

Notiziario bimestrale dell'Associazione Vercellese Giovani Invalidi e Amici di Trino –
Direttore: Marina Boido – Vicedirettore: Alessandro Costanzo – Collaboratori: Gianluca
Milesi, Paola Berzano – Telefono: 0161/1921040 – Sito internet: www.avgiatrino.it – e-mail:
giorنالino@avgiatrino.it

Anno 22 Numero 4

Ottobre 2017

GITA A GRESSONEY



INFORMAHANDICAP

ANDIAMO AL CINEMA!
VALERIAN e la Città dei 1000 Pianeti



Gita a Gressoney

Emanuela e Gianluca



Solitamente una volta l'anno, andiamo una giornata intera in gita scegliendo *democraticamente*, con tanto di votazione, la destinazione. Quest'anno la nostra meta è stata Gressoney con il castello della regina Margherita, da visitare al mattino, e il lago di Gressoney al pomeriggio.

Con i nostri pulmini e i nostri bravi volontari autisti alle 10 di mercoledì 5 luglio entravamo nel castello preceduti dalla guida che, egregiamente, ci accompagnava nella visita. Il castello voluto dalla regina Margherita di Savoia venne costruito in soli quattro anni e inaugurato nel 1904. L'edificio, pur fregiandosi del nome di castello, è in realtà una grande villa a tre piani in

stile eclettico, caratterizzata dalle cinque torri neogotiche.

Esse sono sormontate da guglie tutte differenti l'una dall'altra, mentre la torre centrale, la più alta, ospita un ampio terrazzo caratterizzato da una copertura a cuspide con abbaini che garantivano la vista ai Carabinieri Reali su tutta la proprietà.

Al piano terreno vi sono la sala da pranzo, la sala da gioco con un biliardo, alcuni salotti, la grande veranda semicircolare e il salone d'onore con la pregevole scala in legno di rovere a doppia rampa semicircolare. Essa, insieme agli arredi, alla boiserie delle pareti e ai soffitti lignei a cassettoni, fittamente decorati con simboli sabaudi e motivi floreali che richiama- vano esplicitamente il nome stesso della sovrana, sono opera dell'intagliatore torinese Michele Dellerà. Il piano nobile ospita gli appartamenti privati della regina Margherita, del nipote Umberto II° e del consorte Umberto I°, che però non venne mai utilizzato dal re perchè morì assassinato nel 1900. Al secondo piano vi sono an-

SOMMARIO	
GITA A GRESSONEY	2
LA CASA DI RINGHIERA	4
INFOMAHANDICAP	6
I NOSTRI AMICI A 4 ZAMPE	8
CURARSI CON LE ERBE	10
AL CUOCO AL CUOCO	11
ANDIAMO AL CINEMA	14
VITA ASSOCIATIVA	16

cora alcune stanze per gli ospiti e l'accesso al terrazzo coperto della torre più alta.

Una particolarità contraddistingue questa residenza, ovvero l'assenza delle cucine, che la regina stessa volle far costruire al di fuori dell'edificio, a circa trenta metri di distanza, nella struttura che dal 1981 ospita la biglietteria. Il collegamento con le cucine per trasportare le vivande era garantito da una galleria ipogea dotato di un doppio binario. Dove le portate percorrevano il loro breve tragitto su carrelli elettrici chiusi ermeticamente fino ad un ascensore interno che portava i

pasti direttamente nella sala da pranzo del castello. L'ubicazione sul fianco della valle in una posizione consente di godere di un'ampia vista sul ghiacciaio Ly-skamm e sul Monte Rosa. Collegate anche alcune strutture abitative tra cui il romitaggio Carducci, dedicato alla memoria del poeta e amico della regina che vi soggiornò. L'edificio è inoltre circondato da un ampio parco che ospita una piccola pineta. Terminata la bellissima visita al castello, abbiamo fatto sosta al lago per il pranzo, nel pomeriggio poi Paola e Marina si sono cimentate in una passeggiata a cavallo, munite di giubbotto e cappello da vere cavallerizze. Uno dei due cavalli, non volendo lavorare, fingeva colpi di tosse che puntualmente spariscono quando il fantino scendeva dalla sella, anche nel mondo animale ci sono i lavativi. La valle di Gressoney è molto bella, ricca di verde con il panorama suggestivo del monte Rosa. Nessuno di noi si convinceva che la giornata volgeva al termine e bisognava rientrare, ma era solo un arriverci, un altr'anno ci torneremo.



La casa di ringhiera di Francesco Recami

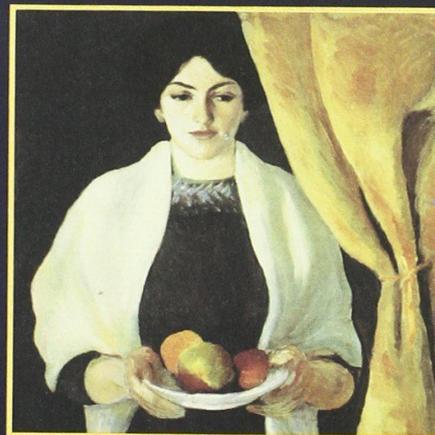
Cinzia Vanni

Nei romanzi e nei racconti di Francesco Recami, ambientati in una vecchia casa di ringhiera a Milano ("La casa di Ringhiera", "Sei racconti della casa di ringhiera", "Morte di un ex tappeziere" e altre opere), non troviamo grandi eroi o personaggi dal destino straordinario. Si tratta di persone molto comuni, di ceto sociale non molto alto, alle prese con i loro problemi quotidiani e le loro meschinità. Campeggia la figura di Amedeo Consonni, tappeziere in pensione, la cui vita scorre tranquilla e monotona. Si occupa dell'adorato nipotino, che vizia all'insaputa (o quasi) della figlia, la tipica madre separata, stressata, impegnata con il lavoro,

brava persona ma un poco egoista. Il Consonni ha una relazione con una vicina di casa, la Professoressa Mattioli, in pensione da vario tempo, la quale custodisce un segreto non tanto pulito. La casa di ringhiera ospita poi il Signor De Angelis, un anziano ex tassista che ama alla follia la sua bella auto e che vive nel terrore che qualcuno la sporchi o la danneggi, la Signorina Mattei, falsa invalida pettegola, ficcanaso e maligna, Gianmarco, alcolizzato, con la moglie che cerca di mantenere disperatamente un certo decoro e con i due figli che, pur essendo bambini, sono molto meno ingenui di quanto si possa pensare. Non manca poi una coppia di giovani ignoranti,

Francesco Recami

La casa di ringhiera



Sellerio editore Palermo

maleducati e maneschi, e una famiglia di peruviani, grande, colorata, rumorosa. L'ex tappezziere coltiva l'hobby di conservare e catalogare scrupolosamente i ritagli di giornale sui fatti di cronaca nera, questo interesse per il crimine lo porta a volte a trovarsi in situazioni imbarazzanti. Nelle varie opere si narra di varie vicende, in cui il mistero, il reato o il delitto rappresentano a volte un diversivo nella vita grezza dei personaggi, una scarica di adrenalina, che per un attimo trascina le persone fuori dal loro grigiore quotidiano. I protagonisti non hanno nulla di straordinario, sono umani e i loro difetti vengono descritti in modo sarcastico, a volte impietoso, e mettono il lettore a confronto con i difetti che può riscontrare in se stesso e negli altri. Anche i bambini risultano meno candidi di quanto si pensi, capaci di escogitare piani e azioni anche un po' diabolici. I misteri in cui si imbattono i protagonisti, le loro trovate, le loro vicende (ad esempio in "Morte di un ex tappezziere il Consonni si innamora di una giovane stranie-

ra) movimentano la vita nella vecchia casa, spesso con esiti imprevisti, a volte esilaranti, a volte un po' meno. Senza entrare nel dettaglio delle varie opere, che meritano di essere lette e gustate una per una, il filo conduttore è quello della trasgressione, che piomba nel quotidiano e spinge le persone, alle prese con la loro monotonia e con i loro problemi, ad agire in maniera totalmente diversa da quello che le norme di rispettabilità impongono, magari per sentirsi più vivi. Non mancano gli equivoci, gli azzardi del caso, che portano a esiti imprevisti, il male che però spesso apporta una scossa nella vita, la comicità. Inoltre, non essendo nessuno completamente innocente e pulito nei propositi e nella condotta, spesso regna l'omertà: alcune azioni non vengono divulgate, neppure dalla Signorina Mattei, proprio perché ognuno, dentro di sé, ha qualcosa da nascondere, e comunque comprende e conosce ciò che si prova trasgredendo, cacciandosi nei guai.



INFORMAHANDICAP

Marina Boido



La **menomazione** indica qualsiasi perdita o anormalità di una struttura o di una funzione fisiologica, anatomica oppure psicologica (in questo caso si tende a parlare di "disturbo"). Una persona con tetraplegia ha una menomazione fisica agli arti dalla nascita, una persona senza mano a causa di un incidente ha una menomazione fisica acquisita nel corso della vita. Una persona con Schizofrenia ha una menomazione psicologica o disturbo psicologico. A seconda dell'area colpita si possono riscontrare anche menomazioni linguistiche, auricolari, intellettive, sensoriali, ecc.

La **disabilità** rappresenta la conseguenza pratica della menomazione e, quindi, indica lo svantaggio personale che la persona disabile vive espresso in ciò che è

in grado di fare o meno. Anche la disabilità può presentarsi dalla nascita, ma può insorgere anche nel corso della vita. Per fare qualche esempio, una menomazione fisica agli arti inferiori comporta una disabilità nel camminare, mentre una menomazione psicologica comporta una disabilità relazionale. A seconda della menomazione si possono anche riscontrare disabilità comunicative, comportamentali, nella cura personale ecc.

L'**handicap** indica lo svantaggio sociale vissuto da una persona a seguito di una disabilità o menomazione. La persona con handicap, nell'incontro con l'ambiente fisico e sociale, può trovarsi in difficoltà nel muoversi nello spazio in autonomia, nell'essere indipendente nel prendere delle scelte o nel prendersi cura di sé, oppure nel trovare un'occupazione e un'indipendenza economica. Lo svantaggio sociale si esprime anche nel non poter rivestire un ruolo sociale considerato "normale" alla maggior parte. La persona con tetraplegia, ad esempio, può sviluppare una disabilità nel camminare e un grave handicap negli

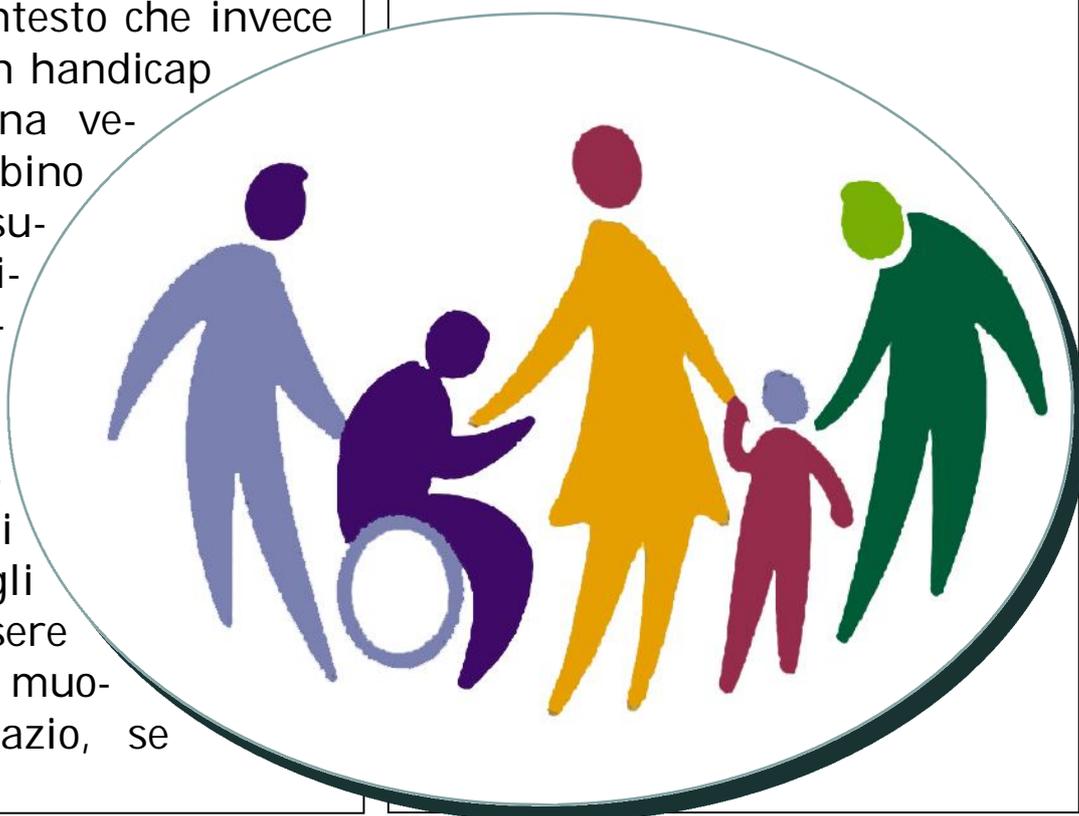
spostamenti autonomi se l'architettura urbana prevede solo scalini impossibili da utilizzare con una carrozzina e non è, quindi, fornita di scivoli. Un bambino con un disturbo dello sviluppo quale l'autismo, può sviluppare un grave handicap sociale se a scuola non viene assegnato un insegnante o educatore in grado di sostenerlo nelle sue difficoltà relazionali promuovendo scambi comunicativi e relazionali con i compagni.

Quindi, l'handicap si riscontra solo nel caso in cui le condizioni esterne siano ad ostacolo alla vita della persona. Una persona non vedente, ad esempio, vivrebbe tranquillamente in un ambiente buio, contesto che invece costituirebbe un handicap per una persona vedente. Un bambino in carrozzina supera un possibile handicap negli spostamenti se gli viene fornita una carrozzina magari elettrica che gli permette di essere autonomo nel muoversi nello spazio, se

adatto al passaggio in carrozzina ovviamente.

Conclusioni

I termini menomazione, disabilità e handicap sono frutto di periodo storico in cui predominava una visione organicistica della disabilità, cioè si metteva al centro dell'attenzione ciò che non funzionava nella persona e, quindi, la patologia, la menomazione, la disabilità e l'handicap. Attualmente è in uso un altro sistema di classificazione della disabilità che tiene conto maggiormente della complessità dell'individuo e delle aree di funzionamento. Ma di questo ne parlerò in un prossimo articolo.





I NOSTRI AMICI A 4 ZAMPE

Di Gianluca Milesi



Justin era un soldato che si trovava in Iraq in missione.

Durante la sua permanenza nel paese straniero, scriveva spesso ai suoi genitori. Un giorno i genitori di Justin ricevettero una lettera con la fotografia del figlio che teneva un cucciolo in braccio. Nella lettera, il soldato spiegava che in tutto l'orrore che si poteva vedere in una guerra, aveva trovato un cucciolo affettuoso che lo distraeva da ciò che stava vivendo lì e che aveva deciso di adottarlo. Ricevettero altre lettere di Justin che spesso nominava il cucciolo che aveva chiamato Hero. Purtroppo il ragazzo non tornò mai a casa, morì poche settimane prima del termine della missione.

I genitori per fare onore al figlio decisero di trovare il cucciolo e portarlo negli stati uniti per

adottarlo. Grazie all'aiuto dei militari che erano stati con Justin, il cucciolo volò negli stati uniti con l'esercito.

Il cane è diventato rapidamente come un membro della famiglia e ogni giorno ricordava ai genitori, il figlio fantastico che avevano.

Un giorno ABC News ha visitato la famiglia per conoscere la storia di Justin e Hero. Il fotografo andò con i genitori di Justin a visitare la tomba del soldato e scattare qualche foto. Ma quando liberarono Hero nel giardino del cimi-

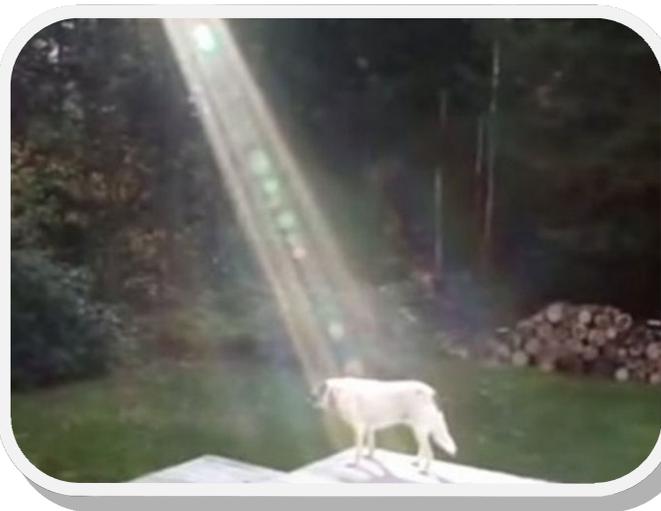


tero il fotografo vide qualcosa di

molto particolare attraverso la lente. Vide questo...



Era una giornata nuvolosa, ma proprio quando il fotografo era pronto a scattare una foto di Hero era come se il cielo si fosse aperto perché un raggio di luce illuminasse Hero. Era come se Justin da lassù volesse far sapere che vegliava su di lui e attraverso lui.



Quando la foto è stata pubblicata ha fatto il giro di tutto il mondo.

Molti sono sicuri che Justin ha creato questa luce dal cielo e altri dicono che è una pura coincidenza che la luce fosse apparsa sul cane in questo modo.

Il fotografo però era rimasto molto toccato.

Fa venire voglia di credere che ci sia stato qualcosa di spirituale, ma tutto quello che so per certo è che è stato bello conoscere la famiglia di Justin. E' stato una specie di situazione confortante per la famiglia e ha dato loro la speranza, dice il fotografo nel servizio di ABC News.

Qualunque cosa sia stata, Hero sarà sempre un simbolo del ricordo della bontà di Justin per la famiglia.

"Il cane si trovava sulla tomba del soldato che lo aveva salvato, quando un raggio lo ha illuminato. Gli ho scattato subito una foto. I genitori del soldato sono scoppiati in lacrime."



CURARSI CON LE ERBE: LA CURA DELLE MELE

Marina Boido

La cura delle mele consiste nel ridurre la propria dieta al solo consumo di mele, senza introdurre nient'altro; il risultato è quello di "depurare" l'organismo dalle tossine (il che non vuol dire "dimagrire", anche se si può avere tale effetto). Si consiglia, per affrontare psicologicamente tale regime dietetico, di non abbuffarsi del frutto in un pasto unico, bensì di diluire il suo consumo nell'arco della giornata per percepire meno gli stimoli che invoglierebbero a qualche strappo alla regola. E' inoltre necessario masticare lentamente fino a ridurre la mela in una poltiglia facilmente digeribile. La cura può durare un giorno o protrarsi per una settimana (non di più). A differenza di altre cure, quella con le mele non provoca reazioni disintossicanti evidenti e spesso spiacevoli, poiché la sua azione depurante è armonizzata con il nostro corpo e agisce con dolcezza ed equilibrio. Inoltre ha anche il vantaggio di potersi eseguire in qualsiasi stagione dell'anno e di essere facile ed economica. Per questa cura vanno scelte me-

le non trattate da agricoltura biologica e decerate. Questa cura è consigliata a chiunque, tranne in caso di particolari malattie per le quali si rimanda al parere del medico curante: depura l'organismo favorendo la diuresi e arricchendolo di fibre che svolgono una vera e propria pulizia dell'ultimo tratto dell'intestino e dell'apparato escretore, riducendo i fenomeni fermentativi e svolgendo una funzione disinfettante in genere. Si dovrà, alla fine della cura con le mele, riprendere con cautela una più variata alimentazione; si consiglia di fare un pasto, meglio se quello serale, solo a base di mele e di seguire poi un'alimentazione regolata senza eccessi.





AL CUOCO ! AL CUOCO !

Marina Boido



Realizzare la torta Afrika con le fave di cacao africane, e solo 2 ingredienti, senza zuccheri aggiunti. Per chi ama la purezza dei sapori, un dolce interamente al cioccolato, posizionando sotto la mousse una soffice marquise al cioccolato... una sorta di pan di Spagna senza glutine! E se vi abbiamo ingolosito, correte a preparare anche voi la torta Afrika, personalizzandola come più amate: aggiungendo peperoncino o wasabi per una nota piccante, oppure al naturale insieme ai lamponi freschi o ad una salsa al mango come questa!

Ingredienti per la marquise (2 placche 30X38 cm): Tuorli 100 g; Albumi 225 g; Cacao amaro in polvere 90 g; Zucchero a velo 300 g; Fecola di patate 30 g; Zucchero q.b.

Per la mousse al cioccolato: Cioccolato fondente al 60% di fave africane

200 g; Panna fresca liquida 400 g

Per la salsa al mango: Frutto della passione 4; Mango 1; Scorza di lime 1; Succo di lime ½; per decorare Menta q.b.; Granella di cioccolato q.b.

Come preparare la Torta Afrika; Per preparare la torta Afrika come prima cosa occupatevi di preparare la marquise. Una volta che avrete separato le uova, ponete i tuorli all'interno di una ciotola, unite 100 g di zucchero a velo e montateli utilizzando una frusta a mano o uno sbattitore elettrico.

Nel frattempo iniziate a montare anche gli albumi in planetaria e non appena saranno bianchi e già spumosi, aggiungete i restanti 200 g di zucchero a velo, in due volte. terminate di montare gli albumi e non appena anche i tuorli saranno ben montati unite quest'ultimi agli albumi. Aggiungete anche il cacao in polvere setacciato e la maizena setacciata. Mescolate il tutto utilizzando una spatola e facendo dei movimenti rotatori dal basso verso l'alto, fino a che non avrete ottenuto un composto omogeneo e privo di grumi. A questo punto foderate con la carta forno due leccarde grandi 30X38 cm. Versate metà del composto in ciascuna e livellate con una spatola la superficie. La pasta dovrà avere uno spessore di mezzo cm. Cuocete una placca per volta in forno statico preriscaldato a 200 gradi per circa 8-9 minuti nel ripiano centrale. Una volta cotta sfornate la marquise e spolveriz-

zatele con poco zucchero semolato, che servirà a permettere alla marquise, di assorbire l'umidità e restare sempre morbida. Per realizzare la torta Afrika sarà sufficiente una sola marquise, ma consigliamo di non dimezzare la dose perché altrimenti tuorli e albumi non monteranno alla perfezione. Con quella in avanzo è possibile realizzare un gustoso rotolo; basterà farcirla con panna montata e lamponi.

Lasciate intiepidire la marquise quindi trasferitela su un piano e capovoltetela. Eliminate delicatamente la carta forno e utilizzate un coppa pasta da 22 cm per ricavare un disco. Anche in questo caso potete utilizzare i ritagli per realizzare un tiramisù, altrimenti saranno ottimi anche nel latte!

Una volta ricavato il disco di marquise trasferitelo su un piatto da portata, lasciandolo all'interno dell'anello e oc-

cupatevi di preparare la mousse al cioccolato. Ponete il cioccolato in una bastardella e fondetelo dolcemente a bagnomaria, stando attenti a non superare i 55°. Nel frattempo versate la panna in una ciotola e utilizzando una frusta iniziate a montarla.

Non sarà necessario montarla a neve ferma ma basterà semimontarla, perché successivamente continuerà a montare. A questo punto assicuratevi che il cioccolato abbia una temperatura compresa tra i 55° e i 50°. Superando questo range il cioccolato potrebbe sciogliere la panna, stando al di sotto invece otterrete una mousse stracciata. Una volta misurata la temperatura del cioccolato versate circa metà della panna all'interno e stemperate mescolando con una frusta, versate poi il composto nella panna restante e sempre con la frusta mescolate bene.





Poi versate il composto all'interno dell'anello e utilizzando la spatola livellate la superficie, a questo punto ponete la torta Afrika in frigorifero per almeno 2 ore, meglio se tutta la notte.

Potete accompagnare la torta con una salsa al mango e passion fruit. Dividete i passion fruit a metà, poi utilizzando un cucchiaino trasferite la polpa in un colino e sempre con il cucchiaino pressate sui semi in modo da ricavare solo il succo. Pulite il mango eliminando la buccia e il sasso centrale. Tagliatene a cubetti circa metà e teneteli da parte; poi tagliate grossolanamente anche la parte rimasta, trasferitela insieme al succo di passion fruit, unite la scorza del lime e il succo di mezzo lime. Frullate il tutto con il minipimer fino ad ottenere una consistenza liscia. Aggiungete anche i cubetti di mango tenuti da parte e la salsa di accompagnamento sarà pronta.

A questo punto riprendete la torta Afrika dal frigo ed eliminate l'anello. Se non dovesse uscire facilmente potete scaldare l'anello con un asciugacapelli.

Decorate i bordi della torta con la granella di cioccolato fondente e spolverizzate la superficie con del cacao amaro in polvere. La torta Afrika è pronta da servire, insieme alla salsa al mango.



Conservazione

La torta Afrika si può conservare in frigorifero per 2-3 giorni. In alternativa è possibile congelarla.

Consiglio: Se per realizzare la mousse volete utilizzare un cioccolato con una % di cacao minore bisognerà diminuire la quantità di panna; viceversa aumentarla. La fecola di patate può essere sostituita da maizena o farina di riso.



ANDIAMO AL CINEMA! VALERIAN e la Città dei 1000 Pianeti

Di Gianluca e Paolo



Valerian e la Città dei mille pianeti è uno strabiliante, psichedelico viaggio intergalattico tra culture aliene e terre incontaminate, al fianco degli agenti speciali operativi Valerian (Dane DeHaan) e Laureline (Cara Delevingne). Incaricati di mantenere l'ordine nel vasto universo, i due giovani agenti fanno squadra sotto le direttive del governo dei ter-

ritori umani, imbarcandosi in mirabolanti imprese ai confini della galassia. Quando la loro missione li conduce alle porte della città di Alpha, una metropoli rivoluzionaria in continua espansione, e dove esemplari di specie provenienti da diversi angoli dell'universo vivono in un regime pacifico di condivisione del sapere, assistono con i loro occhi ai risultati dell'incredibile progresso tecnologico e scientifico, che emerge dal diffuso benessere della comunità. Tuttavia, dopo secoli di pace e prosperità, qualcuno sta tentando di frenare tale progresso e innescare il crollo dell'intero sistema. Il comandante delle forze umane (Clive Owen) concede



agli agenti sul campo meno di dieci ore di tempo per individuare ed estirpare l'origine della minaccia. Intanto Valerian, che ha fama di incorreggibile dongiovanni spaziale, non si lascia sfuggire occasione per corteggiare l'avvenente compagna di squadra, nemmeno se braccato da micidiali nemici o in fuga da creature mostruose. Diretto dal regista visionario Luc Besson, Valerian si basa sull'omonimo fumetto francese di fantascienza degli anni sessanta, il cui stile complesso e curato nei minimi dettagli ha influenzato una delle

sue pellicole più famose: Il quinto elemento.

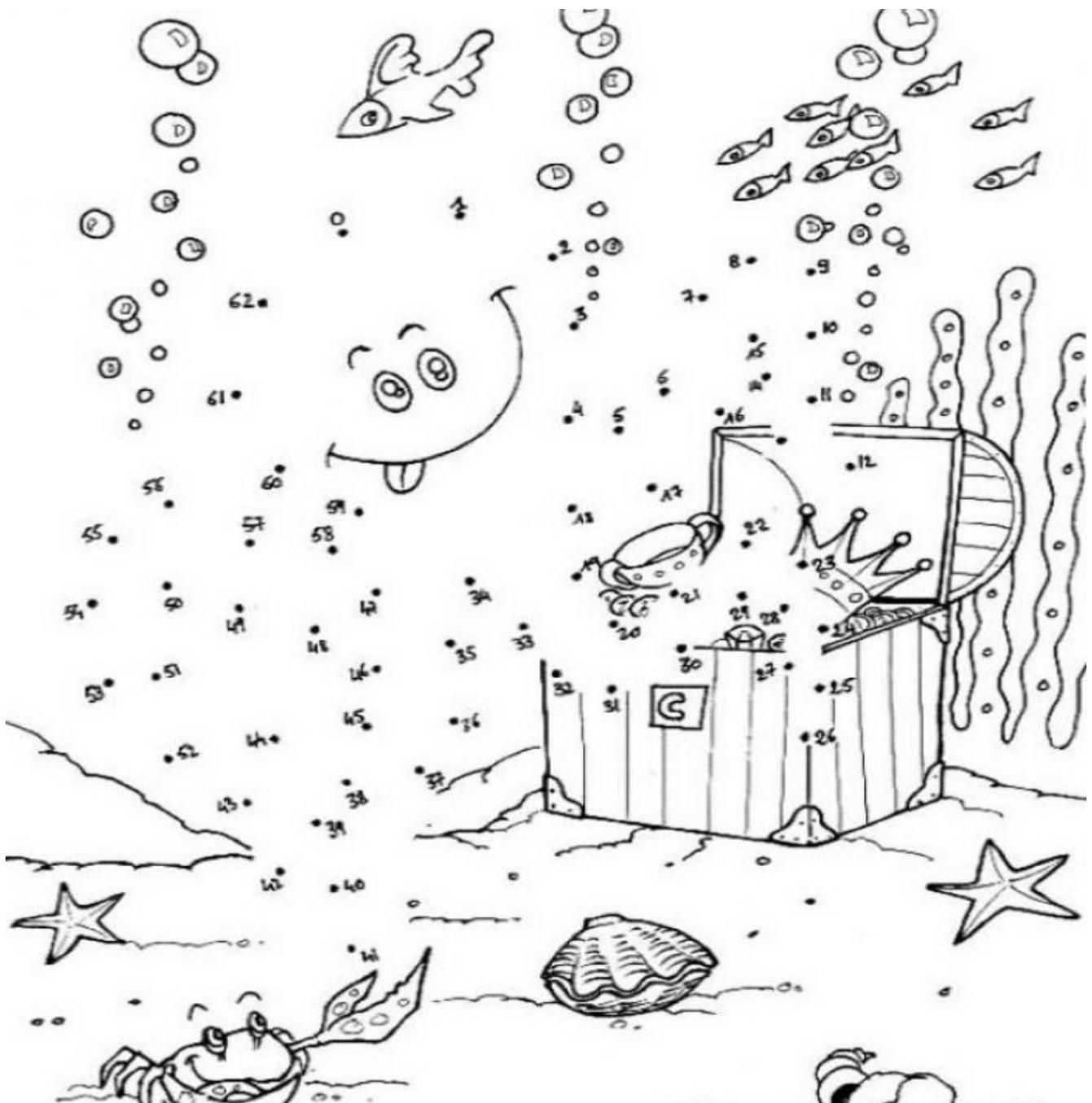




VITA ASSOCIATIVA

Eccezionale!!!! Per quest'anno il giornalino sarà a Colori.

Il 17 novembre prossimo verrà celebrata la santa messa per i 28 anni di attività del Centro presso la nostra sede alle ore 14,30.



www.giochigratisenigmisticaperbambini.com