato di sua moglie, e quando essa muore di parto mostra tutto il suo dolore, cosa inusuale in una società come quella greca dove la donna è considerata inferiore ed utile praticamente solo per la procreazione. La trama di questo giallo, di cui è meglio non parlare in dettaglio per non rovinare la sorpresa, fornisce l'occasione per fare un viaggio nell'Atene dei tempi delle campagne militari di Alessandro Magno, e di visitare le tanto celebri isole greche ed una parte dell'Asia. Mirabili sono le descrizioni dei paesaggi, dei templi, del

mare e del cielo, tanto che sembra proprio di trovarsi in quei luoghi. Le opere di questa scrittrice sono apprezzate anche per le fedeli ricostruzioni storiche, infatti, oltre all'ambientazione molto ben delineati sono gli usi e costumi, la mentalità dell'epoca, i culti religiosi ed anche i pregiudizi. E come Sherlock Holmes è accompagnato dal fedele Dott. Watson, il carattere di Aristotele si delinea anche grazie alla sua "spalla", il discepolo Stefanos, totalmente diverso da lui ma sempre devoto e fedele. Egli accompagna il filosofo per motivi suoi personali, ma si trova coinvolto in una avventura piena di mistero. La logica che sempre guida il filosofo e le sue doti di osservatore permettono alla fine di trovare il bandolo della matassa, anche se comunque questo non lo rende immune dalla sofferenza. E pur essendo una persona celebre e molto apprezzata, anche Aristotele è soggetto alle leggi del suo tempo: vive ad Atene ma, non essendo di origine ateniese, viene considerato uno straniero e gode di meno diritti rispetto ai cittadini di antica origine.

Anche questo fatto fa riflettere: Atene è stata la culla della democrazia, che però all'epoca non aveva nulla a che vedere con il nostro concetto attuale di democrazia.

Questo articolo è un invito alla lettura del romanzo e ad immergersi nell'atmosfera del tempo antico, magari per riparlare, nel prossimo articolo, di una nuova avventura del nostro filosofo.



FESTA DELL'AVGIA A MURISENGO

Marina Boido

Sabato 14 giugno 2014, su invito di una nostra volontaria, ci siamo diretti a Murisengo, dove si è svolto il pranzo in occasione dei festeggiamenti per i 25 anni della nostra Associazione.

Verso le ore 11 ci siamo diretti in Piazza Garibaldi, davanti alla nostra sede, dove ci attendevano le macchine e il pulmino pronti per partire.

Complici il caldo e il bel tempo, abbiamo potuto gustare il pranzo preparato da Maddalena e Giancarlo e dai nostri "cuochi" Gianni e Paoletta, che hanno preparato un ottimo primo piatto e la crostata con la frutta.

Tra una risata e l'altra e il sottofondo musicale offerto da Gianluca, abbiamo potuto ammirare

le verdi colline che circondano la casa della nostra volontaria.

Dopo pranzo, in attesa dei giochi, alcuni di noi si sono seduti sulle sdraio ai bordi della piscina approfittando del bel tempo e della tranquillità.

Verso le ore 15 si sono svolti i giochi preparati da Luisella, che purtroppo sono stati interrotti dall'arrivo del maltempo, ma che rifaremo durante le feste in sede.

E' stata una bella festa, che credo ognuno di noi ricorderà per sempre.

MODI DI DIRE E BARZELLETTE

Non c'è due senza tre è un noto proverbio della cultura popolare italiana. L'idea alla base di questo proverbio è che se un evento non è unico, ovvero si ripete almeno due volte, molto probabilmente si ripeterà ancora. La sua invocazione è spesso speranzosa; dopo che per la seconda volta si è verificato qualcosa in cui speravamo, ci si augura che possa continuare a verificarsi. Probabilmente la nascita di questo proverbio è influenzata dal fatto che il tre è considerato il numero perfetto. Tre sono le persone della Santissima Trinità, tre sono le dimensioni del mondo in cui viviamo.

BARZELLETTE

In un bar un tale sta raccontando barzellette. Ad un certo punto dice: " ora ne racconto una sui carabinieri che vi farà morir dal ridere". Da un tavolo poco distante si alza un tizio e fa: " guardi che io sono un ufficiale dei carabinieri" e l'altro risponde: " non si preoccupi, se lei non la capisce subito gliela rispiego...

Sull'autobus c'è un carabiniere che dopo aver sbirciato per un po' un tizio accanto a lui, improvvisamente gli fa: "Senta, ma lei per caso stava di casa a Pordenone?" "No, mai stato a Pordenone!" "Nemmeno io! Allora saranno altre due persone!"

Il maresciallo sta ispezionando la caserma. Vede una cicca per terra e chiama il carabiniere più vicino: "E' tua quella cicca?". "No, maresciallo, l'avete vista prima voi!".

Nella caserma di Viccioni di Milano il sottufficiale a fine mese chiama tutti i suoi colleghi a rapporto per consegnare lo stipendio! Lista alla mano comincia a chiamare uno a uno: Taburini 3.800 euro Pancrazio 2.700 euro Damiani 2.900 euro Ruggeri 3.700 euro alla fine della lista chiama: Totale; Totaleeee; Totaleeee; ma guarda tu questo tontolone piglia più di tutti e non ci sta mai.

CONCERTO DELLA BANDA

Lunedì 2 giugno, in occasione della Festa della Repubblica presso il Palazzo Paleologo si è svolto il concerto della Banda Musicale "G. Verdi" di Trino, diretta dal Maestro Bruno Raiteri.

Dopo l'Inno di Mameli, il vicedirettore Giuseppe Fracassi, ha ricordato che a differenza del 4 novembre e del 25 aprile, la Festa della Repubblica è l'unica ricorrenza in cui non ci sono stati morti.

Il concerto è proseguito con due brani di Georges Bizet tratti dalla Carmen, il *Toreador* e l'*Habanera,* sono stati eseguiti molto bene.

Durante l'Habanera, la tromba di Marcello Trinchero si è fatta sentire, (lo dico a cuor leggero perché Marcello è proprio bravo, non perché me l'ha detto la sua mamma).

L'ultima parte del concerto si è aperta con due brani tratti dal musical West Side Story *Maria* e *America* che hanno coinvolto il pubblico nel battere il ritmo con le mani.

Il vicedirettore Giuseppe Fracassi, ha invitato i presenti ad andare a vedere il saggio della scuola di musica della Banda che si è svolto 5 giugno al Palazzo Paleologo, e ha ringraziato gli insegnanti per il loro impegno.

Dopo West Side Story, sono stati eseguiti due successi di George Gershwin, *The man i love (L'uomo che amo)* e *'S Woonderful, (E' Meraviglioso)* che hanno portato indietro nel tempo il pubblico in sala e sono piaciuti molto.

LA PAGINA DELLA SALUTE:

CONVEGNO AIDO A TRINO

Domenica 18 maggio, presso il Teatro ORSA di Trino, si è svolto il convegno dell'AIDO dal titolo " La vita è un dono: dialogo tra religioni", che ha affrontato il tema della donazione dal punto di vista delle religioni. L'obiettivo del convegno è stato quello di illustrare la posizione delle tre grandi religioni monoteiste presenti sul territorio (cristiana, musulmana, ebraica) riguardo al tema del dono in generale e della donazione degli organi in particolare.

Chi può essere donatore di organi?

Possono essere donatori le persone di qualsiasi età che muoiono nelle Unità di Rianimazione, presso gli ospedali, a causa di una **lesione irreversibile** del cervello.

Quando avviene il prelievo degli organi?

Si può procedere al prelievo degli organi quando è stata accertata, attraverso esami clinici e strumentali rigorosissimi, la **morte encefalica**, detta anche **morte cerebrale**, che è uno stato definitivo e irreversibile. La morte encefalica viene accertata da un collegio di tre medici: rianimatore, neurologo e medico legale, per un periodo di osservazione non inferiore alle 6 ore.

Quali organi si possono prelevare?

Gli organi che si possono prelevare sono i reni, il fegato, il cuore, il pancreas, i polmoni e l'intestino, mentre i tessuti sono le cornee, i segmenti ossei, le cartilagini, i tendini, la cute, le valvole cardiache e i vasi sanguigni. Gli organi, una volta prelevati, devono essere trapiantati entro poche ore; i tessuti, invece, possono essere conservati in apposite banche prima di essere utilizzati.

aido
IL VALORE DELLA DONAZIONE

COME IL SOLE

Di Gianni Podda

Come il sole hai illuminato la mia vita, dall' alba del primo giorno,

come il sole a primavera hai scaldato le mie giornate teneramente.

come il sole d'estate abbronza e tempra la pelle,

così mi hai insegnato a vivere,

nell'amore per la famiglia,

nell' onestà

nella dignità e il rispetto per me stesso,

Lo hai fatto con poche parole, qualche silenzio,

e un esempio lungo un vita.

Quella lunga estate ora non è più, l'autunno ha preso il suo posto,

ma è bellissimo, sono giorni meravigliosi.

Anche i momenti tristi che sono stati, ora fanno un po' meno male.

Il sole calante dona serenità e dolcezza e induce a pensieri più profondi.

Quanti di questi momenti ho vissuto al tuo fianco,

ogni volta scoprivo di te qualcosa di nuovo, della tua gioventù, delle mie radici.

Avevi sempre un pensiero per tutti i tuo ragazzi,

Il tuo futuro lo vedevi proiettato su di noi, come su di un grande schermo bianco.

Anche il sole d'autunno tramonta.

Un lungo inverno ti attendeva, non saresti rimasta sola, io sarei sempre stato

Al tuo fianco, passo dopo passo. Ma venne il giorno che tutto cancella,

inaspettato, e come un fulmine, dove cade crea un deserto, non ci sarà più

l'inverno atteso. Da quel giorno molti giorni sono passati.

Sai mamma? Il tuo bambino oggi ha il capelli bianchi, è un signore anziano,

ma quando passa davanti alla TUA casa si ferma un attimo e aspetta,

aspetta per vederti uscire, con la tua mano che va alla bocca in un gesto

sorpreso e felice di vedermi. Cosi ti vedo sempre.

AL CUOCO ! AL CUOCO !

TORTA SALATA CON SPINACI E RICOTTA

100 gr di salmone affumicato

3 uova intere

200 ml di crema di latte

400 gr di spinaci (peso da puliti)

200 gr di ricotta ovina

un rotolo di pasta sfoglia

uno spicchio d'aglio

20 gr di burro

Preparazione:

Preparate l'impasto. In una padella sciogliete il burro, unite lo spicchio d'aglio tagliato a fettine e gli spinaci, lavati bene, con la loro acqua di lavaggio. Fate appassire e insaporire le verdure. Servendovi di un mixer, frullate gli spinaci. Unite la crema di latte, le uova, la ricotta e il salmone affumicato tagliato a striscioline. Continuate a mescolare finché tutto è ben amalgamato. Rivestite uno stampo di 24 centimetri di diametro con il rotolo pasta sfoglia, avendo cura di lasciare i bordi alti. Versate il composto all'interno dello stampo, quindi richiudete la pasta in eccesso, piegandola verso il centro. Cuocete in forno caldo a 200 gradi per circa 15 minuti, quindi abbassate la temperatura a 180 gradi e continuate la cottura per altri 30 minuti, oppure fino a quando lo stecchino inserito al centro della torta uscirà perfettamente asciutto. Al termine della cottura, servite la torta salata ancora tiepida oppure portatela in tavola a temperatura ambiente.