

# In...Forma!

**Associazione Seniores  
del Comune di Torino**



## ASSOCIAZIONE SENIORES DEL COMUNE DI TORINO

Via Garibaldi 25 1° piano - 10122 Torino  
Telefono: 011 - 4431954-52-51  
Fax: 011 - 4431840  
associazione.seniores@comune.torino.it  
www.comune.torino.it/lavoratorianziani  
Cod.Fisc. 80099240014

### Orario di ufficio

Martedì, Mercoledì, Giovedì: dalle 9,30 alle 11,30

---

**PRESIDENTE:** Vittorio FERRANDO

### VICE PRESIDENTE

**per i Soci in Servizio:** Fausto SORBA  
**per i Soci in Pensione:** Antonio NACCA

**SEGRETARIO:** Giovanni AJMAR

**TESORIERE ECONOMO:** Liliana VALENTINI

**CONSIGLIERI:** Mirella BORELLO  
Enzo BRAIDA  
Aldo LANTERI  
Marisa MODICA  
Luisella NIGRA  
Pier Vittorio PRATO  
Pieralberto ROLANDO  
Rosanna ROMANISIO  
Laura SILVA  
Renza VARVELLO

### REVISORI DEI CONTI:

Ernesta BRUNI  
Loredana IGUERA  
Maria Luisa RODANO

## IN...FORMA!

**Direttore Responsabile:**  
Vittorio FERRANDO

**Comitato di redazione:**  
Antonio NACCA  
Pier Vittorio PRATO  
Pieralberto ROLANDO

### Hanno collaborato a questo numero

Anna Braghieri  
Edmondo Paganelli

---

Autorizzazione del Tribunale di Torino 1921  
del 17 febbraio 1968

---

Stampato presso Graficat, Torino  
novembre 2010

### Sommario

Editoriale	Pag.	1
Tesseramento		3
Il Beato Sebastiano Valfrè		4
Anziani in biblioteca		8
Le Leucopenie		12
Viaggi e Gite		17
Convenzioni		18

---

**In copertina:** *Veduta prospettica della Chiesa della Gran Madre di Dio  
e del Monte dei Cappuccini*

Cromolitografia anonima - s.d. (Collezione Simeom, D 236)

## *Dove stiamo andando?*

**C**hiedo venia a quanti ci seguono con simpatia se non ho resistito all'impulso di voler esprimere con queste brevi note il mio disorientamento, credo condiviso da molti, per quanto sta accadendo intorno a noi e di cui siamo costretti ad essere spettatori inermi ed impotenti.

Una classe politica (senza distinzione di parte) incapace ed arrogante che offre uno spettacolo inquietante con contrasti, a volte anche aspri, tra le più alte cariche dello Stato, con i malumori all'interno di un governo che gode, come non mai, di una fortissima maggioranza parlamentare, con le tante energie investite per la ricerca di una norma atta a salvare un singolo uomo politico anziché concentrare le forze per gestire l'attuale crisi economica e possibilmente uscirne.

Una città, Genova e oltre trentamila spettatori tenuti in ostaggio da un manipolo di facinorosi ai quali non si è saputo far fronte per diverse carenze, di informazione prima e di controlli preventivi poi.

I gialli di famiglia (il delitto di Avetrana), la morte o il pestaggio per futili motivi (la giovane rumena morta per un pugno dopo un diverbio ed il tassista milanese ridotto in fin di vita per aver investito un cagnolino senza guinzaglio) che dopo essere propinati dai media con insistenza e con impressionante dovizia di particolari, diventano spesso oggetto di spettacolo nei vari talk-show senza alcun pudore e rispetto della privacy.

Si è giunti addirittura, come non era mai capitato in passato e fuori da ogni regola, a divulgare gli interrogatori con la confessione dettagliata e tormentata, resa prima ancora dei rinvii a giudizio e di qualunque decisione della Magistratura.

Le proteste degli studenti contro la riforma della scuola che, pur se legittime (non mi permetto di entrare nel merito per incompetenza), mettono a dura prova la città per la mancanza di preavviso e per la improvvisazione sui percorsi dei cortei e provocano disagi gravissimi in particolare ai più deboli come gli anziani.

Un quadro che, seppur estremamente sintetico, sconcerta perché evidenzia come le regole, il rispetto e il senso della misura stiano divenendo sempre più valori di altri tempi.

Anche nelle questioni di casa nostra non mancano i problemi: molti avranno avvertito, nel mese di luglio, il ritardo con cui è giunto nelle case il notiziario (n° 2-2010) le cui copie, pronte per la spedizione a fine giugno sono rimaste giacenti per lungo tempo presso gli uffici comunali preposti all'invio della posta, per carenza di fondi.

---

La situazione purtroppo si è cristallizzata per cui dovendo provvedere, sino a fine anno, alle spese postali con i nostri mezzi, siamo stati costretti a soprassedere all'invio del volantino di metà ottobre con gli avvisi per l'autunno.

Ho volutamente lasciato per il finale le note positive con le quali vogliamo guardare al nuovo anno.

Le signore Maristella Pecchio e Silvana Così, da poco collocate a riposo, hanno manifestato la loro disponibilità a trasformarsi da semplici socie a collaboratrici. Con il loro innesto sarà pertanto possibile raggiungere un obiettivo che da tempo ci eravamo prefissi: quello di tenere aperta la Segreteria un pomeriggio alla settimana, in via sperimentale durante il periodo delle iscrizioni e dei rinnovi, per agevolare soprattutto quanti sono ancora in servizio.

Infine il dott. Alfonso Sanua, nostro socio, anch'egli neo pensionato ed iscritto all'ordine dei dottori commercialisti si è dichiarato disposto ad offrire ai soci, gratuitamente (al martedì mattina con inizio da metà gennaio) consulenza fiscale ed assistenza nella compilazione dei modelli 730.

Ai tre amici un cordialissimo "benvenuto" ed un ringraziamento anticipato per il contributo che potranno offrire all'Associazione.

Come avrete avvertito, tante nubi all'orizzonte ma anche qualche piccolo raggio di sole. Tanti, tanti sinceri auguri

*Vittorio Ferrando*

**Si informa che Venerdì 10 dicembre p.v. alle ore 9.00, presso l'Aula Magna dell'Università di Torino in Via Verdi 8 avrà luogo un convegno organizzato dal Consiglio dei Seniores avente per tema**

**Guidare in sicurezza a 70 anni e oltre**

**INGRESSO LIBERO**

# TESSERAMENTO 2011

Si informano i soci che sono in corso i rinnovi per il 2011.

Con il rinnovo o la nuova iscrizione sarà offerto – sino a fine gennaio – il consueto panettone.

Le quote, rimaste invariate secondo quanto deciso dall'Assemblea Generale sono, come in passato, diversificate al fine di permettere a coloro che lo desiderano, di offrire all'Associazione un più solidale e consistente contributo per le sue attività sociali:

<b>Socio Ordinario</b>	<b>€ 10,00</b>
<b>Socio Sostenitore</b>	<b>€ 15,00</b>
<b>Socio Benemerito</b>	<b>€ 20,00</b>
<b>Simpatizzante</b>	<b>€ 15,00</b>

Il versamento potrà essere effettuato:

- presso la sede dell'Associazione (Via Garibaldi, 25 - 1° piano)  
nei giorni e con gli orari sotto indicati:  
**martedì** 9.30-12.00 (dal 16 novembre anche 16.15-18.15)  
**mercoledì e giovedì** 9.30-12.00  
**lunedì e venerdì dalle** 9.30-12.00 (dal 1° al 23 dicembre)
- oppure tramite il conto corrente postale n. 24352106 intestato a Associazione Seniores del Comune di Torino, specificando il motivo del versamento.

La quota di iscrizione o di rinnovo all'ANLA  
(Associazione Nazionale Lavoratori Anziani)  
comprensivo dell'abbonamento al mensile "Esperienza"  
è stata confermata in  
€ 16,00 per i soci ed in € 7,00 per i familiari conviventi nonché,  
per il triennio 2011-2013,  
in € 42,00 per i soci ed in € 16,00 per i familiari conviventi.

## *I grandi piemontesi*

### *Il Beato Sebastiano Valfrè 1629-1710*

**N**ell'anno in corso ed in prossimità delle celebrazioni del 2011, ricorre il tricentenario della morte di una figura di piemontese discreto, ma non meno insigne per pietà e religiosità volte all'apostolato sociale: il Beato Sebastiano Valfrè.

Egli fu persona esimia che si distinse segnatamente nelle tragiche vicende legate all'assedio della città di Torino del 1706 e, in quell'infausta evenienza, fu un modello di costante umiltà ed indefessa operosità a favore della comunità cittadina.

Costituì un esempio preclaro, oltre che di sacerdote, di cappellano militare nel confortare le innumerevoli miserie create da quelle dolorose circostanze belliche che colpirono brutalmente Torino come una prova devastante per la città che allora contava ca. 40.000 abitanti e quindi esigua come risorse umane e materiali in confronto alle già allora imponenti capitali imperiali europee.

Il Beato nacque il 9 marzo del 1629 a Verduno, un piccolo centro agricolo della Langa albese da cui si godono bellissimi panorami sui castelli medioevali della bassa e alta Langa; la famiglia era di estrazione molto modesta e di pochi mezzi e per di più molto numerosa; i primi

anni della sua vita furono grami e difficili, passati tra mille difficoltà.

Dopo questa infanzia così poco felice, nel 1641, si avviò agli studi superiori ad Alba prima e poi a Bra, ove rivestì poi definitivamente la veste di Chierico e si incamminò verso la missione ecclesiale.

In seguito passò a Torino per studiare presso i Gesuiti e nel 1651 definitivamente entrò nella Congregazione dei Padri Filippini dell'Oratorio presso la Chiesa di San Filippo Neri, ove il Beato si inserì validamente e proficuamente nel suo apostolato, realizzando in pieno le sue aspettative nel 1652 con il sacerdozio.

Il Beato Valfrè spese poi la sua vita per rimediare, già allora, ai mali più comuni che affliggevano i corpi sociali, anche piccoli; e cioè l'ignoranza, l'indifferenza, il disinteresse per le classi sociali più deboli e disagiate, le devianze religiose causate da eventi politici e religiosi. La sua fama di efficace propagatore dei precetti catechistici presso i giovani più derelitti, il popolo minuto, le categorie sociali emarginate (malati, popolani miseri, militari etc.) cominciò ad accompagnarlo unita ad una sempre maggiore considerazione e stima; iniziò a girare per il Piemonte, richiamato

---

dalle varie comunità ecclesiastiche locali, per diffondere parole di sostegno e conforto in tempi non certo agevoli a causa di situazioni politiche e sociali incerte e perigliose.

In specie la cura della gioventù fu il suo massimo impegno e vi profuse ardente zelo, chiedendo l'aiuto delle gerarchie ecclesiastiche affinché lo coadiuvassero a diffondere l'opera catechistica per preparare solide coscienze, non solo religiose, ma anche civili; fu addirittura un antesignano dei cappellani di fabbrica, specie quando il Beato si recava nella regione Lingotto di Torino, allora distante sensibilmente dalla città, per assistere gli operai occupati nelle numerose attività artigianali ivi allocate.

Negli anni intorno al periodo 1675-1686, sotto la reggenza della duchessa Maria Giovanna di Savoia Nemours – Il Madama Reale, per la minore età del Duca Vittorio Amedeo II –, fu scelto come direttore spirituale del futuro duca e poi di tutta la corte ducale; in questa sede

impartì il suo autorevole ministero, non solo per le cose di religione, ma anche per un illuminato reggimento politico: giustizia, religione, elezione delle massime cariche dello stato, clemenza civile, moderazione nella trama dei rapporti tra le autorità religiose e civili.

Tutto ciò avvenne in un clima di discrezione e disinteresse, tanto che si accattivò simpatie e benevolenze in tutte le occasioni in cui venne richiesto il suo autorevole e sereno consiglio.

A tale proposito esiste un fatto significativo ed eloquente del carattere del Beato Valfrè, allorché, alla morte dell'Arcivescovo di Torino nel 1690, il Duca di Savoia caldeggiò la candidatura del Beato, il

quale, preso da grande turbamento, perdette ilarità e riposo; si diede quindi da fare per dissuadere attivamente sia le gerarchie ecclesiastiche che civili dal proposito ed ottenne la rinuncia; in sua vece venne eletto l'Abate Vibò che divenne l'eroico Vescovo dell'assedio del 1706. Egli fu poi Preposito della Congregazione dei



*Il Beato Sebastiano Valfrè*

---

Filippini del 1671 per 20 anni e Prefetto dell'Oratorio filippino per 15 anni dal 1653.

Ma, nella storia di Torino, la sua figura campeggiò, insieme a quella del minatore Pietro Micca, durante l'epopea dell'assedio del 1706 che afflisse la città per cinque lunghi mesi; le condizioni di vita nel concentrico cittadino furono certamente terribili e segnarono tragicamente il morale della popolazione che si vedeva circondata da opere militari altamente sofisticate e distruttive.

Solo lo spirito combattivo, tenace, fedele e partigiano uniti alla religiosità del popolo ebbero ragione dell'esercito francese di Luigi XIV. Piazza San Carlo, il Santuario della Consolata – solo per citarne alcuni – divennero luoghi di aggregazione della folla impaurita e disperata in cerca di conforto materiale e morale; il Valfrè, diventato il leggendario "Padre Bastiano", fu sempre presente, malgrado i suoi settantasette anni.

Egli soccorse, con incredibile attivismo, la gente di tutti i ceti, nonché le truppe combattenti, sferzando le loro cattive abitudini, organizzò assistenza infermieristica alle truppe del presidio ed operò in massimo grado alla causa comune della difesa della città.

"Padre Bastiano" fu un vero "Apostolo imparziale" e Cappellano militare nel senso più alto e religioso tanto che, si disse, potesse entrare anche nel campo dei francesi assediati per portare a quei militari la parola della fede ed il ricordo dei loro familiari.

Si narra che durante l'assedio, il 13 agosto del 1706 nella Chiesa di San Filippo, il Beato incontrasse il Feldcomandante Von Daun, comandante della piazza di Torino, ed, in un momento drammatico dell'assedio allorché si profilò l'eventualità di una resa dovuta alla mancanza di viveri e munizioni, egli disse al Von Daun di non disperare e di resistere perché la vittoria era vicina in quanto Dio sapeva e lo voleva fiducioso. Il Von Daun rispose al Beato che avrebbe resistito sino alla morte confidando nella sua parola, ma il Beato avrebbe dovuto tacere sul loro incontro.

Leggendarie sono le sue visite sui bastioni assediati con gli orrori della guerra vicinissimi e le invocazioni della gente e dei soldati sotto il fuoco delle batterie francesi, ma lui disse che bisognava resistere in quanto la Madonna della Consolata era sempre presente ed il Principe Eugenio si stava rapidamente avvicinando, facendo già intravedere la vittoria finale del 7 settembre 1706; fu altresì l'ispiratore del voto solenne della Basilica di Superga.

Della sua lunga carriera religiosa, si narrano numerosi aneddoti ed eventi di cui il Beato fu protagonista, sempre portato ad alleviare pene e sofferenze morali e materiali: persone da lui beneficate nel corpo e nello spirito, confortate dalla sua semplice parola, tutto ciò nel corso dei suoi numerosi incontri sacerdotali in



---

Torino e in Piemonte nelle sue terre d'origine semplici e spontanee.

Tra l'altro, si ricorda che il Beato fu anche particolarmente devoto alla Sacra Sindone di Torino ed a lui fu affidato, nel 1694, il compito di sostituire il telo che la proteggeva, con l'assistenza della Duchessa Anna Maria Orleans e si dice che "in tre ore di lavoro non fece che piangere di tenerezza e commozione".

Nel gennaio del 1710 il Valfrè si ammalò gravemente e le sue condizioni peggiorarono rapidamente, ma sempre in piena coscienza e serenità, con il conforto dei suoi confratelli Padri Filippini e con il pensiero rivolto ai concittadini torinesi. Dopo la visita solenne del Duca Vittorio Amedeo II, spirò il 30 gennaio del 1710 all'età di 80 anni; in questa occasione il Duca disse "ho perduto un amico, la Congregazione un grande sostegno, i poveri il loro Padre Protettore". Fu sepolto nella chiesa di San Filippo con tutti gli onori il 31 gennaio del 1710.

Si narra che il nipote del Valfrè, anche lui infermo, il 31 gennaio successivo

abbia avuto una visione del Beato su un baldacchino risplendente e portato in Paradiso dagli Angeli.

Molti furono gli eventi miracolosi legati alla sua persona ed al suo culto che portarono successivamente alla sua beatificazione con un processo che passò attraverso vari Pontificati, per concludersi il 31 agosto del 1834 con Gregorio XVI, alla presenza solenne del Re Carlo Alberto e della sua corte.

Altri preti durante tutto il secolo XIX seguirono le sue orme, formando una serie di "Santi sociali piemontesi": Il Cottolengo fra poveri, ammalati e diseredati, Don Bosco che, come il Valfrè, si circondò di stuoli di ragazzi desiderosi di buone e semplici parole, il Cafasso fra i carcerati, il Murialdo e il Canonico Allamano per i ragazzi bisognosi di cure e di preparazioni professionali, Don Orione ed altri insigni rappresentanti del filone solidaristico cattolico in una luminosa linea che ha poi valicato i confini di Torino e del Piemonte per diffondersi in Italia e nel mondo.

*Alfonso Adda*

## MODIFICA ORARIO

Per venire incontro alle esigenze dei soci, l'orario della Segreteria è stato esteso, a titolo sperimentale, anche al pomeriggio del martedì dalle ore 16.15 alle 18.15

## Anziani in biblioteca

**I**l sistema torinese delle biblioteche pubbliche municipali offre alla popolazione una serie di possibilità non sempre conosciute a sufficienza, che non si limitano al prestito tradizionale di libri, ma si estendono ai mezzi di informazione più disparati e ad attività come conferenze, mostre, gruppi di discussione e di lettura, ecc. In questa serie differenziata di offerte ogni persona potrà scegliere secondo i propri interessi: i bambini avranno libri e attività adatti alla loro età, gli studenti troveranno quanto loro serve per ogni livello di scuola, gli immigrati avranno la possibilità di leggere giornali nella loro lingua, i nonni potranno accompagnare i nipotini, i quali troveranno pubblicazioni per tutte le età, anche per chi non sa ancora leggere, mentre essi si fermeranno nel reparto periodici o gireranno tra gli scaffali per trovare qualche ispirazione.

Gli anziani avranno la possibilità di utilizzare il tempo a loro disposizione scegliendo tra le varie offerte. Ad esempio, un settore molto utilizzato dai pensionati è quello dei giornali e dei periodici, che si trova in ogni biblioteca, dove il confronto tra giornali di diverse tendenze politiche potrà servire a estendere il loro orizzonte, dove troveranno riviste di informazione e di cultura generale e anche specializzate,

ad esempio di cinema, di alpinismo, di letteratura, di politica, di economia. La biblioteca civica centrale, in via Cittadella 5, ha circa mille giornali e periodici correnti, consultabili in sede, ma in tutte le biblioteche decentrate si trova una sezione periodici, sia pure di dimensioni più ridotte. E la preferenza per una biblioteca decentrata è consigliabile, a meno che la necessità di ricerche approfondite faccia preferire rivolgersi alla biblioteca centrale, che con più di mezzo milione di volumi offre maggiori possibilità. Ma le biblioteche decentrate presentano una serie di vantaggi. Prima di tutto sono più accoglienti e non vi si corre il rischio di incertezze o di soggezione, per chi vi entri la prima volta. Poi i volumi sono a disposizione diretta, ossia una persona può aggirarsi liberamente tra gli scaffali e prendere i libri, aprirli, sentirne il profumo e decidere se le servono oppure no, e se le servono può fermarsi a leggerli oppure prenderli in prestito e portarseli a casa gratuitamente. Per comodità, nelle biblioteche decentrate (ossia in tutte le biblioteche del sistema, tranne che in quella centrale) tutti i romanzi in italiano sono riuniti assieme, in ordine alfabetico per autore, con due settori separati per i libri polizieschi e per quelli di fantascienza. Gli altri libri sono

---

organizzati per materia, con indicazioni sugli scaffali che rendono facile la ricerca. E poi il personale della biblioteca, sempre gentile, è a disposizione ed è ben contento di dare informazioni.

Oltre ai libri e ai periodici in tutte le biblioteche si trovano CD e DVD per chi voglia ascoltare musica o vedere un film; anche questi possono essere presi in prestito gratuitamente. Chi ama la musica classica troverà una scelta molto ampia alla biblioteca musicale "Della Corte", che in via provvisoria si è trasferita presso la sede della Circostrizione 7, in corso Vercelli 15, in attesa di ritornare alla villa della Tesoriera, in corso Francia, attualmente in ristrutturazione. La biblioteca musicale, oltre a 77.000 libri di musica e ai periodici specializzati, conserva 26.000 dischi, CD e DVD, anch'essi concessi in prestito gratuito. Può essere interessante per gli amanti dell'opera prendere in prestito un DVD e un libro, per poter leggere e ascoltare un'opera a casa propria (o nella biblioteca stessa, che mette a disposizione numerosi posti di ascolto e di visione), prima di andarla a vedere a teatro. Ad esempio, se al Teatro Regio è in programma un'opera che non si conosce bene, potrebbe essere utile prepararsi all'ascolto in questo modo.

Un'altra possibilità, per chi sia debole di vista tanto da avere difficoltà di lettura, è data dalla presenza – per ora piuttosto limitata – di edizioni a grandi lettere. Ma

soprattutto dalla disponibilità di 8.000 titoli di libri parlati registrati a cura del servizio bibliotecario: è un servizio nato molti anni fa, limitato (per motivi di diritti d'autore) ai ciechi e ai sottovedenti. Esteso a tutti è invece il prestito degli audiolibri commerciali, molto utile ad esempio a chi faccia uso frequente e prolungato dell'automobile. Informazioni su questo servizio si possono richiedere al numero telefonico 011/4429835.

Insomma, ciascuno di noi ha interessi particolari, hobbies, curiosità, che le biblioteche permettono di soddisfare. Non solo con i libri, con le riviste e con i dischi, ma anche con la consultazione di Internet: ogni biblioteca ha uno o più punti disponibili al pubblico, che consentiranno anche a chi non possieda un personal computer di svolgere una ricerca, eventualmente ricorrendo all'aiuto di un bibliotecario. Le numerose attività delle biblioteche al di fuori di quelle legate alla lettura e al prestito sono elencate in una pubblicazione periodica a disposizione di tutte le biblioteche e reperibile anche presso la nostra sede in via Garibaldi 25, dove inoltre si trovano pieghevoli sul sistema bibliotecario. Si potrà così avere notizie sulle attività svolte nelle singole biblioteche, che vanno dalle presentazioni di libri e da conferenze sugli argomenti più disparati a lavori in comune, come quello dei gruppi di lettura, a corsi specifici: tra questi ultimi hanno avuto un successo particolare, anche tra gli

---

anziani, i corsi di avviamento all'uso del computer e i corsi di lingue straniere. Per le informazioni sulle singole biblioteche (indirizzo, telefono, orario, materiale posseduto) si può consultare la rete ([www.comune.torino.it/cultura/biblioteche](http://www.comune.torino.it/cultura/biblioteche)). Dalle pagine di questo sito presentiamo l'elenco delle biblioteche con il loro indirizzo; interrogando la loro segnalazione si potranno avere informazioni più dettagliate, con l'orario e il materiale posseduto. Informazioni si possono richiedere per telefono al numero 011/4429812 o 4429813. Se poi si hanno curiosità o necessità di informazioni su argomenti particolari, la biblioteca centrale ha un servizio apposito di informazioni per via elettronica, "Chiedi alle biblioteche", al quale ci si collega sul sito delle biblioteche, alla voce "Ricerche e cataloghi".

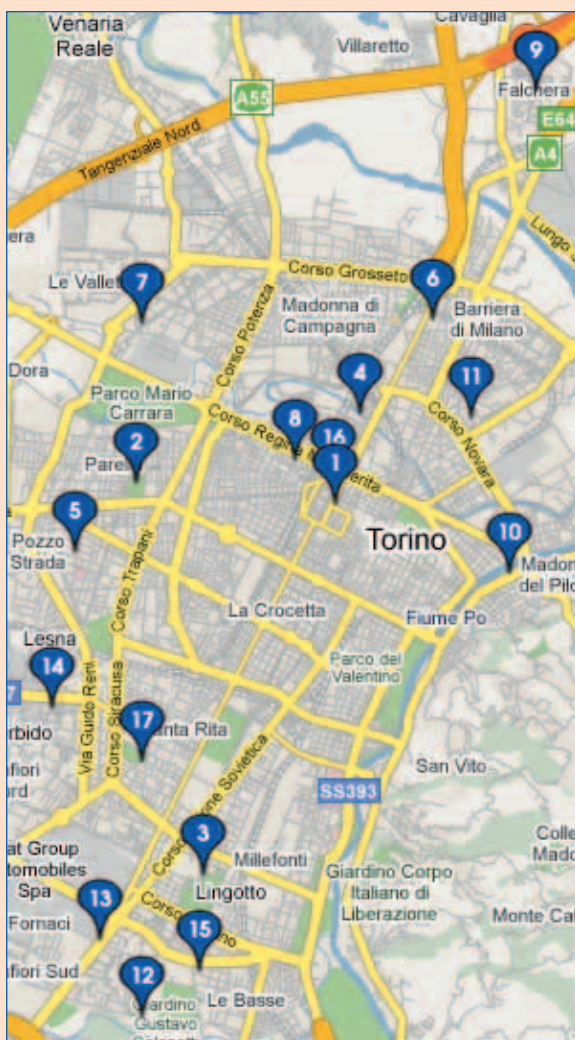
Per concludere, in biblioteca c'è posto per la lettura, sia semplicemente distensiva che più impegnativa, come per lo studio o per l'approfondimento di un interesse: si può prendere un libro giallo o un romanzo classico, una biografia o un racconto storico, la descrizione di un viaggio o un saggio filosofico, un manuale di

fotografia o una storia dell'architettura, una raccolta di ricette di cucina o un libro sulla psicologia dei bambini, un testo di fisica o una descrizione del sistema solare. Oppure si può passare ad altri media, ad esempio alla musica registrata. E si possono cercare informazioni, come ricerche che possono riguardare anche i cataloghi di altre biblioteche, attraverso una "navigazione" in Internet. Insomma, la biblioteca offre la possibilità di ottenere informazioni su qualunque argomento. Ed è molto importante accorgersi come al piacere della lettura o della ricerca di un'informazione si affianchi la consapevolezza di un punto di riferimento a disposizione di tutti, riunendo quindi l'attività individuale con il senso della collettività, dove il gusto personale non si trova isolato, ma può far riconoscere la comunione di interessi in un pubblico che assista a una conferenza o visiti una mostra. Perché la biblioteca è un punto di incontro dove la possibilità di compagnia non è in contrasto con la tranquillità e con la riservatezza personali.

*Carlo Revelli*

## Attuali sedi delle biblioteche civiche di Torino

1. **Civica centrale**  
Via della Cittadella, 5
2. **Musicale A. Della Corte**  
C.so Vercelli, 15
3. **Dietrich Bonhoeffer**  
C.so Corsica 55
4. **Italo Calvino**  
L.go Dora Agrigento, 94
5. **Luigi Carluccio**  
Via Monte Ortigara, 95
6. **Cascina Marchesa**  
C.so Vercelli, 141/7
7. **Francesco Cognasso**  
C.so Cincinnato, 115
8. **Punto prestito**  
**G. D'Annunzio**  
Via Saccarelli, 18
9. **Falchera**  
P.zza Giovanni Astengo, 9
10. **Alberto Geisser**  
C.so Casale 5  
(Parco Michelotti)
11. **Primo Levi**  
Via Leoncavallo 17
12. **Mausoleo**  
**della Bela Rosin**  
Strada Castello  
di Mirafiori, 148/7
13. **Mirafiori**  
C.so Unione Sovietica, 490
14. **A. Passerin d'Entrèves**  
Via Guido Reni, 102  
(Cascina Giaione)
15. **Cesare Pavese**  
Via Candiolo, 79
16. **Torino Centro**  
Via della Cittadella, 5
17. **Villa Amoretti**  
C.so Orbassano 200  
(Parco Rignon)



## Le Leucopenie

Con il termine "leucopenie" si intendono le diminuzioni numeriche dei globuli bianchi circolanti (denominati "leucociti") al di sotto di  $4.000/\text{mm}^3$ . I valori normali dei globuli bianchi variano da 4.000 a  $10.800/\text{mm}^3$ . Il sangue è costituito, oltre che dal plasma, da elementi corpuscolati a cui viene dato il nome di globuli rossi (o emazie), globuli bianchi (o leucociti) e piastrine, tutti componenti che hanno origine nel midollo osseo e dal quale vengono immessi nella circolazione sanguigna.

A loro volta i globuli bianchi sono rappresentati da un gruppo eterogeneo di cellule, distinte in *granulociti neutrofili* (40-70%), *granulociti eosinofili* (1-5%), *granulociti basofili* (0-1%), più in breve indicati rispettivamente come neutrofili, eosinofili e basofili, *linfociti* (20-45%) e *monociti* (3-7%). La denominazione di "granulociti" sta ad indicare che tali cellule sono provviste di granulazioni specifiche per la loro funzione, che è quella di uccidere e/o distruggere gli agenti microbici oppure di danneggiare od eliminare le sostanze estranee all'organismo.

- I **granulociti neutrofili** hanno il compito di proteggere il corpo umano contro le aggressioni esterne, compito strettamente integrato con quello dei linfociti e dei monociti.

Posseggono la capacità di attraversare le pareti vasali e di migrare nei tessuti, catturando e distruggendo i microbi. Nel sangue hanno una sopravvivenza media di 5-10 ore ed una volta passati nei tessuti vi possono sopravvivere per un massimo di 5 giorni. Questo indica che essi sono rinnovabili fino a 4-5 volte in un giorno, ossia in 24 ore vengono prodotti oltre 4.000 miliardi di neutrofili.

- I **granulociti eosinofili** intervengono nei processi infiammatori di natura allergica e nella difesa contro i parassiti, come gli ossiuri e le tenie. Non hanno la proprietà di catturare e distruggere il parassita ma di danneggiarne la parete esterna. La metà di essi scompare dal sangue in 6-7 ore e la maggior parte rimane nel midollo osseo oppure, dal sangue, passa nei tessuti dove sopravvive 8-12 giorni.
- I **granulociti basofili** intervengono nelle reazioni di ipersensibilità ed in genere in molti stati allergici attraverso la liberazione di una sostanza contenuta nei loro granuli, l'istamina. La maggior parte di essi sparisce dal sangue in circa 6 ore; sono in grado di migrare nella cute ed in altri organi ma non si conosce il tempo di sopravvivenza in tali sedi.

- 
- I **linfociti**, a loro volta costituiti da tre distinte popolazioni con funzioni diverse, ma tutte responsabili della risposta immunitaria fino alla formazione degli anticorpi, sono invece elementi cellulari a lunga vita (da 4 a 20 anni) e ricircolano continuamente fra il sangue e gli organi linfatici. Una stima approssimativa calcola sui 1.000 miliardi il numero dei linfociti in una persona adulta.
  - Infine i **monociti** svolgono attività di distruzione verso quelle particelle che non possono essere eliminate dai neutrofili per le loro maggiori dimensioni. In questo senso il monocito è più efficiente del neutrofilo. Dopo 7 ore la metà dei monociti lascia il circolo sanguigno e passa nei vari tessuti dell'organismo dove subisce un'evoluzione, completando la funzione protettiva contro l'ingresso degli agenti infettivi. *Poiché i neutrofili costituiscono la percentuale preponderante dei globuli bianchi, solitamente una leucopenia è caratterizzata da un ridotto numero dei neutrofili medesimi ("neutropenia", detta pure granulocitopenia: in tal caso i termini di leucopenia e di neutropenia sono quasi sinonimi).* Tuttavia anche un ridotto numero di linfociti, di monociti, di eosinofili o di basofili può contribuire all'abbassamento del tasso complessivo dei globuli bianchi. La riduzione della quota neutrofila accompagnata da quella linfocitica e da quella monocitica è spesso un

disordine più grave della sola diminuzione numerica dei neutrofili. La condizione di leucopenia più frequente è quindi quella provocata dalla riduzione della quota neutrofila, ossia quando questa quota è inferiore a  $2.000/\text{mm}^3$ . La neutropenia può essere dovuta ad un difetto di produzione dei neutrofili per inconvenienti insorti nel midollo osseo, quali l'azione di certi farmaci o di sostanze tossiche come l'alcool. Più frequentemente i neutrofili possono essere distrutti quando sono già in circolazione. A volte ciò avviene perché sono di nuovo implicati i farmaci: in teoria qualsiasi farmaco può essere responsabile di una neutropenia, ma alcuni di essi sono più facilmente coinvolti, talora potendo determinare anche quadri acuti denominati "agranulocitosi" rappresentati dalla pressoché totale scomparsa dei granulociti neutrofili dal circolo sanguigno. Altre volte sono responsabili malattie autoimmuni, ancor più se vi è la presenza di autoanticorpi antineutrofili, creati dall'organismo interessato quando esso perde la capacità di riconoscere come propri tali globuli bianchi. Le condizioni di neutropenia sono caratterizzate da un'aumentata suscettibilità alle infezioni, in modo proporzionale alla bassa quota di neutrofili raggiunta. Tuttavia fino a tassi compresi fra  $1.000$  e  $1.500$  neutrofili/ $\text{mm}^3$  non si osservano rischi di infezioni superiori alla norma;

---

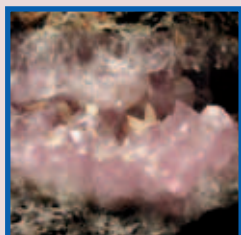
tali rischi sono invece elevati per valori di neutrofili inferiori a  $500/\text{mm}^3$ , specie se il problema si protrae per diversi giorni.

Infine una situazione di leucopenia, meno frequente, è quella legata ad una *riduzione numerica dei linfociti* ("linfopenia"), ossia quando essi sono meno di  $1.500/\text{mm}^3$ . Le cause possono essere dovute all'uso di sostanze tossiche per i linfociti medesimi, come i corticosteroidi, oppure all'azione di radiazioni ionizzanti, oppure ancora a certe infezioni (AIDS) ed alcuni tumori maligni del sistema linfatico.

La *riduzione numerica isolata degli eosinofili, o dei basofili o dei monociti* non ha ripercussioni pratiche di rilievo.

Come il più delle volte avviene, una leucopenia moderata, che sia presente da anni in una persona peraltro priva di disturbi, non deve mai preoccupare, trattandosi di quelle condizioni definite "idiopatiche", termine elegante per indicare una situazione di cui non si conosce la causa ma che non provocherà mai problemi pratici di salute.

Dr. Emilio Giovanelli  
*Specialista in Ematologia*  
Consulente Poliambulatorio LARC



## **L'uomo ed i minerali si incontrano**

**Dall'Età della Pietra  
ai giorni nostri**

**Si informa che, grazie anche all'opera del marito della nostra socia Renata Vergiati, l'Associazione Piemontese di Mineralogia e Paleontologia ha organizzato presso la sede di Via Nicola Fabrizi 48/A una interessante mostra di mineralogia con i seguenti orari di apertura:**

**Sabato ore            14,30-18,30**  
**Domenica ore        09.30-12.30**

**La mostra rimarrà chiusa dal 18 dicembre al 9 gennaio e terminerà il 27 febbraio 2011.**

**INGRESSO GRATUITO**





1861 > 2011

**MANIFESTAZIONI  
PER IL 150<sup>ESIMO</sup> ANNIVERSARIO  
DELL'UNITÀ D'ITALIA  
RADUNI DELLE VARIE ARMI**

Nel corso delle manifestazioni che si terranno per il 150° Anniversario dell'Unità d'Italia, Torino ospiterà in tempi diversi le varie associazioni d'Arma. Il relativo calendario sarà il seguente:

<b>15-17 aprile</b>	<b>Associazione Nazionale Granatieri di Sardegna</b>
<b>06-08 maggio</b>	<b>Associazione Nazionale Alpini</b>
<b>10-12 giugno</b>	<b>Associazione Arma Aeronautica</b>
<b>15-19 giugno</b>	<b>Associazione Bersaglieri</b>
<b>26 giugno</b>	<b>Associazione Nazionale Arma di Cavalleria (sfilerà con l'Associazione ASSOARMA)</b>
<b>25-26 giugno</b>	<b>Associazione d'Arma del Piemonte (ASSOARMA)</b>
<b>10-11 settembre</b>	<b>Vigili del Fuoco</b>

---

## NUOVO SERVIZIO

Nella certezza di fare cosa gradita ai soci è stato istituito un nuovo servizio di consulenza fiscale ed assistenza per la compilazione dei Mod. 730 e unico, fruibile tutti i martedì mattina a decorrere dall'11.01.2011.

## ABBONAMENTO MUSEI TORINO PIEMONTE

Da martedì 1° dicembre riprenderà la vendita presso la Segreteria degli abbonamenti scontati con validità dal 1° dicembre 2010 al 31 dicembre 2011 (€ 44 anziché 49 e, per gli ultra 65enni, € 28 anziché 30).

Come per l'anno scorso, il Consiglio direttivo ha stabilito di concedere ai soci un ulteriore contributo di € 5.

Si rammenta che l'abbonamento permette di visitare oltre 150 musei, Residenze Reali, castelli, giardini e fortezze garantendo l'accesso libero e illimitato alle collezioni permanenti e alle mostre temporanee. Consente inoltre di ottenere riduzioni nei circuiti teatrali e musicali della città ed a tutti gli abbonati verrà recapitata a domicilio la rivista quadrimestrale di informazione "Lettera dei Musei".

## Oblazioni

*Si ringraziano i soci che, nel periodo settembre 2009 - settembre 2010, hanno voluto offrire all'Associazione la loro concreta solidarietà.*

AJMAR Giovanni, ARMAND PILON Aldo, BIANCO Carlo, BIESUZ Maria Lidia, BORDON Pio, BOTTAZZI Silene Rachele, BURLANDO Giorgio, CAGNA GUIZZO Maria, CHIABOTTO PAPOTTI Anna, CLERICO Innocenza, DONATO Alessandro, FEGIC Giovanni, GIANOGLIO Ida, GODONE Domenico, MAINA Giovanni, MANGIONE BURONZO Nunzia, MARINONI Guido, MELON Ernesto, OSSOLA Adriana, PENNA Carlo, PIOVANO Lelia, POLOGRUTO Pietro, RIGON Giovanni, VACCA Maggiore, VALLE Cesidio, VITALINI Metilde e altri che hanno voluto mantenere l'anonimato.

## *Viaggi e Gite*

### **31 marzo - 2 aprile**

**Bologna - Ferrara e dintorni** - Il programma è disponibile in segreteria.  
Le iscrizioni avranno inizio martedì 11 gennaio p.v.

### **Fine maggio**

**Londra** - Cinque giorni in aereo.  
Il programma sarà a disposizione in segreteria e sul sito dell'Associazione dalla seconda metà del mese di gennaio.  
Le iscrizioni avranno inizio il 15 febbraio p.v.

### **Fine settembre**

**Le "Marche"** - Tour di sette giorni in pullman con programma da definirsi.

### **Gite di un giorno**

#### **Sabato 14 maggio**

**Santena** - Dopo le visite al castello ed alla tomba di Cavour, la dr.ssa Rosanna ROCCIA, nostra socia, ci intratterrà con alcuni "scampoli" della vita dell'illustre statista. Seguirà, in un ristorante del luogo, un pranzo a base di asparagi.

#### **Sabato 11 giugno**

**Assemblea annuale a Montiglio Monferrato** - Con pranzo al ristorante **'l Bric** e visita guidata, nel pomeriggio all'abbazia di Vezzolano.

---

A quanto sopra si aggiungerà una gita in autunno in località da definirsi.  
Infine **da marzo a novembre** Torino sarà teatro di un sorprendente programma di mostre, esposizioni, convegni e spettacoli, per festeggiare i 150 anni di Unità Nazionale e presentare al mondo il meglio dell'Italia.  
Verranno pertanto organizzate alcune visite guidate in date che, al momento, non possono essere stabilite. Si invitano le persone interessate a tenersi in contatto con la segreteria o a consultare il sito dell'Associazione.

---

---

# CONVENZIONI

## ● ALBERGHI

VILLA MARTINI HOTEL \*\*\*\* Via Diego Martelli, 3/A - Castiglioncello (LI)  
tel. 0586/75.21.40



ALBERGO TORINETTO Via Calchesio, 7 - 12020 Sampeyre - tel. 0175/97.74.59



HOTEL RIVÈ \*\*\*\* Località Campo Smith - 10052 Bardonecchia - tel. 0122/90.92.33



HOTEL TERME "POSTA" - HOTEL TERME "TULLIO" Via Tito Livio 6 Abano Terme (PD)  
tel. 049/81.21.22 - 049/81.27.09 - e-mail Posta@Hoteltermeposta.it  
Tariffe e condizioni consultabili in Segreteria

## ● LABORATORIO ANALISI

POLIAMBULATORIO LARC (convenzionato con il Servizio Sanitario Nazionale)  
C.so Venezia, 10 - tel. 011/24.84.067  
C.so Sempione, 148/C - tel. 011/24.22.106

## ● STUDI DENTISTICI

LUCIANI dr.ssa Marina - C.so Tassoni, 79/4 - tel. 011/75.67.24



VACUPAN Italia - Via Galvani, 18 - tel. 011/ 47.38.111



OSENGA Dr. Giuseppe - P.zza Campanella, 13 - tel. 011/ 71.00.15



---

STUDIO MEDICO ODONTOIATRICO - C.so Giulio Cesare, 99 - tel. 011/ 85.81.81



STUDIO MEDICO DENTISTICO dott. Alberto Carpegna e dott. Cesare Gardini -  
Via Vittorio Amedeo II,24 - tel. e fax 011/56.28.278

**Sconto del 10%** su tutte le prestazioni e prima visita gratuita



STUDIO ODONTOIATRICO ASSOCIATO dott. Giorgio Autieri e dott.ssa Paola M. Doglio  
Via Baltimora 49 - tel. 011/39.04.93

**Sconto del 15%** sulle terapie. Finanziamenti fino a due anni a tasso zero.

## ● PRODOTTI FARMACEUTICI

FARMACIA EUROPEA - Via Mazzini, 31 - tel. 011/81.26.935

**Sconto dal 10% al 15%** su prodotti da banco, cosmetici, igiene personale,  
elettromedicali, dietetici, fitoterapia.

**Sconto del 20%** su prodotti in offerta.

## ● ORTOPEDIA

ORTOFARMA ISABELLA - Via Sacchi, 28E - tel. 011/56.04.128

**Sconto del 5%** su plantari, scarpe, busti e corsetti su misura  
anche per articoli a prezzo imposto.

## ● LIBRERIE

TORRE DI ABELE - Via Pietro Micca, 22 - tel. 011/53.77.77

**Sconto del 10%** su libri, videocassette e giochi educativi in legno



FONTANA - Via Monte di Pietà, 19/C - tel. 011/54.29.24

**Sconto del 10%** per i testi scolastici ed i CD rom scolastici

**Sconto del 15%** per i dizionari in latino, greco, italiano, inglese e francese;

**Sconto del 12%** per altri libri.

---

## ● SOLIDARIETÀ

C.I.L.T.E (Cooperativa sociale di solidarietà)

Servizio di telesoccorso per la sicurezza degli anziani che vivono da soli.

## ● STUDI CONSULENZA FISCALE

E.D.P. SERVICE S.a.s. - C.so Galileo Ferraris, 7 - tel. 011/56.23.112



STUDIO MASSUCCO (Dr. Luca Daffonchio) - C.so Svizzera, 30  
tel. 011/4345590

## ● BICICLETTE E ACCESSORI

CICLI BERGAMIN - Via P. Braccini 85 - tel. 011/38.57.879

**Sconto del 10%** sull'acquisto di biciclette, su riparazioni ed assistenza.

**Sconto del 15%** su accessori e abbigliamento.

## ● GIOIELLERIE

ORLANDI GIOIELLI - Via S. Francesco da Paola 38/G - tel. 011/81.24.084

**Sconto dal 10% al 50%** su tutta la merce fino al 31.12.2010 per cessazione attività

## ● DOLCIUMI

LA TORINESE - Via Avellino 8 - tel. 011/484.484

**Sconto del 10%** presso lo spaccio sui prodotti del proprio marchio

Buon Natale e  
Felice Anno Nuovo



*A tutti i soci  
un caloroso ed affettuoso  
augurio da parte  
del Consiglio Direttivo  
e della Redazione*

