

a cura di:

la **Gazza**
Circolo culturale



Ho da poco ricominciato a cantare nel Coro Amici del Canto. Dopo esserne stato componente ai suoi esordi alla fine degli anni '90, e dopo un'assenza ventennale causa altri impegni non solo musicali, ho deciso di rientrare nei ranghi dopo aver assistito a uno degli ultimi concerti proposti qui in paese. Mentre, nella nostra bella chiesa, mi beavo della musica, dell'ambiente e delle emozioni suscitate dall'insieme vocale, mi sono reso conto che avrei potuto godere in maggior misura se fossi stato dall'altra parte, a dare anch'io il mio modesto contributo a quella serata, ad unire la mia voce a quella dei coristi. Tante facce mi sono amiche, o quantomeno familiari, facevano parte – come me – della formazione iniziale, ma ci sono anche parecchi volti nuovi, e fa piacere vedere tanti giovani dedicare tempo e passione ad un'arte che potrebbe sembrare "datata", con la proposta di canti popolari, legati per lo più alla tradizione alpina. Da parte mia a baz-zicare l'ambiente ho cominciato presto, e ne è testimone una fotografia appesa nella sala prove del coro, nella quale si vede un unico ragazzino di 8 anni attorniato da una trentina di omaccioni con la camicia a quadri. Era il 1974, esattamente 50 anni fa, e mio padre aveva avuto l'onore di diventare il presentatore ufficiale del glorioso coro Pizzo Camino; forse anche per tentare di farmi superare le mie timidezze, mi costrinse quel giorno ad assumere il ruolo di presentatore in seconda, promettendo alla fine una lauta cena, se non ricordo male presso la sede di una scuola alberghiera. Mi toccò quindi, con profondo

imbarazzo, leggere alcuni testi introduttivi ai canti, redatti per l'occasione dal mio simpatico genitore (che quel giorno avrei volentieri ucciso). Devo ammettere però che fu un'esperienza formativa, e al di là della musica, che ai quei tempi ero forse un po' troppo giovane per apprezzare del tutto, alla fine mi divertii un bel po', in quell'ambiente di adulti che cantavano e e facevano festa. Forse mi restò in testa, perché ancor prima di far parte degli Amici del Canto, quando nel '96 un'amica mi propose di entrare negli Hope Singers, un coro gospel di Darfo, accettai con entusiasmo, e ci rimasi per vent'anni.

Tornando al canto in sé, specialmente se parliamo di quello corale, mi sento di consigliare a tutti di farlo provare ai propri bambini, o di avvicinarvi voi stessi, a patto che non siate proprio stonati come dei campanacci! Ha innumerevoli benefici: può aiutare a ridurre lo stress grazie alla produzione di endorfine, sostanze chimiche naturali che migliorano l'umore; migliora la memoria, perché richiede la memorizzazione di testi e melodie; fa sviluppare la disciplina, perché esige la pratica regolare e la concentrazione. Inoltre, il canto corale ci insegna a non voler prevalere sugli altri, ma al contrario a cercare di essere una parte del tutto, a dare il nostro apporto affinché tutto funzioni per il meglio. Infine ci permette di esprimere la nostra parte artistica senza esporci troppo, senza essere – per forza – in prima linea. Insomma: cantare fa bene, insieme ad altri ancor di più, e ci può cambiare la vita. Ne so qualcosa io che nel coro Hope Singers ho conosciuto mia moglie...

Canta che ti passa

DI FABIO SCALVINI



Sommario



CIRCOL/AZIONE

- 3. SOTTO L'ALBERO
- 3. MILLE SOCI PER LA GAZZA!
- 4. SUONI & ARCANI
- 5. I PRIMI EVENTI DELLA FONDAZIONE D'OROTEA
- 6. LA LIBERTÀ DI ESSERCI



EVENTI SPECIALI

- 8. NATALE A BORNO



SCARPE GROSSE... CERVELLO FINO

- 10. STORIE DEL TEMPO CHE FU: UN SONETTO IN ONORE DEL MEDICO ZANETTINI



ALTOPIANO E DINTORNI

- 12. UN CENTENARIO PER L'ASILO DI OSSIMO INFERIORE
- 14. LA VIE EST BELLE
- 15. QUEL QUALCOSA IN PIÙ
- 16. MILANO HA FATTO BORNO, E BORNO HA FATTO MILANO
- 18. UN NASO ROSSO PUÒ CAMBIARTI LA VITA
- 19. ENPOWHER



AMBIENTAL... MENTE

- 20. INTO THE WILD: TRA CURE, RIABILITAZIONI E IL PROBLEMA DELL'IM-PRINTING!
- 22. NATURANDO: DA UN GRAPPOLO D'UVA A UN BRINDISI TINTINANTE
- 24. TRA ORME E CESPUGLI: QUANDO GLI ANIMALI SONO DEL COLORE SBAGLIATO



MY LINK

- 26. CHIEDI ALLA PSYCO: IL NATALE E I REGALI COME AZIONE SOCIALE
- 28. BACK HOME: SEMI-SERIE MA NON GRAVI(DE)



SUGGERZIONI

- 30. LETTI PER VOI



QUANDO IL GIOCO SI FA... ENIGMISTICO!

- 31. CRUCIVERBUREN
- 31. SOLUZIONE DEL NUMERO SCORSO

Sotto l'albero

Il Natale si avvicina e, come tradizione vuole, tutti si danno un gran da fare per renderlo un momento speciale, di condivisione e capace di creare ricordi preziosi. Si parte con le decorazioni, fondamentali per creare l'atmosfera: l'albero è il protagonista indiscusso e, per gli amanti del bricolage, anche ghirlande e decorazioni personalizzate che aggiungono un tocco unico alla propria abitazione; per i più tradizionalisti, ma anche per riflettere sul vero significato del Natale, non può mancare il presepe.

Le festività sono anche occasione per organizzare attività capaci di coinvolgere tutti: si va dalla preparazione dei biscotti, alla visione dei classici film natalizi, ai giochi di società che allietano i pomeriggi, alle immancabili sciate che rallegrano lo spirito e permettono di smaltire poche calorie delle molte accumulate con le prelibatezze dei pranzi e delle cene goderecce. E poi ci sono i regali: fatti a mano, personalizzati, unici per rendere ancora più speciale il momento. Anche noi della Gazza abbiamo trovato dei magnifici doni sotto l'albero: l'amicizia, la generosità, la voglia di fare per gli altri... e molti splendidi eventi che allieranno il nostro e vostro Natale: per tutti i dettagli leggete gli articoli che seguono, c'è n'è per tutti!

Non ci resta che augurarvi buone feste e un sereno anno nuovo.

Mille soci per La Gazza!



Siamo vicini a un traguardo importante!

Il Circolo Culturale La Gazza sta per raggiungere un numero speciale di associati che dall'inizio della nostra attività hanno voluto sostenerci.

Per celebrare questo momento, abbiamo una sorpresa dolce in serbo per il nostro **millesimo socio!**

Non vogliamo svelare il numero esatto dei nostri attuali associati, ma possiamo dire che siamo molto vicini all'obiettivo.

Per festeggiare questo traguardo, il nostro millesimo socio riceverà un delizioso panettone offerto dalla Forneria Rigali di Borno, simbolo di una tradizione italiana e di un'occasione per condividere un momento di gioia con la nostra comunità.

Se non ti sei mai associato, non perdere l'occasione di unirti a noi per sostenere la nostra missione culturale e potresti essere proprio tu il nostro millesimo socio! Buona fortuna!

PUNTO & VIRGOLA N° 10 inverno 2024

Aut. del Tribunale di Brescia n° 56
del dicembre 2008

Direttore responsabile

Giuliana Mossoni
Associazione Circolo Culturale
"La Gazza" - via Gorizia, 26/c
25042 Borno (BS)

Contatti:

presidente@lagazza.it
redazione@lagazza.it
ufficiostampa@lagazza.it
www.lagazza.it

Consiglio Direttivo

Presidente: Fabio Scalvini
Segretaria: Gemma Magnolini
Consiglieri: Elena Rivadossi, Franco Peci, Pierantonio Chierolini

Revisori dei conti

Marilena Baffelli, Matteo Isonni,
Massimiliano Severgnini

Redazione

Fabio Scalvini, Elena Rivadossi,
Katia Bottichio, Matteo Isonni

Progetto grafico

Eliana Odelli
info@baleneinvolo.com

Hanno collaborato:

Fabio Scalvini, Sandro Gesa,
Elena Rivadossi, Claudio Mazzoli,
Fondazione D'Orotea, Sandro
Cominardi, Pro Loco Borno,
Oliviero Franzoni, Omar Zani,
Cristiana Franzoni, Annalisa Baisotti,
Viola Frassi, Fabio Meroni, Fiorenza
Ceresetti, Eleonora Bonizzoni,
CRAS del Parco Adamello, Andrea
Oldrini, Giulia Negri, Elena Andreoli,
Chiara Bassi, Katia Bottichio,
Pierantonio Chierolini, Eliana Odelli,
Gemma Magnolini



SUONI & ARCANI

DI CLAUDIO MAZZOLI

Sull'onda del grande successo dell'iniziativa estiva "Una giornata di BenEssere a Villa Guidetti", gli organizzatori hanno ideato un nuovo evento volto al raggiungimento del benessere, fisico, mentale e spirituale della persona: "Suoni & Arcani", l'appuntamento natalizio da non perdere che accompagnerà i partecipanti in un percorso di meditazione, connesso agli arcani dei tarocchi, attraverso un bagno di gong, campane tibetane e altri strumenti atti allo scopo.

Tutto nasce da quanto realizzato in una splendida domenica d'estate che ha accolto un numerosissimo gruppo di operatori e partecipanti alla "Giornata del BenEssere" nel giardino di Villa Guidetti (seconda edizione di un evento nato l'anno precedente al Parco delle Doline con il panorama delle discipline olistiche). In quest'occasione l'organizzazione ha voluto fare le cose in grande, scegliendo come cornice la Villa, idea che è stata premiata dall'ampia partecipazione di visitatori ed operatori, una ventina, per la quasi totalità provenienti dalla Valle Camonica ed ognuno con una propria specifica disciplina. Per il pubblico

è stata l'occasione per incontrare un mondo dedicato al benessere di cui molti conoscono qualche aspetto, ma che ha una varietà inaspettata e talvolta sorprendente. In più c'era la possibilità di approfittare dei relativi trattamenti ed il ventaglio di opzioni è stato veramente ampio: bagni di gong e suoni, life coaching, lettura di carte angeliche, massaggi shiatsu, Aura-Soma, psicologia perinatale con "Meditazione dell'albero" guidata, lettura delle "Rune delle streghe", riflessologia plantare, Pranic Healing, yoga accompagnato dai gong, trattamenti energetici di riallineamento dei chakra, riflessologia facciale, digitopressione, massaggi ayurvedici, trattamenti con diapason e campane tibetane, dispositivi organici, reiki, tamburi sciamanici e accensione di un fuoco sacro. Un lungo elenco di attività, che diventa difficile spiegare in poche parole, il cui obiettivo principale è stato di orientare e dare a tutti la possibilità di conoscere, sperimentare e capire con quali discipline si sente maggior affinità, anche per iniziare a praticarle. A tal proposito la scelta organizzativa è stata quella di non avere venditori ma solamente operatori e che questi fossero del luogo, per permettere agli interessati di trovare vicino casa la possibilità di fare trattamenti o praticare la disciplina preferita senza lunghi spostamenti verso la città (al riguardo è tuttora consultabile la pagina Facebook dell'evento "Giornata del BenEssere"): si può dire che il panorama degli eventi bornesi si è arricchito di un nuovo appuntamento capace non solo di creare interesse negli appassionati e nei curiosi del mondo olistico, ma soprattutto di fare da vetrina e da volano per gli operatori del territorio della Valle Camonica.

L'apprezzamento per la "Giornata del BenEssere" è stato unanime e nel servizio che TeleBoario ha dedicato all'evento olistico anche l'Amministrazione Comunale ha espresso i propri complimenti e la volontà che l'iniziativa si riproponesse... E quindi quale occasione migliore delle vacanze natalizie per l'evento "Suoni & Arcani": vi aspettiamo numerosi sabato 28 dicembre, alle 15.30 nella Sala Congressi di Borno (ingresso da Piazza Caduti).

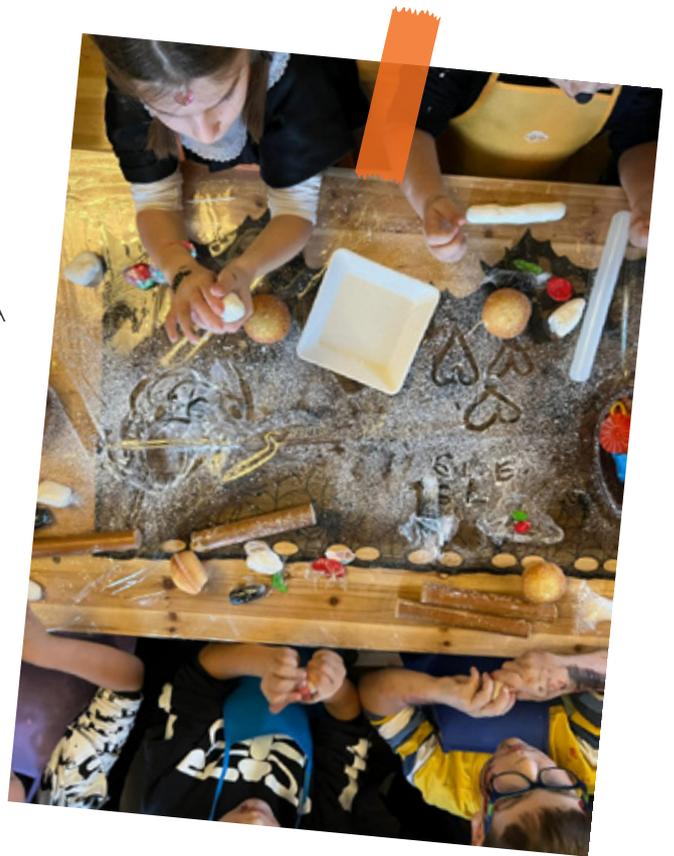




I PRIMI EVENTI DELLA FONDAZIONE D'OROTEA

A CURA DEI VOLONTARI DELLA FONDAZIONE DOROTEA

L'evento che abbiamo organizzato in Villa Guidetti nei giorni del 31 ottobre e 1° novembre è stato il nostro primo banco di prova per il nostro paese ed il risultato è stato entusiasmante! Le settimane precedenti sono state ricche di preparativi: l'organizzazione dei laboratori, dei dettagli degli allestimenti, del materiale necessario. La cornice della splendida Villa ha aiutato sicuramente ad entrare in una vera atmosfera "stregata", il suggestivo Parco che la circonda, la struttura e la giornata di caldo sole autunnale hanno creato lo scenario perfetto per streghe, supereroi, vampiri ed unicorni. Tanti sorrisi ci hanno dimostrato ancora una



A Winter's Night
Viaggio nella musica anni '60 - 70 *8a edizione*

26 dicembre ore 21:00
Sala Congressi
Borno BS

Concerto Live
Per Francesca

Simona Amorini, voce
Orletta Borcellini, voce
Chiara Ramazzini, flauto
Raffaele Cotti P, voce e chitarra
Enrico Pedersoli, batteria
Valerio Zigatti, basso

Ingresso a offerta libera
Parte del ricavato sarà devoluto a
Fondazione D'OROTEA

la Gazza Crociata culturale

Altopiano del Sole

volta che insieme si può realizzare qualcosa di buono; la nostra fortuna è sempre quella... Un team di volontari e amici, pronti ad aiutarci in tutto. Non ultima una Comunità che accoglie con gioia e forte partecipazione eventi come questi. Così anche questa volta abbiamo potuto cogliere la sensibilità del nostro Borgo; la gentilezza che è sempre difficile da definire ma facile da riconoscere: nei gesti spontanei e nei sorrisi che creano un vero senso di connessione con gli altri. Il ricavato delle giornate è stato il punto di partenza per il nostro obiettivo di acquistare (e impegnarci anche nella manutenzione) dei defibrillatori con placchette pediatriche da donare all'Istituto Comprensivo di Civate Camuno. In un certo senso, è come se avessimo sentito la nostra Tea sussurrarci quanto è fiera della Fondazione che porta il Suo Nome e dei sorrisi che dona ai bambini con cui, siamo certi, avrebbe amato giocare. Ora che zucche e ragnatele hanno lasciato il posto a luminarie, fiocchi di neve ed addobbi natalizi, ci concentriamo sui prossimi eventi: Mercatini e concerti di Natale, il 26 dicembre in sala congressi ci sarà "A Winter's Night", il concerto che la Gazza organizza da 8 edizioni in ricordo di Francesca, e che quest'anno ha voluto dedicare alla nostra fondazione. Noi saremo presenti e vi aspettiamo numerosi, sarà un'occasione per condividere una serata di ottima musica e buoni propositi!



Venerdì 3 gennaio, alle ore 17.00 presso l'ex Albergo Trieste, in piazzetta Roma, attualmente sede dell'aggregazione Sale e Pepe, si terrà un incontro "speciale": siamo in un periodo di festa, di gioia ed allegria da condividere con le persone più care, ma anche adatto per alcune riflessioni, per capire certe dinamiche relazionali che possono condizionare la nostra esistenza e quella delle persone a cui vogliamo bene, per trovare le modalità e le motivazioni per stare bene con noi stessi e con gli altri: nasce da questi presupposti l'appuntamento **"La libertà di esserci"** con Sandro Cominardi, l'autore del libro *"I pronomi personali a convegno"*, che ci racconta qualcosa di sé, del suo lavoro e dei suoi intenti nell'articolo che segue.

LA LIBERTÀ DI ESSERCI

DI SANDRO COMINARDI

CONDIVIDERE RIFLESSIONI SU UNO STAR MALE MOLTO
DIFFUSO DA CUI SI FUGGE PER NON AVERE TEMPO

In un documento del CNCA (Coordinamento Nazionale Comunità Accoglienti) un gruppo di giovani, partendo da una loro constatazione, pongono una domanda agli adulti: "noi stiamo male, e voi come state?"

Se vogliamo essere responsabili, è necessario fermarci e riflettere per ipotizzare delle risposte. Sono uno scrittore, ma soprattutto fondatore di comunità per minori e per persone con dipendenze patologiche; ho gestito gruppi terapeutici in carcere e, essendo studioso di processi psicoterapeutici, tuttora faccio parte di un'equipe di psicoterapeuti che operano in diverse comunità del Bolognese.

Partendo dai miei studi e da questa mia lunga esperienza, negli incontri di presentazione del mio libro intendo soprattutto coinvolgere i presenti sulle tematiche presenti nel testo.

Il mio libro ha per titolo "I pronomi personali a convegno".

I pronomi, essendo "personali", per natura loro prevedono e promuovono relazioni tra individui. Questa l'affermazione di fondo: "essere se stessi è un diritto e un dovere".

Come conseguenza, l'IO riconosce il TU e sperimenta il NOI.

Se non succede, si squilibrano le parti individuali e tutto il sistema di convivenza.

Si moltiplicano le patologie perché l'attenzione si sposta su tutt'altro e, come conseguenza, non si previene e non ci si prende in carico adeguatamente lo stare male di oggi.

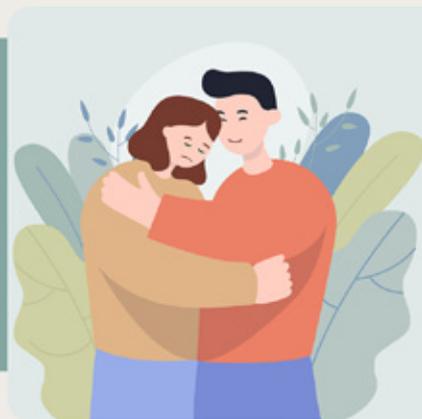
Come scrittore ho scelto uno stile narrativo che facilita la lettura, anche se spesso è necessario soffermarsi per approfondire affermazioni sintetiche e incisive.

Fermarsi per capire, anche questo fa parte del coinvolgimento.



La libertà di esserci

Associazioni di idee e riflessioni per definire le connessioni del vivere con **Sandro Cominardi**, autore del libro *I pronomi personali a convegno*.



Con la collaborazione di **Annalisa Baisotti**
A seguire brindisi al nuovo anno!

Sale & Pepe
Piazza Roma

03 / 01 / 25
h. 17:00

INGRESSO
LIBERO



Ortensi - Dessi - Fiorini

I N S U R A N C E S T O R E

**PRONTO PER SCIARE?
ASSICURATI DI AVERE TUTTE LE
CARTE IN REGOLA**



POLIZZA RESPONSABILITÀ CIVILE
proteggi te e la tua famiglia

con € 500.000 = €51,00 all'anno

con € 1.000.000 = €60,00 all'anno

I prezzi sono indicativi, variano a seconda della residenza
dell'assicurato

CHIEDICI UNA CONSULENZA PERSONALIZZATA.

Ortensi Dessi Fiorini S.n.c.

Marcello Fiorini - Eva Dessi Pedersoli

Piazza Vittoria 1, Breno (BS) ~ Via A. Manzoni 134, Esine (BS)

☎ 0363 22453 - 320704 ✉ breno.fco@agenzie.italiana.it



Natale a Borno

A CURA DELLA PRO LOCO BORNO

Un calendario ricco di eventi e magia

Le feste natalizie sono alle porte, e Borno si prepara a regalare a residenti e visitatori esperienze indimenticabili.

Con un ricco calendario di eventi che abbraccia la tradizione, l'intrattenimento e il calore dello spirito natalizio, il nostro

paese diventa il cuore pulsante di queste festività.

Dai mercatini di artigianato ai concerti sotto l'albero, dalle attività per bambini al Capodanno in piazza, ogni giorno il paese offre un'occasione per immergersi nella magica atmosfera del Natale.

Un calendario che incanta grandi e piccini; il 24 dicembre l'attesa della Vigilia si riempie delle dolci note della Banda Santa Cecilia, che suonerà

le tradizionali pastorali per le vie del paese, rendendolo ad ogni passaggio un piccolo presepe vivente.

Nei giorni a seguire la musica sarà ancora protagonista, il giorno di Santo Stefano con il concerto **"A Winter's Night"**, organizzato proprio da La Gazza, e il 27 dicembre con la Banda Santa Cecilia che si esibirà nuovamente ma in un meraviglioso **"Concerto sotto l'albero"**; il 28 dicembre invece ci immergeremo nei **"Suoni & Arcani"**, un'esperienza sonora unica nel suo genere alla scoperta del proprio arcano per il nuovo anno. La stessa sera, la rassegna corale **"Echi di Natale"**

nella Chiesa Parrocchiale offrirà un altro momento musicale imperdibile!

Per gli amanti dell'artigianato e dei sapori locali, i mercatini natalizi del 28 e 29 dicembre saranno un appuntamento a cui non mancare.

Passeggiando per le vie del paese, potrete trovare oggetti fatti a mano, idee regalo e prelibatezze tipiche del nostro mercato agricolo, il tutto avvolto da luci e profumi che evocano le tradizioni di un tempo.

La domenica sarà una giornata speciale, dedicata ai bambini ed alle famiglie; con l'intrattenimento ispirato a **"Frozen"** con Elsa e Olaf, giochi, attrazioni e la proiezione del celebre film. I più piccoli vivranno una favola ad occhi aperti e per i più grandi la musica continua con il concerto live della cover band **Vascombriccola**.

Impossibile, sempre domenica 29, mancare alla **tombola di fine anno:**





tanti premi, divertimento, ma soprattutto l'occasione di contribuire alla Fondazione D'OroTea alla quale sarà destinato l'intero ricavato.

Un San Silvestro da ricordare sarà invece quello del 31 dicembre, quando la piazza di Borno, ormai da qualche anno, si accende per festeggiare assieme il "Capodanno Bornese". Un serata di festa e allegria per salutare l'anno passato ed accogliere il nuovo anno con il calore della comunità.

Ed il nuovo anno, che sarà all'insegna della musica, il 1° gennaio inizia con energia grazie al concerto della cover band **Jovanotte**, che farà vibrare il nuovo anno con le canzoni di Jovanotti, mentre il 4 gennaio concluderemo i nostri eventi salutandoli le feste con melodie tutte al femminile; nel pomeriggio si esibirà una tra le voci più belle del nostro territorio

Chiara Bertelli, in arte **Elly**; mentre la sera nella Chiesa Parrocchiale le melodiose voci del nostro coro femminile "Borno d'In...Canto" chiuderanno le feste.

Ma per chi ama le tradizioni culinarie le feste dureranno un giorno in più con l'imperdibile **Sagra del Maiale**, dove sarà possibile assistere all'antica arte della norcineria e scoprire gli antichi segreti della cucina locale.

Quest'anno, a Borno, il Natale non è solo una festa: è un invito a condividere momenti di gioia, di tradizione e di cultura.

La Pro Loco e il Comune vi aspettano per vivere insieme il periodo più ricco di emozioni e di magia, perché Borno, ogni giorno, è un dono da scartare.



PROGRAMMA

24 DICEMBRE
PASTORALI PER LE VIE DEL PAESE
(BANDA SANTA CECILIA)

26 DICEMBRE ORE 21:00
"A WINTER'S NIGHT"
IN SALA CONGRESSI
(LA GAZZA)

27 DICEMBRE ORE 21:00
"CONCERTO SOTTO L'ALBERO" IN PALESTRA
(BANDA SANTA CECILIA)

28 DICEMBRE ORE 15:30
"SUONI & ARCANI"
IN SALA CONGRESSI
(LA GAZZA)

28 DICEMBRE ORE 21:00
"ECHI DI NATALE"
IN CHIESA
CORO AMICI DEL CANTO

28 - 29 DICEMBRE
MERCATINI DI ARTIGIANATO E PRODOTTI TIPICI
(PRO LOCO BORNO)

27/28/29 DICEMBRE
SAGRA DEL PORSEL A OSSIMO SUPERIORE
(PRO LOCO PER OSEM)

29 DICEMBRE
FESTA DI FINE ANNO PER BAMBINI E FAMIGLIE IN PIAZZA
(PRO LOCO E COMUNE DI BORNO)

29 DICEMBRE ORE 21:30
CONCERTO LIVE VASCOMBRICCOLA
(PRO LOCO E COMUNE DI BORNO)

30 DICEMBRE
REVIVAL CON GLI "80 VOGLIA DI 90"
(PRO LOCO E COMUNE DI BORNO)

31 DICEMBRE
CAPODANNO BORNESE IN PIAZZA
(PRO LOCO E COMUNE DI BORNO)

1 GENNAIO
CONCERTO LIVE JOVANOTTE IN PIAZZA
(PRO LOCO E COMUNE DI BORNO)

3 GENNAIO ORE 17:00
LA LIBERTÀ DI ESSERCI IN SALA CONGRESSI
(LA GAZZA)

4 GENNAIO
CONCERTO LIVE "ELLY" IN PIAZZA (PRO LOCO E COMUNE DI BORNO)

4 GENNAIO
CONCERTO "BORNO D'IN... CANTO" IN CHIESA

05 GENNAIO
SAGRA DEL MAIALE EX SCUOLE ELEMENTARI
(ALPINI DI BORNO)





Un sonetto in onore del medico Zanettini

Il 6 luglio 1758 saliva al soglio pontificio, prendendo il nome di Clemente XIII, il mite e laborioso cardinale Carlo Rezzonico (Venezia 1693-Roma 1769), di nobile famiglia originaria di Como. Sul finire dell'anno Sua Santità chiamò nell'incarico di proprio "medico segreto" il dottor Cristoforo Zanettini, esperto professionista proveniente dalla Valle Camonica, di appena tre anni più giovane del papa. Infatti, il sanitario camuno era nato a Borno il 28 aprile 1696, figlio di Pietro (Borno 1652 c.-ivi 1731) e di Maria Maddalena Magnoli (Pian di Borno 1658 c.-Borno 1714), sposati nel 1685, entrambi appartenenti a casate del locale ceto borghese. Ragazzo di soli quattordici anni, era stato condotto a Roma per iniziativa di uno zio che ne intravedeva le doti di intelligenza e lo spirito dinamico, il frate Berardo Zanettini (Borno 1660-Roma? 1715 c.), buon teologo e predicatore di vaglia, aggregato alla provincia romana dell'ordine dei francescani osservanti riformati nei cui conventi visse, disimpegnando gli uffici di guardiano e di

docente dei novizi. Nella città eterna il giovane bornese, compiuti con profitto "i suoi studi e laureato in medicina", si fece ben presto strada grazie alle spiccate capacità umane e professionali, diventando nel giro di pochi anni "medico di molto grido, professore ben noto ed onoratissimo, il quale ha curato molti e ben noti in Roma ed interamente guariti, et hà delle molte poste di primissimo rango, e si è fatta una buona entrata", in grado di mantenere per le proprie necessità quotidiane carrozza, sterzo (sorta di calesse aperto, capace di trasportare due persone), cocchiere, servitore "e cavalli con stalla, con una buona abitazione con supelettili alla romana". Si era anche sposato e aveva avuto quattro figli, due maschi (uno diventato anch'egli dottore in medicina) e due femmine. Giunta in Valle la lieta notizia della prestigiosa promozione ricevuta dal bornese, si unì all'universale compiacimento un giovane prete che nei primi anni dopo l'ordinazione era stato coadiutore e organista a Borno, don Giambattista Guadagnini

(Esine 1723-Cividate 1807), studioso di sicura caratura e appassionato cultore di belle lettere. Diventato in seguito arciprete e vicario foraneo di Cividate, dedito negli anni della maturità ad approfondire temi di natura teologica, pastorale e politica, intorno ai quali pubblicherà numerose opere di successo, all'epoca ricopriva le mansioni di semplice cappellano della confraternita del sacratissimo Rosario e maestro privato di scuola in Esine. L'11 gennaio 1759, "trallo strepito delle scuole, e gli spropositi degli scolaretti" che gli riempivano la casa di allegro schiamazzo e lo tenevano in movimento, scrisse all'amico e assiduo corrispondente don Ludovico Ricci (Chiari 1730-ivi 1805)), canonico della parrocchiale di Chiari, letterato di buona fama e scrittore fecondo, cogliendo l'occasione per allegare "un de' sonetti fatti per l'elezione a medico del Papa del nostro Zanettini", componimento del quale si fornisce la trascrizione integrale, munita di sintetica chiosa:



*“Sacra sdegnosa ombra
immortal, ch’Arquate
Ode dal chiuso avello ancor
dolerse
Del secol piena d’usanze
empie e perverse
Della d’ogni valore ignuda
etate.
Esci e rimira qual del ciel
pietate
I ferrei giorni in aurei e bei
converse:
Come sì virtù or si loda, e
qual s’aperse
Calle di gloria all’anime
onorate.
Sul Tebro (alto or rimbomba
in suon di squille)
Clemente ha il fren del
mondo, e sparge intorno
Di sue vere virtù vive scintille.
E per serbar dell’aspre Parche
a scorno
Il gran suo dono ha scelto il
Ciel fra mille
Un raro spirito d’ogni scienza
adorno”.*

Nella breve e ingenua esercitazione il colto sacerdote esinese si rivolge al sommo poeta Francesco Petrarca, che soggiornò e morì nella località di Arquate, situata sui colli Euganei, non lontano da Padova, invitandolo ad uscire dal sepolcro per vedere come sul Tevere (l’antico Tebro) ora governasse con virtù papa Clemente, alias cardinal Rezzonico che al momento della suprema elezione era vescovo (insediato nel 1743) dell’importante diocesi patavina. Essendo di complessione piuttosto malaticcia, gli era stato indicato a sorvegliarne lo stato di salute -onde allontanare il più possibile l’inesorabile e fatale intervento delle mitologiche Parche, cui competeva il taglio del filo della vita dei comuni mortali, pontefice compreso- un soggetto di non ordinarie qualità e di accertata competenza come il medico Cristoforo Zanettini, definito a ragion veduta “*raro spirito d’ogni scienza adorno*”. Quest’ultimo, rimasto per diversi anni nelle funzioni di cameriere segreto e protomedico papale, morirà vecchissimo a Roma l’1° maggio 1784, ricordandosi

“piamente della sua Patria a cui ha lasciato a favor de’ poveri un legato di più di mille scudi per fare la scuola a venti figliole ed il resto in dispenze” benefiche: la comunità bornese, “*in atto di gratitudine e a di lui spirituale suffragio*”, fece celebrare nell’agosto seguente “*un officio solenne*”.

Fonti: Archivio Parrocchiale di Borno, Battesimi 1680-1742, Defunti 1678-1811, Stato d’anime secc. XVII-XVIII; Biblioteca Apostolica Vaticana (Roma), Ruoli dei camerieri segreti n° 331, 332, 333 (1761-1762); Biblioteca Civica Morcelli di Chiari, Armadio manoscritti A.II.1, Fondo Ricci, Carteggio Guadagnini-Ricci (1757-1801).



Un centenario per l'asilo di Ossimo Inferiore

DI OMAR ZANI

L 2025 per Ossimo Inferiore è un anno che porta in sé una grande data. Difatti il 25 ottobre di 100 anni fa venne inaugurato l'asilo di Ossimo Inferiore con una grande festa che ebbe eco anche su tutti i giornali del tempo.

La primitiva idea di creare un posto ove i bimbi della contrada potessero essere accuditi e ricevere le prime indicazioni educative balenò fino alla fine del 1800 dall'allora curato Don Stefano Pietro Giacomelli (Breno 1846 – Ossimo Inferiore 1905), valutando che molte volte i bimbi più piccoli venivano accuditi dai fratelli maggiori perché le madri si recavano fin dalle prime ore del mattino al lavoro nei campi, ed essendo stato testimone di molti lutti successi in paese legati alla poca attenzione da parte dei fratelli che accudivano i piccoli di casa. Furono molti infatti i bimbi che persero la vita nell'ambito familiare, per esempio cadendo dalle scale di casa, nel pozzo,

o prendendo fuoco perché avvicinati troppo al camino perché avevano freddo).

L'idea però venne accantonata con l'arrivo del 1900 perché si preferì convogliare tutte le risorse economiche della contrada, prima alla costruzione della nuova Canonica, e poi nel 1905 all'allungamento e rifacimento della Chiesa dei SS. Cosma e Damiano. Furono anni di grande impegno comunitario, visto che il paese viveva sull'agricoltura e sull'allevamento del bestiame. Nel 1905 iniziò la sua attività il Cottonificio Turatti poi divenuto Olcese in cui presero servizio parecchie donne e uomini del paese. Il successore di Don Giacomelli, Don

Raffaele Giudici (Clusone 1878 - Malegno 1962), terminata l'eredità lasciata dal suo predecessore per la chiesa dei SS. Cosma e Damiano e tenendo a cuore il progetto sognato da Don Giacomelli, il mattino del 19 marzo 1919 dopo la solenne messa di S. Giuseppe indisse un'assemblea pubblica in cui dopo aver esposto il suo desiderio di far nascere in Ossimo Inferiore un Asilo per i piccoli, ebbe l'appoggio da parte di 88

capi famiglia che firmarono il loro appoggio alla realizzazione di questo sogno. Già nel 1919 don Raffaele, con l'appoggio di suor Nazzarena Maggiori (Ossimo Inferiore 1870 – Artogne 1938) delle Dorotee di Cemmo, originaria di Ossimo, che dal '28 al '32 fu anche Madre Generale della sua congregazione, fece arrivare in paese tre suore.

Dal 1919 al 1924 furono anni densi e ricchi di lavoro ed impegno da parte di tutti. Uomini, donne, bambini, tutti rivolti ad un unico ideale, far nascere questo nuovo asilo.

Nel 1924 ormai volgendo al termine dei lavori della





nuova scuola materna Don Raffaele e il Comitato Pro Erigendo Asilo Infantile S. Giuseppe decise anche di far erigere nel piazzale dinnanzi al nuovo asilo un monumento ai Valorosi Ossimesi che donarono la loro vita nella Prima guerra Mondiale, auspicando che *"i bimbi volgendo lo sguardo alle effigie dei valorosi Eroi capiranno il significato del loro sacrificio"*.

L'Asilo S. Giuseppe, il Monumento ai Caduti ed il parco della Rimembranza vennero inaugurati il 25 ottobre 1925 in un giorno di festa e di soddisfazione dell'intera contrada.

Durante questo secolo, l'asilo è stato molte volte

risistemato riportandolo alle norme in vigore, ma mai smise d'accogliere i bimbi di questa contrada. Molte volte è stato indicato come *"un lembo di paradiso"* ove pace, serenità regnavano tra le voci ed i canti dei piccoli.

Dal 1991 al 2004, per 85 anni, l'asilo fu retto dalle Suore Dorotee da Cemmo che poi per volere della Madre Generale dell'Ordine vennero ritirate, lasciando posto alle insegnanti, senza mai perdere

il filone religioso per cui fu voluto il 19 marzo 1919.

Fin dal suo nascere l'Asilo di Ossimo è stato supportato dalle figure importanti dei Soci che economicamente hanno sempre aiutato lo svolgimento e l'impegno di questa scuola. Ormai i vecchi Soci sono volati in cielo, e dell'attuale manciata di quelli ancora attivi non vi è un cambio generazionale pur avendo necessità per il futuro di questo ente.

Cosa c'è in serbo per questo Centenario?

Sono molte le iniziative in programma.

Il 16 marzo 2025 avrà luogo una messa in onore di S. Giuseppe e di tutti i Padri Fondatori di quest'Asilo a cui poi seguirà un pranzo comunitario, e tutti i "bambini" di ieri ed oggi

saranno invitati a condividere questo momento di festa.

Si vorrebbe anche allestire una mostra fotografica presso l'Asilo con foto di Gruppi e Classi di tutti gli anni di scuola e attività di quest'Ente.

Non per ultimo e nemmeno per importanza: si vorrebbe stampare un libricino in cui, accompagnati da un simpatico personaggio, scopriremo la storia, i volti e le vicissitudini dalla nascita ad oggi di questo "angolo di paradiso".

Tutto ciò che potremo fare per questo Centenario è legato alla generosità della NOSTRA GENTE a cui fin da ora volgiamo il nostro "GRAZIE".

Ricordare e tramandare sarà modo di dare il testimone alle nuove generazioni perché gli sforzi e i sacrifici di un'intera contrada possano continuare per il bene dei nostri piccoli.



00 s. m.) - Chiesa Parrocchiale



LA VIE EST BELLE

DI CRISTIANA FRANZONI

LE IMPRONTE PERENNI DI UNA DONNA CORAGGIOSA

Hélène De Prittwitz Zaleski ci ha regalato le sue impronte perenni su terreni imbattuti del mondo. E poi ha deciso di restare a Borno, per sempre.

Hélène De Prittwitz Zaleski ha incarnato il coraggio, quello che riesce a mettere alla porta anche la paura.

Un coraggio supportato da valori granitici.

Dall'altruismo, dalla sensibilità, dalla lungimiranza e dalla generosità. Dalla gioia di vivere. E anche dall'ironia. Hélène è stata una guerriera fuoriclasse che ha combattuto per sé e molto per gli altri.

Armata di sorrisi e progetti concreti, ottimista votata all'azione, in punta di piedi e, spesso, nell'anonimato assoluto, è riuscita a cambiare il destino di luoghi e persone. In meglio.

Ha seminato bellezza e speranza dove ne ha scorto l'opportunità e la necessità. In Vallecamonica, da Borno a Breno, a Brescia, passando per Milano, Parigi e Venezia, per il Perù e poi di nuovo a Borno.

La sua anima sensibile comprese l'urgenza di far germogliare il seme della cultura anche fuori dai centri urbani, dove è più difficile fruirne, per dare un'opportunità a tutti ("dai 7 ai 77 anni" cit.) di sperimentare il fascino e il potere trasformatore dell'arte.

L'Accademia Arte e Vita e il Teatro delle Ali di Breno sono solo alcune delle grandi impronte che Hélène ha lasciato in regalo. Tra le Ali di quegli Angeli a lei cari che erano la sua passione.

Quel luogo che fu un tempo una scuola abbandonata, chiusa per carenza di bambini fu convertito, grazie a Hélène (e alla gestione dalle suore messicane), in un punto di riferimento per l'Arte in Vallecamonica.

E l'Arte è Vita, migliora la Vita. Le fornisce Ali per elevarsi ed entrare in contatto con dimensioni nuove che possono cambiarla questa Vita.

Così l'Accademia Arte e Vita modella musicisti, ballerine, cantanti, scultori del legno, attori.



Il Teatro delle Ali stimola melomani, contagia appassionati di commedie e concerti jazz, genera entusiasmo ed educa alla bellezza. Faro luminoso e fucina di cultura che mancava, è anch'esso una creatura di Hélène.

E allora dovremmo esserle infinitamente grati per averci donato questa preziosa eredità, voluta anche con il nobile scopo di "restituire al territorio quanto il territorio aveva dato loro (alla famiglia Zaleski ndr) in termini di lavoro, grazie alla Tassara di Breno".

La grande Hélène, Vicepresidente della Fondazione del Teatro Grande di Brescia (la celeberrima Festa dell'Opera in giro per la città dall'alba a mezzanotte è nata da una sua geniale idea), Presidentessa d'onore della Fondazione Milano per La Scala, mecenate, sostenitrice dell'arte e della sua diffusione, sempre concretamente, anche attraverso borse di studio per i più giovani, vicina a padre Ugo De Censi, fondatore dell'operazione Mato Grosso che

supportò nella costruzione di scuole, la grande Hélène non si è mai fregiata dei suoi incarichi, né delle nobili azioni compiute.

La sua nobiltà però ha lasciato il segno: è concreta, utile, ispiratrice, tutta lì, da vedere, vivere ed ascoltare, per lasciarsi emozionare.

Hélène, amante dell'opera, delle cromie allegre, ha portato colore nelle vite di chi era abituato al buio perché nato senza la speranza di un futuro degno.

Le campane in segno di gratitudine, sul finire del viaggio di Hélène, hanno suonato fino in Perù. La malinconia è calata nei teatri che lei frequentava e nelle case di tutti quelli che l'amavano e che pregavano per lei, anche se non l'avevano mai incontrata.

Eppure, Hélène, che scacciava la tristezza, lo ripeteva sempre che "la Vie est belle", che la vita è bella. Anche nei momenti difficili. E lei, che predicava poco ma razzolava bene, questa vita è riuscita ad abbellirla anche agli altri, con i fatti, e a lasciare la traccia per coloro che verranno.



QUEL QUALCOSA IN PIÙ

DI ANNALISA BAIOTTI

Mi capita di pensare che, per essere un piccolo paesello di montagna, in questi ultimi anni (e non solo) Borno abbia sfornato una serie di talenti che hanno saputo brillare in diversi ambiti: dalla scienza allo sport, dalla cucina alla musica, dalla scrittura all'arte. E di sicuro dimentico qualcosa.

Proprio nel campo della musica, ed in particolare nel canto e nel cantautorato, noi bornesi abbiamo l'orgoglio di vedere eccellere Chiara Bertelli, in arte Elly. Per me, come per tanti locali, è semplicemente Chiara, che fin da piccolissima già spesso cantava con gioia sua e di chi l'ascoltava. Oggi Chiara è una giovane donna con una carriera ben avviata alle spalle. E con le idee chiare. Nomen omen... Iniziando la nostra chiacchierata chiede dolcemente di ricordare che senza l'aiuto e il supporto di entrambi i suoi genitori non sarebbe dov'è ora e che sapere di avere tante persone che le vogliono bene attorno le permette di continuare in questo suo percorso con serenità e decisione e di pensare a un futuro roseo e ricco di tante nuove soddisfazioni. Laureata in Canto e Musica Jazz al Conservatorio di

Brescia, Chiara si rende conto molto presto che la musica non è solo la sua viscerale passione ma che può diventare il suo lavoro. D'altronde, chi ama il proprio lavoro non lavorerà nemmeno un giorno, si dice.

Comincia già alle medie con lezioni e concorsi, poi inizia a perfezionarsi, studiando il canto classico per poter però cantare la musica moderna. Poi si apre un mondo: grazie a un film (n.d.r. *Burlesque*) si spalanca per lei la magia del soul, del blues e naturalmente del Jazz, il suo grande amore, al quale ha dedicato i suoi due ultimi lavori discografici. Un caleidoscopio di generi, emozioni e stili differenti, tutti fondamentali e tutti espressi nelle note che Chiara ci regala.

Nonostante ami profondamente quello che fa, per arrivare a questo punto ha sgobbato sodo. E sgobba ancora, ogni giorno, perché davanti ad un caffè ricorda (anche a me!) che d'imparare non si finisce proprio mai, anche quando sei tu ad essere dietro la cattedra.

Ha scelto, infatti, di affiancare la sua attività di cantante e musicista a quella d'insegnante di canto. Una missione che la riempie di entusiasmo, ma anche di responsabilità verso quei

giovani (o meno) che da lei cercano di carpire quei segreti per far sognare chi ascolta.

Ricordando il suo vero inizio nel mondo musicale 'adulto', quello del Conservatorio, della città, ammette che a qualcuno il fatto di venire da un piccolo paese di provincia possa dare un po' di senso d'inferiorità, ma confessa anche come in realtà per lei la 'caparbietà' camuna (parafrasando una sua espressione più colorita, ma azzeccata) sia stata fondamentale.

I Bornesi non mollano. I Bornesi affrontano le sfide a muso duro. Sanno di dovere dare sempre quel qualcosa in più. Ma sanno di averlo dentro, quel qualcosa in più che serve per eccellere. Così, dopo quattro album, l'ultimo dei quali uscito lo scorso mese (*I've grown accustomed to the bass*, n.d.r.), innumerevoli concerti, tanti compagni

di viaggio (tra i quali ama citare il suo Maestro, Boris Savoldelli, e la sua compagna di studi, amica e collega, Giorgia Gusmini), Chiara siede davanti a me e al suo caffè (ormai freddo!) e mi dice senza mezzi termini di sentire la necessità di tornare alle origini, alla pancia, di essere più Chiara Bertelli e meno Elly, nome d'arte richiesto dalla prima produzione ma che ora le va un pochino stretto, perché è più forte il desiderio di riconnettersi alla sua essenza più profonda. E di potere esprimersi con la musica che più sente sua. Chiara ha tanto da raccontare e io poco spazio per scrivere, ma sono certa che potrete sentire il suo messaggio (Non mollate! Scavate nel profondo! Siate sempre fedeli a voi stessi!) nelle sue note, nei suoi brani e nella sua voce... voce bornese, voce con quel qualcosa in più.





Milano ha fatto Borno, e Borno ha fatto Milano

DIVIOLA FRASSI E FABIO MERONI

Da anni, ogni estate e inverno, Borno si trasforma in una meta turistica per gente proveniente da tutta la bassa Lombardia; eppure, nel "paesello", è cosa comune definire qualsiasi turista cittadino come "milanese". Questo curioso fenomeno ci ha

attratto e ci ha spinto ad indagarne le origini attraverso una ricerca etnografica per un esame universitario di antropologia culturale, ed essendo noi proprio una "mezza bornese" e un "mezzo milanese", abbiamo potuto dare una lettura il più possibile completa, attingendo da due punti di vista interni frutto dei nostri diversi vissuti.

Il periodo che abbiamo dedicato alla nostra etnografia è quello a cavallo di Capodanno, che a Borno coincide con una fase demograficamente cruciale dell'anno, in quanto il numero di "milanesi" (e non solo) cresce esponenzialmente, in occasione delle vacanze natalizie e della settimana bianca. Dal 29 dicembre

2022 al 3 gennaio 2023 vi abbiamo quindi soggiornato per analizzare le radici dell'identità bornese e come essa si esprime in relazione a quella del milanese, che viene dunque percepito come l'alterità per eccellenza. La nostra permanenza può essere descritta come un'"osservazione partecipante": abbiamo osservato da vicino ciò che le persone fanno, inserendoci in vari contesti, sia della vita quotidiana di Borno, come Piazza Umberto I e i bar del centro, sia in luoghi più frequentati dai "milanesi", come il camping BoscoBlù e la Borno Ski Area. Taccuino alla mano, abbiamo scritto un diario etnografico delle nostre giornate, annotando comportamenti, conversando con bornesi e milanesi, chiedendogli della loro storia.

Insomma, i bornesi vedono i milanesi come una presenza pervasiva, diversa dai



turisti occasionali. Il milanese che frequenta Borno non è semplicemente un visitatore: viene percepito da alcuni quasi come un "colonizzatore", che rompe la quiete dell'atmosfera genuina della montagna, dove si rifugia dal rumoroso tran-tran della città, luogo dal carattere artificiale e frenetico. D'altro canto, molti milanesi tornano in vacanza a Borno ogni anno, spinti da un legame affettivo che ha radici profonde, derivanti soprattutto dal dopoguerra: durante la ricostruzione della città, molte persone delle valli, inclusi i bornesi, portarono la loro manodopera a Milano, partecipando attivamente alla sua rinascita urbana. Allo stesso tempo, Milano ha investito economicamente su Borno, fondando camping e hotel, e contribuendo concretamente al valore turistico del paese. Questo scambio economico e umano ha consolidato un rapporto di interconnessione importante tra le due realtà, ma spesso vittima di rudimentali semplificazioni. Che al bornese diano "fastidio" i

milanesi si dimostra uno stereotipo, tanto chiacchierato, ma non corrispondente alla realtà. Volendo dare una prospettiva storica, con il passare del tempo il rapporto tra milanesi e bornesi è cambiato. Se in passato vi era una maggiore condivisione degli spazi domestici, con i milanesi ospiti nelle case dei bornesi, oggi i milanesi "occupano" sempre di più lo spazio pubblico di Borno: piazze, piste da sci e ristoranti un tempo frequentati principalmente dai bornesi, ora – nella stagione invernale ed estiva – sono vissuti soprattutto dai turisti. Eppure, come ci ha confermato anche il Sindaco, il turismo ha da sempre rappresentato una risorsa fondamentale per la comunità di Borno, e il positivo non si limita solo a ciò: gli anni di continuo contatto tra i due comuni hanno portato a legami profondi e autentici. La condivisione dei periodi vacanzieri ha dato vita a solide amicizie tra bornesi e milanesi e persino a storie d'amore nate tra le montagne, con i classici "inciuci estivi" che spesso si sono poi trasformati in importanti relazioni. Questo dialogo tra ospiti e locali collega vite, cuori e storie, diventando un ponte che avvicina le persone.

Oggi, questo rapporto complesso tra milanesi e bornesi rappresenta un intreccio tra tradizione e modernità, tra passato e presente. Se da un lato ci sono differenze culturali,



dall'altro il legame umano è forte, costruito su una storia condivisa e sull'importanza reciproca per le due comunità. In testimonianze dirette, libri e fotografie abbiamo visto come Borno ha contribuito a fare Milano in maniera tangibile: ha ricostruito edifici, innalzato i pali dell'alta tensione, è stata l'esperienza diretta della città. Esperienza che ogni tre mesi torna nel paese, rimescolando questi due comuni intrinsecamente legati tra loro. In questo articolo abbiamo cercato di raccontarvi brevemente la nostra ricerca sul campo, che è stata da noi compiuta con passione e rispetto. Passione di comprendere, analizzare e scoprire, e rispetto per il

mondo contemporaneo e gli esseri umani che lo hanno abitato e lo abitano ancora oggi. Con la speranza che vi abbia suscitato interesse, riprenderemo in mano il tema in una serata dedicata che si svolgerà a Borno nell'estate 2025, in cui vi presenteremo la nostra etnografia in maniera più approfondita. Sarà un'occasione per unire di nuovo la popolazione e potersi confrontare tra bornesi e milanesi, riaprendo tutte le domande che avevamo e continuiamo ad avere, in cerca di risposte sempre nuove e non banali.



UN NASO ROSSO PUÒ CAMBIARTI LA VITA

DI FIORENZA CERESSETTI

Sono un'insegnante di Scienze Motorie ormai in pensione ma continuo a lavorare nelle scuole primarie e dell'infanzia svolgendo dei corsi di attività motoria. Lo faccio perché credo fermamente nell'importanza del linguaggio del corpo come sviluppo delle potenzialità a 360 gradi e anche perché mi diverto molto. Scrivo queste poche righe perché voglio parlarvi della mia grande passione. Una mattina di tanto tempo fa mi trovavo presso l'ospedale Civile di Brescia e, mentre attraversavo il parcheggio, venni attratta da un manifesto esposto sul finestrino di un'auto che invitava le persone a iscriversi a un corso per diventare clown di corsia negli ospedali. Fu un colpo di fulmine a ciel sereno. Telefonai subito e dopo pochi giorni iniziai la mia nuova avventura che continua ancora oggi. Quando qualcuno mi chiede: "Tu fai il clown?" io rispondo: "No, io sono un clown." "E che differenza c'è?" "Una grande differenza perché, anche se

può sembrare strano, tutti siamo dei clowns solo che non sappiamo di esserlo. Essere clown è una cosa seria ma molto divertente (anche per i bambini il gioco è una cosa seria ma divertente) e lo si può raggiungere solo con un profondo lavoro di ricerca di sé. Il mio clown me lo porto dappertutto perché fa parte di me, è la parte migliore di me. Lo porto dove mi chiamano ad esempio nelle scuole: con le mie alunne abbiamo intrapreso un cammino di ricerca personale e insieme siamo state negli ospedali, nelle RSA, nelle comunità, nelle strade e, nonostante le nostre fragilità, le nostre incertezze, si tornava a casa con una gioia immensa sentendo che in quei momenti avevamo dato un senso vero alla nostra vita. Durante questi anni ho avuto la fortuna di poter intraprendere questa esperienza anche all'estero: negli orfanotrofi della Romania, in Ucraina negli ospedali per

i bambini malati oncologici a causa delle radiazioni di Chernobyl, in Africa nella Repubblica Democratica del Congo con i bambini delle baraccopoli delle periferie di Kinshasa, in Bosnia nei villaggi sperduti tra le montagne ancora infestate dalle mine antiuomo e poi in Croazia nell'ospedale di Gornja Bistra che accoglie bambini e ragazzi con gravi disabilità e malattie genetiche rare dove mi reco tre volte all'anno per dare un piccolo aiuto nella gestione delle cure primarie e soprattutto per donare quel contatto umano che viene loro negato essendo relegati costantemente in un letto di ospedale. C'è una persona che ha influito molto su questa mia scelta, il suo nome è Patch Adams. In un incontro con lui a cui ho partecipato Patch descrive il clown come "essere un pensiero felice per chi è solo". Il clown

può permettersi di agire fuori dalle righe, di essere dissacrante, gli consente di avvicinare l'amore al prossimo non solo negli ospedali ma anche per la strada, in mezzo alla gente. E dice ancora: "Quando sto per entrare in una stanza di ospedale non so cosa farò ma so che voglio fare qualcosa". Sì, perché il clown è un ingenuo giocherellone e se gli chiedi qualsiasi cosa non dice mai di no anche se non lo sa fare ma trova sempre una soluzione, una soluzione da clown. Voglio concludere con una risposta di Patch alla domanda: "Quale è stato il momento più bello della sua vita?" Alla quale ha risposto: "Il momento più bello della mia vita è questo momento con te perché il momento più bello della mia vita è la vita stessa".





ENPOWHER

DI ELEONORA BONIZZONII

Tema caldo e sempre attuale, purtroppo, quello della violenza di genere. La Sala Congressi, venerdì 22 novembre, ha ospitato una serata a cui va il merito di aver acceso i riflettori su La Forza delle Donne.

Al microfono due voci parlate e una canora, pazzesca. La Dott.ssa Francesca Andreoli, referente per la Medicina di Genere dell'ASST Vallecamonica, ha sciorinato numeri nazionali di dolore e fatica, addentrandosi poi in una realtà ben più vicina e a lei nota. Gli accessi al Pronto Soccorso dell'Ospedale di

Esine da parte di donne che subiscono violenza non sono lontani dal centinaio all'anno. Ciascuna arriva con dinamiche e complessità che vanno conosciute e affrontate con competenza; spesso, da parte degli operatori, la frustrazione e l'impotenza sono avvertite con forza di fronte a donne protagoniste di incubi che faticano a lasciare.

Accanto a Francesca la Dott.ssa Valentina Rinaldi, Coordinatrice del Centro Antiviolenza di Darfo Boario Terme. La narrazione di Valentina parla la stessa lingua, ma offre una

lente di speranza. Il lavoro delle operatrici e dei volontari del centro rappresentano una eccellente risorsa e occasione di supporto e rinascita per tutte le donne che scelgono il sostegno e la svolta.

Terza voce, il duo Chiara Bertelli e Armando Fuentes, che con tecnica musicale strepitosa hanno emozionato la sala prestando la voce a donne del panorama musicale internazionale: cantanti di spessore esistenziale che la vita ha provato, rendendo la loro musica graffiata, potente, non solo nella voce.

La realtà affrontata è tema a cui dare voce, con cognizione, passione e competenza, come ciascuna delle tre voci in sala ha fatto. Realtà di cui si immagina sempre una casistica lontana, salvo poi scoprire che sono spaccati di vita che accadono attorno, vicino, incredibilmente vicino. Sapere è un'opportunità per renderci consapevoli e responsabili di poter essere, nel proprio contesto, parte di un'educazione rispettosa che a cerchi concentrici e virtuosi possa crescere atteggiamenti sani e positivi tra le persone, di qualunque genere.





TRA CURE, RIABILITAZIONI E IL PROBLEMA DELL'IMPRINTING

Buongiorno a tutti, cari lettori di Punto & Virgola! Oggi vorremmo parlarvi di un argomento per noi molto importante, perché fondamentale per l'ottima riuscita nel recupero della fauna selvatica, ma che secondo noi dovrebbe anche far parte della conoscenza di tutti per una buona convivenza con il mondo animale che ci circonda.

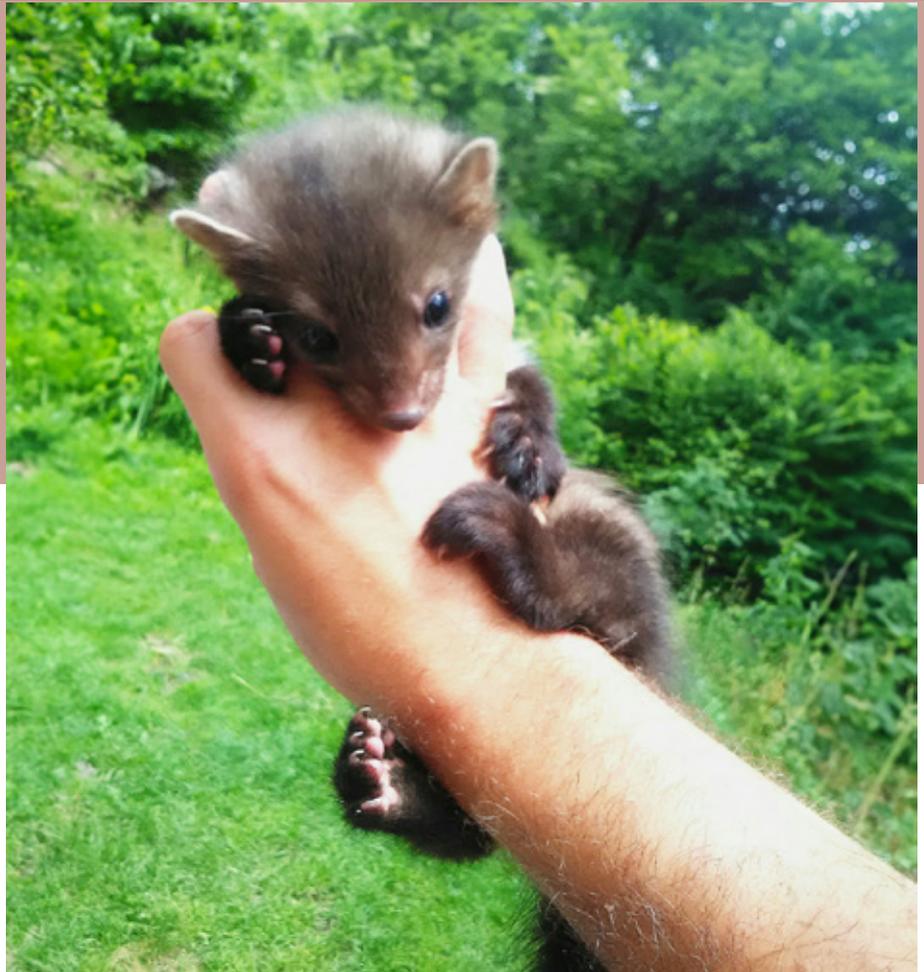
Al Cras del Parco dell'Adamello ci prendiamo cura ogni anno di diverse centinaia di animali selvatici tra cui ungulati come cervi e caprioli, ricci, uccelli di varie specie, tassi, volpi e tanti altri... Il principale obiettivo - così come per tutti i CRAS presenti sul territorio nazionale e nel mondo - è quello di rilasciare gli animali in libertà. Per far questo non basta soltanto prestare loro idonee cure e terapie - attraverso le indicazioni dei medici veterinari - ma gli operatori devono stare molto attenti a far sì che gli animali in cura mantengano tutti i comportamenti e gli istinti naturali di cui avranno bisogno per sopravvivere nel loro ambiente, dopo essere stati rilasciati. Riuscire a far

mantenere una sana paura delle persone è tra le cose più importanti per chi lavora in un Centro di recupero poiché, quando l'animale inizia a capire che le persone che prima tanto temeva ora sono quelle che gli portano cibo e acqua, allora può nascere una forma di abitudine alle persone che, per un animale selvatico, è il male peggiore. Questo risulta ancor più difficile per animali giovani consegnati al nostro centro (cuccioli orfani, nidiacei caduti troppo presto dal nido...). Questi animali, ancora troppo giovani, iniziano ad abituarsi alle forme, agli odori e ai suoni prodotti durante le fasi di alimentazione finendo per riconoscere la figura umana come una vera e propria madre. Ecco che si parla di vero e proprio **imprinting**, ossia una forma di apprendimento di solito presente in tante specie animali durante un breve periodo ritenuto critico, subito dopo la nascita o la schiusa dell'uovo quando il sistema nervoso è particolarmente plastico e ricettivo. Tale periodo, studiato e definito negli anni '30 del Novecento dall'etologo austriaco Konrad Lorenz, serve

al giovane per riconoscere sia i propri genitori sia altri individui della propria specie. In poche parole, il fenomeno dell'*imprinting* permette al giovane da poco nato di acquisire un'identità in modo che gli animali che più assomigliano alla madre saranno quelli che non dovrà temere e con cui potrà trascorrere la sua esistenza. È proprio per questo motivo che gli operatori dei CRAS devono cercare in tutti i modi di abituare al minimo gli animali in degenza - soprattutto i più giovani - alla presenza dell'uomo. Alcune strategie per prevenire l'*imprinting*, adottate nel nostro centro, sono quelle di ridurre al minimo il contatto con l'individuo, limitando la manipolazione esclusivamente alle fasi di pulizia, alimentazione e cura. Inoltre, cerchiamo di ridurre al minimo i suoni e le voci. Ove possibile teniamo individui della stessa specie nello stesso spazio in modo che si riconoscano. A volte, però, succede che per motivi di natura superiore (forti traumi, terapie lunghe, fasciature e steccature frequenti) gli operatori siano costretti a



manipolare e interfacciarsi di più con quell'animale, il quale, se si trova nel periodo critico giovanile, finirà per "imprintarsi" sull'uomo. Questo è il caso di una giovane cerva nata da pochi giorni e consegnata al nostro CRAS quest'anno. L'animale presentava un grave problema invalidante agli arti posteriori, tale per cui gli operatori hanno dovuto prestare frequenti cure giornaliere. Finite le cure e una volta che la giovane si è rimessa in piedi e in buona salute, l'animale non ha più provato alcun timore nei confronti degli operatori. Certo, è vero, può sembrare molto affascinante avere una piccola volpe, un tasso o cervo come amico, ma non è affatto la cosa giusta da fare, anzi, è proprio da evitare. Un animale che diventa troppo confidente nei nostri confronti, mentre è affidato alle nostre cure, potrebbe non apprendere le abilità di cui avrà bisogno per sopravvivere da solo dopo il rilascio. Questo è purtroppo frequente anche al di fuori dei centri di recupero, perché pensiamo che alimentare o anche solo offrire un riparo, un confort in più sia la cosa



giusta da fare! Ma anche gli animali selvatici si mettono nei guai quando si sentono troppo a loro agio: l'eccessiva confidenza agli esseri umani è causa spesso di comportamenti alterati innaturali che potrebbero spingere l'animale in situazioni non sicure o a cercare attivamente il contatto umano. Queste alterazioni del comportamento portano in seguito a conseguenze ambientali, ad esempio quando c'è una perdita della capacità di foraggiamento, che mette a rischio direttamente la sopravvivenza o causa problemi di salute, rendendo quell'animale più vulnerabile ai suoi predatori naturali. Ci possono poi essere conseguenze sulla popolazione perché nel lungo termine, se le fonti di cibo umano vengono

meno, potrebbero nascere conflitti con l'uomo, specialmente in aree urbane o suburbane, dove gli animali possono essere investiti dalle auto, intrappolati o peggio essere abbattuti perché scomodi o aggressivi nella ricerca di cibo. È importante quindi ricordarsi che ognuno può contribuire alla conservazione della fauna, non solo rispettando la natura ma anche lasciando che gli animali rimangano selvatici nei loro habitat. Vi salutiamo sperando come sempre che queste poche righe possano farvi riflettere e accendere la curiosità di approfondire le conoscenze del mondo naturale, ricordandovi che...

un po' di cultura può salvare la natura!



DA UN GRAPPOLO D'UVA A UN BRINDISI TINTINNANTE

Nell'orto di mio nonno Aurelio c'è sempre stata la vite che lui coltivava con passione, era avvinghiata a paletti di legno e sostenuta da fili di ferro per formare un filare. Era un'uva americana i cui acini avevano un sapore dolcissimo e che mi piaceva piluccare.

Ora il nonno non c'è più, l'orto è stato coltivato da mio papà e ora sono io che lo coltivo: la vite è sempre rimasta lì, dove era stata piantata; è rimasto un tronco nodoso, robusto, contorto che, a primavera e nella prima estate, comincia ad emettere i verdi lunghi rami muniti di cirri che si avvinghiano ai sostegni e, tra le foglioline che germogliano, si fanno spazio le infiorescenze a grappolo, che matureranno in settembre – ottobre.

La vite è un albero sacro, simbolo della civiltà mediterranea e compare nei testi religiosi del Vecchio e del Nuovo Testamento. *Vitis vinifera L.* fa parte della famiglia delle Vitaceae, il suo nome *vitis* deriva dal latino, la cui etimologia è incerta;

vinifera, che dà il vino. È una pianta rampicante dal fusto vecchio e legnoso, nodoso, rugoso; quello giovane (tralcio) è liscio e provvisto di appendici (cirri o viticci), con cui si aggrappa ai sostegni. Le foglie, pampini, sono palmate con tre o cinque lobi, hanno il margine dentellato e la struttura cuoriforme, caduche; i fiori sono insignificanti, verdi-biancastri, riuniti in pannocchie. I frutti (acini) sono bacche di varia forma, da sferiche a più o meno allungate e di vario colore, a seconda della varietà, riunite a formare grappoli.

L'origine della viticoltura risale a tempi antichissimi, anzi il genere "*Vitis*" sarebbe già stato diffuso sulla Terra ancor prima della comparsa dell'uomo, stando ai risultati desunti da numerosi rilievi paleontologici. Le prime tracce di questo frutto e del loro pregiato succo risalgono addirittura all'era preistorica del Neolitico, ma fu qualche millennio più tardi che gli uomini impararono a coltivare la vite, per ricavarne, ieri come oggi, la prelibata uva da tavola e l'inebriante vino.

I popoli del Medio Oriente e della Mesopotamia, gli antichi Egizi e i Turchi, e poi i Greci, gli Etruschi e i Romani affinarono nel tempo le tecniche di viticoltura. Nel contempo, impararono a perfezionare il procedimento di fermentazione del succo d'uva, dando avvio alla produzione di una grande varietà di vini: una passione senza tempo, che è arrivata fino ai giorni nostri.

La vite era già coltivata in Sicilia circa quattromila anni fa; per circa un millennio la viticoltura è stata limitata entro i confini di quest'isola e solo più tardi, per mezzo di alcuni popoli con cui gli isolani vennero in contatto, la pianta cominciò a comparire in alcune zone dell'Italia centrale e settentrionale. Tuttavia la vera espansione della coltura si ebbe a partire dal III sec. a.C. con il dominio romano sul Mediterraneo. L'Italia era chiamata Enotria, che significa terra del vino e da ciò si può comprendere quale importanza abbia sempre avuto nel nostro paese la coltivazione della vite. Catone, Virgilio Marone ed altri



scrittori latini ci forniscono notizie nelle loro opere ma, una volta caduta la potenza romana, verso il II sec. d.C., anche la vite e la sua coltura entrò in crisi fino alla nascita dei Comuni. Il periodo successivo alla scoperta dell'America fu fondamentale per la viticoltura perché vennero importate specie selvatiche che, oltre a dare origine a nuove varietà, qualche secolo più tardi salvarono la viticoltura europea minacciata da alcune gravi malattie. In particolare la peronospora e la fillossera che invase i vigneti d'Europa distruggendoli in gran numero. Fortunatamente si era scoperto che la vite americana era resistente a questo parassita cosicché vennero piantati polloni americani sui quali poi vennero innestati quelli europei. Superate queste ed altre terribili calamità, la viticoltura è andata sempre più progredendo fino a raggiungere un alto livello fra le rimanenti colture arboree in ambito mondiale. Le varietà di vite coltivate sono numerosissime così come le loro proprietà che le fanno appartenere ad uno

dei due gruppi secondo i quali siamo soliti suddividerle: viti per uve da tavola e viti per uve da vino.

Presso i Greci si riteneva che la vite fosse sacra, essendo stata donata all'uomo da Dioniso, dio dell'ebbrezza. Si narra, infatti, che la nascita del piccolo Dioniso, figlio di Persefone, avesse fatto ingelosire Era, legittima moglie di Zeus. Era aveva perciò mandato nella grotta dove si trovava il piccolo due Titani che lo avevano ucciso e cremato. Da queste ceneri era stata generata la vite. I Romani ripresero poi questo mito e lo riferirono a Bacco, dio del vino e dell'ebbrezza.

Presso i Greci e i Romani per propiziare una buona raccolta di uva, durante la vendemmia, si immolava a Dioniso-Bacco un capro, dalla pelle del quale si ricavava un otre su cui i contadini mimavano una danza rituale. Leggiamo nell'Iliade come era pratica comune il lavaggio delle ferite con vino e aceto. Un tempo era frequente, all'inizio dell'autunno, l'"ampeloterapia", la cura dell'uva.

Nel corso dei secoli, la vite e il vino hanno ispirato molti artisti, che li hanno rappresentati in dipinti e in sculture in ogni loro aspetto: dalle immagini di vendemmia, ai momenti conviviali, ai richiami mitologici sacri e profani, ai ritratti e alle scene di genere.

Con la civiltà greca e, successivamente, quella romana l'uva assumerà un ruolo rilevante nel tessuto culturale e artistico della società. Presente nei banchetti come vera e propria pietanza o, più spesso, come intermezzo tra le varie portate, assume significati profondi: essendo legata simbolicamente alla bevanda che viene prodotta dalla sua spremitura, le si attribuiva le stesse virtù del vino e si pensava fosse stata scoperta da Dioniso in persona.

La vite è una delle piante più note e sfruttate dall'uomo.

L'uva è dissetante, rinfrescante, è utile per cure depurative e ricostituenti. L'aceto di vino è usato come aromatizzante e famosi sono gli aceti resi gradevoli per infusioni di spezie ed erbe odorose. Diluito, l'aceto si impiega per lavare piaghe e ferite; a gocce fa cessare il singhiozzo.

Oltre al classico impiego come frutta fresca, l'uva si presta per la preparazione di conserve, sciroppi, gelatine, dessert e di alcuni raffinati piatti di carne e di selvaggina. Le foglie di vite, colte tenere, servono per preparare deliziosi involtini di carne o di riso, tipici della cucina greca.

Dall'uva si ottengono anche molti vini pregiati e, che sia un buon bicchiere di vino rosso o che sia un grande spumante, prepariamoci a brindare per l'arrivo di un felice 2025!



Buongiorno a tutti, cari lettori di Punto & Virgola! Questa rubrica è per chi ama la natura e il mondo là fuori, desidera capire come stia cambiando, come possiamo rapportarci al meglio con esso. Eccoci con il primo appuntamento invernale, anche se il paesaggio sembra tuttora quello dell'autunno, con la neve che per ora è caduta tutt'altro che copiosa. Se le nostre piste da sci sono già imbiancate, aperte grazie all'innevamento programmato, lo stesso non si può dire per prati e boschi: sul terreno i colori che spadroneggiano sono ancora l'ocra, il marrone, il grigio. C'è chi patisce profondamente questa palette cromatica...

Quando gli animali Sono del colore sbagliato

Lepre variabile, pernice bianca ed ermellino hanno un aspetto in comune: tutti e tre questi animali cambiano colore con le stagioni. La prima in estate è di color bruno scuro, mentre in inverno diventa completamente bianca – solo la punta delle orecchie è nera. Le zampe sono rivestite da un fitto strato di pelliccia, caratteristica che le rende perfettamente adatte a muoversi sulla neve. Questo tratto “a ciaspola” è comune anche alla pernice, scientificamente nota come *Lagopus muta* – “*Lagopus*” significa “piede di lepre” in greco. Durante l'inverno, uno spesso piumaggio copre interamente le zampe di questi uccelli, lasciando scoperti solo gli artigli, fornendo un ottimo isolamento termico e impedendo loro di affondare nella neve. Le pernici sono in muta quasi

continua tutto l'anno, per avere le sfumature il più simili possibile al mutevole ambiente montano. In estate i maschi hanno la parte superiore del corpo picchiettata di marrone-nero e il resto generalmente chiaro, mentre le femmine hanno un piumaggio più articolato e tendente al rosso. In autunno diventano entrambi grigi, per poi virare al bianco in inverno – con penne dall'elevato potere isolante. Nell'ermellino la colorazione passa dal bruno nella parte superiore del corpo con ventre color crema a un manto completamente bianco, fatta eccezione per la punta nera della coda. Questi cambiamenti non sono legati alla temperatura (cosa accadrebbe, infatti, se ci fosse qualche giornata di caldo a dicembre e qualche giornata di freddo a maggio?),

ma al fotoperiodo, ovvero alla lunghezza del giorno rispetto alla notte, che viene utilizzata da moltissime piante e animali per capire in che stagione si trovano e, quindi, adattarsi alle condizioni ambientali. Cosa succede, però, se “non ci sono più le mezze stagioni”, il clima cambia e la neve latita? Questi animali si ritrovano con una livrea bianca che spicca vivacemente sul colore dell'erba verde o secca. Addio mimetismo. In più, le pernici – come i galli forcelli – utilizzano buchi scavati nella neve come ulteriore difesa dai predatori e dal freddo, strategia che necessita che ne siano grosse quantità al suolo. Questi galliformi sono caratterizzati da esigenze ecologiche ben precise e possono essere considerati indicatori dello stato di salute degli ecosistemi in cui vivono. Per



questo vengono definiti “specie ombrello”, ovvero specie per cui le azioni di conservazione e di protezione dei loro habitat possono giovare ad altre che vivono nello stesso tipo di ambiente. Per la lepre variabile cresce la competizione con la lepre europea, che con l'aumento della temperatura si espande sempre più in alto. Uno studio dell'ISPRA e dell'Università di Torino, in collaborazione con il Parco Nazionale del Gran Paradiso, ha esaminato i cambiamenti nella presenza e nella distribuzione di entrambe le specie in una valle alpina, confrontando i dati del 2009 e del 2021, quantificando

per la prima volta quelli che potrebbero essere gli impatti di oltre un decennio di cambiamenti climatici sulle due specie di lepri. Analizzando i dati raccolti nelle stesse località a distanza di 12 anni lo studio ha dimostrato come la lepre variabile fosse più comune nel 2009, mentre ora è limitata a una fascia molto ristretta e di alta quota. Per quanto riguarda l'ermellino, il Parco Nazionale del Gran Paradiso scrive sul suo sito: “Questa specie è monitorata attivamente dal Parco come sentinella degli effetti del cambiamento climatico. Infatti la non corrispondenza tra la stagione

delle neve e la muta potrebbe esporre l'animale a una maggiore visibilità rendendo più difficile la ricerca di cibo e la fuga dai predatori.” Non solo noi, quindi, e le nostre attività avvertiamo la mancanza della neve: questo vale anche per alcuni animali di alta montagna, in particolare per chi basa il proprio mimetismo o la propria tana su di essa. Più le temperature si alzano e le precipitazioni diminuiscono, più l'altitudine a cui potremo incontrarli continuerà inesorabilmente a salire. E, una volta arrivati alla cima delle montagne, non avranno altro luogo dove poter andare...





IL NATALE E I REGALI COME AZIONE SOCIALE

“Ho il timore di far arrivare un messaggio sbagliato se non scelgo il regalo giusto... e il pensiero di sedermi a tavola con tutte quelle persone mi agita...”

Ebbene sì, si avvicina il Natale ancora una volta e inevitabilmente il pensiero va alle “reunion” famigliari e allo scambio dei regali (e di molto altro).

Offrire un dono può avere molti significati, non a tutti piace fare regali, ciascuno ha un modo diverso di donare, i doni stessi saranno diversi a seconda del destinatario e a qualcuno nemmeno piace riceverne. Mi capita spesso di parlare con molti dei miei pazienti di quanto il Natale e le festività in genere possano essere faticose. Si dà per scontato che le persone apprezzino trascorrere del tempo con chi vedono poco e che i giorni di festa diano l'opportunità di ritrovarsi e stare insieme. Per molti è sicuramente così ma per tante altre persone il momento del Natale diventa difficile da affrontare. Qualcuno di noi ha magari perso una persona cara

nel corso dell'anno e non poterla vedere seduta a tavola durante il classico pranzo natalizio è motivo di sofferenza. Per altri le cose sono molto cambiate per via di una separazione coniugale e le feste acquistano il sapore amaro del ritrovarsi soli. Tanti dei miei pazienti si rifugiano nel lavoro per non pensare a come si sentono davvero e la chiusura delle aziende e degli uffici diventa uno stacco forzato che non avrebbero voluto.

Ci sono tanti motivi che possono far sentire una persona meno predisposta al Natale di altri e a volte anche le semplici decorazioni natalizie sparse per le vie richiamano sentimenti di nostalgia, malinconia e tristezza. Certo non per tutti è così. Ci sono persone che aspettano con trepidazione di poter addobbare la propria casa e mettere i regali sotto l'albero nella magica attesa di scartarli insieme ai famigliari. Come per qualunque altra situazione, va rispettato e capito il sentire di tutti e se ci riesce, anche comprenderlo e allietarlo se possiamo.

Alcuni si sentono in obbligo di dover fare dei regali solo e

soltanto perché è Natale.

Dietro all'azione del “fare un regalo” ci sono aspetti psicologici che riguardano la predisposizione personale, il processo decisionale e alcune dinamiche sociali. Scegliere quale regalo fare e come consegnarlo può diventare una sorta di messaggio sociale con cui si esprimono alcune caratteristiche della propria personalità.

Ad esempio un regalo super costoso può essere indicatore di egocentrismo o di alterato valore per l'opinione altrui. Se voler fare colpo sugli altri diventa per noi più importante delle nostre preferenze, vuol dire che abbiamo perso di vista il senso del donare. Chi sceglie regali utili che servono all'altro nella sua quotidianità sta cercando di non comunicare superficialità. Ancora, chi valuta cosa donare in base alle sue attitudini soltanto senza tener conto di cosa può gradire il mittente, non coglie il senso profondo del “dare”.

Offrire un dono è un'azione in cui si concentra un insieme di attese e di aspettative emotivamente cariche, verso se stessi e verso l'altro.



I regali più apprezzati sono molto spesso quelli che fanno riferimento alla storia comune quindi alla relazione o ad un evento vissuto insieme da chi dona e da chi riceve. Alla base del fare un regalo dovrebbe esserci il desiderio di rendere felice chi lo riceverà mantenendo però intatta la nostra spontaneità.

Se a guidarci nella scelta di un regalo o del dove e con chi trascorrere le feste è il nostro vero e sincero sentire, avremo poche possibilità di sbagliare e di ritrovarci poi con sensazioni poco piacevoli. Proviamo a stare innanzitutto con noi stessi, ad ascoltarci e a permetterci di essere liberi. La serenità personale è alla

base del benessere nostro e di conseguenza di quello delle persone che abbiamo vicino. Pertanto più che un Buon Natale, auguro a tutti noi tanta serenità, per quando è festa e anche per quando non lo è.

Contatti:
tel. 338.3106157
elenaandreoli@gmail.com





SemiSerie ma non gravi(de)

Breviario delle volte che incontrando una donna in gravidanza abbiamo perso un'occasione buona per fà sito.

Se la guardi troppo intensamente, piange. Se non la saluti, pure.

Due parole sono troppe e una è troppo poca. Incontrare una donna incinta o una neomamma sul proprio cammino è un'esperienza difficile e bisogna esserne preparati. Dovrebbero fare dei corsi su come gestire la conversazione in questi casi. Già come popolo noi italiani tendiamo a fare molte chiacchiere futili quando incontriamo qualcuno, convenevoli da inizio discorso per rompere il ghiaccio. Figuriamoci se la vittima ha un addome molto pronunciato o spinge una carrozzina con dentro una nuova creatura. Qua seguire la strategia del dire la prima cosa che ci viene in mente è nel 99,9% non solo sbagliato ma veramente inopportuno. E la cosa pericolosa è che molto spesso queste inopportunità sono celate da una totale buona fede e carineria. Ed è proprio quando vorremmo solo

essere gentili e condividere la gioia con la futura mamma - magari incrociata per strada in uno degli unici momenti in cui al nono mese aveva ancora le caviglie abbastanza sgonfie da consentirle non dico le scarpe ma almeno le ciabatte per volare in paese qualche minuto a sbrigare le ultime commissioni - che invece ci esce dalla bocca un'unica, solenne, grandissima e rumorosissima castroneria. Che continuerà a riecheggiare nelle orecchie della poraccia nei minuti successivi, quando sarà riuscita a digrignare i denti e sbloccare il sorriso di circostanza che ha montato quando invece avrebbe solo voluto annegarti nella fontana della piazza.

"Eh dai, Sei lievitata bene però."

Come se il fatto di crescere parecchio di peso fosse qualcosa per cui una donna incinta debba essere felice. Probabilmente durante la Guerra Mondiale lo era, nulla in contrario. Ma oggi, nella maggior parte dei casi è una considerazione che ferisce qualcuno che ha perso il contatto con il proprio corpo, che

magari prima misurava i pasti in grammi e adesso si segna il suo evolvere in decine di kg presi.

E poi se a dirtelo è magari un'altra donna, in super forma, nel pieno della sua riacquistata indipendenza, con i figli grandi e molto tempo libero per andare in montagna e coltivare i suoi altri 477219 sport che le rendono le chiappe dure come l'adamantio, ecco, allora oltre al crimine ti sale anche la voglia di una violenta vendetta.

Se proprio non riusciamo ad esimerci dal commentare le forme, lavoriamo almeno sul lessico: "lievitata" è un complimento solo se sei una spongada.

"Ma non hai ancora sfornato/comprato?"

I più eleganti usano una forma testuale raffinata, tipo "Quando è il termine?", ma il concetto non è troppo diverso.

Se me lo chiedi ogni volta che mi vedi, e ci vediamo 2 volte al giorno, direi che c'è una buonissima possibilità che la data non cambi e sia sempre la stessa. La stessa che ti ripeto ogni volta che me lo chiedi. E poi



il tono, quasi infastidito, spesso accompagnato da sbuffi o mani agitate in aria, come se il fatto di non aver ancora partorito sia un problema per loro. E dai su, che sei in ritardo!

Di addirittura peggiore risultato è chiederlo quando la data presunta del parto sia già passata.

Ehm, ehm, e tu hai GIÀ partorito. E adesso voglio guardarti in faccia per vedere come ne esci stavolta.

"Sei sicura che sia uno solo?"

Nasce come una battuta.

Ammetto che solitamente in questo caso viene fatta molto più spesso dagli uomini, che probabilmente non hanno la più pallida idea di cosa sia una morfologica e ignorano che la medicina negli anni abbia fatto passi così da gigante da permettere a una donna incinta ADDIRITTURA di sapere il numero di figli che porta in grembo. Pazzesco vero?

Chi la dice di solito la accompagna con fragorose risate. Solitamente solo sue, capiamoci. Perché tu invece no, non ridi manco per niente.

"Vedrai che tempo un mese e ti torna la pancia che avevi prima di partorire."

Non essendo mai stata esattamente un fuscello, ecco, non è esattamente un complimento. Se vuoi farmi un complimento potresti dirmi cose tipo "vedrai che una volta smesso di allattare ti verrà la pancia di Kate Moss" oppure "ti auguro che ti venga la pancia che vuoi" oppure semplicemente evitare commenti addominali e gastrointestinali. Ma in genere evitare frasi che iniziano con "vedrai", fare previsioni, lanciare sentenze o consigli non richiesti. Grazie davvero, come se avessimo accettato

"In questa fotografia sei venuta benissimo, non sembri nemmeno tu."

Vecchia ma sempre in auge, e nemmeno solo a tema maternità, questa è universalmente valida. Anni di lotta agli stereotipi, di analisi e ricerca dell'Io, generazioni devastate da una mancanza di fiducia per non aver coltivato il "se stessi" disintegrati in una sola frase.

Perché di grazia, per essere belle, chi dovremmo sembrare se non noi stesse?

Aggravante collaterale: "la maternità ti ha fatto bella!". Prima di quella, in effetti, un cesso.

"Sicuramente il latte non ti manca."

Ah sì, questa è una delle mie preferite. Anche perché me la fanno più o meno da vent'anni quindi ho affinato nel tempo un catalogo di risposte che vanno dal bloccare o imbarazzare l'interlocutore fino ad asfaltarlo completamente. Rien ne va plus. Particolarmente a tema con l'ambiente montano. Ovviamente in gravidanza smetti di avere un'identità di donna e diventi automaticamente una mucca. Frisona pezzata. Nera.

Segue Sul prossimo numero



LETTI PER VOI A CURA DI KATIA BOTTICHIO

ILARIA TUTI, RISPLENDO NON BRUCIO

In questo numero voglio stravolgere la consuetudine della rubrica per parlare di libri "letti per me", anziché "letti per voi"!

La ragione della scelta nasce dall'ascolto della campagna pubblicitaria di una community online al servizio di utenti che fanno compravendita di oggetti usati e che recita, tra le altre cose, "E i classici da leggere almeno una volta nella vita? Una volta basta!" Ecco: un po' mi ha indignata! I libri più belli, amati da generazioni di lettrici e lettori, non sono certo oggetti di cui disfarsi perché occupano troppo spazio, pur ammettendo che il passaggio ad altre mani contribuisca alla divulgazione. L'espressione più molesta è stata "una volta basta!" come se un libro, una volta letto, avesse terminato il suo compito. Per fortuna così non è, soprattutto - ma non solo - per i classici. I libri contengono storie che parlano ad ognuno di noi, che ci fanno sognare, commuovere, stupire, crescere e molti altri verbi... e leggerle più volte è come ritrovare un amico dopo un tempo di separazione:

recuperiamo con nostalgia i ricordi del passato e scopriamo nuove affinità nel presente. Per questo amo ritornare ai classici, ogni volta che posso. Recentemente ho riletto *Zanna Bianca*. Tutti conosciamo (complici i numerosi adattamenti cinematografici) la storia del lupo rapito alla vita selvatica per diventare prigioniero degli uomini, sfruttato nei combattimenti tra cani, salvato dalla morte dall'unico uomo buono che ha incontrato e a cui darà totale devozione e amore. Nei suoi numerosi romanzi, Jack London ha raccontato la natura meravigliosa e selvaggia, - il *Wild*, come l'ha battezzata in *Zanna Bianca* - a volte violenta ma ricca di suggestioni e perfetta, dove l'unica nota stonata è la brutalità dell'uomo avido e spietato che di essa vuole solo servirsi soggiogandola come fece con il lupo. Per il rapporto uomo-natura *Zanna Bianca*, ambientato a fine '800, evoca buoni sentimenti e la nostalgia del rispetto per la Creazione, oggi così poco di moda perché chi ha a cuore l'ambiente è

malvisto e bollato come oppositore del progresso. Sempre più indietro nel tempo, nel 1981 la maestra Mary Cucchini, fece dono a tutti i compagni di un libro, a ciascuno secondo la propria attitudine. Il mio fu *Una ragazza fuori moda*, di Louisa May Alcott, (l'autrice di *Piccole donne*) sul quale pose la dedica "A Katia, nel giorno lieto della sua Prima Comunione". Sarei grata ai miei coiscritti se volessero comunicarmi cosa hanno fatto di questo dono... io l'ho conservato e riletto negli anni. È un romanzo per ragazzi, la storia romantica di una fanciulla modesta che non si lascia alterare dalla superficialità e dalle tendenze dei tempi, ma vive con semplicità coltivando gli affetti di famiglia e amici e applicandosi nel lavoro; nel '800 ciò era inusuale (soprattutto il lavoro femminile), Louisa May infatti fu un'anticonformista e le sue idee progressiste si palesarono nei personaggi dei suoi racconti, che oggi, purtroppo, sembrano preistoria. Qualcosa di nuovo però l'ho trovato: ancora per il mio piacere personale, ho

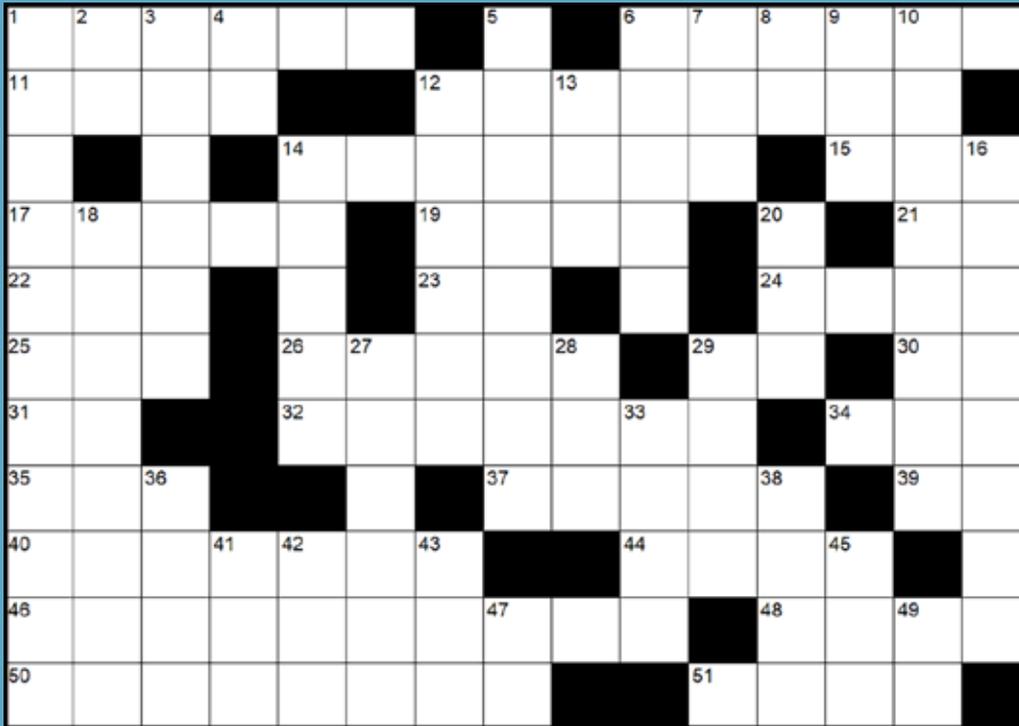


letto il nuovissimo libro di Ilaria Tuti: *Risplendo non brucio* (Longanesi), romanzo che si sviluppa tra Kranzberg (il nido dell'aquila di Hitler) e Trieste durante la Seconda Guerra Mondiale. Vi si narra la storia di un medico oppositore del Reich costretto da prigioniero a indagare sui sabotatori del Führer, mentre la figlia Ada, rimasta in Italia, segue le tracce di un feroce assassino che portano alle porte del campo di concentramento di San Sabba. Con uno stile asciutto e coinvolgente, dove la tensione è sempre alta, l'autrice ci conduce tra l'orrore della storia e la ferocia dell'uomo ma ci consegna un messaggio di speranza che passa attraverso la resilienza e il coraggio.



CRUCIVERBUREN

P. C.
.....



ORIZZONTALI

1. Braccio rotante di legno al quale viene appesa la caldaia per il latte (dial.) - 6. Operaio addetto a lavori manuali (dial.) - 11. Si inquadra per centrare il bersaglio (dial.) - 12. Onomatopea per inconcludente (dial.) - 14. Perdigiorno... appeso alla catenina (dial.) - 15. Patacca, maschera romanesca - 17. Tomi - 19. Botte per il vino (dial.) - 21. Sigla della Tanzania - 22. Madre senza pari - 23. Due romani - 24. Pozzanghere (dial.) - 25. Boeri... senza confini - 26. Dea celtica dei cavalli - 29. Espressione di inconsapevolezza (dial.) - 30. Sala senza uguali - 31. Rimini - 32. Cianfrusaglia di scarso valore (dial.) - 34. Può solo crescere - 35. Sigla di un modello della Ferrari - 37. Prende la medaglia di bronzo - 39. Anno Domini - 40. Fettucce (dial.) - 44. Salita ripida, famosa quella per Lova (dial.) - 46. Sostanza emanata dai medium - 48. Verbo ausiliare (dial.) - 50. Passo di danza moderna - 51. Radura erbosa (dial.)
.....

VERTICALI

1. Malaticcio, cagionevole di salute - 2. Risultato di parità - 3. La Lilli giornalista - 4. Bulbo da cucina (dial.) - 5. Raggomitolato, accartocciato (dial.) - 6. Colore indefinito (dial.) - 7. Associazione Psicologi della Lombardia - 8. Nolo senza uguali - 9. Organismo Agenti e Mediatori - 10. Varietà violacea di quarzo - 12. Pisello (dial.) - 13. Turbo Diesel Ecologico - 14. Altro nome del pisello (dial.) - 16. Uccellatore (dial.) - 18. Preciso, uguale - 20. Strumento del sarto - 27. Piatto tipico spagnolo - 28. Dea greca della discordia - 29. Baciare (dial.) - 33. Segue hip, hip... - 36. Mesce vino - 38. Voi (dial.) - 41. Spasmo laringo-faringeo (dial.) - 42. Ospite senza pari - 43. European Article Number - 45. Gli Stati Uniti - 47. Scheda di memoria - 49. Può soffiare forte (dial.)
.....

La Soluzione
del numero scorso





Ogni volta è un miracolo. Tutta questa gente, tutte le preoccupazioni, tutti gli odi e i desideri, tutti i turbamenti... tutta questa vita in cui ci trasciniamo fatta di grida, lacrime, risate, lotte, rotture, speranze deluse e possibilità inaspettate: tutto questo scompare di colpo quando i coristi si mettono a cantare. Il corso della vita è sommerso dal canto, d'improvviso c'è una sensazione di fratellanza, di profonda solidarietà, persino d'amore, e le brutture quotidiane si stemperano in una comunione perfetta. Anche i visi dei coristi sono trasfigurati... vedo degli esseri umani votati al canto. Quando il coro si interrompe tutti quanti, con i volti illuminati, applaudono i coristi raggianti. È così bello."

da "L'eleganza del riccio di Muriel Barbery

