



Associazione Vercellese Giovani Invalidi e Amici
Piazza Garibaldi, 4 - 13039 TRINO (VC)
Cod. Fisc. e PIVA 00318270022
Tel. e Fax 0161.805428



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 – Pubblicazione realizzata con il contributo del Centro Servizi per il Volontariato della Provincia di Vercelli
Anno 11 Numero 3

Giugno 2005

Notizie di rilievo:

- L'editoriale: la mia Città
- Società: esiste ancora la strega cattiva?
- Attualità 'quotidiana'
- Nella storia
- Cultura: presentazione del libro di Bruno Ferrarotti
- Poetando
- Pezzi d'Africa
- Questione d'interni
- Di che colore sei?
- Curiosando
- Attenti al cuoco



L'EDITORIALE: LA MIA CITTA'

. Anche se piccola, Trino racchiude in se millenni di storia; ovunque si vada c'è un pezzetto del nostro passato... Certo, non è Firenze o Roma, per citare due città fra le più importanti, eppure...non ci credete? Provate ad immaginare per un attimo Corso Cavour nel 1500, con il ghetto che per molti secoli i trinesi hanno collocato in Vicolo Bonza, solo perché vi abitò una famiglia ebrea, (solo adesso abbiamo scoperto, grazie al libro di Pier Franco Irico, che si trovava dietro il teatro civico): nei giorni di mercato o di festa cosa avremmo visto? Sicuramente, avremmo visto la piazzetta dietro al Teatro Civico piena di uomini con lunghi cappotti neri, barba lunga e riccioli, che contrattavano con i commercianti per avere un prezzo basso, oppure li avremmo sorpresi a discutere animatamente. "Attenti, sta passando una carrozza ! "

Ma il centro del ghetto era costituito dalla sinagoga, che era un vero e proprio gioiello, con i muri dipinti di blu e con gli angeli che facevano capolino dalle nuvole; in essa si pregava, si studiava e si andava a chiedere consiglio al rabbino. In quel periodo ogni contrada aveva il "suo piccolo esercito" che si addestrava in Piazza d'Armi (oggi Piazza Garibaldi) e, intorno al castello, c'erano le mura. Avremmo potuto incontrare le guarnigioni delle contrade che si preparavano a fare da scorta all'arrivo di qualche personaggio importante.

Mi immagino la nostra città con carri agricoli trainati da cavalli carichi che faticavano a passare, madri disperate perché non avevano niente da dar da mangiare ai bambini. La rivoluzione delle mondine del maggio 1898 che mi sembra di averla vissuta, forse perché più vicino a noi o perché l'ho sentita raccontare tantissime volte. I carabinieri arrivarono da Vercelli a cavallo ed ebbero vita dura a calmare le mondine che urlavano e si dimenavano come ossesse, "Signora si calmi!!".... Ed un pugno arrivò al carabiniere. Bisognerebbe ricordarsi sempre che la storia di Trino è molto importante, i ragazzi dovrebbero riscoprire il gusto di chiedere ai nonni e ai genitori come si viveva durante la guerra. Molto spesso ignoriamo la storia con la 's' minuscola, per dare spazio ai grandi personaggi e ai grandi eventi che abbiamo studiato sui banchi di scuola.

Marina B.

SOCIETA': ESISTE ANCORA LA STREGA CATTIVA?

C'era una volta.... Cominciano sempre così le fiabe che abbiamo sentito molte volte da bambini, come Biancaneve, Cenerentola, Cappuccetto Rosso, eccetera. In questo modo si entra nel mondo delle fiabe, fatto di magia, gnomi, nani, streghe e fate che "aiutano" il protagonista nelle sue avventure, prima, incantandolo e promettendogli chissà cosa.

Gli "effetti speciali" nei racconti sono le streghe, gli gnomi, le fate: questi personaggi fanno parte del nostro inconscio, di quella parte nascosta del nostro carattere, che tiriamo fuori quando ci arrabbiamo.

Ma la cosa più bella è che possiamo cambiare il finale delle fiabe a nostro piacimento, possiamo far diventare Biancaneve una mamma che vive nel bosco insieme ai suoi bambini e ai sette nani diventati ormai zii, Cappuccetto Rosso, una donna in carriera con un marito cacciatore, eccetera.

Personalmente ho voluto leggere i racconti irlandesi, dove le fate diventano le vere protagoniste con le loro magie, incantesimi e qualche dispetto. Leggere le fiabe fa bene, non occorre essere bambini per farlo, qualunque età va bene.... Perché ci aiutano a sognare!

Marina B.



ATTUALITA' 'QUOTIDIANA'!

Il mese scorso, durante uno dei momenti dedicati alla lettura, ho proposto un tema tanto semplice quanto vasto: il tempo e la libertà. Da questo breve scritto in prosa ne è nato anche un gioco, in cui noi come pedine abbiamo 'camminato' su di un foglio colorato da una casella all'altra, in ognuna delle quali c'era qualcosa di nuovo da scoprire legato al tempo o alla libertà.

Nient'altro da aggiungere, se non il consiglio di trovare tra le righe quanto questa lettura apparentemente semplice e a tratti giocosa ci dice e quanto di noi e della nostra quotidianità troviamo in essa.

'Libertà' camminava per il viale: un viale lungo ed ombroso, con i colori dell'autunno. Camminava e pensava a cosa avrebbe fatto il giorno dopo, ma nello stesso tempo cercava di godersi quel piacevole presente, immerso nell'ombra, nel tepore del sole, fra gli alberi carichi di foglie gialle e rosse.

Nel silenzio della natura, rotto dal canto di qualche passero immerso nei suoi voli, 'Libertà' incontra il suo amico 'Tempo'. 'Tempo' era un tipo strano: buono, a volte simpatico, sì, ma anche distratto, tanto che non mancava occasione che pestasse i piedi al suo vicino; sorridente diceva: "SCUSA, VADO DI FRETTA!" e spesso l'amico 'Tempo', correva proprio di gran fretta. 'Libertà' non faceva caso a questo, ma a volte si intristiva a parlare con 'Tempo'.

Quel giorno, lungo il viale, 'Libertà' si arrabbiò un po' con 'Tempo' e fece con lui un bel discorso tra le foglie gialle e rosse, sotto ad un cielo macchiato di blu. 'Tempo' era davvero distratto quel giorno e non vide 'Libertà' che, immersa nei suoi pensieri, camminava lenta; le andò addosso e sorridente disse: "Scusa, ho molta fretta!" 'Libertà' non sorrise, invece, e lentamente, quasi seguendo il ritmo del suo passo disse: "Anch'io ho fretta, eppure non pesto i piedi a nessuno, anche se il viale è affollato in certi tratti..."

PERCHÉ INVECE DI VENIRMI ADDOSSO, NON PROVI A FERMARTI... Perché non pensi che se tutti ci venissimo addosso, questo viale, questa strada, questo mondo diventerebbero il luogo del caos, il luogo di nessuno.....? 'Tempo' si intromise e bloccò 'Libertà' che non poté terminare il discorso: "Senti Libertà, io sono il Tempo ed ho fretta, che vai dicendo?" "Vedi..", ribatté 'Libertà', non mi stai nemmeno ad ascoltare; NON TI ACCORGI CHE HAI COSÌ FRETTA DA NON LASCIARE A CHI TI STA DI FRONTE LA POSSIBILITÀ DI PARLARE? Davvero non ti sei mai accorto, di questo?"

"Caro 'Tempo', sei un amico e ti rispetto... Ma ascolta il mio consiglio: NON GUARDARE I TUOI PIEDI, MA GUARDA OLTRE I TUOI OCCHI, DI FRONTE AD ESSI SI

RIFLETTONO ALTRI OCCHI CHE TI VOGLIONO PARLARE. E non aver paura di ascoltare...”

‘Tempo’ non era tanto convinto delle parole di “Libertà” e ritornò sui suoi passi, tra le foglie gialle e rosse, nell’autunno, sotto il sole tiepido. Eppure qualcosa di vero ci doveva essere in quelle parole.. Perché altrimenti ‘Libertà’ si era fermata lungo il viale, mentre poteva dedicarsi alla sua passeggiata e a quel dolce silenzio tra gli alberi? Forse, valeva la pena di pensarci.

L’amico ‘Tempo’ continuò ad essere distratto, ad avere fretta, eppure si accorse di una cosa: quando, di nuovo, incontrò ‘Libertà’ sul viale e si fermò, era molto gratificante parlare con lei, senza pestarle i piedi ed era più facile capirsi dopo aver imparato ad ascoltare....’TEMPO’ CONTINUAVA AD AVERE FRETTA, EPPURE CAPÌ CHE POTEVA SPERIMENTARE IL RISPETTO E LA COMPrensIONE ANCHE CORRENDO.....

Federica B.

NELLA STORIA

IL 25 APRILE

In Italia, il 14 e il 16 aprile 1945, la V Armata americana e l'VIII Armata britannica lanciarono l'offensiva alla Pianura Padana. Contemporaneamente i partigiani, volontari nella Resistenza, ebbero l'ordine dell'insurrezione generale dal Comitato di liberazione nazionale Alta Italia (CLNAI), che coordinava i comitati militari regionali e provinciali (CLN) e rappresentava le diverse componenti politiche dell'antifascismo.

Intanto un'ondata di scioperi paralizzava le grandi fabbriche del Nord. Nelle principali città, Bologna, Torino, Genova, Milano, le formazioni partigiane entrarono in azione il 25 aprile e in pochi giorni costrinsero alla fuga i tedeschi, ancora prima che sopraggiungessero le truppe alleate.

Mussolini, catturato nei pressi di Como mentre tentava la fuga in Svizzera con un' autocolonna tedesca, fu giustiziato il 28 aprile.

I rappresentanti dei comandi tedeschi in Italia si accordarono con gli Alleati per la resa, entrata in vigore il 2 maggio; negli stessi giorni la Germania di Hitler soccombeva. Il 16 aprile cominciò l'avanzata sovietica verso Berlino. Il 20 aprile la VII Armata americana conquistò Norimberga e,

quattro giorni dopo, le armate sovietiche circondarono la capitale. Il 25 aprile la V Armata sovietica e la I Armata americana si congiunsero a Torgau, sull'Elba, a nord-est di Lipsia. L'ultima settimana di aprile, la resistenza contro gli anglo-americani cessò, ma sul fronte orientale le truppe tedesche continuarono a battersi disperatamente contro i sovietici.

LA FESTA DEI LAVORATORI

Primo maggio: Festa dei lavoratori. Celebrata in molti paesi del mondo e tradizionalmente legata al movimento socialista e comunista, fu istituita in occasione del congresso di fondazione della Seconda Internazionale (1889) per sostenere la richiesta di una riduzione generalizzata dell'orario di lavoro. La data fu scelta per commemorare i "martiri di Chicago", otto lavoratori che, arrestati il 1° maggio del 1886 a Chicago e accusati ingiustamente di aver lanciato delle bombe durante uno sciopero, vennero in seguito condannati a morte e giustiziati.

LA FESTA DELLA REPUBBLICA

Alla fine della guerra, in Italia, venne ripristinata la democrazia. Il 2 giugno 1946 fu indetto un referendum sulla forma dello stato (monarchia o repubblica) e a esso fu associata l'elezione dei rappresentanti all'assemblea costituente, incaricata di redigere una nuova Costituzione. Le votazioni a suffragio universale (per la prima volta in Italia votavano anche le donne) videro la vittoria della repubblica con il 54% dei voti.

Per le rappresentanze all'assemblea costituente la grande maggioranza dei voti andò alla Democrazia Cristiana (DC), erede del Partito popolare di don Sturzo, capeggiata da Alcide De Gasperi; al Partito Socialista Italiano (PSI) di unità proletaria, divenuto in seguito Partito Socialista, guidato da Pietro Nenni; e al Partito Comunista Italiano (PCI) guidato da Palmiro Togliatti. Questi e altri partiti minori, tra i quali il Partito Repubblicano Italiano (PRI) e il Partito Liberale Italiano (PLI), che a quel tempo aveva alla presidenza Benedetto Croce e tra i suoi esponenti di rilievo Luigi Einaudi, collaborarono alla stesura della Costituzione italiana, che fissò i lineamenti istituzionali dello stato.

Intanto i confini nazionali furono ritoccati dalla conferenza di pace per decisione delle quattro potenze vincitrici della guerra: Francia, Gran Bretagna, Stati Uniti e Unione Sovietica. L'Italia perse l'Istria, Fiume, Zara, le isole della Dalmazia e alcuni territori alla frontiera con la Francia (Briga, Tenda e altre zone di piccola estensione), mentre la città di Trieste fu sottoposta a un'amministrazione internazionale.

Per un lungo tratto della sua storia, dal 1947 al 1994, il sistema politico italiano fu caratterizzato da una forte continuità del quadro generale, dovuta al fatto che la DC mantenne una posizione centrale in tutti i governi che via via si succedettero, affiancata da partiti minori suoi alleati: Partito socialdemocratico (PSDI), sorto per iniziativa di Giuseppe Saragat da una scissione tra le fila socialiste; il Partito repubblicano (PRI), il cui leader fu Ugo La Malfa; il Partito Liberale (PLI), guidato per molti anni da Giovanni Malagodi. Dall'esecutivo restarono escluse le altre forze politiche, tanto della destra, costituita dal Partito monarchico (fino al 1972) e dal Movimento Sociale Italiano (MSI), partito che si richiamava al fascismo, quanto della sinistra, costituita dal PCI e dal PSI.

PRESENTAZIONE DEL LIBRO DI BRUNO FERRAROTTI: "LA SPECIARIA DELL'HOSPEDALE"

Sabato 16 aprile, presso il salone della Casa di Riposo "Sant'Antonio Abate" di Trino, si è svolta la presentazione del volume *La Speciaria dell'hospedale* scritto da Bruno Ferrarotti, ed edito dall'Ipab S. Antonio Abate.

Alla conferenza, oltre all'autore, erano presenti il Presidente dell'Ipab Giancarlo Ardizzone, Franco Crosio e Giuseppe Ferrarotti. La platea era composta in parte dagli ospiti e dal personale della Casa di Riposo.

Si è iniziato facendo la storia dell'ospedale, ricordando la visita a Trino del Canonico Cottolengo e due suore per visitare il nosocomio e proponendo al direttore di mandare due suore per aiutare le infermiere nella cura dei malati, collaborazione rinnovata fino a poco tempo fa. Chi non ricorda Suor Albina, che con molta pazienza aiutava gli ammalati, trattandoli teneramente e accarezzandoli? Il volume prosegue con l'esposizione dell'inventario della farmacia dell'ospedale e la spiegazione degli unguenti usati per curare ogni tipo di malattia.

Un libro molto interessante, curato nei minimi particolari com'è nello stile di Bruno Ferrarotti, che sa "far tornare indietro" nel tempo il lettore, anche il più distratto, senza usare termini difficili.

Marina B.

POETANDO

Lentamente muore chi diventa schiavo dell'abitudine.
ripetendo ogni giorno gli stessi percorsi,
chi non cambia marcia, chi non rischia
e chi non parla a chi non conosce.

Lentamente muore chi fa della televisione il suo "guru".
Muore lentamente chi evita una passione,
chi preferisce il nero sul bianco e i puntini sulle "i"
piuttosto che un insieme di emozioni
proprio quelle che fanno brillare gli occhi
quelle che fanno di uno sbadiglio un sorriso,
quelle che fanno battere il cuore
davanti all'errore e ai sentimenti.

Lentamente muore chi non capovolge il tavolo,
chi è infelice sul lavoro,
chi non rischia la certezza per l'incertezza
per inseguire un sogno,
che non si permette almeno una volta nella vita
di fuggire dai consigli sensati.

Lentamente muore chi non viaggia, chi non legge,
chi non ascolta musica, chi non trova grazia in se stesso.
Muore lentamente chi distrugge l'amor proprio,
chi non si lascia aiutare.

Muore lentamente chi passa i giorni a lamentarsi
della propria sfortuna o della pioggia incessante.

Lentamente muore chi abbandona un progetto
prima di iniziarlo,
chi non fa domande sugli argomenti che non conosce,
chi non risponde quando gli chiedono qualcosa che conosce.

Evitiamo la morte a piccole dosi,
ricordando sempre che essere vivo
richiede uno sforzo di gran lunga maggiore
del semplice fatto di respirare.

di PABLO NERUDA

PEZZI D'AFRICA

Camminano per le vie della città; non importa se sia Torino o Milano: è sempre una grande città con i suoi fumi, le sue vetrine, le sue linee tranviarie.

Camminano con dei libri in mano, sbirciando tra i passanti un possibile acquirente.

La pelle scura, gli occhi a volte sembrano tristi... Ti tendono la mano come se fossimo fratelli.

Chissà cosa si nasconde dietro a quella mano scura... Chissà se sono felici a vender libri... Chissà quale pezzo d'Africa ci portano, dietro a quelle storie di animali...

Federica B.

Mai a memoria d'elefante si erano viste cadere così tante acque celestiali nella savana africana, una luna intera di pioggia tropicale che la terra sempre assetata non aveva la capacità di filtrare. Tutta la pianura si era trasformata in un grande stagno...Non si trovava più nulla da mangiare...

I sopravvissuti scappavano e nella confusione totale la famiglia Seleman lasciò indietro il piccolo Samba di pochi anni di vita... Al momento della fuga Samba si trovava dietro i granai su un baobab a giocare con le lucertole, che da giorni erano anche loro sospese sui rami.

Appena dopo l'esodo della gente del villaggio, una famiglia di leoni arrivò spinta dalla sazietà per aver mangiato in gran quantità le carogne di animali annegati. La famiglia era alla ricerca di un posto asciutto dove fare un piccolo sonnellino. Non trovando nessuna tana decisero di impiegare le loro doti di felino. Salirono in fretta sul gigantesco baobab e diedero via al riposo. Il piccolo leone sazio di latte e rassicurato dalla presenza dei genitori, mise alla prova la sua agilità giocando e saltando da un ramo, quando all'improvviso si trovò di fronte a Samba addormentato. La curiosità e l'istinto cacciatore del piccolo felino lo spinsero ad avvicinarsi e ad annusare l'estraneo. Samba si svegliò di soprassalto... I due si scambiarono un innocente sguardo pieno di tenerezza... Da quell'attimo, si creò subito intesa fra i due e da buoni amici si misero a giocare.

Quando mamma leone emerse dal lungo sonno, alzò la testa per controllare il suo piccolo, e non poté trattenere il suo ruggito di rabbia.

"Mamma non è un nemico, è mio amico".

"Un amico lui! Da quando il mondo è mondo, a nessun leone è stato dato di avere un amico così"...

Il piccolo leone si faceva sempre più triste ogni minuto che passava e Samba, solo al mondo, tranne che per le creature che aveva davanti, si arrese e partì per la savana.

In mezzo agli alberi Samba e il suo amico crebbero velocemente e presto divennero autonomi e indipendenti.

Un giorno durante la caccia si imbatterono in due cadaveri di esseri umani abbandonati tra la vegetazione. Samba riconobbe la sua specie, fu palesemente scioccato dalla scena e dopo pochi minuti decise di tornare a casa. Il suo amico lo rincorse e gli chiese: "Samba stai male? Samba, che hai per tornare così in fretta a casa?..."

Il leone lo afferrò alla testa e vide grosse lacrime scivolare sul viso. Da quel giorno Samba non andò più a caccia e restò solo e silenzioso. Samba non aveva più toccato cibo da quel famoso incontro e rifiutava ogni contatto con il suo amico. Anche il leone incominciò a non recarsi più a caccia e i due amici passavano il tempo a guardarsi senza più dirsi niente finché Samba decise di confidarsi.

"Alcuni dei miei simili sono stati massacrati i giorni scorsi nel nostro territorio senza neanche essere mangiati, un puro spreco. E se fossero stati i miei genitori venuti a cercarmi?"...

"Non discutiamo a lungo Samba, i colpevoli saranno puniti, te lo prometto".

Non era difficile immaginare chi fossero gli autori della strage, il territorio non era di dominio degli sciacalli, né delle iene o di altri carnivori, ma solo della famiglia leone. Il giovane si diresse direttamente dai suoi genitori e chiese spiegazioni a suo padre addormentato.

"Siamo stati noi, io e tua madre, ad ammazzare i due intrusi. Che male c'è?". "Samba è come un figlio ma i suoi simili non rispettano nessuna regola". "Vi siete sentiti minacciati?" "No, però il territorio è nostro: niente intrusi".

Il giovane insistette così tanto che provocò l'irritazione del padre; in un duello i due si affrontarono e ciò portò il padre a morire in poche ore. La mamma, offesa dal gesto di suo figlio, lo sfidò e morì pure lei soccombendo alla forza bestiale del giovane, spinto dalla voglia di vendicare i genitori del caro amico. Samba, ignaro di tutto, e ripresosi dalla nostalgia che lo aveva colto nell'animo, ricominciò a vivere come prima, quando una sera scoprì i cadaveri dei genitori adottivi. Il suo cuore gli si spezzò e per la seconda volta pianse per la separazione.

"Samba perché piangi così? Mio padre ha ucciso tuo padre ed io l'ho ucciso; mia madre ha ucciso tua madre ed io l'ho uccisa. Perché piangi dunque?"

Samba non disse niente; ormai aveva capito tante cose...Un giorno al tramonto Samba decise di dire addio all'amico e di andare a vivere dai suoi

simili. Il dramma per il giovane leone, che non poteva capire la decisione dell'amico fu enorme, ma dopo vari ragionamenti, l'accettò...

Fu trovata una soluzione: ogni sera a notte fonda i due amici si sarebbero rivisti per parlarsi e ripetere i loro antichi giochi.

Samba trovò asilo dagli uomini, poi prese moglie e diventò un cittadino normale, senza con questo venire meno al patto concordato...

Un giorno Samba si ammalò di malaria... L'amico continuò ad andare a fargli visita senza vederlo, finchè una notte insistette a farsi notare e fu sorpreso dalla donna. La moglie spaventata dall'accaduto lo riferì l'indomani ai suoi familiari e ai due più grandi cacciatori della contea. Senza avvertire Samba, i due decisero di tendere una trappola mortale al leone...

Il leone dopo essere stato visto dalla moglie lasciò passare una settimana prima di tornare a cercare l'amico. Quando i due amici si trovarono vicini non ebbero il tempo di aprire bocca, che una freccia colpì il leone alla zampa e un'altra al collo. Samba si girò e udì il grido di guerra dei cacciatori; si rivolse allora a guardare il suo amico, ma lo vide già lontano che scappava barcollando per il dolore.

Il mattino presto il ragazzo setacciò tutta la savana per ritrovarlo...

Dopo alcuni mesi Samba, ormai rassegnato, scoprì dai venti della foresta che il suo amico era vivo e più forte che mai...

"Samba, ti voglio bene..."

"Ti saluto leone a due zampe, stammi bene".

Il leone per chiudere una pagina mai più aperta si ritirò nel cuore profondo della giungla dove non incontrò mai più nessun essere umano.

Testo integrale in *Numbelan, il regno degli animali* di Mbacke Gadj

QUESTIONE D'INTERNI

PASQUETTA DA ANDREA

Quest'anno a Pasquetta il "gruppo AVGIA" ha festeggiato in collina a S. Giorgio, nella cascina "Fraternità". Andrea e i suoi genitori hanno messo a nostra disposizione un bellissimo salone per il pranzo. I cuochi, Franco e

Gianni, con gli aiutocuochi, Stella e Costantina, hanno raggiunto la postazione di lavoro alle 8:30, mentre gli addetti alla festa sono arrivati all'ora di pranzo. La tavolata era composta da 24 persone tra noi e gli amici di Andrea e tutti abbiamo più che gustato il favoloso menù, all'altezza dei ristoranti più rinomati: vitello tonnato, panissa, cinghiale arrosto con patate, macedonia con fragole e gelato e, come dessert, una deliziosa pastiera napoletana fatta da Gianni. Dopo pranzo ci siamo accomodati in giardino, il sole era caldo e piacevole, il clima ideale per rilassarsi dopo le fatiche della tavola. Le chiacchiere non sono mancate fino all'ora della partenza quando tutti, con un po' di malinconia, abbiamo ringraziato per l'ospitalità. Un'altra bella giornata da aggiungere alle tante altre nei nostri ricordi.

I TIMPANI

E si chiamavano 'I Timpani'! Sembra proprio l'inizio di una storia musicale... In realtà ci chiamiamo ancora così. E anzi, ci presentiamo: Buongiorno, ci chiamiamo 'Timpani' e ci dilettiamo con i suoni... Classici, melodici, simpatici, rumorosi, di tutto...

La musica ci piace indubbiamente ed il bello sta che non siamo musicisti! Ci inventiamo i suoni ed il ritmo eppure continua a chiamarsi musica e ci mettiamo dentro un significato che non si può spiegare a parole. La nostra chiave di violino è la voglia di iniziare e le righe del pentagramma sono quelle su cui camminiamo nel modo in cui ci riesce meglio.

Non serve nient'altro, per cui iniziamo a suonare! Se il 'Venerdì' potesse parlare direbbe: "Tra un po' è il momento di far 'rumore'!" E' una nostra attività, questa... E certamente è un 'rumore' molto bello!.

Federica B.

PER NON PERDERE IL 'FILO' DEL DISCORSO!

Prosegue a pieno ritmo l'attività di cucito. Dalla stanzetta adibita al lavoro si sentono voci, tra fili, bottoni ed il borbottio delle macchine da cucire: un piccolo 'laboratorio', un gruppo di numeroso di volontarie volenterose (e scusate il gioco di parole!), un fare e disfare, un quadro da incorniciare per fermare un momento, come una vecchia foto. Fermiamo tutto per lo scatto, ma poi si prosegue, ancora tra giorni tranquilli e giorni più frenetici.

Lunedì: inizia la settimana e si parte in sordina, nessuno lavora ancora; martedì si inizia a sgranchirsi le mani, è ora di partire, il lavoro aspetta; e poi arriva il mercoledì: tutti pronti perché è il giorno più intenso, per cui una mano al lavoro in più non guasta, la porta è aperta. E poi andiamo a finire la

settimana, iniziamo a ritirare le idee, ma già si scalpita per la prossima settimana.

Borse, sciarpe, presine, tovaglie, orli e quanto d'altro... Beh, manteniamo un po' il segreto, si sta ancora lavorando! Bigliettini augurali e animaletti confezionati con perline indiane... Già! C'è anche questo.

Allora non dimentichiamo di mescolarci un po' di serenità che non guasta mai! E arriverci alla prossima!

GITA ALLA GUGLIELMINA

Venerdì scorso ci siamo armati di pulmino per andare a fare una gita alla "Guglielmina". Essa è situata all'imboccatura del bosco, ma non nel bosco stesso: dalla "Croce del Gallo" si imbecca la parte sinistra nel bivio e si prosegue dritto fino all'indicazione, per poi girare nuovamente a sinistra oltre l'allevamento di pollame. Per la strada tutti ridevano per i cumuli di polvere che il pulmino sollevava, a causa della mancanza d'asfalto: sembrava di addentrarsi in una fitta nebbia!

Nella "Guglielmina", che anticamente era una cascina, ora c'è una famiglia in qualità di custode.

La cascina è stata recentemente ristrutturata e ora è meta di gruppi quali scolaresche e anche privati che vogliono visitarla: c'è una sala conferenze, il refettorio, il vecchio forno, ed una "scala scorrevole" per portare al secondo piano anche le carrozzine con i disabili.

Dietro la cascina c'è un bellissimo prato attrezzato con tavoli e panche e dei giochi colorati per bambini con le altalene. C'è anche un ponte in legno che attraversa il canale e conduce nel bosco.

Le nostre uscite sono sempre accompagnate da un dolce e da bevande fresche, così anche questa volta non ci siamo fatti mancare una bella torta e dei dolcetti.

Dopo aver fatto merenda alcuni di noi si sono esibiti sulle altalene e sugli attrezzi ginnici, tra tutti si sono distinti, un po' per bravura e un po' per simpatia, Marina e Mariuccia, la prima sull'altalena e la seconda con "volteggi" alla sbarra. A farci compagnia c'erano anche dei graziosi leprotti che si rifocillavano sul prato.

Verso le 17:30, contenti per il bel pomeriggio trascorso, siamo risaliti sul pulmino diretti all'A.V.G.I.A.

Laura C.

DI CHE COLORE SEI?

Quante cose ci dicono i colori! Ciascuno di essi ha le sue caratteristiche, le sue sfumature, ma tutti trasmettono qualcosa.

L'uso dei colori associato al disegno è molto importante poiché stimola la creatività e dunque una parte importante del nostro cervello.

Anche nella fisionomica, cioè nello studio del volto e dei movimenti vi sono alcune indicazioni sul significato dei colori.

Ne riportiamo alcuni. Buon colore a tutti!

ROSSO: di solito colore positivo. Colore delle emozioni intense dei comportamenti irrazionali. Vivacizza i sentimenti, stimola la fantasia, induce al movimento, può provocare turbamento e squilibrio. E' il simbolo della vita, del calore. Può anche infastidire, ma non lascia mai indifferenti. La scelta di questo colore può significare estroversione, personalità solida e spiccata, a tratti prepotente, emotiva, ma non frustrata.

GIALLO: ha una valenza variegata, misteriosa ed enigmatica. Quello scuro significa tradimento, avarizia, rinuncia. Quello chiaro è aggressivo, lucente, vistoso: è attivo come il rosso, ma non ne possiede la forza e il colore. E' il colore della gioia, dell'allegria, ma attenzione all'apparenza perchè può nascondere un animo freddo. La scelta di questo colore può significare estroversione, ma anche egocentrismo e superficialità.

VERDE: fusione tra giallo e azzurro: possiede pregi e difetti di entrambi. Può essere allegro come il giallo, ma anche riservato come l'azzurro. Colore della natura, della speranza, dell'abbandono, dell'infanzia. Semplice, tranquillo, rilassante, ma non malinconico. Induce alla riflessione, favorisce la meditazione ed il riposo.

AZZURRO: riservatezza, timidezza, discrezione: sono le caratteristiche ad esso associate. Simbolo di distacco, lontananza. Azzurri sono infatti il mare, il cielo ed i ghiacciai. V'è racchiuso un pizzico di tristezza, di evasione dalla realtà. E' un colore spirituale, introspettivo. La scelta del colore può significare altruismo, lealtà, pacatezza, fedeltà, fiducia.

BIANCO, GRIGIO, NERO: Acromatici, non sono associati a emozioni particolari. Simbolo di razionalità, impersonalità, logica, incapacità di effetti psicologici diretti.

ROSA, ARANCIO, MARRONE, VIOLA: hanno caratteristiche ambivalenti poiché ottenuti dal mescolamento di più colori. Si trovano in una posizione intermedia fra i colori da cui derivano e la loro scelta va vista in relazione a ciò.

CURIOSANDO

COME MAI IL MIELE NON VA A MALE NEPPURE A TEMPERATURA AMBIENTE?

Perché il miele, per la sua concentrazione zuccherina particolarmente elevata e per la scarsa presenza di sostanze azotate, inibisce lo sviluppo di micro-organismi, indipendentemente dalla temperatura di conservazione.

Gli unici microrganismi in grado di svilupparsi nel miele, ma solo se questo ha un elevato contenuto d'acqua, sono alcuni lieviti, che ne provocano la fermentazione. Il miele fermentato non fa male, ma il suo sapore è alterato, per cui ne è vietata la vendita.

Invecchiando, poi, il miele perde sostanze aromatiche, le più volatili, e subisce modificazioni enzimatiche. Questi processi di "impoverimento" sono più veloci se la temperatura di conservazione è troppo alta. Tenuto a circa 20° C, il miele mantiene invece le sue caratteristiche abbastanza a lungo: da un anno a un anno e mezzo.

IL GUSTO CAMBIA NEL CORSO DELLA VITA?

Sì, ma in modo diverso da persona a persona. La capacità di distinguere il dolce, l'aspro, il salato e l'amaro (le "sfumature" più complesse del sapore sono percepite dall'olfatto) dipende infatti dal numero e dalla sensibilità delle gemme gustative (in media 9 mila) distribuite sulla lingua.

Con l'età, la sensibilità delle gemme diminuisce (anche del 50%) e, poiché alcune sono specializzate nella percezione dell'amaro, altre del dolce, dell'aspro o del salato, il gusto si modifica a seconda di quale tipo di gemma perde prima (o più in fretta) la sua efficacia. Se a ciò si aggiunge che anche l'olfatto si affievolisce con gli anni, i cibi acquistano per gli anziani un altro sapore.

ATTENTI AL CUOCO!

Un'idea gustosa per la stagione calda che è alle porte.

IL BUCO CON IL GELATO

Ingredienti per 4 pp. :

4 pesche gialle grosse
200 gr. di gelato
100 gr. di gelatina di ribes o di frutta a piacere
ribes, mirtilli, lamponi
una decina di foglie di menta per la salsa
100 gr. di miele
un cucchiaino di liquore all'albicocca (se lo si desidera)
succo di limone fresco

Come procedere:

- lasciare il gelato a temperatura ambiente per una decina di minuti e ricavare 8 palline. Metterle su di un foglio di alluminio, arrotolare e lasciare indurire in freezer per almeno un'ora
- spellare le pesche, tagliarle a metà e dividerle eliminando il nocciolo
- scavare leggermente le mezze pesche con il cucchiaino e spalmare la gelatina
- adagiare una pallina di gelato su ogni mezza pesca
- lavare la frutta di bosco, asciugare e disporre il gelato
- decorare con foglie di menta
- per la salsa: far sciogliere il miele. Quando è ben liquido aggiungere il liquore (se lo si desidera) e il succo di limone. Amalgamare e cospargere le pesche.

Servite e buon dolce a tutti!