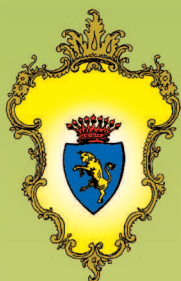


Anno XI n. 1

Aprile 2014

# **In...Forma!**

**Associazione Seniores  
del Comune di Torino**



**1954 ~ 2014**

**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](mailto:associazione.seniores@comune.torino.it)  
[www.comune.torino.it/lavoratorianziani](http://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:** Antonio NACCA

**UFFICIO DI PRESIDENZA:** Aldo LANTERI  
Fausto SORBA

**SEGRETARIO:** Angela PEISINO

**SEGRETARIO ONORARIO:** Giovanni AJMAR

**TESORIERE ECONOMO:** Anna Maria ROCCIA

**CONSIGLIERI:** Mirella BORELLO  
Enzo BRAIDA  
Marisa MODICA  
Luisella NIGRA  
Pier Vittorio PRATO  
Pieralberto ROLANDO  
Rosanna ROMANISIO  
Laura SILVA  
Liliana VALENTINI  
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 Arti Grafiche S. Rocco, Grugliasco (TO)  
Marzo 2014

**Sommario**

Dal Sindaco	<i>Pag.</i>	1
Editoriale		2
60° Anniversario dell'Associazione		3
Assemblea annuale		4
Carlo Alberto, il tormentato re magnanimo		6
Viaggio nella storia dei borghi e delle borgate di Torino		9
Unguenti e profumi		13
Sale e Ipertensione: consigli pratici		15
Notizie fiscali		17
Viaggi e Gite		18
Nuove Convenzioni		19
Oblazioni - Dichiarazioni dei redditi		20

---

## Dal sindaco

**È** con gioia che festeggio con voi questo storico traguardo: sessant'anni di un'attività preziosa e insostituibile. Festeggiamo un'associazione il cui scopo principale è mantenere vivi vincoli di solidarietà e di collaborazione tra i soci che sono stati per anni la struttura portante dell'Amministrazione. Un'attività finalizzata a fare continuare nel tempo quei valori che, nel lontano 18 maggio 1954, hanno ispirato i fondatori dell'Associazione: il senso di appartenenza, la solidarietà e l'amicizia che, spesso, rischiano di venir meno con l'uscita dal mondo del lavoro.

Mi auguro ed auguro a tutti noi, per gli anni a venire, che i buoni rapporti creati nel tempo tra l'Associazione dei Seniores e l'Amministrazione si consolidino e conducano alla realizzazione di nuove e importanti iniziative. E spero che l'Associazione possa proseguire nel suo impegno con la passione che da sempre la distingue.

Auguri, dunque ai Seniores, a cui ci lega amicizia e affetto, e lunga vita alla passione che li anima, la stessa del primo giorno.

*Piero Fassino*

## *Un'amara sorpresa*

**C**on lo spirito e la mente già protesi verso la celebrazione del 60° anniversario della Fondazione non possiamo sottacere il nostro dispiacere per il forte calo degli iscritti per il corrente anno, a nostro avviso, solo parzialmente giustificabile.

Eravamo consapevoli che l'aumento della quota associativa, rimasta invariata per oltre 10 anni e, come ben sanno quanti fedelmente partecipano all'Assemblea annuale, ripetutamente rimandato di anno in anno, avrebbe avuto la sua incidenza, attesa l'attuale situazione in cui versano molti soci con la pensione bloccata e le sempre maggiori spese per l'assistenza e le cure sanitarie.

Ma il decremento di oltre 200 rinnovi va più attentamente ricercato anche in altre motivazioni sulle quali non possiamo non interrogarci.

Disaffezione? Scarso interesse a quanto riusciamo a proporre? Semplice dimenticanza? Difficoltà causate dall'accesso temporaneo da Via Stampatori?

Al primo interrogativo ovviamente non possiamo dare una risposta. Invece a proposito della seconda domanda possiamo solo constatare che alcune iniziative quali i corsi di informatica, il corso di inglese, la visita alla mostra di Renoir nonché la prova gratuita dell'udito presso la sede dell'Associazione, hanno raccolto un numero di adesioni molto inferiore all'attesa.

Se, infine, trattasi solo di dimenticanza o difficoltà di accesso rammentiamo che non sono mai stati posti termini perentori per il rinnovo e che quanto prima torneremo tutti ad usufruire dell'ingresso da Via Garibaldi.

Mentre rimaniamo in fiduciosa attesa di recuperare, almeno in parte i ritardatari rendiamo noto che il presente notiziario verrà inviato a tutti gli iscritti per il 2013 mentre la spedizione del numero successivo (a fine giugno) verrà limitata ai soci in regola con la quota associativa per il 2014.

Dopo questo piccolo sfogo, segnalo con particolare soddisfazione che si stanno completando gli interventi di ristrutturazione dello stabile di Via Garibaldi 25 che, finalmente, ci consentiranno di utilizzare il tanto agognato ascensore.

A tutti un calorosissimo invito per festeggiare in amicizia, domenica 18 maggio p.v., i primi 60 anni dell'Associazione (vedi pagina 3).

*Vittorio Ferrando*

---

---

## *60° Anniversario dell'Associazione*

Cari amici,

### **60 anni!!!**

I 60 anni di attività della nostra Associazione sono certamente un bel traguardo, non trovate? E per festeggiarlo, nei limiti delle nostre modeste risorse finanziarie, abbiamo pensato di organizzare un **concerto** con un repertorio di brani che sicuramente saranno graditi a tutti, eseguiti da un quartetto di ottimi giovani sassofonisti che sicuramente riusciranno a regalarci belle emozioni.

Ciliegina sulla torta sarà la conduzione di **Bruno Gambarotta**, socio onorario della nostra Associazione, che certo non richiede alcuna presentazione.

Al termine sarà offerto a tutti gli intervenuti un “dolce” ricordo della manifestazione.

Con queste premesse siamo certi che parteciperete numerosi.

Vi invitiamo quindi ad annodarvi questo appuntamento:

**Domenica 18 maggio, ore 15.30**

**presso il Conservatorio “Giuseppe Verdi” in piazza Bodoni.**

Ogni iscritto all'Associazione, Socio o Simpatizzante, **in regola con il versamento della quota per il 2014**, potrà ritirare presso la Segreteria a partire dall'**8 aprile**, nei giorni di martedì, mercoledì e giovedì dalle ore 9,30 alle 12,00, **n. 2 biglietti gratuiti** per accedere alla Sala Concerti e per ritirare l'omaggio.

**Buon divertimento!**

## **Assemblea annuale dei soci**

**Sabato 24 Maggio 2014\***

**Diano d'Alba al Ristorante "Nelle vigne"**

Ai sensi dell'art. 10 dello Statuto Sociale, l'Assemblea Ordinaria dei soci è indetta in prima convocazione alle ore 9.30 ed in seconda convocazione alle ore 11.00 (in questo caso l'Assemblea è valida qualunque sia il numero dei soci presenti in regola con la quota associativa 2014).

### **Ordine del giorno:**

1. Apertura della seduta
2. Nomina del Presidente dell'Assemblea
3. Approvazione del rendiconto Economico e Finanziario con allegate le relazioni dei Revisori dei conti, del Tesoriere Economico, delle varie Commissioni e del Presidente dell'Associazione.
4. Varie ed eventuali

Al termine dell'Assemblea sarà servito il pranzo con il seguente menù:



Il programma, per coloro che intendono usufruire del servizio riservato di pullman, è il seguente:

- **ore 9.00:** ritrovo e partenza per Diano d'Alba in C.so Bolzano fronte ingresso parcheggio con possibilità di usufruire dello stesso alla tariffa ridotta di € 4,00 per l'intera giornata.

**\*Per motivi organizzativi la data è variata rispetto a quella indicata nell'ultimo numero di In...Forma!**

- 
- **ore 10.30:** welcome coffee;
  - **ore 11.00:** apertura lavori assembleari;
  - **ore 12.30:** pranzo.

Nel pomeriggio visita guidata alla **Antica Torroneria Piemontese** di Gallo d'Alba con degustazione e possibilità d'acquisto delle specialità dell'azienda.

- **ore 18.30-19.00:** rientro a Torino allo stesso luogo di partenza.

#### **Quote individuali**

- **Soci e familiari conviventi: € 35,00 (€ 25,00** per coloro che non intendono usufruire del servizio di pullman)
- **Simpatizzanti ed amici: € 50,00 (€ 40,00** per coloro che non intendono usufruire del servizio di pullman)

Le prenotazioni si riceveranno presso la segreteria dell'Associazione il martedì, mercoledì e giovedì dalle ore 9.30 alle ore 12.00 entro e non oltre il **20 maggio p.v.**

#### **ATTENZIONE!**

I Sigg. partecipanti sono pregati di comunicare al n. 3393148038 (cellulare a disposizione dell'Associazione ed attivo solo il giorno della gita) eventuali ritardi o rinunce dell'ultima ora.



## *Carlo Alberto, il tormentato re magnanimo*

**I**l principe di Carignano Carlo Alberto nacque a Torino, nel palazzo avito progettato da Guarino Guarini e oggi sede del rinnovato Museo Nazionale del Risorgimento Italiano, il 2 ottobre 1798.

Due mesi dopo quella data, il re Carlo Emanuele IV, esautorato dal potere dalla Francia repubblicana, lasciava Palazzo Reale assieme al resto della famiglia. O meglio: non tutti i Savoia abbandonavano la capitale per l'esilio. A restare e ad aderire al nuovo regime erano proprio i genitori del piccolo Carlo Alberto: il principe Carlo Emanuele di Savoia-Carignano e la sua stravagante moglie, Maria Cristina Albertina di Sassonia Curlandia, sposata nel novembre 1797.

Fu una vergogna per la corte la partecipazione di quel ramo cadetto alla ventata rivoluzionaria d'Oltralpe, tanto più che da quando si erano uniti in matrimonio, i Carignano non avevano fatto altro che provare gusto nello scandalizzare i sovrani: specialmente quella giovane principessa tedesca che simpatizzava per i francesi e aveva aperto le porte della sua dimora senza selezionare gli invitati, ospitando addirittura alla sua tavola gli esecrati giacobini che stavano mettendo in ginocchio il regno collaborando con il nemico.

I tempi delle feste finirono presto: morto nel 1800 Carlo Emanuele di Carignano, i Savoia esuli in Sardegna, preoccupati per l'assenza di un erede diretto, cominciarono a interessarsi a quel nipote "conte dell'Impero": era necessario, nel contesto dell'Europa soggiogata al Bonaparte, sottrarre quanto prima Carlo Alberto all'educazione diabolica della principessa giacobina. Ma passarono ancora diversi anni prima che Vittorio Emanuele I e il fratello Carlo Felice potessero mettere le mani sul giovane per plasmarlo a loro immagine e somiglianza.

Ci riuscirono solo nel 1814, quando rientrati negli Stati di terraferma providero immediatamente ad esautorare l'autorità materna cancellando dagli almanacchi di corte il nome della "furiosa" Maria Cristina Albertina. E Vittorio Emanuele I pensò non poco a mettere in riga quel principe educato nella Ginevra calvinista, che passava le sue giornate, secondo la regina Maria Teresa d'Asburgo-Este, nell'ozio totale, a burlarsi del mondo intero. Per ricondurlo ai sani precetti di Santa Romana Chiesa finirono con il porgli al fianco un sacerdote che lo controllasse giorno e notte.

Con il matrimonio, secondo i canoni cortigiani, Carlo Alberto ebbe però l'oc-



---

casione di mettere un po' la testa a posto: il 30 settembre 1817, in Santa Maria del Fiore a Firenze, convolava a nozze con l'arciduchessa Maria Teresa d'Asburgo-Lorena, figlia del granduca Ferdinando III. Ma per i Savoia di Palazzo Reale, Carlo Alberto restava sempre uno scapestrato, una testa calda, tanto da mandare su tutte le furie il duca del Genevese, Carlo Felice, per l'affronto fattogli al ritorno dal viaggio di nozze: come aveva osato il principe di Carignano entrare in città con una carrozza "dotata" di tre lacché sul predellino posteriore, due paggi agli angoli e due cavalieri ai lati? Prerogative che spettavano solo a chi deteneva il titolo di "Altezza Reale"! E

Carlo Alberto era solo invece "Altezza Serenissima".

L'Altezza Reale Carlo Felice andò su tutte le furie... L'Altezza Serenissima Carlo Alberto si gustò la vendetta nei confronti di chi si era opposto alla volontà del re per la concessione del titolo, a lui che restava pur sempre un erede presuntivo del trono. Ma

erano poi specialmente le amicizie "pericolose" attorno al principe che preoccupavano maggiormente la corte: quei "giovinastri" come Carlo Vidua e Cesare Alfieri che perdevano tempo nell'accademia dei Concordi, vagheggiando principi di italianità.

Per non parlare poi di quelli che sognavano la libertà, la guerra all'Austria e la fine del regime assoluto, come Santorre di Santarosa, e che riuscirono nei moti del 1821 a "circuirlo", facendogli concedere la costituzione di Spagna dopo l'abdicazione di Vittorio Emanuele I, approfittando dell'assenza nel regno del nuovo re, Carlo Felice. Reggente la corona, Carlo Alberto si pen-

sò amaramente di quel passo sconsiderato.

Carlo Felice lo mandò a meditare i suoi "errori" a Firenze, ospite del suocero. Poi gli diede la possibilità di riscatto: combattere i liberali in Spagna. Battendosi valorosamente al Trocadero, Carlo Alberto redense agli occhi della Santa Alleanza la propria immagine. Il primo passo era



*Il principe di Carignano Carlo Alberto*

---

compiuto; giurando poi solennemente di mai mettere in discussione la natura assoluta dello Stato, era pronto per governare. Salì al trono il 27 aprile 1831.

Carlo Alberto ormai era cresciuto. Su di lui era puntata l'attenzione delle potenze europee. Dimostrò subito di essere in linea con i governi reazionari, siglando un'alleanza militare con l'Austria, aiutando la duchessa di Berry a riconquistare per i Borboni il trono di Francia usurpato da Luigi Filippo d'Orléans, soffocando qualsiasi tentativo di infiltrazione sovvertitrice l'ordine costituito, mazziniana in primis.

Ma Carlo Alberto era un sovrano intelligente, pronto ad essere, sulle orme di Napoleone, un novello Cesare illuminato. Capì la necessità di svecchiare le strutture dello Stato: e a partire dalla seconda metà degli anni Trenta, grazie a validi collaboratori come Barbaroux, operò affinché si realizzasse la grande riforma legislativa con l'emanazione dei codici. Poi con l'elezione al soglio pontificio di Pio IX cominciò a spirare anche nel regno di Sardegna un'aria nuova.

Sull'onda della quarantottesca primavera dei popoli, da più parti montava la richiesta per la concessione di una costituzione. Furono giorni terribili per il sovrano, tormentato in coscienza per quel giuramento di mai modificare le leggi fondamentali dello Stato. Si resero necessari i conforti del fidato vescovo di Vercelli, Alessandro d'Angennes, per muoverlo al

gran passo. Alla fine fu lo Statuto, firmato il 4 marzo 1848, la carta che sarebbe stata costituzione in Italia fino alla caduta della monarchia nel 1946.

Venne poi la guerra, quella denominata nei manuali come prima guerra di indipendenza, e la possibilità di saldare la questione nazionale alle aspirazioni dinastiche nella pianura padana.

Contro le truppe austriache del generale Radetzki furono due sonore sconfitte: prima a Custoza nel 1848; poi, l'anno successivo, la definitiva, nella "fatal" Novara. Carlo Alberto il 23 marzo 1849 lasciava il trono al giovane figlio, Vittorio Emanuele II.

Lui, accompagnato solo da due camerieri, partiva alla volta di un esilio in terra lontana. Dopo migliaia di chilometri ed appena tre mesi di soggiorno a Oporto, si spegneva il 28 luglio 1849.

Moriva quel "magnanimo" principe che aveva lasciato a Torino le sue ricchezze, quelle che ancora oggi migliaia di turisti e studiosi possono ammirare e fruire: oltre alle palagiane residenze di Racconigi e Pollenzo, la Galleria Sabauda, l'Accademia Albertina, la Biblioteca Reale, l'Armeria Reale di Torino.

*Pierangelo Gentile*

---

#### **Bibliografia**

*Alla corte di Re Carlo Alberto. Personaggi, cariche e vita a palazzo nel Piemonte risorgimentale*, Collana della Fondazione "Filippo Burzio", Centro Studi Piemontesi, Torino 2013.

## Viaggio nella storia dei borghi e delle borgate di Torino

### Le Borgate a Nord (II)

**D**opo aver visto la storia della Barriera di Milano, torniamo sul nostro carro e proseguiamo il nostro viaggio lungo la *Strada Reale d'Italia* a metà Ottocento, arrivando, poco oltre la *Cascina Marchesa* o *Fiorita*, edificio nel '700 di proprietà della *Marchesa Cristina Wicardel de Fleurye* poi dei *Conti Coardi di Carpeneto*, ad una serie di campi coltivati e di prati verdeggianti che nel giro di pochi decenni vedranno sorgere tre bor-

gate piccole ma caratteristiche: Rebaudengo, Bacco, e Ponte Rosso.

La borgata **Rebaudengo** dovrà il suo nome all'omonimo Istituto Salesiano voluto nel 1928 dal *Conte Eugenio Rebaudengo*, senatore del Regno e profondo estimatore delle opere di San Giovanni Bosco, un istituto nato con l'obiettivo di

formare professionalmente i giovani meno abbienti in un edificio imponente, costruito su progetto dell'architetto salesiano Giulio Velotti ed inaugurato nel 1931.

La piccola borgata **Bacco** prenderà invece il nome da una grande cascina oggi scom-

parsa situata tra gli attuali Corso Vercelli e via Guglielmo Reiss Romoli, sede di un'osteria, di uno stallaggio e di un panificio.

La borgata **Ponte Rosso** (o *Pönt Röss*), infine, debi-

trice del proprio nome al ponte in mattoni costruito lungo la Stura di Lanzo tra il 1880 ed il 1882, intitolato al Re Vittorio Emanuele II e rovinosamente crollato il 9 settembre 1961, sarà invece costituita da una serie di casette con orto e giardino sorte a partire dal 1926, anno di costruzione degli argini lungo il torrente, nelle



*Barriera Milano, La Piazza della Barriera di Milano, attuale Piazza Crispi, negli anni '30 del '900*

---

Basse di Stura, poi affiancate o sostituite da imponenti insediamenti edilizi a partire dagli anni '60 dello stesso secolo.

Siamo però ormai arrivati sulle rive della Stura di Lanzo.

Qui la Strada di Vercelli, chiamata ormai *'Strada di Chivasso ed Aglié'*, disegna un'ampia curva, oltre la quale si vedono alcuni edifici rurali, una grande cascina raggiungibile da un viale alberato, prati, campi, 'bealere', piccoli specchi d'acqua e, sullo sfondo, il panorama grandioso dell'arco alpino dalle cime innevate.

Non senza timori, in una zona a metà ottocento non particolarmente sicura per i viandanti, soprattutto se mercanti, siamo arrivati alla **Pietra Alta** (o 'Pera Aôta', come si chiamava allora), all'epoca piccola borgata rurale lungo l'attuale corso Vercelli sorta nelle vicinanze di un cippo in pietra a forma di piramide alto più di tre metri posto nel punto in cui aveva inizio la strada diretta a Leini ed alle Valli di Lanzo (attuale Strada Cuogné), manufatto di cui parla *Giovanni Amedeo Grossi* nella sua *'Guida*

*alle Cascine e Vigne del Territorio di Torino e suoi Contorni'*, data alle stampe 'con licenza e privilegio di Sua Maestà' nel 1790:

*"...Piramide vicino al Porto di Leini, posta nel bivio della Strada per Chivasso, e di detto luogo inserviente di termine di miglia due da Torino, innalzata nel 1767.*

*All'occasione che si sono formate di nuovo dette strade, nel 1789, la ripa del fiume Stura era distante trenta trabucchi da detta Piramide..."*

Attorno alla 'Pera Aôta' un luogo poco abitato, con qual-

che casa, alcune cascine, come la *Barberina*, la *Nobella*, l'*Antiochia*, la *Marmorina*, prati, campi coltivati, boschi, canali irrigui rigonfi di acque e poco altro...

Poco distante, un altro piccolo nucleo di edifici rurali, le **Cascinette**, sorto ad inizio '800 sui terreni di proprietà prima dei *Monaci dell'Abbadia di San Giacomo di Stura* e poi dei *Marchesi Tana*, signori del *Feudo del Villaretto e delle Cascinette*, nucleo che negli anni



*Barriera Milano, Il caffè Trocco di piazza Crispi angolo Corso Novara, negli anni '30 del '900*

---

'50 del '900 cederà il posto agli stabilimenti della FIAT IVECO.

Proseguendo lungo la Strada di Leinì dal nostro carro si vede la *Cascina Falchera*, di proprietà dei fratelli *Giacomo* e *Francesco Falchero*, ricchi possidenti terrieri, e poco prima di essa, lungo la strada, un piccolo nucleo di case di forma allungata, la **B o r g a t a Falchera**, nota all'epoca per la presenza di una rustica locanda, la *'Trattoria dei Boniscontri'* e considerata anch'essa zona poco sicura, soprattutto per i mercanti diretti in città.



*Falchera*, Una veduta aerea della Falchera Vecchia e della Falchera Nuova del 1978

Parecchi decenni dopo, nel 1926, Pietro Abate Daga la descriverà così:

*"... un piccolo villaggio che della nostra città fa parte, ma che forse nemmeno la quarta parte della popolazione torinese conosce: siamo alla Falchera, frazione che ha il suo ufficio postale, le sue scuole elementari, qualche negozio e qualche casa di abitazione.*

*È un modesto centro, che ripete le sue origini e la ragione di vita nella sua stes-*

*sa ubicazione, perché un punto quasi esclusivo di affluenza, al quale convergono tutti gli abitanti delle borgate e delle cascine sparse in quella campagna per recarsi a Torino....."*

La situazione cambierà però radicalmente poco meno di 30 anni più tardi,

tra il 1954 e il 1961, quando nella vasta area compresa tra la Strada di Cuoragnè e l'Autostrada di Milano sorgerà il villaggio residenziale di edilizia popolare oggi chiamato *'Falchera Vecchia'*,

concepito dai progettisti, gli architetti Astengo, Miolli-Boffa, Passanti, Renacco e Rizzotti come villaggio satellite autosufficiente per 6.000 persone su modello delle contemporanee *'New Towns'* inglesi e *'Villes Nouvelles'* francesi.

Un villaggio di case basse in mattoni con giardini e vaste aree verdi che verrà in seguito affiancato, verso il confine con Settimo Torinese, dal villaggio della *'Falchera Nuova'*, una serie di edifici a

---

torre e a barra costruito a partire dal 1975 sui terreni dell'antica 'Cascina degli Stessi', nota un tempo per i suoi vasti terreni boscati.

Il nostro viaggio sul carro, intanto, volge al termine, dalla Falchera non ci resta che volgere lo sguardo ad est, verso la collina, e ad ovest, verso la montagna.

Ad est la vista della collina, coperta di vigneti, è ampia, si vede, in lontananza, solo il campanile dell'Abbadia di Stura immerso in una campagna boscosa e verdeggiante, ad ovest, invece, si nota un'ultima borgata, il **Villaretto**, nucleo agricolo sorto nel XV secolo come agglomerato di cascine di proprietà dei fratelli *Ranotti*, circondato da terreni coltivati a cereali e a prato stabile, affiancato ad un 'airale' di proprietà dei fratelli *Toffange*, dotato di una cappella per la celebrazione della messa. Il Villaretto a metà ottocento è un nucleo agricolo di 6 cascine a corte chiusa, con campi e prati delimitati da corsi d'acqua e strade poderali fiancheggiati da filari di querce, salici, ontani e noci. Luogo di aggregazione per gli abitanti della

borgata è la cappella campestre dedicata a San Rocco, che con il suo campanile con il tetto a cipolla si affaccia sulla strada principale.

Pochi anni ancora e al Villaretto verrà costruita una 'Scuola Suburbana', di cui parlerà nel 1926 Pietro Abate Daga:

*"Di fronte alla piccola chiesa della cappellania esiste un edificio scolastico, ove un'antica maestra, la signora Nice-Parietti-Breda raccoglie ed educa i bambini di ogni età della borgata, ma nulla di più. Eppure il piccolo borgo conta circa 400 abitanti e l'intera popolazione, comprese le famiglie dei cascinali, raggiunge il migliaio..."*

In seguito il Villaretto non cambierà molto, almeno sino ai recenti interventi di urbanizzazione.

Ormai però si è fatto tardi, il sole è tramontato e ci conviene, sempre a bordo del nostro carro, ritornare verso la città, da dove presto partiremo per un altro viaggio alla scoperta della storia delle borgate di Torino...

*Guido Giorza*

.....

*Nel prossimo numero, in direzione nord-ovest, tra la Dora ed i confini con Venaria Reale e Collegno, terra di castelli, monasteri e battaglie: Barriera di Lanzo vecchia, Borgo Vittoria, Madonna di Campagna, Borgata Ceronda, Lucento, Barriera di Lanzo Nuova, Le Vallette, Borgata Frassati.*

.....

## Unguenti e profumi

**I**l desiderio di piacere attraverso i profumi è antico come il mondo e la vanità non è certo una caratteristica soltanto femminile.

Molti altri sono stati, attraverso i secoli, gli usi di essenze, unguenti e aromi.

I profumi: la loro fragranza inebriante impregna, per così dire, tutte le pagine della storia dell'umanità. Fra tutti i monarchi del mondo antico nessuno ebbe mai altrettanta passione per i profumi quanta ne ebbe re Antioco IV Epifane, che regnò sulla Siria dal 175 al 163 a.C.

Una volta ai giochi di Dafne, un sobborgo della capitale siriana di Antiochia (oggi Antakya) egli ordinò ai suoi servi di aspergere tutti i convitati ad un banchetto con acqua di rose, versata da annaffiatori d'oro e di ungere i loro corpi con olii profumati, portati in bacinelle d'oro. In un'altra occasione lo stesso Antioco fece versare su uno dei suoi sudditi un'intera anfora di olio profumato. Però

gli andò male, perché, di fronte alla folla che stava per tributargli un'ovazione, il re scivolò sulla chiazza d'olio formata al suolo e, poco gloriosamente, finì lungo disteso sulla schiena.

Ma l'uso del profumo risale a molto prima. Tremila anni prima di Cristo, in Egitto, i profumi avevano assunto un valore sociale, anzi diplomatico: i faraoni ne facevano dono ai sovrani alleati.

Nel 1500 a.C. la loro importanza commerciale era già molto notevole, dato il largo uso che se ne faceva nella vita quotidiana.



Gli Egiziani hanno sempre curato molto il loro corpo e furono, senza dubbio, i primi ad elaborare vere e proprie ricette di profumi. Soprattutto durante l'epoca dei Tolomei (dal 306 al 30 a.C.) la fabbricazione dei profumi, in Egitto, divenne una vera industria.

La passione per i profumi era viva anche tra i Greci che ne usavano diversi

---

per le diverse parti del corpo. Perfino i Romani, inizialmente così alieni dalle frivolezze, furono contagiati dall'amore per i profumi e gli unguenti, al punto che nel I e nel II secolo d.C. ne facevano un uso addirittura ridicolo. Si dice che Nerone dormisse su un letto di petali di rose; una volta, per festeggiare il suo ritorno dalla Grecia, fece cospargere le strade con oli aromatici. Nella sua Domus Aurea, da apposite

tubazioni, celate nei soffitti, venivano spruzzate sugli ospiti nuvole di aromi esotici. I profumi avevano anche parte importante nelle pratiche igieniche e

nei riti di purificazione. Le creme oleose proteggevano la pelle dall'ardore dei raggi solari e dalla disidratazione. D'altronde i profumi hanno avuto a lungo usi terapeutici. I Greci, per esempio, credevano che cingersi il capo con coroncine odorose di rose o di mirto mitigasse le emicranie, in particolare quelle provocate da eccessive libagioni. Ma ancora più importante era l'uso dei profumi nei riti religiosi. Il nome



stesso, dal latino "perfumum" cioè "attraverso il fumo" ricorda l'antico uso dell'incenso, indispensabile al culto. Era diffusa la credenza che il fumo dei legni odorosi e delle resine aromatiche portasse le preghiere al cielo e le rendesse grate agli dei.

Per gli Egiziani i profumi usati nel processo di imbalsamazione e mummificazione aiutavano i morti nel loro lungo viaggio.

Arabi, Indiani ed Ebrei costruivano i loro templi con legni odorosi. La Bibbia ha molti riferimenti sugli usi religiosi dei profumi: Dio dice a

Mosé di costruire un altare degli olocausti di bronzo ed un altare dell'incenso, laminato d'oro. L'olio serviva ad ungere il Tabernacolo, l'Arca dell'Alleanza e gli altari.

Ancora oggi l'olio santo viene impiegato in varie religioni, tra cui quella cristiana, che lo usa nella somministrazione di alcuni sacramenti.

*Domenico Zambrano*



## ***Sale e Ipertensione: consigli pratici***

**I**l sale contiene sodio che, se in eccesso, favorisce l'ipertensione, le malattie cardiocircolatorie e renali, i tumori allo stomaco e indirettamente l'osteoporosi. Il corpo umano ha mediamente bisogno di circa 1 grammo di sale al giorno ma gli italiani ne assumono in media 10 volte tanto. È quindi importante ridurre il **sale** alimentare a 5 grammi al giorno (che corrispondono a 2 grammi di sodio). Ciò vale particolarmente per chi soffre di ipertensione arteriosa. *Diminuendo infatti il consumo di sale a meno di 5 grammi al giorno, si riduce la pressione sistolica {massima} fino a 8 millimetri di mercurio (mmHg) e la diastolica (minima) fino a 4.*

Secondo l'INRAN (Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione) le fonti di sale nell'alimentazione sono di varia natura:

- il sale contenuto allo stato naturale negli alimenti: acqua, frutta, verdura, carne ecc. (di solito il 10%);
- il sale aggiunto nella preparazione dei piatti circa il 36% (un cucchiaino ne contiene circa 6 grammi);
- il sale contenuto negli alimenti prodotti artigianalmente o industrialmente.

Tra i prodotti trasformati la principale fonte di sale nella nostra alimentazione abituale è rappresentata dal pane e dai prodotti da forno. Ne consumiamo tutti i giorni in quantità più elevate rispetto ad alimenti più ricchi di sale come i salumi, i

formaggi, le conserve di pesce o le patatine fritte. Anche molti condimenti contengono sale o sodio.

Qualche esempio di preparazione alimentare:

- un piatto di pastasciutta al pomodoro fresco e basilico contiene circa 0,15 g di sale;
- un filetto alla griglia senza sale aggiunto e una pagnottina contengono circa 1,25 g di sale.
- una pagnottina con bresaola e insalata contiene circa 3 g di sale,

### ***Qualche trucco per ridurre o non usare il sale***

Usare pane "sciapo" o Toscano, confezionato senza sale.

Evitare o ridurre cibi ricchi di sale come salumi, formaggi stagionati, scatolame.

Riducendo progressivamente il sale in cucina, è dimostrato che il palato si abitua. Utilizzare al posto del sale erbe aromatiche (salvia, rosmarino, prezzemolo, maggiorana), peperoncino, spezie (cannella, noce moscata, chiodi di garofano ecc.), zenzero fresco.

Esaltare il naturale sapore dei cibi, specie le verdure, procurandosele freschissime. Utilizzare piccole quantità di limone o di aceto di vino o balsamico che renderanno più gustosa l'insalata, la verdura lessata o la carne ai ferri.

Se si utilizzano "sali iposodici" generalmente costituiti da cloruro di sodio +

cloruro di potassio ricordarsi di aggiungere pochissimo ai cibi in tavola [ma non durante la cottura].

### **È importante imparare a leggere le etichette**

Gli ingredienti presenti in maggiore quantità sono scritti per primi sull'etichetta.

Ecco un elenco dei più frequenti componenti a base di sodio che vengono aggiunti ai cibi: sale, sodio (o Na), cloruro di sodio, bicarbonato di sodio, fosfato monosodico, glutammato di sodio.

Se si conosce la quantità di sodio in grammi, per ottenere l'equivalente in sale si moltiplica per 2,5.

### **Contenuto in sale di alcuni alimenti**

ALIMENTO	UNITA' DI MISURA	CORRISPONDENZA NELLA PRATICA	GRAMMI DI SALE
Pane	50 g	1 fetta media	0,4
Biscotti dolci	20 g	2-4 biscotti	0,1
Cornetto semplice	40 g	Uno	0,4
Merendina	35 g	Una	0,3
Cereali da prima colazione	30 g	4 cucchiaini da tavola	0,8
Olive conservate	35 g	5 olive	1,1
Verdure sott'aceto	60 g	3 cucchiaini da tavola	1,2
Prosciutto crudo dolce	50 g	3-4 fette medie	3,2
Prosciutto cotto	50 g	3-4 fette medie	0,9
Salame Milano	50 g	8-10 fette medie	1,9
Mozzarella di mucca	100 g	1 porzione	0,5
Provolone	50 g	1 porzione	0,9
Formaggino	22 g	Uno	0,6
Parmigiano grattugiato	10 g	Un cucchiaino da tavola	0,2
Tonno sott'olio sgocciolato	52 g	Una scatoletta	0,4
Patatine in sacchetto	25 g	Una confezione	0,7
Salsa di soia	6 g	Un cucchiaino da tavola	0,9*
Dado per brodo vegetale/carne	3 g	Un quarto di dado	1,2*
Ketch up	14 g	Un cucchiaino da tavola	0,4*
Senape	14 g	Un cucchiaino da tavola	1,0*

\* La quantità di sale può anche essere superiore.

## Notizie fiscali

### TASI

Il nuovo Tributo per i servizi indivisibili si applica ai fabbricati posseduti a qualsiasi titolo, quindi anche alle abitazioni principali e, siccome la base imponibile è sempre la stessa, è cambiato solo il nome dell'imposta che da quest'anno non si chiama più IMU ma si chiamerà TASI.

A pagare di più la Tasi 2014 su prima e seconda casa saranno le case più piccole anziché quelle grandi.

Facendo qualche calcolo da prendere come esempio per dare un'idea su quella che sarà la stangata di quest'anno e prendendo in considerazione la cat. A/2 e la dimensione di 50 metri quadri, si scopre che a Torino si pagheranno circa 300 euro, più delle altre grandi Città.

La Tasi, che è una patrimoniale, colpisce però anche gli inquilini.

### Bonus per l'acquisto di mobili

Sono state prorogate le agevolazioni fiscali previste per le ristrutturazioni edilizie, che consentono una detrazione del 50%, e per tutti gli interventi mirati al risparmio energetico, che consentono una detrazione del 65%.

La detrazione del 65% vale fino al 31 dicembre 2014 poi scenderà al 50% fino al 31 dicembre 2015. Per interventi su parti comuni dei condomini o su tutti gli appartamenti di un condominio la detrazione durerà 6 mesi in più: fino al 30 giugno 2015; poi scenderà al 50% e durerà infatti un semestre in più, fino al 30 giugno 2016.

Con le stesse modalità previste per le ristrutturazioni edilizie, vale la detrazione fiscale anche per le spese sostenute per l'acquisto di mobili ed elettrodomestici di classe energetica non inferiore alla A+ o A per i forni, ma fino a una spesa complessiva di 10mila euro: si possono cioè portare in detrazione 5mila euro.

Il bonus vale però solo per chi sta ristrutturando l'immobile al quale mobili e arredi dovranno essere destinati (e dove dovrebbero restare) e le spese sostenute per la ristrutturazione non possono essere inferiori a quelle per l'acquisto dei mobili.

Si ha diritto alla detrazione sui mobili se si sono realizzate ristrutturazioni con sgravio del 50% dopo il 6 giugno 2013. Il bonus è stato prorogato solo fino al 31 dicembre 2014.

### Pagamento dell'affitto

La legge di stabilità aveva introdotto il divieto all'uso di denaro in contanti per pagare affitti di locali uso abitativo, pena la perdita dei benefici fiscali da parte del locatore e del conduttore legati al contratto, quali la tassazione cedolare o la deduzione forfettaria per il proprietario e le detrazioni del canone per l'inquilino.

Il Ministero dell'Economia e Finanze ha ora precisato che il pagamento in contanti dell'affitto sarà possibile per tutti coloro che hanno un canone di locazione sino a 999,99 euro. La condizione principale è che tra l'affittuario e il proprietario vi sia comunque una ricevuta che permetta la tracciabilità del pagamento effettuato.

## *Viaggi e Gite*

### Sabato 24 maggio

Assemblea annuale a **Diano d'Alba** con pranzo presso il ristorante "Nelle vigne". Nel pomeriggio visita al laboratorio e al punto vendita della Antica Torroneria Piemontese (Sebaste) di Gallo d'alba.

### Fine Settembre

#### **I luoghi di San Francesco e altre meraviglie dell'Umbria**

5 o 6 giorni in pullman.

Il programma sarà a disposizione alla fine



### Inizio Dicembre

#### **Mercatini di Natale a Strasburgo e Colmar.**



#### Gite di un giorno

### Ottobre

Nel mese di ottobre si effettuerà una gita in data e località in via di definizione

---

---

# NUOVE CONVENZIONI

## ● ALBERGHI E RISTORANTI

HOTEL RISTORANTE SAN GIORIS Via Borgo Dora, 13 - tel. 011/5216357  
**Sconto dal 15%** su pranzi, cene e pernottamenti.

## ● ORTOPEDIA

CRIS SRL - Via Elvo, 25 - tel. 011/2482404  
**Sconto dal 10% al 20%** su ausili sanitari (Verificare elenco in segreteria).

## ● RESIDENZE PER ANZIANI

RESIDENZA CROCETTA - Via Cassini, 14 - tel. 011/5682360  
**Sconto del 10%** per i primi 6 mesi.

## ● CLINICHE

CLINICA FORNACA - Corso Vittorio Emanuele, 91 - tel. 011/5574355  
**Sconto del 15% al 20%** sulle prestazioni ambulatoriali  
(Tariffario a disposizione in segreteria)

## ● ABBIGLIAMENTO UOMO

ALGOZZINI TURIN - Via Barbaroux, 9 - tel. 011/4366094  
Via Nizza, 140 - tel. 011/6963362  
Via Milano, 3 - tel. 011/4338802  
**Sconto del 10%** esclusi saldi e promozioni.

---

## Oblazioni 2013

*Si ringraziano i soci benemeriti e sostenitori nonché coloro che nel corso dell'anno 2013 hanno voluto offrire all'Associazione la loro concreta solidarietà:*

BEUX Emma, BORDON QUERINI M. Matilde, BURZIO TADDEI Francesca, CORDERO OCCHIENA Sabina, DONATO Alessandro, GIANOGLIO Ida, GODONE Domenico, IGUERA Loredana, RIGON Giovanni, RODANO Maria Luisa, SALTO Wanda, TORCHIO Ave. *Oltre ai soci che hanno voluto mantenere l'anonimato.*

### DICHIARAZIONE DEI REDDITI

Anche quest'anno i soci possono ritirare presso la Segreteria del Gruppo i modelli 730 e "Unico" nonché fruire del **servizio di consulenza gratuito** tutti i martedì, previa prenotazione telefonica al numero 011/36.06.73.

Gli interessati potranno, a loro scelta, usufruire del servizio presso la nostra Segreteria o presso lo Studio del dott. Sanua in Via San Marino 133/c.

Si rammenta altresì che sono disponibili per l'elaborazione delle dichiarazioni stesse, a condizioni di particolare favore riservate ai soci ed ai loro parenti, gli Studi Professionali sotto indicati che i soci possono contattare direttamente:

**STUDIO Dott. ALFONSO SANUA - Via San Marino, 133/c - Torino - Tel. 011/36.06.73**

**SERVICE EDP s.a.s. - C.so Galileo Ferraris, 7 - Torino - Tel. 011/562.31.12**

### CONTROLLO DELL'UDITO

Grazie alla convenzione con Udisens, continua la possibilità per i soci ed i loro familiari di sottoporsi, presso la nostra Segreteria, ad un **controllo gratuito dell'udito** ogni primo giovedì del mese previa prenotazione allo 011 4431954

Buona Pasqua

