

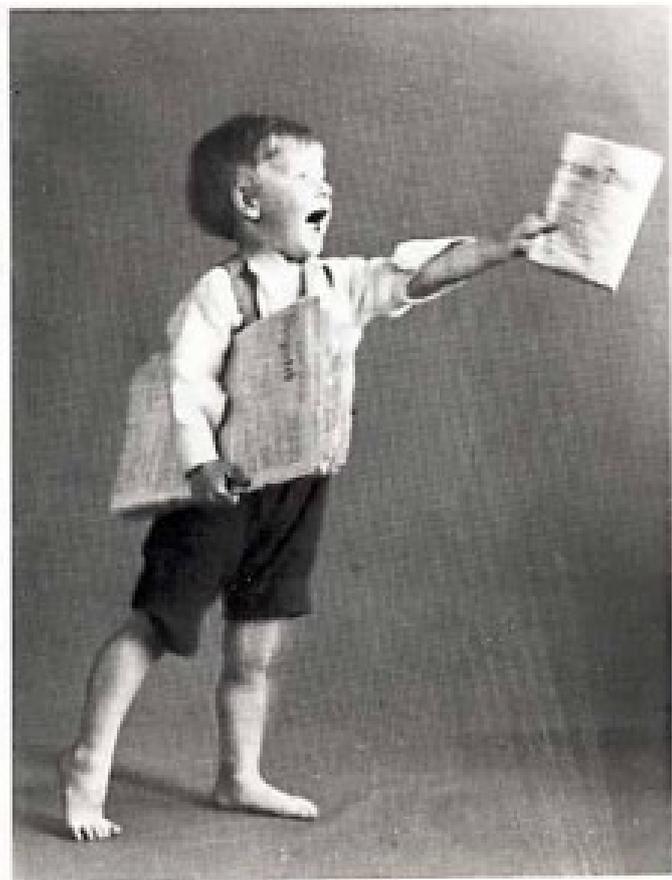
Rivista della Clinica Psichiatrica

Anno 6 numero 4

Sede S.C. Psichiatria - A.O.U. Maggiore della Carità

Padiglione G

C.so Mazzini 18 – 28100 Novara



E IL GIORNALE CONTINUA...

La Redazione

Sommario

| | |
|--|----|
| L'ambiente cura: spazio verde della psichiatria novarese | 4 |
| NOF 4..... | 6 |
| Tre donne ed un sogno | 9 |
| Riflessioni di un sabato sera | 14 |
| Le leggi razziali..... | 16 |
| Sanità un perché | 18 |
| Igor volley Novara: la sua storia | 24 |

La redazione consiglia

| | |
|---|----|
| Un libro da leggere (a cura di Camilla) | 25 |
| Un film da vedere (a cura di Giuseppina) | 27 |
| Una fiaba da raccontare (a cura di Alessandro) | 28 |
| Un disco da ascoltare (a cura di Emilio) | 30 |
| Una poesia da ascoltare (a cura di Anna) | 31 |
| Una ricetta da assaporare (a cura della Redazione) | 32 |
| Un detto popolare (a cura di Anna) | 33 |
| Un'intervista da effettuare (a cura della Redazione)..... | 34 |
| Vecchi e nuovi ricordi (a cura di Alessandro e Paolo) | 39 |
| L'angolo dell'arte (a cura di Rosario e Anna)..... | 42 |
| Curiosità (A cura di Max)..... | 43 |
| La barzelletta (a cura de La Redazione) | 46 |
| Un sogno nel cassetto... Incontrare Cannavacciuolo (a cura di Fuffy)..... | 47 |

L'ambiente cura: spazio verde della psichiatria novarese

“L'uomo fa molto più che vedere, udire, sentire, toccare, odorare, nel semplice senso di registrare il suo ambiente, egli lo interpreta, avanza inferenze rispetto ad esso, lo sogna, lo giudica, lo immagina e si impegna in altre forme di conoscenza. Ci vuole una mente straordinaria per studiare l'ovvio in quanto non c'è nulla di più evidente dell'ambiente e, allo stesso tempo, è difficilissimo accorgersi della sua presenza e soprattutto del modo in cui influenza i nostri pensieri, sensazioni, reazioni” (Ittelson, 1974).



Ittelson parla di ambiente e di come esso influenzi profondamente il nostro modo di esistere. Non è ovvio il fatto che finalmente a Novara, dietro il Reparto della Psichiatria Novarese, sia stato creato un ambiente verde, un giardino di 45 metri quadrati, ad oggi popolato da alberi e prato verde ma che, in primavera, sarà profumato dal glicine, il cui costo, di settemila euro, è stato finanziato interamente con risorse proprie e realizzato dalla struttura Gestione Tecnica Economale diretta dall'ingegner Vincenzo Bruno, sotto la guida esperta e le indicazioni del personale, coordinato dalla Prof.ssa Patrizia Zeppego. L'obiettivo che ha guidato l'opera di riqualificazione, è stato quello di umanizzare il più possibile l'attività sanitaria portando a compimento un "importante tassello nell'ottica della

cura centrata sulla persona". La cura del disagio psichico avviene necessariamente attraverso la relazione che coinvolge pazienti, famigliari, infermieri, medici; la relazione però pare essere profondamente influenzata dall'ambiente, non solo inteso come contenitore, ma anche come contenuto. Nell'ottica della cura centrata sulla persona, della considerazione di aspetti correlati tanto alle "cure" quanto al "care", della umanizzazione delle cure in una prospettiva in cui la relazione è essa stessa strumento terapeutico e terapia, la presenza del giardino della struttura psichiatrica aggiunge un nuovo, importante elemento a quanto già in essere presso il nostro reparto. Così, tempo permettendo, tale spazio, potrà essere lo scenario adatto allo svolgimento di incontri per la lettura di articoli, l'ascolto di canzoni, la lettura della fiaba della buonanotte, nel contesto delle attività di gruppo terapeutico-riabilitative precoci, condotte oggi all'interno del reparto, al fine di coinvolgere i pazienti ivi ricoverati, in attività che fanno parte del "quotidiano delle persone". Lo spazio si potrebbe prestare inoltre allo svolgimento di attività motorie, quali sedute di ginnastica leggera o risveglio muscolare, progetti attualmente in itinere, ma che fanno parte di un progetto globale, finalizzato a prendersi cura della salute fisica ed della qualità di vita del paziente con disturbo psichiatrico, da sempre desiderio della Prof.ssa Zeppegno. In tale spazio si potranno svolgere anche attività "ricreative", quali bere il caffè in un contesto gradevole o fare due passi all'aperto.

"La profonda importanza dello "Spirito del Luogo", nel contesto di un reparto di Psichiatria per acuti, uno spazio a dimensione "umana", pare di per sé un fondamentale strumento terapeutico per chi si trova ad abitarlo", ha detto la Prof.ssa Zeppegno, il 12 novembre 2018, nel corso della presentazione del giardino alla popolazione novarese e ai giornali. Durante tale evento, il direttore generale del Maggiore, Mario Minola, il sindaco Alessandro Canelli, l'ingegner Vincenzo Bruno, il personale e i volontari che ogni giorno si prendono cura dei pazienti erano presenti, e ovviamente compariva l'intero Gruppo Redazione, come sempre compatto nella partecipazione ad un incontro che abbia come argomento la Cura. In tale occasione la Prof.ssa Zeppegno ha inoltre affermato «... il giardino era un nostro sogno, a lungo accarezzato... Ce ne sono pochi altri in Italia, attorno ai reparti».

Come gruppo redazione non vediamo l'ora di sederci attorno al tavolo di cemento, che si erge nel centro del giardino e, perché no, ospitare in tale sede alcuni personaggi noti novaresi, nel contesto delle periodiche interviste che da qualche mese pubblichiamo sulla nostra Rivista (sicuramente però aspetteremo l'arrivo della Primavera)!!!

Eleonora Gambaro

NOF 4



Avete mai sentito parlare di un certo Nanetti Oreste Ferdinando? Beh, io qualche giorno fa ho seguito un servizio al telegiornale che mi ha affascinato molto.

Si faceva chiamare NOF4 oppure NANOF4. Questi, come si legge dalla sua documentazione ha trascorso molti anni della sua vita in manicomio: un “matto” tra i matti. Nasce a Roma nel 1927 da padre ignoto. Fin dall’età di dieci anni, viene rinchiuso in una struttura per malati di mente.

Nel 1958 il manicomio di Volterra gli apre le porte diventando il palcoscenico dentro il quale si schiude in tutta la sua

meraviglia la sua vita e la vita delle sue opere, che non possono essere scisse. Proprio lì, a Volterra, sul muro del manicomio lungo 180 metri, per un’altezza di circa due metri, strani disegni che sembrano scarabocchi di un pazzo, cominciano a prendere forma: pianeti inventati, geografie, chimiche e astronomie indefinibili, formule chimiche risalenti a secoli fa; e poi quelle dichiarazioni rilasciate conservate che fanno parte di quei pochi e necessari indizi per la ricostruzione del mistero di NANOF4, protagonista di un puzzle molto complesso.

Questo murales è stato inciso, semplicemente, con le fibbie del suo panciotto.

Quell’intonaco veniva graffiato di mattina, di pomeriggio, col sole, con la pioggia, d’estate, in inverno per anni e anni.

Schivando le teste dei catatonici seduti su una panchina e l’ira degli infermieri più severi: la follia si trasforma in arte. In questo modo NOF4 comincia a dare libero sfogo al suo “vizio totale di mente”, così venne definito il disturbo del quale era affetto.

Ciò che crea il nostro pazzo è un trattato di cosmogonia, una corrispondenza con un universo che sembra un libro intero inciso sulla roccia.

Sì, clinicamente, è stato accertato che era un pazzo, ma non si può definirlo solo così.

Dobbiamo andare oltre e osservare la sua follia unita alla sua lucidità, proprio attraverso la descrizione che ci fa della sua vita, attraverso la testimonianza dei crimini commessi in quel manicomio.

Dobbiamo ammettere che questa lucidità proviene da un’altra realtà, dobbiamo ammettere che non può essere intesa dai nostri canoni mentali.

Come si può definire quella genialità che possiedono solo alcuni uomini considerati

“pazzi”?

Brutta bestia la follia! Mi chiedo: ma è proprio follia? Comunque, resta il fatto che nonostante tutto, lascia cicatrici profonde, versa sangue innocente, spezza legami, distrutto monumenti.

Ma ha anche dato forma ai sogni, spinto verso imprese incredibili, partorito grandi idee e realizzato opere d'arte. È vero, la follia è spesso pericolosa.

A guardarla troppo da vicino ipnotizza, sconvolge, inoltre ferisce, a volte uccide.

Per ritornare al nostro NANO4, la sua opera viene definita Art Brut (arte grezza).

Definizione coniata nel 1945 dal pittore francese Jean Dubuffet che indica una produzione artistica eseguita da autodidatti, da internati, da pazienti psichiatrici o, in genere, da persone dotate di talento ma totalmente a digiuno di tecnica artistica.

Rinchiuso nella sezione giudiziaria dalla rigida disciplina chiamata “padiglione ferri”, una struttura sorvegliata giorno e notte dalle guardie, le cui mura di cinta erano protette da grate e filo spinato; NANO4 provò a guardarsi intorno.

I suoi compagni di sventura giocavano a carte, a bocce o chiacchieravano, spesso finivano per litigare. Oreste era, invece, un paziente solitario, non conversava con altri pazienti, tuttavia comunicava graffiando il muro.

Aldo Trafeli, l'infermiere che per anni osservò Oreste, ne fu totalmente colpito che dedicò la sua vita a decifrare i suoi scritti. Dobbiamo a lui la traduzione dei testi, che appaiono spesso sconnessi e oscuri.

Scrivono l'artista: “Io sono un astronautico ingegnere minerario sul sistema mentale.

Il vetro, le lamiere, i metalli, il legno, le ossa dell'essere umano e animale e l'occhio e lo spirito si controllano attraverso il riflessivo fascio magnetico catotico.

Grafico metrico mobile della mortalità ospedaliera:

- 10% per radiazioni magnetiche teletrasmesse
- 40% per malattie varie trasmesse o provocate
- 50% per odi e rancori personali provocati o trasmessi

Amo il mio essere materiale come me stesso”

Il 21 marzo 1968, l'uomo non era andato sulla luna, ma lui lo aveva previsto ancor prima.

Era il periodo in cui Aldo Moro era a capo del Governo e Nannetti per la prima volta usciva dal manicomio. Ebbe la “libertà”. È stato consegnato per qualche ora a San Lazzaro dove i pazienti potevano fermarsi in un parco o a prendere un caffè.

Il racconto dei medici commuove, la cartella clinica si trasforma quasi in libro. Oggi, primo giorno di primavera, scrivono i dottori: “Dopo dodici anni in reparto, il paziente viene

lasciato “libero” di andare a San Lazzaro, che conosce solo per fama e di cui si è fatto un’idea fantastica. È emozionato”

Gli infermieri gli hanno procurato anche alcuni indumenti nuovi ed un paio di scarpe nuove [----] a questo punto si preferisce non trascrivere ciò che un malato mentale può dire dopo tanti anni in reparto, senza neanche una visita di amici e familiari.

Dopo anni si scopre che il matto, il folle diventa artista quando se ne capisce la grandezza della sua opera.

A Nannetti venne riconosciuto un compenso di due milioni di lire, ma lui rifiutò. Invece apprezzò molto l’articolo che il settimanale l’Espresso gli dedicò il 14 settembre 1986. Venne trasmesso anche un film documentario.



Tutti gli scritti di NANOF4 furono distrutti dopo la sua morte, ma per fortuna fotocopiati. Il mondo ha conosciuto il murales di Nannetti grazie alla legge Basaglia. Nannetti muore poco più di 20 anni fa (1994)

lasciando dei capolavori che tutto il mondo ci invidia. Purtroppo del suo murales ne sono rimasti solo 53m poiché le intemperie lo hanno distrutto facendo sgretolare l’intonaco.

Nannetti viene definito il più famoso internato in un ospedale psichiatrico dell’Art Brut.

Non vi nascondo che mentre scrivo questo articolo, il mio cuore palpita e qualche lacrima scende lenta sul mio viso; così come quando ascolto la canzone di Simone Cristicchi: “Ti regalerò una rosa”, che parla appunto della malattia mentale. A questo proposito mi risulta che Cristicchi sia andato ad intervistare Aldo Trafeli su NANOF4 e visitare l’ex manicomio di Volterra.

Anna

Tre donne ed un sogno

La storia che Vi voglio narrare in questo articolo è quella di 3 donne che hanno realizzato un loro sogno con caparbia e tenacia. E secondo me in modo straordinario.

Una madre, che con le sue due figlie hanno saputo cambiare vita rincorrendo quello che potrebbe essere un sogno per milioni di giovani.

Tutto inizia tanti anni fa in quel di Arezzo una “ridente” cittadina Toscana che a quanto si dice debba il nome ai frequenti terremoti che smuovendo i caseggiati spesso obbligava i cittadini a ricostruire i luoghi dove abitavano. In gergo quella che si chiamava Arezzo era chiamata Riarizzo cioè erigo di nuovo. Parole di Stefania: la madre.

Le tre donne abitavano lì, in una città che “sofferente” come tante altre per la crisi che attanagliava tutta l’Italia, vedeva lo scorrere lento dei giorni... uno dopo l’altro. Forse in attesa del prossimo sisma.

In un certo periodo, raccontano le tre donne, fu letteralmente invasa da extracomunitari che con i loro rituali religiosi arrivavano a cercare di sovvertire le naturali abitudini degli abitanti cercando di coinvolgerli nelle loro pratiche, non usuali per i Toscani.

Il futuro sembrava scritto, lavoro ce ne era: la vetreria artigianale di famiglia funzionava, i frequenti terremoti...anche, le pratiche religiose ad ogni angolo di strada richiedevano tanta pazienza che spesso non bastava. Serviva un’idea: fu allora il colpo di genio.

Con il giungere della pensione della madre, le donne si sono lasciate coinvolgere in un sogno: quello di abbandonare la vita cittadina e partire con un camper per cercare di meglio altrove. Armate di buona volontà e amanti della campagna e della vita all’aperto, volevano dare un senso alle loro esistenze con una sfida geografica che le avrebbe portate fino al nord: dalle nostre parti.

Raccontano ancora con soddisfazione della loro partenza da casa alla volta dell’ignoto... dove ad ogni rotonda sceglievano quasi a caso il luogo dove recarsi... e ci andavano.

In baffo a tutte quelle persone che a malapena escono dai propri confini cittadini...

Un giringiro come avrebbe detto Mr. Crocodile Dundee, se si fosse trattato di un film...ma questa era la realtà: una realtà che le avrebbe portate a spasso per l’Italia per cercare un posto migliore dove fermarsi per far radici. Delle nomadi in prova...

Lasciare tutto per ricominciare chissà dove e chissà quando. Quanti avrebbero trovato il coraggio di imitarle?

Parlando con le persone che vivono in città, molto spesso, spicca il desiderio di andare a vivere nel verde... lontani da tutto e soprattutto di tutti ma quanti lo fanno veramente? E

soprattutto, se lo fanno, in che modo lo fanno? Non capita spesso di trovare tre donne, che all'avventura, a bordo di un camper decidono di girovagare per cercare nuovi lidi.

Di certo hanno dimostrato un coraggio da leoni ad accettare di intraprendere una simile avventura...come dei moderni pirati che a bordo della loro perla nera emulavano Jack Sparrow.

Dopo un lungo peregrinare giunsero nell'entroterra Ligure dove le ampie colline ricordavano loro il paesaggio grullo e sinuoso della Toscana: la terra di origine che le vedeva esuli.



Alt, una sosta,
alt, un
accampamento e
ben presto
quell'accamparsi
su quei sali e
scendi divenne
un
innamoramento
per un terreno

visto in una collina... trovato il cartello di vendita si accorsero che era a buon prezzo... certo i lavori da farsi erano molti e le abitazioni esistenti erano dei veri e propri ruderi senza tetto e senza fondamenta... ma questo non le spaventò: loro vivevano in camper.

Loro acquistarono.

Armate di forza e coraggio, poco per volta, bonificarono il terreno dalle erbacce alte usando delle falci: un lavoro immane. Solo quando le conobbi e mi recai in visita da loro, mi resi conto di quanto era grande il terreno e rimasi letteralmente strabiliato pensando a tutto ciò che dovettero pulire tra rampicanti ed erbacce... mentre vivevano in camper...

Giunsero finalmente i muratori per ristrutturare la vecchia abitazione fatta di pietre.

Dopo di loro arrivarono anche le porte, le finestre ed un tetto. Il locale era una vecchia mangiatoia di 10 metri per 5, su due piani e come dicevo era senza fondamenta: il pavimento era un lastricato di pietre abbastanza sconnesse... ma loro vivevano in camper.

Arrivò la stufa a legna, che posta in centro alla stanza iniziò a renderla abitabile per l'inverno e per le 3 viaggiatrici, quella vecchia stalla divenne una badia più invidiata della villa di Bill Gates il magnate dell'informatica.

Subito alla ricerca dell'acqua, per i futuri campi, riattivarono il vecchio pozzo che tra l'altro

dava il nome alla collina e collegandolo all'impianto di casa potevano finalmente ritrovare la gioia di una doccia prolungata in un box e soprattutto in un bagno ben arredato.

Giorno dopo giorno il "rudere" visto in collina diventava sempre più gradevole. Ogni qualvolta mi raccontavano questa storia, sentivo quasi la loro stanchezza: 3 donne che senza nessun aiuto hanno saputo reinventarsi e addomesticare una collina a circa 600 km da casa...mentre loro vivevano in camper.

Per anni senza la corrente elettrica, senza acqua corrente e tutti quegli ausili che oggi sembrano scontati nelle nostre case.

Alla mattina, racconta Sara, una delle figlie, spesso veniva un cerbiatto a curiosare il lavoro delle tre donne, quasi che cercasse di conoscere il nuovo vicinato e questi erano gli attimi che ripagavano per le fatiche di aver abbandonato la vita della città...

Il sogno si stava materializzando: il "rudere" diventò una baita, i prati sono diventati recinti, e sebbene non fosse facile raggiungerle a causa di una strada molto ripida e sdruciolevole, ben presto arrivarono gli animali.

Nel giro di qualche anno si circondarono di api, maiali, capre, pecore, galline e conigli.

Ogni giorno sembrava ci fosse un mondo da risvegliare e far vivere dal suo nascere naturale.

E a dire il vero è anche il momento in cui conobbi Roberta la seconda delle figlie, la ragazza che mi invitò per vedere quella che era divenuta a tutti gli effetti una vera e propria fattoria, che io definii "allegra fattoria" per il buon umore che sempre caratterizzava le 3 donne.

Pecore e Capre Sanen, con relativo riparo che aiutai a costruire, porcili per i maiali: delle cinte senesi che grufando tutto il giorno, scavavano il terreno come dei bulldozer, mangiando tutti i tartufi che riuscivano a trovare, le stie per i conigli che aiutai a portare ed un



orto immenso che ogni giorno impegnava la madre Stefania e che stagionalmente dava i suoi frutti.

Inseparabile compagno e guardiano del gregge e del territorio, nonché unico maschio, e membro effettivo della famiglia: un pastore tedesco di nome Fly, intelligentissimo e molto attento alle vicissitudini caratteriali delle 3 donne.

Io ho una mentalità cittadina: da sempre mi hanno insegnato a lavorare per guadagnare il vil denaro con cui poi andare al market e comprare ciò di cui abbisogno per sfamarmi... da loro ho imparato l'importanza di sapersi procurarsi il cibo e dello stile di vita che ne consegue: molto più faticoso... ma con grandi soddisfazioni: i raccolti delle verdure, le nascite dei cuccioli, la pulizia delle stalle, accudire un animale ferito...

Fino a quel momento il mio rapporto con la natura era pari a quello di un turista in una grande città, loro invece, armate di libro delle erbe medicinali, si procuravano le preziose erbe passeggiando nei campi limitrofi, andando così a lenire quei fastidi di cui ogni tanto erano afflitte.

La natura cura... era come essere in una grande erboristeria, ma senza mura: la vera farmacia delle città.

Nonostante mi sia sempre lamentato del posto dove sono cresciuto non ho mai avuto il coraggio di andarmene veramente se non per brevi periodi e soprattutto per motivi di lavoro.

Per alcuni inverni mi sono divertito ad aiutarle, ho giocato a fare il pastore mentre pecore e capre pascolavano fuori dal recinto... ho persino assistito ad una capra che partoriva e ad un'altra che appoggiandosi ad un cespuglio lo inclinava aiutando le pecore a nutrirsi con delle foglie migliori e più saporite. Tutte queste situazioni mi hanno fatto ragionare molto sulla qualità dei rapporti sociali nelle città cui ci siamo abituati a (non) vivere.

Spesso mi soffermavo e, ci penso a tutt'ora, a considerare cosa si può arrivare a fare con la volontà... incredibile.

Ora che il sogno delle tre donne si è realizzato, si sono date un nuovo obiettivo: ristrutturare la casa vicina e trasformare il tutto in un agriturismo sullo stile del modello Toscano, dove a fronte di prezzi vantaggiosi i clienti si potranno "dilettare" nel dare il fieno agli animali e fare tanti altri piccoli lavori di manovalanza, di fatto aiutando la fattoria nel suo procedere. Condividendo quelle soddisfazioni e quei momenti tipici del fattore.

So che ce la faranno. Ed io tifo per loro. Esse rappresentano un esempio di umiltà e tenacità che andrebbe diffuso ed insegnato nelle scuole: come ci comporteremmo noi se all'improvviso ci trovassimo senza tv, senza computer e senza video-games? Senza casa, come dei terremotati, costretti a vivere per anni in un risicato container che in questo caso era interpretato da un camper? Scollegati dal mondo, se non per quella quotidiana spesa alimentare che le obbligava a muoversi? Le comodità dell'acqua corrente, dell'energia elettrica, di un divano di una doccia o anche solo di un tavolo stabile sembra siano di tutti i giorni. Ma sono delle vere e proprie conquiste che spesso ci dimentichiamo o non consideriamo di avere.

E questa loro storia dimostra che esiste ancora qualcuno con tanta voglia di fare da abbandonare tutto e dedicarsi cuore e mente ad un progetto che fortunatamente le ha rese felici e soddisfatte della loro esistenza.

E quanti, ancora, quotidianamente si lamentano non valutando bene il benessere in cui vivono?

Io per primo, che in quel posto ci ho vissuto, posso garantire, che le priorità vengono riassegnate completamente; ammetto che trovai il coraggio di vivere quei momenti grazie al sentimento che mi legava ad una delle due figlie... del re... che in questo caso era una regina... :) :)

Attualmente producono per loro stesse i formaggi con il latte delle loro pecore capre, si riforniscono di carni e salumi dal laboratorio che hanno allestito a norma nel piano superiore della baita, si nutrono dei prodotti del loro orto ed ogni volta è una sfida per vedere quale verdura riescono a produrre in più del vicino...

che come mi disse una volta, la madre Stefania: "Seppur vicino non è mai abbastanza lontano...". A causa dell'ignoranza delle abitudini trovarono alcuni vicini scontrosi che tentarono in ogni modo di ostacolarle, per rispeditarle in Toscana, ritenendole delle forestiere non gradite, ma loro, nonostante momenti di scoramento, non hanno mai mollato e continuano la loro vita... una nuova vita in campagna Ligure.

Fiere del loro sogno e del loro operato continuano a vivere su quella collina che tanto le ha impegnate e che tanto le impegna.

Come dicevo: un esempio di tenacità. Complimenti.

E grazie per tutto quello che mi avete insegnato.

Maximiliano

Riflessioni di un sabato sera



Sono seduto in un bar. La partita sta per iniziare, è un derby tra le squadre di Torino. La palla comincia a muoversi, i commenti seguono le azioni, sempre più concitati, man mano che il match si infuoca. Sento commenti goliardici: “Buffone Cr7!!!!” oppure: “Va che scarpone!!!” ma non riesco a farmi travolgere dall'entusiasmo. Penso di essere fuori posto, di non c'entrare nulla con quelle persone. Mi sento inadeguato, sbagliato. Proseguo a guardare la partita. Mi sto

annoiano, sembra un piccolo cinema in quel Bar, dove si sorseggia birra, dove io sorseggio birra. Tutti seduti davanti allo schermo al plasma a scherzare, ridere. Ma io sono un estraneo. Continuo a chiedermi cosa ci trovano di bello in tutto ciò, forse sono io troppo altezzoso, tutto è possibile. Finisce il primo tempo, scambio due parole con i miei amici: “Il Torino non sta giocando male, se continua così la Juve rischia di prendere qualche pappina.” e i miei amici, Juventini: “No, hai ragione, non sta giocando molto bene stasera”. Comincia il secondo tempo, riprende lo show, solite manfrine da bar. A un certo punto l'arbitro fischia un rigore. Tripudio su quelle sedie rosse di plastica: “Solo così riuscite a segnare, ladri!!!”. Il rigore lo batte proprio Cr7: prende la rincorsa, il portiere si tuffa. Intuisce la traiettoria. Tocca la palla, ma questa entra. Vantaggio bianconero. Il Toro tenta di reagire, ma invano. Scocca il novantesimo, più quattro minuti di recupero. Finisce uno a zero per la Signora.

Qualche commento a caldo dopo la partita: “ il Toro non meritava di perdere”. “No dai, meritava un pareggio”. Mi riportano a casa. Passo dal kebab o kebabbaro, detto all'italiana e ripenso a quei momenti che ho trascorso sorseggiando altra birra. Non ero minimamente interessato alla partita. Sono uscito per non passare un sabato sera da solo. Per ingannare il tempo, ma niente sembra placare il mio stato d'animo. Forse lo sport non è la

mia vocazione. Ho provato a vivere un sabato sera come fanno tutti, così giusto per passare novanta minuti senza pensieri. Ma quei pensieri, c'erano. Assillanti come sempre, soffocanti come sempre. Spesso sento di non farcela, ma vado avanti come un treno, inarrestabile. Un colpo di reni ogni volta che cado. Ma queste sono solo riflessioni, domani sarà domenica. Forse avrò il tempo di riposarmi, forse sorseggerò altra birra.

Inizierà un'altra settimana, in cui non vedrò l'ora che arrivi il week end, e quando arriva il week end, non veder l'ora che ri- inizi la settimana. È un continuo loop di speranze a breve termine, molto spesso disattese. Mi chiedo a volte che senso abbia tutto ciò. Ma sono riflessioni di un sabato sera, in cui ho fatto una cosa che non mi interessava pur di stare in compagnia. Magari sabato prossimo andrà meglio, purchè si continui a sorseggiare birra.

Rosario

Le leggi razziali

Le leggi razziali fasciste furono un insieme di provvedimenti legislativi e amministrativi applicati in Italia fra il 1938 e il primo quinquennio degli anni '40, inizialmente dal regime fascista e poi dalla Repubblica Sociale italiana.

Esse furono rivolte prevalentemente contro le persone di religione ebraica.

Il loro contenuto fu annunciato per la prima volta il 18 settembre 1938 a Trieste da Benito Mussolini, da un palco posto davanti al municipio in Piazza Unità d'Italia, in occasione di una sua visita alla città.

Il fascismo attraverso l'emanazione di alcune leggi sulla difesa della razza italiana ammise tuttavia la figura del cosiddetto ebreo arianizzato.

La legislazione antisemita comprendeva il divieto di matrimonio tra italiani ed ebrei, il divieto per gli ebrei di avere alle proprie dipendenze domestici di razza ariana, il divieto per tutte le pubbliche amministrazioni e per le società private di carattere pubblicitario come banche e assicurazioni di avere alle proprie dipendenze ebrei, il divieto di trasferirsi in Italia a ebrei stranieri, la revoca della cittadinanza italiana concessa ad ebrei stranieri in data posteriore al 1919, il divieto di svolgere la professione di notaio e di giornalista e forti limitazioni per tutte le cosiddette professioni intellettuali, il divieto di iscrizione dei ragazzi ebrei che non fossero convertiti al cattolicesimo e che non vivessero in zone in cui i ragazzi erano troppo pochi per istituire scuole ebraiche.

Nelle scuole pubbliche, il divieto per le scuole medie di assumere come libri di testo opere alla cui redazione avesse partecipato in qualche modo un ebreo. Inoltre fu disposta la creazione di scuole a cura delle comunità ebraiche specifiche per ragazzi ebrei. Gli insegnanti ebrei avrebbero potuto lavorare solo in quelle scuole.

Infine vi fu una serie di limitazioni da cui erano esclusi i cosiddetti arianizzati: il divieto di svolgere il servizio militare, esercitare il ruolo di tutore di minori, essere titolari di aziende dichiarate di interesse per la difesa nazionale, di essere proprietari di terreni o di fabbricati urbani al di sopra di un certo valore. Per tutti i fu disposta l'annotazione dello stato di razza ebraica nei registri dello Stato Civile.

Il Manifesto della Razza



Il 5 agosto 1938 sulla rivista “La Difesa della Razza” viene pubblicato il seguente manifesto, il ministro segretario del partito ha ricevuto un gruppo di studiosi fascisti, 10 docenti nelle università italiane, che hanno, sotto l'egida del ministero della cultura popolare, redatto o aderito, alle proposizioni che fissano le basi del razzismo

fascista.

1. le razze umane esistono
2. esistono grandi razze e piccole razze
3. il concetto di razza è un concetto puramente biologico
4. la popolazione dell'Italia attuale è nella maggioranza di origine ariana e la sua civiltà è ariana
5. è una leggenda l'apporto di masse ingenti di uomini in tempi storici
6. esiste ormai una pura razza italiana
7. è tempo che gli italiani si proclamino francamente fascisti
8. è necessario fare una netta distinzione fra i mediterranei dell'Europa (occidentale) da una parte e gli orientali e africani dall'altra.
9. gli Ebrei non appartengono alla razza italiana
10. i caratteri fisici e psicologici puramente europei degli italiani non devono essere alterati in nessun modo.

Quest'anno ricorre l'ottantesimo anniversario dell'entrata in vigore delle leggi razziali.

Secondo me le leggi razziali sono state una vergogna per l'Italia e per l'essere umano, spero che cose del genere non si verificano più.

Elia

Sanità un perché

In questo articolo volevo trattare un tema molto delicato e d'interesse: quello del sistema sanitario, che in Italia è pubblico... spesso ci fa arrabbiare e perdere molto tempo in sale d'attesa e in consulti specialistici di confronto, senza parlare dei casi di malasana che troppo spesso, riempiono le pagine della cronaca nostrana... Ma siamo proprio così sfortunati e sicuri di essere così arretrati? Eppure, il sistema sanitario Italiano appare tra i primi della lista mondiale come efficienza.

Ho recentemente visto un film documentario del regista Michael Moore dal nome "Sicko".



In questo film si pone sotto accusa il sistema sanitario Americano mettendolo a confronto con quello Canadese, con quello Inglese e Francese ed infine con quello Cubano ed io volevo complementare il suo lavoro con la mia esperienza di vita che, per lavoro, ho provato in Germania ed in Tunisia. Il sistema sanitario nazionale in America è affidato quasi completamente al settore privato, ed è garantito dalle compagnie assicurative che ne gestiscono l'accesso, visti i grossi costi delle parcella. È un settore molto controverso, che a quanto dice l'autore, ha conosciuto anni di oscurantismo e di grande corruzione vista l'importanza strategica ed economica che il settore ricopre nella

società. Incredibile... innanzitutto, è la prima parola che ho pensato: la sanità in pratica è garantita solo ed esclusivamente a chi può permettersi di pagare la parcella... per noi sarebbe un concetto inaccettabile... anche se purtroppo sembra la strada intrapresa vista la quantità di medici che operano in privato a costi decisamente superiori, rispetto al sistema nazionale, ma con tempi d'attesa praticamente nulli. Si dovrebbe impedire il doppio incarico che alcuni specialisti si aggiudicano: o si lavora nel pubblico oppure nel privato, evitando il conflitto di interessi.

Incredibile... innanzitutto, è la prima parola che ho pensato: la sanità in pratica è garantita solo ed esclusivamente a chi può permettersi di pagare la parcella... per noi sarebbe un concetto inaccettabile... anche se purtroppo sembra la strada intrapresa vista la quantità di medici che operano in privato a costi decisamente superiori, rispetto al sistema

nazionale, ma con tempi d'attesa praticamente nulli. Si dovrebbe impedire il doppio incarico che alcuni specialisti si aggiudicano: o si lavora nel pubblico oppure nel privato, evitando il conflitto di interessi.

Pagando la cedola assicurativa si riceve una copertura in dollari per quanto concerne le cure che si possono ricevere... ma cosa succede se i costi superano le previsioni di spesa dell'assicurazione presso cui la polizza è stipulata? A quanto pare si è letteralmente rifiutati dall'ospedale o dalla clinica cui ci si è rivolti, ci sono casi di pazienti che ancora in vestaglia sono stati letteralmente scartati e "scaricati" attraverso dei taxi, nei pressi dei pochi ospedali pubblici, che a loro volta valutavano se prendersi in carico la degenza dell'assistito trovato in stato confusionale nei pressi dell'entrata dell'ospedale.

Il settore è molto all'avanguardia tecnologicamente, ma per potersi permettere queste analisi serve una buona assicurazione visti i costi esagerati e a quanto pare le compagnie assicurative pagano degli specialisti per trovare cavilli burocratici con cui abbandonare i loro clienti nel momento in cui abbiano bisogno di analisi e cure mediche ritenute troppo costose... insomma una truffa legalizzata bella e buona, organizzata da compagnie private ai danni dei cittadini Americani, che altro non possono fare, che sperare nella buona salute e affidarsi ad ogni tipo di costoso integratore o fare ginnastica atta a prevenire i malanni.

Ma quando si tratta di infortunio? Cosa succede?

Dal punto di vista umano la situazione è terribile: casi di interventi rifiutati per i costi eccessivi dell'operazione a scapito della stessa vita dell'assistito che morente lasciava il coniuge sbigottito dal cinismo con cui venivano negate burocraticamente le costose analisi per tentare di salvarlo; filmati di persone che acquistati ago e filo in farmacia pensavano a suturarsi da sé delle profonde ferite da taglio; per un incidente sul lavoro che ha reciso due dita ad un uomo sono state chieste due parcelle: una da 6 e l'altra da 13 mila dollari per ricucirglieli. E l'infortunato che non aveva abbastanza denaro si è visto costretto, suo malgrado, a dover decidere quale dito farsi suturare.

Un incubo direi...

Il tutto mentre la sanità pubblica è male pubblicizzata, accusata di essere un sistema socialista di stampo comunista che attenta alla libertà del popolo americano, insomma si tutela anche la libertà di morire per mancanza di cure.

Cure che invece in Inghilterra sono al centro di attente analisi dei risultati, orse perché influenzano direttamente lo stipendio dei dottori che le prescrivono... Si avete capito bene: lo stipendio di un medico di base in Inghilterra, dove è presente un sistema sanitario pubblico, prevede una variabilità in funzione degli esiti degli esami degli assistiti per

esempio se smettono di fumare, se i valori sanguigni restano nella norma o se le condizioni di salute migliorano, loro sono più remunerati.

Molto meritocratico il sistema quando sono i risultati ad essere premiati.

Naturalmente anche lì, come in Francia ed in Italia, non si paga nulla se non un ticket sanitario che ammortizza la spesa... ticket che comunque risulta azzerato in caso di stato di disoccupazione da parte dell'assistito.

Della Francia ha stupito molto Michael Moore il sistema di guarda medica, simile a quello Italiano, dove in caso di necessità è il medico che va a visitare il paziente a domicilio a qualsiasi ora, il tutto naturalmente senza presentare costose parcelle al visitato.

Nel film, il regista Americano esterrefatto dai vantaggi della sanità pubblica ed incredulo della sua gratuità si aggira in un ospedale Inglese cercando la cassa: il luogo dove i pazienti pagano per le cure ricevute... e ad un certo punto la trova... si reca per avere delucidazioni, e sgomento gli viene spiegato che l'ufficio cassa serve per rimborsare i soldi che i pazienti sborsano per recarsi all'ospedale coi mezzi pubblici...

In America la semplice condivisione di una piccola tassa potrebbe garantire la salute di tutti i cittadini ma questa è pubblicizzata come uno strumento sociale obsoleto e anti-economico che andrebbe a limitare quelle libertà su cui si fonda il continente e lo stesso sogno Americano. Istituire un efficiente servizio pubblico non è facile, perché gli interessi economici delle industrie farmaceutiche sono immensi e purtroppo, essendo senza gli adeguati ammortizzatori, il settore, riversa la sua immane sete di denaro esclusivamente sul privato... il pubblico a sua volta istituisce dei professionisti per potersi difendere "dall'assalto" e purtroppo vede gli inermi cittadini che nel momento del bisogno devono ingiustamente guardare l'aspetto finanziario per capire se economicamente possono permettersi una operazione che magari gli salverebbe la vita...cinismo puro.

Tornando al sistema Francese, lo stato mette a disposizione delle famiglie con figli piccoli una aiutante per i lavori domestici... questo sarebbe una manna persino in Italia dove il welfare e le politiche sociali sono state abbandonate da tempo.

I vicini di casa Canadesi non si azzardano nemmeno ad entrare negli States senza una speciale loro polizza assicurativa medica nazionale... sulla loro sanità nulla da dire: è pubblica e ben gestita e i medicinali sono venduti a basso costo. Molti Americani simulano addirittura dei rapporti matrimoniali con consorti fittizi in quei territori proprio per via di queste migliori condizioni sulle cure, altrimenti molto costose nei loro territori.

Per completare l'indagine il documentario si sofferma sulle condizioni di cura dei carcerati di Guantanamo: una prigione Americana sita nell'omonima baia in territorio Cubano,

ebbene ogni prigioniero aveva cure mediche gratuite ed illimitate.

Saputo questo il regista ha inscenato un atto di protesta: affittando delle barche, ha deciso di trasportarvi alcuni malati bisognosi di cure mediche: dei reduci delle operazioni di ricerca della tragedia dell'11 settembre alle torri gemelle... erano i primi soccorritori che scavarono tra le macerie assieme ai pompieri e respirando senza maschere protettive le polveri dei grattacieli in fiamme, hanno registrato gravi lesioni alle vie respiratorie... purtroppo essendo agenti volontari le compagnie assicurative hanno negato loro il rimborso delle spese mediche, e andarono sul lastrico in pochi anni...

Naturalmente rimbalzati dalla prigione di stato si sono recati a Cuba, nazione da sempre dipinta come il nemico pubblico numero uno a causa delle tendenze comuniste della politica...

Una volta a Cuba, le stesse medicine che necessitavano negli Stati Uniti, hanno potuto comprarle per pochi centesimi... in regime di sanità pubblica, li hanno poi visitati e gratuitamente li hanno tenuti in osservazione qualche giorno. Chiesero di ricevere gli stessi trattamenti previsti per ogni cubano, e ciò fu sufficiente per far scoppiare in lacrimare di gioia i poveri trasportati che mossi dall'animo positivo e volenteroso di quei medici ritrovavano la possibilità di curarsi ed in alcuni casi di guarire.

Circa 20 anni fa mi sono recato, per lavoro, in Germania dove ho vissuto per qualche mese ed ho notato che il sistema sanitario pubblico aveva poche proprietà immobiliari da gestire, moltissimi specialisti lavoravano in privato ed operavano tramite delle moderne cliniche attrezzate in modo adeguato... fortunatamente lo stato ha istituito una convenzione con essi che copre ogni assistenza di base: non si pagava nulla se la prestazione era ritenuta necessaria e di base, le spese aggiuntive erano gestite tramite un ticket la cui entità era proporzionale alla quantità di tasse versate l'anno precedente.. la cifra era riportata anche sul libretto di lavoro che era da presentare ad ogni prestazione: più una famiglia era benestante e più era alto il ticket da pagare. Il pregio principale è che il paziente può decidere, per esempio da quale dentista andare e della prestazione pagherà solo quella differenza che emergerà da un intervento ritenuto di base... ad esempio se scelgo un materiale più costoso per una otturazione, si troverà da pagare solo la differenza dal materiale ritenuto di base. In tutto questo ci sono moltissime cliniche private in concorrenza tra loro che si aggiornano continuamente per essere scelte e quindi lo stato non si ritrovava enormi spese di gestione tra beni immobili e stipendi salati. Rimane comunque che la categoria era fortunatamente ben remunerata e sebbene non fossero pagati sui risultati puntavano molto sulla qualità della vita come modello di

medicina preventiva. Penso che per un medico, poter lavorare, senza tener d'occhio l'aspetto finanziario sia molto importante ed anche una bella soddisfazione, in fin dei conti



per coloro che fanno il giuramento di Ippocrate penso che l'aspetto fondamentale e più gratificante della loro carriera sia quello di salvare la vita ai loro assistiti. A tutti... indifferentemente dalla situazione economica in cui versa il malato e per questo il sistema è importante che rimanga pubblico e non mosso da aziende private che mosse dal guadagno scambierebbero la nostra salute come una merce su cui lucrare. Nonostante questo, penso che l'aspetto finanziario sia comunque

molto importante: soprattutto in termini meritocratici ovvero andando a premiare i risultati fin dall'inizio della filiera come in Inghilterra dove i dottori arrivano tranquillamente a permettersi ampie abitazioni e auto lussuose. È importante il livello di soddisfazione degli assistiti, ma lo è altrettanto quello dei dipendenti di un ospedale o di una clinica... che se in buona salute fisica e mentale non graveranno sul sistema sanitario.

Purtroppo, nel nostro paese stiamo vivendo un continuo conflitto di interessi e capita spesso che alcuni rami del settore pubblico rimangano arretrati a causa della scarsa concorrenza e soprattutto delle politiche ospedaliere, che poco lungimiranti, spesso vedono le finanze sanitarie come un bacino da cui attingere per impolpare altri ministeri.

Si dice, per esempio, che per delle analisi del sangue che in Italia costerebbero circa 60 € di ticket in Austria se ne pagherebbero circa 3. E perché queste disparità? Perché il costo del ticket serve a rimpinguare le casse ed è divenuto secondo me strumento di controllo sociale... d'altronde lo zampino della politica si manifesta un po' ovunque soprattutto dove girano gli stanziamenti, dimostrando per l'ennesima volta di trascurare l'importanza di una cultura preventiva per interessi...

Purtroppo, dalle analisi statistiche, si denuncia che siamo uno dei paesi in cui il consumo di farmaci è tra i più alti... probabilmente a causa della semplicità con cui questi vengono prescritti e dal basso costo a cui li si può reperire... a quanto pare c'è una pillola per tutto, peccato che nelle scuole non si insegnino cose come l'importanza di una sana alimentazione e lo stile di vita lavorativo sia tutt'altro che sano... per citare un esempio: alcune aziende Giapponesi costringono a mezz'ora di ginnastica o di joga i loro dipendenti, in modo che questa attività fisica possa influire sulle loro prestazioni nell'arco delle ore lavorative. È dimostrato che funziona e la salute ne guadagna.

Insomma, siamo all'avanguardia senza saperlo... e speriamo che questo sia un punto di partenza per delle coraggiose riforme che maggiormente premino la prevenzione, i meriti e i risultati del personale che quotidianamente ci aiuta a vivere meglio e che spesso ci salva la vita...

Grazie di cuore.

Maximiliano

Igor volley Novara: la sua storia

Nel riprendere la rubrica sportiva, vorrei scrivere quattro righe sulla Igor Volley Novara e la sua recente storia. La Igor è una squadra di pallavolo femminile, che milita nel campionato di A1, la massima serie della pallavolo italiana. La squadra nasce dalle ceneri della Agil Volley Treate prima, Asistel Volley Treate per una decina d'anni e infine Igor Volley Novara per queste ultime sette stagioni di campionato nella categoria A1. La Igor è nata con l'entrata in società dello sponsor Fabio Leonardi, amministratore delegato della Igor Gorgonzola, fabbrica di produzione e stagionatura del famoso erborinato.

La società è presieduta da suor Giovanna Saporiti, già presidente fin dalla nascita della società di pallavolo.

La squadra è allenata per il secondo anno da Massimo Barbolini, con la capitana Francesca Piccinini (ormai alla sua ultima stagione avendo già compiuto 40 anni).

Gli obiettivi sono quattro come nella passata stagione, in cui ne sono stati centrati solo tre. La Supercoppa di dicembre 2017, la Coppa Italia a gennaio 2018 e prima lo Scudetto per la stagione 2016-2017. Un solo rammarico è la non conquista della Final Four per la Coppa Campioni che è stata persa con il Galatasaray con il punteggio di 3 a 1.

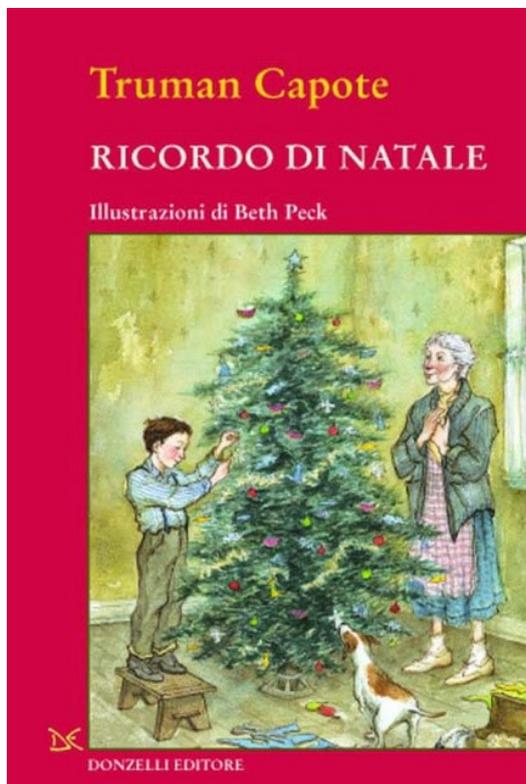
Per questo numero è tutto... Ci vediamo alla prossima.



Giovanni

Un libro da leggere (a cura di Camilla)

Ricordo di Natale



Anche quest'anno la Redazione ha pensato a voi, cari lettori, e vuole farvi un piccolo regalo letterario per trascorrere al meglio le vostre vacanze di Natale!

Nell'attesa della prima neve e della magia delle feste, vi proponiamo quindi la recensione del racconto "Ricordo di Natale" di Truman Capote, che in America è già da tempo considerato un classico del periodo natalizio.

Il racconto è uno dei tre pubblicati nel 1958 nel volume dal titolo "Colazione da Tiffany – un romanzo breve e tre storie" ed il libro consacrerà definitivamente Capote come indiscusso talento della letteratura americana contemporanea.

Lo spunto è autobiografico, il lettore viene letteralmente calato in uno scampolo candido dell'infanzia dell'autore. Nelle sue pagine, Capote, ci trasporta completamente nel suo mondo e nella sua fantasia di bambino di sei anni, abbandonato da entrambi i genitori e cresciuto in una vecchia casa di Campagna del profondo sud degli Stati Uniti in compagnia dell'amata cugina Sook. È impossibile non amare il personaggio di Sook, un'anziana signora dai capelli bianchi che sembra essere cresciuta solo esteriormente e che rappresenta per il giovane Capote un appiglio solido e fondamentale nella sua crescita. Ogni anno, quando si avvicina Natale, l'autore e Sook mettono in moto un complesso rituale tutto loro, che sa di bosco, noci, abeti e regali ... *"Restiamo seduti per giorni interi al tavolo della cucina con forbici e pastelli e mucchi di carta colorata. Io faccio i disegni e la mia amica li ritaglia: moltissimi gatti, e anche pesci (perché sono facili da disegnare), qualche mela, qualche anguria, alcuni angeli con le ali ricavati dalla carta stagnola che abbiamo conservato dalle tavolette di cioccolato. Per appendere queste creazioni all'albero usiamo le spille da balia; come tocco finale, spolveriamo con i ciuffi di cotone (raccolto per questo scopo nel mese di agosto)"...*

Ma questo Natale lascerà nel giovane Capote un ricordo speciale, poiché sarà l'ultimo che passeranno insieme, e per mantenerlo vivo nella memoria, da grande ne racconterà la storia. L'amicizia senza tempo tra il piccolo Truman e l'anziana cugina Sook, è diventata in America un piccolo classico di Natale, con decine di riedizioni e adattamenti teatrali, al cinema e in tv, tra cui quello celeberrimo del 1967, raccontato dalla stessa voce di Capote e interpretato dalla grande Geraldine Page, che vinse un Emmy Award.

Il lettore, scorrendo le pagine di questo libro corredato dalle bellissime illustrazioni di Beth Peck, famosa disegnatrice di libri per ragazzi, avrà la sensazione di toccare con mano la malinconica nostalgia con cui l'autore ricorda la propria infanzia. Si tratta di un racconto di Natale, ma il Natale passa forse in secondo piano rispetto ai temi centrali dell'amicizia, del piacere di condividere e donare e della complicità dei due protagonisti. Un racconto che si gusta in una sola ora ma che lascia un segno indelebile nel cuore del lettore.

Buona lettura!

Un film da vedere (a cura di Giuseppina)

A star is born



Un film da vedere è “A Star is Born”, i protagonisti di questa storia sono, Ally e Jack, interpretati da Lady Gaga e Bradley Cooper. Jack è un famoso cantante con problemi di alcolismo e droga, Ally, una ragazza semplice con la passione per la musica, tanto da scrivere delle canzoni tutte sue. I due si incontrano per caso nel locale dove lei si esibisce, Jack prova subito un grande interesse per Ally. Jack aspetta che la ragazza termini la sua serata e i due passano del tempo insieme, nel quale Ally fa lui sentire la

sua canzone che a Jack piace molto tanto da spronarla a cantarla davanti ad un pubblico, ma lei ha un limite, il suo naso, non le piace, dice che è brutto.

Fra i due scatta qualcosa. Ally il giorno dopo torna a lavoro, ma ad aspettarla fuori c'è una limousine che la porterà da Jack ad uno dei suoi concerti. Mentre è sul palco davanti a milioni di fans, chiede a Ally di cantare la canzone, di cui lui ha fatto l'arrangiamento; la canzone inizia, ma Ally, che si trova nel back stage, non se la sente, ma poco dopo, coraggiosamente, sale sul palco e i due duettano la canzone “Shallow”. È un grande successo, milioni di visualizzazioni sul web. I due si innamorano, lui la porta nei luoghi della sua infanzia, passano molto tempo insieme.

Mentre un discografico ingaggia Ally per proporla al mondo come artista, Jack non riesce ad uscire dalla sua dipendenza. Il sogno di Ally si sta realizzando, un primo singolo, che va molto bene, un album e concerti per tutto il paese fino ad essere candidata a tre Grammy. Purtroppo nel momento della sua premiazione proprio mentre Ally fa i suoi ringraziamenti Jack, che l'ha accompagnata, sale sul palco visibilmente ubriaco, mettendo Ally in un visibile imbarazzo e lasciando di che parlare per giorni.

Da questo episodio Jack decide di disintossicarsi in una comunità dove resterà per qualche mese, Ally è sempre accanto a lui.

Non svelerò il finale. Ritengo che questo film sia da vedere, filo conduttore di questa pellicola è l'amore. Mi è molto piaciuto, un film romantico che ti tiene davanti allo schermo.

Alla prossima!

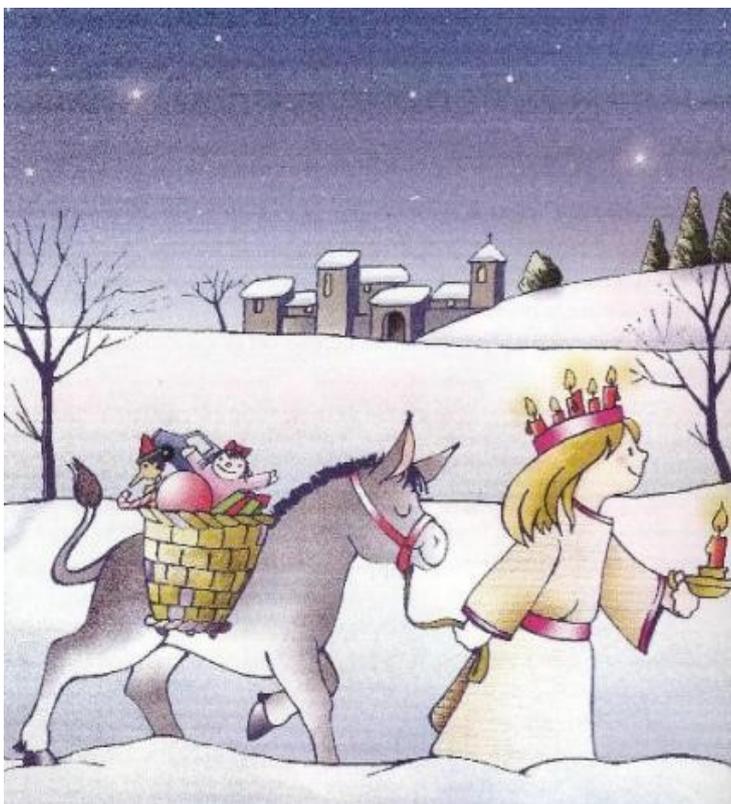
Una fiaba da raccontare (a cura di Alessandro)

Santa Lucia

Quando Lucia ancora molto giovane salì in cielo, con i suoi modi dolci e gli occhi pieni di luce conquistò tutti, anche San Pietro nonostante il Santo avesse modi un po' scontrosi. I giorni trascorrevano in serenità e pace, Lucia era ormai lontana da sofferenze e cattiverie terrene, nonostante questo San Pietro si accorse che la Santa era triste. Parlando con la Santa Lei gli confessò che avrebbe voluto tanto rivedere il paese dove era nata in Sicilia. Di animo buono San Pietro decise di parlare con il Padre Eterno di come esaudire il desiderio di Lucia, il Signore allora consegnò a Pietro una chiave d'oro che era in grado di aprire una finestra che permetteva una vista sul mondo.

Lucia commossa con gli occhi lucidi si recò con Pietro a questa finestrella, infilò la chiave e la aprì, quindi riuscì a vedere casa sua. Per un po' la Santa fu soddisfatta e non sentì l'esigenza di vedere le cose terrene.

Una notte Lucia venne svegliata da lamenti e pianti, allora prese la chiave e aprì la finestra, in quel momento si rese conto delle cose ingiuste, della vita dissoluta e della sofferenza dei bambini sulla terra. Questo riempì di tristezza la Santa.



Dopo quella notte San Pietro e il Padre Eterno videro l'umore della Santa cambiare, era più triste e rammaricata, il Signore decise allora di incaricare Lucia di portare un po' di allegria sulla Terra, soprattutto ai bambini, una volta all'anno, il 13 dicembre, giorno del suo martirio.

San Pietro disse a Lucia di aprire con la sua chiave una finestra sullo spazio, e qui vide dei giochi dimenticati dai bambini viziati: trombette, bambole, cavalli a dondolo, trottole, che Lei poteva prendere e donare ai bambini meno

fortunati.

Riposti i tantissimi doni in grandi sacche San Pietro chiese se qualcuno voleva aiutare Lucia a trasportare quel pesante carico, la ragazza era piccolina e non sarebbe mai riuscita a fare tutto da sola; si fece avanti un asinello. Da quel giorno Santa Lucia e il suo compagno ogni anno il 13 dicembre fanno visita ai bambini buoni e portano loro giocattoli e vari doni.

Questa fiaba è molto carina, non la conoscevo, leggendola mi ha fatto riflettere su quanto sia improntata sul consumismo la nostra società, quante volte compriamo qualcosa (sia adulti che bambini) che reputiamo indispensabile e una volta avuta magari la usiamo un paio di volte e poi ce ne dimentichiamo proprio come i bambini viziati? Non so se questa sia la “giusta” morale di questa fiaba, voi cosa ne pensate?

Buona notte!

Un disco da ascoltare (a cura di Emilio)

Rock a Natale

Il Natale sta arrivando, eccoci di nuovo alle prese con i Babbo Natale appesi penzoloni dai balconi, le lucine colorate intermittenti stroboscopiche, gli alberelli da addobbare, i regali, i cenoni, i parenti, i panettoni e arriverà sicuramente anche “Una poltrona per due”.

Stanno arrivando anche le canzoncine di Natale rispolverate dal Piccolo coro dell'Antoniano, da Michael Bublé, Mariah Carey, i grandi classici come Bing Crosby, Frank Sinatra e Dean Martin e tutta una serie di volti o meglio voci meno note ma che vanno alla grandissima in questo periodo.

Nell'immaginario comune sono questi i cantanti che ci si aspetta di ascoltare a Natale.

C'è molto di più e di tutt'altro genere...

Star del Rock, dell'Hard Rock, del



Punk e del Metal, stili musicali agli antipodi rispetto alle classiche canzoni natalizie, si sono cimentate in loro cover: AC/DC, Bruce Springsteen, Bon Jovi, Billy Idol, David Bowie, The Ramones, Twisted Sister, Foo Fighters, Queen, Iron Maiden, Alice Cooper, ZZ Top, Kiss, Johnny Cash, Marilyn Manson e Black Sabbath per citarne alcuni.

Dei gran cattivoni tutto sesso, droga e Rock&Roll che, arrivato il Natale, chissà come, diventano sentimentali e si addolciscono, ma senza perdere nulla della energia e delle loro voci graffianti, accompagnante dalla potenza delle chitarre elettriche.

Il mix che ne risulta è qualcosa di unico per gli amanti del genere, difficile è rendergli giustizia a parole, ed è frutto, se vogliamo, della magia del Natale che ancora una volta rende tutti più buoni.

Se funziona con i cattivi del Rock può e deve funzionare anche con noi. Il Natale ci ricorda da dove veniamo, ci ricorda che siamo stati dei bambini emozionati e trepidanti in attesa della mezzanotte, ci ricorda il calore familiare, e riesce ancora a farci emozionare. Seguiamo l'esempio delle Rock Star: per qualche giorno giù la maschera da duri e cattivi e torniamo i bambini che eravamo!

Come scrisse John Lennon “Happy Xmas, War Is Over”, “Buon Natale, la guerra è finita”.

Una poesia da ascoltare (a cura di Anna)



L'aquila bianca (14/12/1990)

*Come un attore recita la sua parte,
tu reciterai la tua.*

*Reciterai la gioia, la gioia
di un giorno di festa,
che festa non sarà.*

*Ed è proprio in quel giorno di festa
che la tua "Aquila bianca" si accasciò
nel suo nido allo stremo delle forze.*

*I suoi piccoli svolazzavano intorno a lei,
era solo un'illusione*

quella di alleviare le sue pene!

Oramai era quasi alla fine!

*Era il giorno di Natale,
quel giorno maledetto!*

L'ultimo Natale della tua Aquila bianca.

*Doveva essere un giorno di gioia,
fu un giorno di profonda tristezza.*

*Non sapevamo,
ma sapeva che non avrebbe più volato.*

Si avvicina quel giorno.

Il tuo cuore è triste,

la tua mente torna indietro nel tempo:

non sarà un giorno di gioia,

*ma dovrai recitare,
comunque, la tua parte.*

Sì, la dovrai recitare,

questo è ciò che vuole da te il tuo pubblico...

Note leggere (23/12/2003)

Note leggere

Come piume al vento

Note scolpite e levigate

Note ribelli

Fuggite dalle dita

Ascoltate

e poi abbandonate

note sognate

vissute

e dileguate



Una ricetta da assaporare (a cura della Redazione)

La torta cioccolatino

Ingredienti:

- Cioccolato fondente: 200g Uova: 4
- Uova: 4
- Acqua: q.b.
- Farina: 4 cucchiari
- Burro: 200g
- Zucchero a Velo: q.b.
- Zucchero: 200g
- Sale: q.b.

Per la glassa di copertura:

- 200 g. zucchero a velo
- 4 cucchiari di acqua
- succo di mezzo limone



Sciogliere il cioccolato fondente con 2 cucchiari di acqua (meglio scioglierlo a bagnomaria)

Unire al composto lo zucchero e il burro e lavorare il tutto sui fornelli a fuoco basso.

Quando la crema risulta ben uniforme e senza grumi, farla raffreddare e incorporare nell'ordine i tuorli delle uova, gli albumi montati a neve finissima, un pizzico di sale e la farina setacciata.

Riversare il composto in una teglia rivestita di carta da forno e cuocere a 180° per 20' circa.

A fine cottura farla raffreddare e servirla con glassa di copertura, preparata mescolando lo zucchero a velo con succo di limone e i 4 cucchiari di acqua. Una volta raggiunta la consistenza desiderata versare sulla torta e decorare a piacere. Noi abbiamo optato per una versione natalizia!!!!

Buon appetito!

Un detto popolare (a cura di Anna)

Tutti i nodi vengono al pettine

Questo proverbio è uno dei tantissimi che, quando capita l'occasione, viene ricordato per intendere che prima o poi, si pagano le cattive azioni compiute e che, prima o poi, dovremo affrontare le difficoltà rimandate.

In inglese, ad esempio, questo modo di dire viene tradotto in due modi: “tutte le galline ritornano al pollaio” oppure “stai sicuro che il tuo peccato ti scoperà”.

Spesso, mi capita di citare dei proverbi per rendere l'idea di ciò che dico, senza essere prolissa.

Secondo un certo Alberto Viotto, di cui non conosco niente, se non che si occupa di marketing, non è vero che tutti i nodi vengono al pettine. A volte, un proficuo equivoco può essere portato avanti per generalizzazioni; da qui Viotto ha scritto un libro su falsi proverbi,

Nel 1910 il medico tedesco Samuel Hahnemann pubblicò un testo in cui propose di curare le persone utilizzando gli stessi principi che provocavano le malattie, diluiti in modo drastico. Ecco, quindi, che nacque l'omeopatia, che ha avuto un enorme successo.

Piero Angela però, ha dimostrato che questa teoria non aveva alcun fondamento scientifico: è stato denunciato dalle associazioni omeopatiche per averlo detto anche in una trasmissione televisiva, Ma è stato assolto.

Quanto di vero c'è in questo guazzabuglio?

A voi l'ardua sentenza.



Un'intervista da effettuare (a cura della Redazione)

Giancarlo Buratti: musicista, architetto, scrittore, uomo



Giancarlo Buratti, che attualmente risiede a Carpignano Sesia, ma il cui eclettismo lo ha portato a coltivare diverse passioni, dalla musica all'architettura, dall'informatica alla letteratura, il 27 novembre u.s. ha fatto visita alla nostra Redazione, rispondendo alle nostre domande e donandoci momenti carichi di lirismo e vita.

Nel 1996 si diploma al Conservatorio di Brescia in clarinetto, l'anno precedente aveva conseguito il diploma di specializzazione in musicoterapia presso il CEMB di Milano. Nel 1998 fonda con altri quattro musicisti il

"Quintetto Denner", gruppo jazz con il quale parteciperà ad eventi di risonanza mondiale (dal "European Jazz Festival" di Izmir nel 2001, al "Gold Coast International Jazz Festival" di Surfers Paradise, per arrivare al concerto alla Concert Hall del Conservatorio di Sidney e al Toronto Jazz Festival fino al concerto alla Guanzhou Opera House in Cina nel marzo u.s.).

Nel 2001 fonda Oberon Grafica, una società che si occupa di siti internet per la gestione dati, progettando sistemi complessi per realtà quali il Politecnico di Milano, servizi per l'occupazione disabili della Provincia di Milano e altre importanti realtà. Inizia anche a scrivere romanzi, tra cui "Il Tempio", che nel 2013 è finalista al Concorso Nazionale di Repubblica e L'Espresso per la selezione dei nuovi talenti della narrativa italiana.

1) Perché ha scelto di suonare il clarinetto?

All'inizio ero affascinato dal sax, ma costava troppo. Ero interessato agli strumenti a fiato perché a Carpignano c'è una banda che dava gratuitamente alcuni strumenti: tromba, clarinetto e trombone, senza bisogno di comprarli... la mia famiglia non era molto ricca. Ho iniziato da molto piccolo (10 anni) poi ho smesso. La scuola di musica era terribile, ho fatto solfeggio per due anni. Poi ho smesso... Tempo dopo, ho ascoltato un concerto jazz e mi ha folgorato il clarinetto suonato da un signore. Questo signore (Guerrino Alliranchini) è

quello con cui lavoro ancora adesso, nel quintetto jazz di cui faccio parte. Seriamente ho cominciato a suonare più tardi.

2) *Qual è stato il suo percorso di studi?*

Tanti...conservatorio e contemporaneamente architettura, poi mi sono laureato in lettere... Sono specializzato in musicoterapia. Da quando ho 18 anni però ho iniziato a lavorare con la musica...Sono diplomato in conservatorio poi ho frequentato l'accademia di perfezionamento a Milano. Poi la svolta è stata quella del quintetto. Fino al '98 niente di che, quando abbiamo conosciuto Guerrino e Filippo il quintetto ha preso il volo.

3) *Che lavoro fa?*

Principalmente sono un Webmaster, ovvero sviluppo sistemi complessi... Sono stato unicamente musicista per tre anni, poi è diventato complicato (allora mi dovevo muovere molto, non potevo rifiutare nulla per portare a casa la pagnotta)... poi mi sono reso conto che mi stavo ammalando, mi veniva il magone quando aprivo il sax ma era l'unica paga che avevo. Quindi ho deciso di lasciare la musica come hobby...

4) *C'è una relazione tra l'attività di webmaster e la musica?*

È tutto una questione di logica...

5) *L'hanno spinto a suonare o ha scelto lei?*

Mio fratello suonava il trombone, forse ho iniziato per imitazione. All'inizio non mi piaceva molto lo studio. Avevo anche difficoltà a leggere gli spartiti perché da bambino soffrivo di dislessia

6) *Quante ore al giorno si allena?*

Tra tutte le cose poco, quando c'è da partire per un concerto studio molto. Anche tre quattro ore al giorno, di solito però non riesco ad avere questo allenamento costante.

7) *Suona anche altri strumenti?*

Clarinetto e sax in generale (contralto e tenore), qualche volta il sax soprano. L'emissione è la stessa, funziona come col clarinetto ma le posizioni sono tutte diverse rispetto al clarinetto.

8) *Prova emozioni quando suona?*

Sì, suono per quello.

9) *Si suona più di pancia o di intelletto?*

Si dovrebbe suonare di pancia ma c'è molto intelletto. Poi dipende da dove suoni. Ad esempio, nel quintetto il solista può suonare molto più di pancia, mentre chi accompagna deve essere molto concentrato e molto presente. Questa era la difficoltà all'inizio perché io avevo una formazione di musicista classico, poi diventa molto stimolante, è molto più libero. Si suona tanto di testa e tanto di pancia.

10) *Ci racconta qualcosa della Banda per cui suona?*

La banda di Carpignano è molto anziana, almeno duecento anni. Nel tempo è cambiata

tantissimo.

11) Qual è il luogo più significativo in cui ha mai suonato?

Come luogo all'Opera House, faceva tremare le gambe, anche dal punto di vista dell'architettura. Dal punto di vista della carriera al Toronto Jazz Festival perché ho suonato a fianco dei grandi della musica, persone di cui ho tutta la discografia a casa

12) Il Pezzo più significativo invece?

Difficile, come dire a che figlio vuoi più bene. Ad esempio, alcune canzoni mi inorgoliscono come italiano... ad esempio sentire in giro per il mondo Estate di Bruno Martino, riprodotta da grandi artisti...

13) Qual è il riferimento musicale a cui si ispira?

Tanti, da quelli più vicini, i miei maestri ad esempio il maestro del conservatorio (Primo Borali), Guerrino. Anche Filippo Rodolfi, il pianista e compositore del nostro quintetto Jazz, è mancato a marzo di quest'anno, eravamo appena tornati dalla Cina, nel giro di poco poi se ne è andato. Poi ci sono le icone più famose....

14) Si è stancato di suonare?

A volte sì, ma ogni tanto mi viene l'idea che potrei stare anche a casa dalle prove. La musica però fa parte della vita, la puoi fare a tutti i livelli ma non importa. La musica è bella. Non ho insistito con i miei figli... mi piace l'idea della musica, non tanto del farla bene, ti insegna ad ascoltare gli altri. Non puoi essere sempre solista ma non puoi neanche essere sempre l'ultimo, non tutto dipende da te ma sei comunque una parte integrante del gruppo, conta quello che faccio. La parte bella della musica è essere una parte del tutto. Viviamo in un mondo in cui tutti sanno urlare ma non ascoltare.

15) Quando deve salire sul palco è agitato?

Sì, questa cosa non passerà mai. Vedo anche Guerrino e Filippo a cui tremano le mani nonostante abbiano cavalcato tutti i più importanti teatri del mondo... Quando suoniamo nei teatri grossi mi piace mettermi dietro le quinte ad ascoltare il brusio.. Nel giorno in cui non senti più questa paura sei diventato un ragioniere

16) Preferisce suonare per sé o per il pubblico?

Siamo tutti un po' esibizionisti...suonare da solo col clarinetto capita solo per studiare, mi piace anche suonare senza pubblico, ad esempio trovarsi a casa di qualcuno a suonare. È bello perché costruisci l'armonia, al di là del fatto che ci siano 7000 persone a guardarti. Il clarinetto nasce come strumento solista ma ha bisogno di qualcuno che armonizzi, da solo non può creare armonia avendo un suono singolo...

17) Attraverso la musica riesce a comunicare il suo pensiero?

No...qualcuno ci riesce, è il punto di arrivo, è molto difficile far passare il tuo stato d'animo. Spesso puoi interpretare il sentimento che c'è nel pezzo ma nella realtà è più difficile

18) Come è avvenuto il passaggio dalla musica ai libri?

Sono un grandissimo lettore, questa è sempre stata la base. Leggo qualsiasi tipo di libro.

C'è una relazione con la musica, ed è il ritmo... alcuni autori viaggiano...ho iniziato a scrivere il primo romanzo perché ce l'avevo in testa. Romanzi inventati, ma comunque c'è sempre qualcosa della tua vita che ispira. L'ultimo romanzo è uscito ieri sulla vita di Guerrino. È un tipo molto modesto, c'erano delle cose che non sapevo della sua vita, ha lavorato con Ella Fitzgerald o ha conosciuto Ava Gardner...

19) *Quali sono i cinque libri che ha scritto?*

L'ultimo è su Guerrino, il primo *Verso un porto amico*, poi *Oberon*, *Swing* (storia di un jazzista che va in America, dedicato ai compagni del quartetto), poi *Il Tempio*, ambientato in un ospedale psichiatrico di Milano.

20) *È un artista poliedrico, ma quale delle sue arti preferisce?*

Tra esse c'è un legame sicuramente. Padre di famiglia è quello in cui sono l'artista migliore.

21) *La musica la aiuta a pensare a come scrivere?*

Il ritmo è molto importante poi le situazioni, è come un brano musicale. Mi è capitato di scrivere dei libri in cui sapevo il finale ma non sapevo come iniziare. *Swing* nasce da un sogno ricorrente che avevo ma non sapevo come iniziarlo.

22) *Ha mai pensato ad un'alchimia tra musica classica e informatica?*

Sì, ci sono dei libri molto belli che analizzano la complessità di Bach (lo scienziato della musica), c'è un pattern matematico che unisce le cose. Mozart aveva inventato un gioco con i dadi, ha composto dei brani da 4/8 battute, poi tiri i dadi e componi i suoni in base a questo.

23) *Riesce a ritagliarsi dello spazio per la sua vita privata?*

Sì, il tempo c'è sempre. Si trova sempre il tempo per fare quello che ci piace.

24) *Quanti strumenti ha?*

Tanti, due o tre clarinetti. Un Full metal che ho comprato ad un mercatino, molto bello da vedere ma meno da suonare... Ho 3 clarinetti in Sib, poi un clarinetto basso e il piano.

25) *Avete una composizione preferita dal quintetto?*

"Fuga Blues" di Flavio Patriarca, compositore della Valsesia che ha composto il brano per noi. Era venuto a sentirci ad un nostro concerto a Romagnano. Filippo ha scritto per noi moltissime cose, soprattutto aggiornamenti. Balcan in blue ad esempio scritta da Filippo che abbiamo suonato per la prima volta in Albania.

26) *Com'è andata la tournée in Cina?*

Bene, la Cina è stata una sorpresa continua. Ad esempio, in Australia hai più o meno un'idea di cosa ti aspetta. In Cina non sapevo, le persone ci hanno accolto benissimo, hanno un grande rispetto. Quando scendi dal palco ti chiedono il permesso di abbracciarti. Noi viviamo in una civiltà molto spaventata, loro non sono spaventati dall'altro, c'è molta più accoglienza e c'è molta cultura. Abbiamo fatto due master class in Cina... c'è un'attenzione, un rispetto che raramente si trovano in altre parti del mondo. Ci sono molti jazz club, anche di dimensioni enormi. La cosa che mi è rimasta più impressa sono state le persone e il

rispetto. C'è molto investimento sui giovani, ad es il direttore dell'opera house ha 26 anni. In musica ci sono delle cose molto strane, si crea un'alchimia tra i musicisti. Ad esempio, all'European Jazz festival di Smirne, abbiamo inciso un disco, nell'ultimo brano c'è un'intro di filippo, sul pick-up all'ultimo brano doveva fare 8 battute di improvvisazione, in realtà ascoltando il disco fa solo 4 battute, si confonde ma noi 4 siamo comunque entrati in quel momento, nessuno l'aveva deciso ma siamo entrati comunque tutti quanti alla quarta battuta invece che all'ottava. È questo che fa l'affiatamento. Nella nostra vita siamo troppo abituati a vedere lo sbaglio, ad esempio quando fai musica classica al conservatorio. Per un musicista classico lo sbaglio è la tragedia, mi sono trovato a piangere di notte quando avevo sbagliato una nota. L'imprecisione fa parte di noi ma ancora adesso quando sbaglio una nota mi tormento.

**Ringraziamo immensamente il maestro Buratti per averci dedicato del tempo,
regalandoci due ore di arte...**

Vecchi e nuovi ricordi (a cura di Alessandro e Paolo)

Commemorazione della fine della grande guerra

Domenica 4 novembre 2018 si è conclusa a Novara presso la Sala Accademia del Complesso Monumentale del Broletto la mostra sulla fine della Grande Guerra. La mostra è stata organizzata dall'Associazione Filatelica e Hobbystica Novarese e, con il contributo di tutti i soci sono stati esposti documenti storici, cartoline, francobolli e tanto altro interessante materiale dell'epoca attinente il periodo 1914-1918.

La mostra dal titolo "Novembre 1918 la guerra è finita" ha voluto commemorare non la vittoria ma la fine di una guerra che tra militari e civili ha fatto più di 14 milioni di morti.

La 1° guerra mondiale ha avuto l'avvio a seguito dell'assassinio dell'Arciduca Francesco Ferdinando d'Asburgo avvenuto il 28 giugno 1914 a Sarajevo. Le grandi potenze militari scesero in guerra e si formarono due blocchi contrapposti, da una parte la Germania, l'Impero austro-ungarico e l'Impero ottomano, dall'altra la Francia, il Regno Unito e la Russia. La mostra tenutasi a Novara, non ha voluto raccontare le storie degli imperatori, dei generali, bensì quelle della povera gente coinvolta in un dramma dell'umanità.

Nei quattro filoni che hanno accompagnato la mostra, le cartoline hanno rappresentato momenti particolari che hanno vissuto i soldati mandati a combattere. Basti pensare che

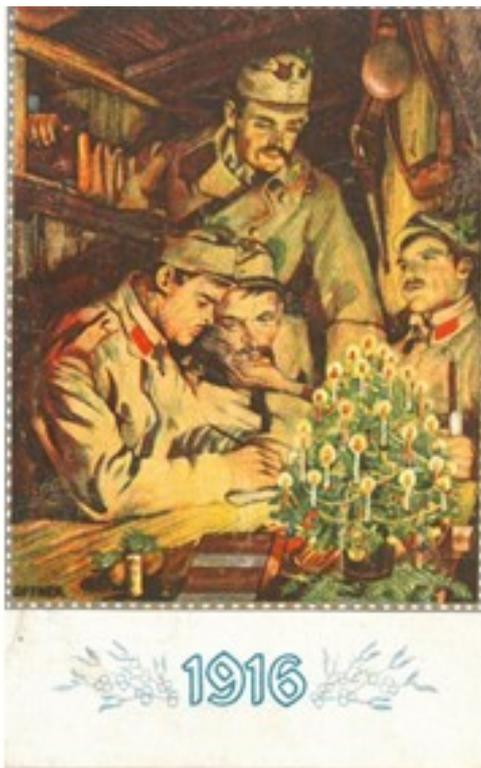


durante la guerra sono state spedite oltre quattro miliardi di cartoline. Era l'unico mezzo per poter comunicare con i propri familiari.

La prima cartolina rappresenta i **“sentimenti umani”**. Il disegnatore Codognato, raffigura uno zouavo francese che porta in spalla, in un campo di battaglia come sottofondo, un soldato tedesco, suo nemico, ferito. Nemmeno la guerra ha potuto cancellare la solidarietà umana.

La seconda cartolina austriaca, rappresenta dei soldati intenti a **festeggiare il Natale**. Le nazioni in guerra e i loro soldati erano quasi tutte di religione cattolica e, pertanto, tutti festeggiavano il Santo Natale.

Sul fronte trentino nel Natale 1917, a mezzanotte una pattuglia italiana vide una grotta e vi entrò. Un soldato si tolse l'elmetto, si inginocchiò e pregò. Un altro soldato raccolse della terra umida e plasmò la forma di un bambino. Poi stese un fazzoletto sull'elmetto e vi depose il bambino. Il caporale tolse di tasca una candela, l'accese e la pose vicino all'elmetto.



Nella commozione del momento rimasero senza sorveglianza. Improvvisamente alle loro spalle una voce disse: "fröhliche Weihnachten" (buon Natale). Una pattuglia austriaca li aveva colti di sorpresa. I tre giovani austriaci abbassarono le armi, si segnarono e cominciarono a cantare "Stille Nacht".

Dopo essersi scambiati gli auguri, gli austriaci si voltarono e si allontanarono dalla grotta.

La terza cartolina rappresenta la gioia

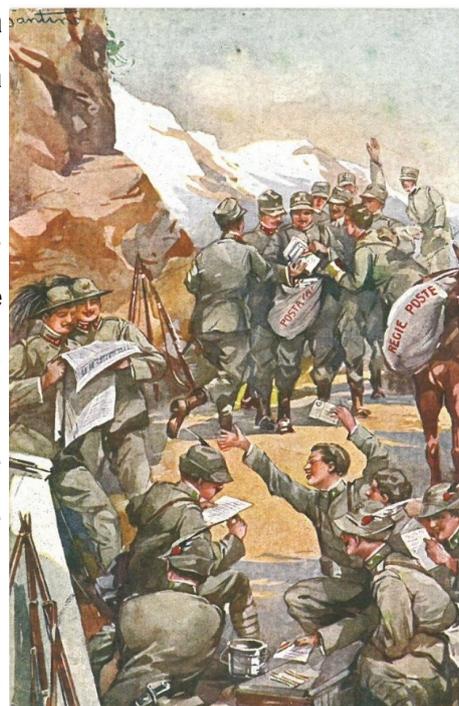
dei soldati per l'arrivo della posta. Era un momento in cui i soldati potevano ricevere notizie dalle proprie famiglie, sapere che stavano bene e così potevano inviare anche loro stessi cartoline o lettere in cui comunicare che anche loro, nonostante gli stenti della guerra, stavano bene. Era il filo che li manteneva speranzosi.

Oltre allo sforzo militare, l'elevato numero dei feriti impose un grande sforzo organizzativo nel settore della sanità e dell'assistenza ai militari feriti, mutilati e traumatizzati.

Il Servizio sanitario aveva il compito di provvedere alla raccolta, al primo soccorso, al ricovero e al recupero dei malati, dei feriti e dei colpiti dai gas.

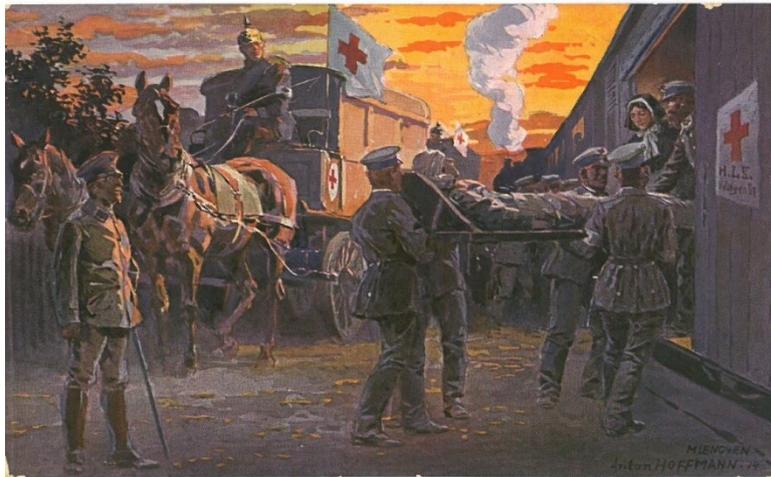
La Croce Rossa Italiana operò a fianco della Sanità Militare, sia nelle zone di guerra che all'interno. Si stimano circa 9.000 "crocerossine", per la maggior parte volontarie, che accorsero in assistenza ai feriti con compiti di gestione di ospedali, presidio dei magazzini di materiale sanitario.

La quarta cartolina, bavarese, raffigura il trasferimento di feriti da un carro ad un treno ospedale.



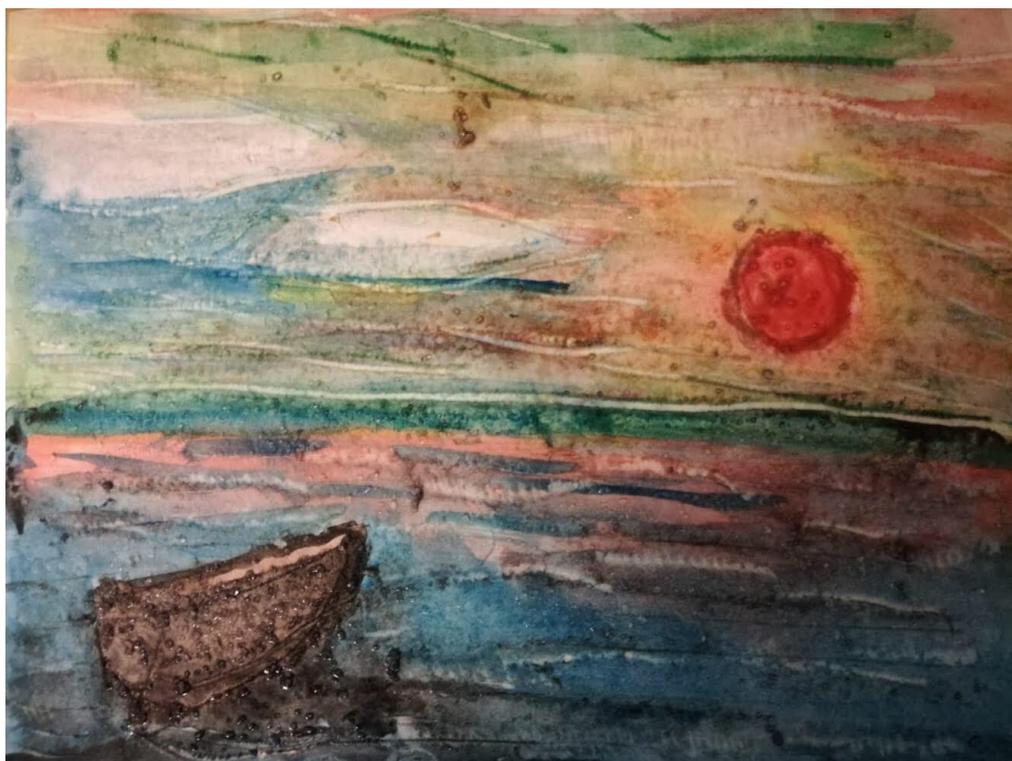
La guerra segna l'umanità con il dramma dei feriti, dei morti, dei mutilati, con sofferenze immani di uomini che erano mandati a combattere e molte volte non conoscevano nemmeno il motivo.

A Novara, come in tante altre città, ci sono strade intitolate ai "Ragazzi del '99", che durante la Grande Guerra era la classe 1899 che fu richiamata alle armi nel 1917 a 18 anni appena compiuti.



Alessandro

L'angolo dell'arte (a cura di Rosario e Anna)



Curiosità (A cura di Max)

La memoria dell'acqua

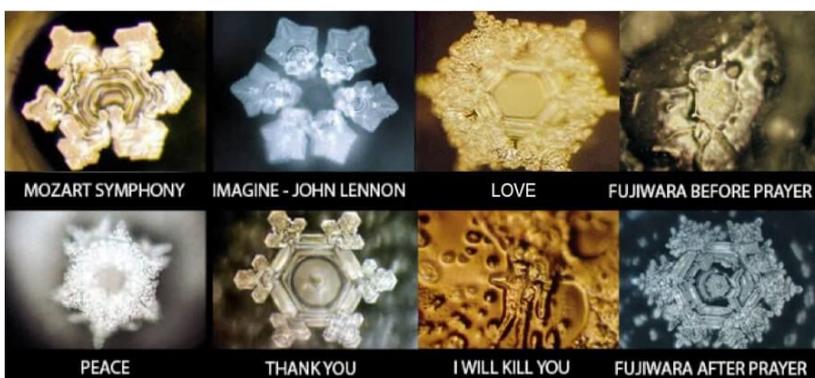
In questo articolo volevo sottoporre alla Vostra attenzione le ricerche di un uomo Giapponese: Masaru Emoto, di Yokohama 22/07/1943 – 17/10/2014: laureatosi all'Università municipale di Yokohama con una specializzazione in relazioni internazionali, non ama definirsi un uomo di scienza, bensì un uomo semplice animato dalla curiosità di un bambino.

Le sue ricerche, riprendono gli studi del Dr. Lorenzen, e riguardano un argomento che in fin dei conti ci può toccare tutti quanti. Ricordato come saggista e pseudoscienziato ha dedicato la propria esistenza ad una ricerca che ha cercato di condividere il più possibile, arrivando persino di fronte all'ONU per proporre le sue idee per la pace nel mondo.

Il suo progetto si chiama Emoto Peace Project e con le sue collaborazioni ha saputo coinvolgere ben 24 paesi del mondo...

Vediamo di cosa si tratta.

La ricerca è semplicissima: ha realizzato una serie di esperimenti che hanno dimostrato in modo scientifico, quanto le parole, le emozioni e i pensieri, buoni o cattivi che siano, possano influenzare le nostre biologie. Come ha fatto? Sottoponendo dei flaconi di acqua, di vario genere, all'esposizione di un imprinting emotivo o musicale prima e al raffreddamento poi..



Portati a meno 24 gradi centigradi, naturalmente si sono congelati. Nel loro ritorno allo stato liquido, verso i -4 gradi si notava, tramite un microscopio elettronico, che i cristalli di questi campioni d'acqua erano differenti a seconda del tipo di

informazione che gli era stata "trasmessa". Ha effettuato delle prove sottoponendo le capsule d'acqua a della musica ed a seconda del genere si formavano cristalli di varia bellezza.

Ha provato a sottoporre i flaconi ad alcune parole e alcune emozioni: compassione, amore per se stessi, amore per il partner o per la famiglia, gratitudine, odio, rabbia e i risultati sono stati incredibili: tutte le emozioni positive finivano con il condensare figure armoniche complesse, simmetriche e articolate su concetti geometrici molto ordinati. Invece tutte le emozioni negative come odio e rabbia producevano disegni di cristalli amorfi e senza bellezza geometrica.

Dopo aver eseguito questi esperimenti con acqua di laboratorio caratterizzata da musica ed emozioni, li riprovò con acqua piovana e acqua sorgiva andando personalmente a raccogliere i campioni necessari sui pendii del monte Fuji.

Fece cristallizzare quei campioni in modo neutro e si accorse che anche la natura aveva una sua voce, perché formava dei bei cristalli nitidi, a differenza dell'acqua di rubinetto che prelevata in varie città del mondo non rilasciava nessuna forma geometrica.

Questo, secondo Emoto, a causa dei notevoli trattamenti industriali cui è sottoposta per essere resa potabile e intubata nelle condotte idriche.

Fece su se stesso delle prove utilizzando dell'acqua trattata con musiche e preghiere per "rimediare" a dei dolori che riscontrava alle articolazioni, e notò che probabilmente l'armonizzazione delle molecole quell'acqua influenzava in modo benefico le sue giunture in quanto i dolori scomparvero... per questi studi gli venne conferito nell'ottobre 1992 un attestato relativo alle medicine alternative rilasciato dall'istituto privato *Open International University For Alternative Medicines*. Successivamente negli Stati Uniti si interessò alla risonanza magnetica.

Un ulteriore esperimento lo fece, quando coinvolse circa 500 amici e familiari tramite una serie di e-mail che scrisse, in cui chiedeva ad ognuno di rivolgere attraverso i pensieri o meglio attraverso le preghiere la loro attenzione nei confronti di una capsula di acqua di laboratorio, testata che non creava cristalli, che era riposta sulla sua scrivania. Ebbene alla fine del periodo previsto per il trattamento a distanza, anche quel flacone che prima era amorfo compose delle stupende forme geometriche. E questo secondo Masaru, grazie al riversamento del CHI, la propria energia interiore nei confronti di questo raccogliitore. A suo modo dimostrando quanto anche la preghiera possa influenzare una biologia umana.

Ricordo che come figli di questo pianeta, il nostro corpo è composto da acqua per il 75%, e quindi quanto sia "vulnerabile" o suscettibile ai suoni ed alle emozioni che ci circondano.

L'energia sottile, che crea questo inprinting nell'acqua è stata chiamata Hado, parola Giapponese che letteralmente significa "cresta dell'onda". Viene misurata attraverso una macchina che si chiama MRA: Magnetic Resonance Analysis e grazie ad essa, più precisamente, si è evidenziato che queste acque trattate possono migliorare le condizioni fisiche delle persone.

Un facile esperimento che è stato ripetuto anche in Italia, da gente comune, per valutare la veridicità degli studi di Emoto, riguarda quattro barattoli in cui sono stati riposti del riso assieme a dell'acqua. Ogni contenitore ha subito per due volte al giorno per un mese un trattamento emotivo differente: uno è stato vezzeggiato, un altro è stato amorevolmente coccolato, uno è stato insultato con rabbia ed il quarto non ha subito nessuno trattamento. Ebbene, passato un mese, il colore delle acque sulla superficie è cambiato, diventando rossiccio nel caso del barattolo che era stato insultato.

L'estremo opposto: il barattolo che non ha ricevuto scossoni emotivi, è l'unico in cui il riso, aveva quasi completamente perso la forma a chicco. Quasi a significare come queste vibrazioni, positive o negative che siano, ci siano indispensabili come forma energetica per la nostra costituzione: che la solitudine sia persino peggio dell'odio?



In fin dei conti in molti antichi testi si cita il verbo che dona vita, e grammaticalmente la parola verbo è una contrazione di vibrazione.

Che sia stata imboccata una nuova via per capire il messaggio racchiuso dentro di noi? Sulla nostra esistenza? Non si sa, ma quello che si sa è che sta arrivando il Natale, quindi non perderei l'occasione di ascoltare le musiche e soprattutto i cori che tipici allietano queste feste.

Ed ora grazie anche agli studi di Masaru Emoto, sappiamo perché ci allietano tanto. Buone feste.

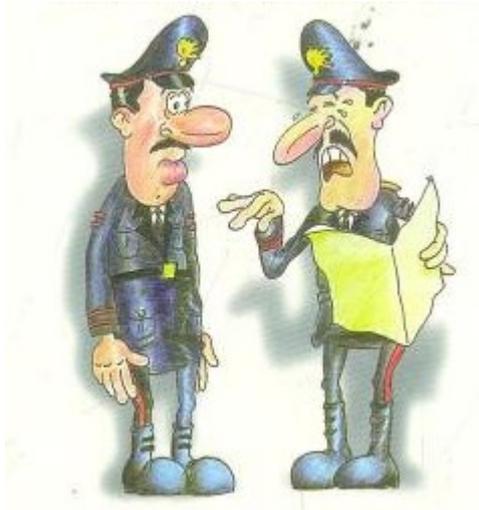
Maximiliano

La barzelletta (a cura de La Redazione)

Una mucca vede un guanto per terra e dice: "Chi ha perso il reggiseno?"



Un brigadiere incaricato dal maresciallo ogni giorno di comprare il giornale, decide di comperarne sette ogni lunedì in modo da darne uno ogni giorno per tutta la settimana. Un giorno il maresciallo chiama il brigadiere e gli dice: "E poi dicono che noi carabinieri siamo stupidi! Guardi, brigadiere, questo ingegnere di Torino, sono cinque giorni che va a sbattere con la macchina contro la stessa pianta!"



Un sogno nel cassetto... Incontrare Cannavacciuolo (a cura di Fuffy)



Gentile Signor Cannavacciuolo Antonino,

mi presento: mi chiamo Fabrizia Fuliano, detta Fuffy, ho 55 anni e vivo a Novara. Prima di palesarLe il motivo per il quale La disturbo, una premessa è d'obbligo per farmi meglio capire.

Sono un'infermiera che lavora da più di 6 anni nel reparto di

Psichiatria dell'Ospedale Maggiore di Novara che amo definire come Psichiatria moderna poiché oltre ad occuparci dei pazienti in senso tradizionale, insieme ai medici del reparto, noi infermieri interagiamo con i pazienti tramite una serie di attività terapeutiche occupazionali che ci permettono di passare con loro, del tempo di qualità.

Le attività riguardano il gruppo giornale, che avviene tutte le mattine, cioè lettura di articoli che si commentano insieme; gruppo cinema, una volta a settimana cioè la visione collettiva di un film commentato poi dai partecipanti; gruppo musica, anch'esso una volta a settimana, cioè l'ascolto di due canzoni con lo stesso scopo; gruppo fiaba che avviene tutte le sere per condividere insieme l'ultimo momento della giornata e augurarsi la buona notte.

L'attività di cui intendo parlarLe e mi fregio del farlo, è che da 6 anni ci occupiamo, con grande orgoglio, anche della redazione di un giornalino interno al reparto composto da un gruppo molto affiatato e consolidato di pazienti, coordinati dai medici e dalla sottoscritta, che insieme lavorano alacremente ormai da anni.

Da una idea nata per caso, abbiamo dato vita a questo prodotto che dà grandi soddisfazioni a tutto il gruppo per la qualità, l'impegno e l'affetto che ci unisce e soprattutto per il successo terapeutico che coinvolge tutti i pazienti che fanno parte della redazione che rappresenta la punta di diamante della gratificazione per noi operatori.

Questo giornalino che nel corso degli anni è sempre migliorato nella sua fattezze, è il frutto di una comune condivisione dove ogni scelta è operata dall'intero gruppo e si compone di

una parte libera, dove ognuno esprime se stesso e scrive ciò che si sente, e di alcune rubriche fisse partorite man mano.

L'uscita del giornalino è trimestrale e di solito la festeggiamo con una bella festa che si svolge all'interno del reparto condivisa con tutto il personale, degenti e parenti, dove non mancano mai tante leccornie, musica, e gioia di stare insieme.

Una rubrica che da poco abbiamo inserito nel nostro giornalino si intitola "intervista ad un personaggio famoso" e da qui l'idea di chiedere la Sua partecipazione visto che Lei, è ormai diventato un'icona per la nostra città.

Sa Antonino? nel ritmo frenetico della vita e del lavoro non sa quanto importante sia per la mia professionalità avere questo tipo di soddisfazione che mi motiva, che mi fa essere orgogliosa del mio lavoro, che mi rende utile per qualcuno e che prezioso sia lo scambio con questi pazienti perché anch'essi, ci danno molto e pertanto, considero questo prodotto, il nostro fiore all'occhiello.

Questo lo dico nella speranza di farLe capire che importanza ha per noi tutto questo e spero di cuore che accetti di buon grado questa mia richiesta che tutto sommato, è per una buona causa (ed anche perché mi farebbe perdere una scommessa dato che alcuni componenti del gruppo, danno per scontato che non vada in porto questa impresa).

Si tratta di concederci un'oretta del suo tempo che di concerto concorderemo se Lei gentilmente accoglierà questa mia richiesta.

Fiduciosa della Sua bontà d'animo le lascio in allegato una copia del nostro giornalino che potrà sfogliare per capire meglio di cosa parlo ed i miei recapiti che sono i seguenti:

Fabrizia cellulare 347...

Reparto 03213733440 chiedere di Fuffy che sono sempre io

Email: [fabrizia...](#)

Nella speranza di un Suo prossimo riscontro La ringraziamo per il tempo che vorrà concederci, spero di sentirLa al più presto.

Grazie di cuore Fuffy

P.S. Ahimè non abbiamo avuto nessun riscontro... ma io spero nella sua disponibilità futura!!!

Maria
Carmela

Giuseppe

Maximiliano

Diana Maria

Chiara

Giovanni

LA REDAZIONE

Alessandro

Stefano

Mary Grady

Rosario

Luigi

