

# NOI



*del rione Pertini*

Novembre-Dicembre 2018 - Numero 10

## Buon Natale e Grazie di cuore



Il Circolo Auser Pertini vuole chiudere l'anno augurando a tutti i suoi Soci e Volontari Buon Natale e Buon Anno, ma io voglio approfittare di questa opportunità per fare gli auguri a tutta la Comunità, a questo villaggio meraviglioso che si chiama Rione Pertini, dove ho trovato grande carica umana e persone straordinarie che non hanno avuto paura di mettersi alla prova.

Un esempio per tutti sono i Volontari che si occupano di trasporti sociali a persone in difficoltà, o portano i farmaci a casa a chi ha ne bisogno, attività che spesso diventano anche donare 5 minuti di compagnia a persone che vivono da sole.

Non basterebbe scrivere un libro per ringraziare tutti gli amici che quasi quotidianamente sopportano un rompiscatole come me, quindi ho deciso di farlo come posso.

Prima di tutto voglio ringraziare la Farmacia alla Testa D'oro, nella persona del dottor Nicola Bonfante, per tutta la disponibilità nei confronti del Circolo Auser ma soprattutto del Rione Pertini. **Grazie.**

La creatività travolgente e il coraggio di alcuni abitanti ha permesso la nascita del nostro neonato e improvvisato Teatro di Quartiere, che alla sua prima uscita ha avuto un successo inaspettato, con una commedia scritta e interpretata dalla piccola compagnia. Vorrei ringraziare innanzi tutto Roberta Borghi, la nostra regista teatrale, che ha messo a disposizione tutta la competenza e l'amore per il suo lavoro; senza dimenticare il Parroco don Natalino Bonazza e molti dei parrocchiani, per le molte dimostrazioni di stima ed affetto. Dulcis in fundo Giorgio Rocelli, Presidente del Comitato di Quartiere Pertini, che ha scritto e interpretato la commedia, la cui mission principale nel Rione Pertini è molto più grande e importante, sempre a cercare di individuare e risolvere le problemi e difficoltà. **Grazie.**

Ringrazio tutte le volontarie del cucito, che con le loro straordinarie mani creano piccoli capolavori e che, con il Mercatino di Natale, sostengono in maniera decisiva anche la vita economica del Circolo. **Grazie.**

Grazie ai volontari della biblioteca, che con il loro impegno giornaliero portano calore umano, esperienza, organizzazione, intelligenza e cultura a tutte le persone che usufruiscono del servizio. Non dimentichiamoci che tutte le iniziative culturali si svolgono per merito loro. **Grazie.**

Il mitico gruppo burraco, che con il loro appuntamento settimanale porta allegria, simpatia e la sana goliardia del gioco con le carte. **Grazie.**

E come non parlare del gruppo del Sentiero dell'IO e delle serate fantastiche della palestra della mente? Persone meravigliose e divertenti che riescono, con la loro competenza, a farci conoscere e a gestire le nostre emozioni. **Grazie.**

Ultimo e non per ultimo il neonato gruppo Buffet Letterario. **Grazie**

Un ringraziamento collettivo va tutti i gruppi che si occupano del benessere fisico dei nostri Soci e Cittadini del Quartiere.

**Grazie** alla ginnastica dolce, **Grazie** allo Yoga, **Grazie** al Karate, **Grazie** al Tai Chi, **Grazie** alla ginnastica della terza età.

Gli ultimi ringraziamenti vanno ai miei valorosi e coraggiosi collaboratori, che mi sopportano ormai da tre anni: la Segreteria, il Direttivo, la Redazione, ma desidero citare tre nomi: **Grazie** Luciano Marcato, **Grazie** Giancarlo Favaretto, **Grazie** Carlo Giaggio.

Se mi sono dimenticato di qualcuno chiedo umilmente scusa, ma confido si sia sentito il sincero affetto che mi spinge a dirvi **Grazie e augurarvi Buon Natale e Felice Anno Nuovo!**

*Il Presidente Sergio Tagliapietra*



## Qualche anticipazione

- ⇒ Sabato 1° dicembre, per la serie "Venezia Meravigliosa", saremo accompagnati dalle nostre guide, Roberta e Valentina Pauton, a visitare: La Scuola Grande di San Marco, l'Ospedaletto, i Crociferi e la Scala Contarini del Bovolo.
- ⇒ Sabato 8 dicembre inaugurazione del tanto atteso Mercatino di Natale. Affrettatevi a comperare per primi i piccoli capolavori nati dalle mani delle nostre "Fate del Cucito".
- ⇒ Sabato 8 dicembre, alle ore 16, in Sala Tonda del Centro Civico sarà proiettato, alla presenza dell'autore/attore Maurizio Bastianetto, il DVD dello spettacolo comico-grottesco "La Storia della Medicina narrata da un Clisterer".
- ⇒ Sabato 15 dicembre, in Sala Tonda del Centro Civico i soci sono invitati alla grande festa di Natale. Buffet, Tombola e consegna panettone ai presenti.
- ⇒ Venerdì 21 dicembre, alle ore 17, nella Sala antistante la biblioteca, esporremo il presepio di Guerrino Lovato, scultore della Fenice. Guerrino Lovato sarà presente anche per presentare il suo libro per immagini: La levatrice incredula nella leggenda della natività.
- ⇒ Sono aperte le iscrizioni al pranzo di Natale, che quest'anno si svolgerà giovedì 20 dicembre nella pizzeria "Da Piero". Troverete la lista per le iscrizioni, e il menù con i dettagli e il costo esposti in bacheca. **Buon Natale a tutti!**



## LO SAI CHI ABITA AL RIONE PERTINI?

Intervista a Paolo Giovannetti, scrittore amatoriale e traduttore



**D: SCRIVERE... da sempre l'uomo ha cercato e trovato modi sempre più articolati ed efficaci per esprimersi, raccontare e raccontarsi.**

**Paolo, quando hai scoperto in te questa inclinazione?**

R: In realtà la scrittura è una passione che era nata in me fin dalla gioventù quando però mi dedicavo non alla prosa ma alla poesia scrivendo versi dettati spesso da esperienze emotive e sentimentali. In seguito, molti anni dopo, con l'età matura, ho cambiato genere dedicandomi alla narrativa e iniziando a scrivere racconti brevi. Non mi considero ovviamente uno scrittore di professione, finora ho pubblicato solo una raccolta di racconti, ma un appassionato che considera la scrittura un'interessante (e appagante) attività amatoriale. Due anni fa è arrivato il sospirato momento del pensionamento. Da allora ho potuto ritagliare più tempo per dedicarmi alla scrittura, ma anche alla traduzione di testi, sia tecnici che letterari dall'inglese all'italiano e viceversa: sono laureato in Lingua e Letteratura inglese, titolo conseguito durante il periodo lavorativo.

**D: Ti immagino davanti allo schermo bianco del tuo computer, solo con i tuoi pensieri e le tue idee.**

**Da dove provengono le storie che racconti, dove cerchi la tua ispirazione?**

R: Premetto che non sono uno scrittore molto prolifico: spesso passa qualche mese tra la stesura di un racconto e l'altro, ma l'ispirazione attinge a diverse fonti. Innanzitutto dall'osservazione della realtà di ogni giorno con cui mi trovo in contatto in diversi ambienti e situazioni. Persone viste attraverso una lente che ne amplifica atteggiamenti in qualche modo inusuali, piccoli difetti fisici o espressioni che fanno trasparire emotività positive o problematiche, fatti di cronaca che colpiscono per alcuni aspetti originali o paradossali.

E poi la lettura di grandi autori di racconti come Hemingway, Fitzgerald, Virginia Woolf, Raymond Carver, Calvino, Buzzati... tanto per citarne alcuni. Lo strumento che uso sistematicamente è ovviamente il mio PC portatile.

**D: Come sei riuscito a far convivere lo scrittore che è in te con il marito, lavoratore, padre, cittadino, senza sottrarre tempo ad alcuno di questi ruoli fondamentali?**

R: In effetti non è facile conciliare l'attività di scrittura con gli impegni familiari quotidiani ed è anche per tale motivo che la mia produzione non è così ricca. Vi sono dei periodi favorevoli alle ispirazioni e altri invece in cui c'è tempo solo per dedicarsi a seguire le varie incombenze di un nucleo familiare composto da 4 persone.

**D: Ho letto volentieri "Il Pioppo Bianco", che i nostri lettori possono trovare anche nella nostra biblioteca. Progetti in cantiere?**

R: Per quanto riguarda il mio libro d'esordio "Il Pioppo Bianco", che ho avuto l'opportunità di presentare nuovamente e recentemente nello spazio eventi "Infovox" presso l'area Unieuro di Auchan, sono lieto che possa essere letto anche in biblioteca ma vorrei anche aggiungere che chi ama un particolare libro trova anche piacevole rileggerlo, e averlo nella propria biblioteca personale, così almeno capita al sottoscritto. Per i progetti avrei già nel cassetto una nuova raccolta di racconti brevi. Presto, spero, mi accingerò a presentarli a qualche editore.

**D: Da un paio di anni proponi al Quartiere "Il Buffet Letterario" una serie di incontri mensili serali dedicati a chi ama scrivere e leggere. Vengono letti e commentati piccoli brani d'autore accuratamente scelti, e per chi ama scrivere, c'è la possibilità di condividere i propri brani con ascoltatori attenti e interessati...**

R: L'iniziativa di creare un circolo letterario in cui proporre mensilmente, presso una sala messa a disposizione dall'Auser, delle letture di narrativa breve tratte da racconti di scrittori moderni e contemporanei di sicura fama, è nata l'anno scorso e ha visto la partecipazione di un gruppo, sebbene non particolarmente numeroso, sinceramente interessato e partecipe. Anche quest'anno, da ottobre è ripartita l'iniziativa che cercherò di diffondere nei limiti delle mie possibilità, sperando di suscitare la voglia di mettersi in gioco con la scrittura di testi personali. Posso altresì anticipare che vi è in progetto, sponsorizzato sempre da Auser-Pertini, di avviare (ancora in data da destinarsi) un corso di scrittura creativa aperto a chiunque voglia avvicinarsi a questo genere di espressione che potrà stimolare ispirazioni e opportunità a talenti magari nascosti.

**D: Per concludere...**

R: Un consiglio appassionato: leggete sempre e ovunque, un appello soprattutto ai più giovani, non stancatevi dei libri perché, come diceva il grande Umberto Eco nel titolo di un suo saggio, "Non potremo mai liberarci dei libri".

**Infine, con l'occasione delle prossime festività, auguro a tutti un felice Natale e un prospero 2019!**

Intervista a cura di Mariagrazia Farruggia

# Lo Scaffale della biblioteca

## Le recensioni dei nostri lettori

Ho letto: **La pioggia prima che cada di Jonathan Coe.**

La zia Rosamond non c'è più; quando viene trovata, nella sua casa nello Shropshire, stringe ancora in mano un microfono.

La nipote Gill, scopre di aver ereditato un terzo dei beni della zia, insieme a suo fratello e a Imogen. Gill ricorda vagamente Imogen, una bimba non vedente incontrata una sola volta al 50esimo compleanno della zia. Sono quattro le cassette registrate, e sono destinate a Imogen.

Gill cerca in tutti i modi di rintracciarla senza riuscirci così, d'accordo con le figlie, decide di ascoltare i nastri, nella speranza di trovare qualche indizio per ritrovare la bambina misteriosa, che ora dovrebbe avere circa trent'anni.

La voce lenta della zia irrompe e racconta, parla in prima persona rivolgendosi direttamente a Imogen, descrive 20 fotografie per raccontare, a lei che non vede, volti, luoghi, situazioni, affetti e dolori.

Una vecchia signora che narra una storia per immagini ad una bambina cieca.

Foto dopo foto, racconto dopo racconto, mentre la zia è consapevole che la sua fine è vicina, entriamo nella storia e partecipiamo al trascorrere della vita di Rosamond e delle persone a lei care.

La scrittura perfetta, e la storia piena e sensibile, rendono piacevole la lettura di questo romanzo di un autore inglese del nostro tempo.

Mariagrazia Farruggia



## UNA POESIA DI NATALE

**NATALE di Giuseppe Ungaretti**

*Non ho voglia  
di tuffarmi  
in un gomito  
di strade  
Ho tanta  
stanchezza  
sulle spalle  
Lasciatemi così  
come una  
cosa  
posata  
in un  
angolo  
e dimenticata  
Qui  
non si sente  
altro  
che il caldo buono  
Sto  
con le quattro  
capriole  
di fumo  
del focolare.*



**Auguri di Buon Natale e di Felice Anno Nuovo da noi volontarie e volontari della biblioteca:**

BARBARA  
BRUNA  
DONATO  
GIULIANA

MARIA  
MARIAGRAZIA  
MIRELLA  
PINO  
RENATA



E se invece venisse per davvero?  
Se la preghiera, la letterina, il desiderio  
espresso così, più che altro per gioco  
venisse preso sul serio?  
Se il regno della fiaba e del mistero  
si avverasse?

(Dino Buzzati)

## LA RICETTA DI NATALE DELLO CHEF SAVINO

### FILETTO DI MAIALE IN CROSTA DI PISTACCHI



#### Ingredienti per quattro persone:

1 filetto di maiale, granella di pistacchi, sale, pepe q.b., un rametto di timo, uno di rosmarino, 1 spicchio d'aglio, olio EVO, fettine di speck per arrotolare il filetto, 1 kg. di patate viola per il purè.

#### Procedimento:

prendi il filetto di maiale intero a temperatura ambiente ed asciugalo bene con un panno pulito. Fallo rotolare sulla granella di pistacchio con un po' di sale e pepe, e poi mettilo in padella antiaderente calda con timo, salvia, rosmarino, uno spicchio d'aglio non sbucciato, e rosola a fuoco vivo ma non troppo alto per 4/5 minuti.

Ponilo in un vassoio a raffreddare e perderà un po' d'acqua. Avvolgilo con fettine di speck. Mettilo in forno già caldo a 170 gradi per circa 15 minuti. Fallo raffreddare e taglialo a fettine non troppo sottili. Poi riscalda le fettine nella stessa padella che hai usato prima. Fai un purè di patate viola con lo stesso procedimento del purè tradizionale, e mettilo nel piatto, usando un anello tondo in acciaio (coppa pasta) per dare al purè una forma rotonda. Poni il filetto a fette sopra il purè e guarnisci con un rametto di timo e un filo di olio EVO di buona qualità.

### Buon Natale dallo chef Savino



## I CONSIGLI DEL FARMACISTA

### Non farti trovare impreparato: sono in arrivo le prime sindromi influenzali

Avete trascorso un caldo e soleggiato agosto in spiaggia a "coltivare" la tintarella? Avete approfittato dei meravigliosi paesaggi montani per invigorire corpo e mente? Ora per non perdere i benefici acquisiti, continuate ad investire in salute e forma fisica con qualche facile accorgimento.

#### PREVENIRE I MALANNI STAGIONALI... "IN PILLOLE"

La stragrande maggioranza della popolazione (si stima un 60 %-80%) presenta carenza di vitamina D, importante per la salute di ossa e denti, per il mantenimento di una normale funzione muscolare, nonché per un rinforzo del sistema immunitario.

E' raccomandabile perciò un'assunzione giornaliera di vitamina D a seconda delle fasce d'età: i bambini necessitano di 400 UI al dì, gli adulti 1000 UI, mentre gli anziani 2000UI.

Anche l'intestino ha un ruolo fondamentale di difesa dell'organismo; noi dobbiamo aiutarlo garantendogli una ottimale composizione di batteri "amici". A tal proposito, si consigliano prebiotici e probiotici nei giusti dosaggi e una alimentazione ricca in fibre, vitamine, minerali, oligoelementi e antiossidanti.

Un'adequata prevenzione può essere fatta anche utilizzando immunostimolanti: sostanze riconosciute estranee dall'organismo e quindi in grado di allertare il sistema immunitario a difendersi da virus e

batteri invasori. Possono essere di diversa natura: di origine vegetale (echinacea, astragalo, uncaria) o estratti dalla parete cellulare di alcuni batteri, funghi e virus (beta 1,3 glucani). La conoscenza e la sempre maggiore qualità di fitoterapici, e la nuova frontiera degli immunoglucani offrono un aiuto sempre più mirato ed efficace.

In conclusione è utile prepararsi prima con una corretta prevenzione, che può essere pianificata ad hoc con l'aiuto del farmacista.

