

Anno IX n. 2

Luglio 2012

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: Antonio NACCA

UFFICIO DI PRESIDENZA: Aldo LANTERI
Fausto SORBA

SEGRETARIO: Giovanni AJMAR

TESORIERE ECONOMO: Liliana VALENTINI

CONSIGLIERI: Mirella BORELLO
Enzo BRAIDA
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
giugno 2012

Sommario

Editoriale	<i>Pag.</i>	1
Dall'Assemblea		3
Poeti e scrittori russi		5
Beatrice di Tenda		9
Il Fungo Cinese		10
Novità fiscali		12
Diagnosi e cura del diabete		14
Proverbi piemontesi		17
Auguri!		20
Viaggi, Gite e Visite		III di copertina

In copertina: "Ponte Maria Teresa"

Veduta prospettica del ponte sospeso suo Po su cavi di ferro, dedicato alla regina Maria Teresa. Tale ponte venne costruito nel 1840 dall'ingegner Francois Lahuitre, si elevava ad una altezza di metri 14,10 con lunghezza di 184 metri. Fu abbattuto nel 1901 e sostituito con l'attuale ponte in pietra Umberto I°.

Litografia di Enrico Gonin del 1841 (Collezione Simeom, D 694)

Consoliamoci con Juve e Toro

In merito al contenuto dell'editoriale del numero di marzo di **In...Forma!** sono stato ripreso da una gentile lettrice, ancora in servizio, ed invitato a non "piangerci addosso" ed a mettere in campo "un po' di buona volontà".

Ho replicato che il mio impegno consiste nel tentativo di porre all'attenzione dei nostri associati con toni civili, anche se a volte decisi, e, per quanto possibile, con obiettività le diverse situazioni relative alle persone più avanti negli anni che vengono via via a determinarsi, non certo per il desiderio di piangerci addosso, ma nello spirito di una doverosa informazione.

Trattandosi nella quasi generalità dei casi di provvedimenti che vanno ad incidere profondamente sulle condizioni socio economiche dei singoli se non di intere famiglie, non posso sottrarmi, ancorché consapevole di levare spesso una voce nel deserto, dal rappresentare e talvolta anche segnalare nelle opportune sedi, il malcontento ampiamente diffuso.

Venendo al concreto per quanto attiene l'abbonamento annuale per i mezzi pubblici riservato agli anziani, parrebbe che la generale sollevazione abbia indotto l'amministrazione a riconsiderare il problema e porre allo studio alcune modificazioni a quanto deliberato e divenuto esecutivo dal 1° febbraio del corrente anno.

Nel contempo la riduzione dei trasferimenti statali e regionali per il welfare, operata in modo progressivo dal 2009 al 2011, sarà ancora più drastica nel 2012 costringendo il Comune di Torino a rivedere tutto il sistema delle prestazioni sino ad oggi erogate dai Servizi Sociali.

Complice l'attuale recrudescente crisi economica, il numero delle persone che si rivolgono normalmente ai Servizi Sociali del Comune ha subito una notevole crescita il che richiederebbe una sempre maggiore disponibilità di risorse e non già una contrazione delle stesse. Ma tant'è.

Uniformandosi agli standard fissati dalla Regione Piemonte, dal mese di giugno l'età minima per richiedere l'assegnazione di contributi economici, l'assistenza domiciliare ed il ricovero in residenze è passata da 60 a 65 anni.

Inoltre per l'erogazione delle diverse prestazioni sono stati introdotti nuovi criteri di valutazione dei patrimoni personali mentre l'assistenza economica per gli adulti in difficoltà sarà condizionata dalle disponibilità del Comune. Come potete intuire una nuova non buona notizia.

Ma questa volta possiamo trovare consolazione nelle imprese delle squadre di calcio della nostra città.

Dopo tanti anni di delusioni, insoddisfazioni e amarezze Juventus e Torino, al termine di due stupefacenti campionati hanno fatto di Torino la capitale del calcio. Bianconeri e Granata, juventini e torinisti in due serate memorabili hanno potuto esultare in un tripudio di sciarpe e bandiere che hanno colorato le vie e le piazze principali della città, anche se qualche esagitato non è riuscito a reprimere la sete di violenza che annida nell'animo di taluni trasformandoli da tifosi (saranno poi tali?) in beceri delinquenti.

Non ho mai celato il mio attaccamento ai colori bianconeri, ma ho sempre apprezzato, con una certa invidia, la fede granata molto più ostinata e inossidabile specie nei momenti, e sono stati tanti, di grande sofferenza, diversa da quella bianconera che intiepidisce quando i risultati non sono soddisfacenti.

Ho rispolverato la vecchia passione ma ho vissuto anche i momenti più esaltanti del campionato con un certo distacco perché mi è difficile accettare l'attuale mondo del calcio ove è venuto meno ogni senso della misura per far luogo agli eccessi: in primis di denaro, poi di super esperti che invadono ogni sera le TV pubbliche e private, quindi di forti scommesse legalizzate manovrate da individui poco raccomandabili, infine e soprattutto di esasperata violenza.

Ricordo con nostalgia gli anni del liceo quando il lunedì mattina tra i maschi si acquistava a turno, vista la magra paghetta che passavano i genitori, il "Tuttosport" per scorgerlo insieme e dare vita ai vari sfotto' che si consumavano nel giro di qualche ora correndo dietro alla palla sui prati di piazza d'Armi o di parco Ruffini. Tutto finiva lì in grande e fraterna amicizia.

Vittorio Ferrando



Dall'Assemblea

In conformità a quanto previsto dall'art. 10 dello Statuto Sociale, sabato 26 maggio si è svolta l'Assemblea ordinaria dei soci, ancora una volta a grande richiesta, a Montiglio Monferrato presso il ristorante L'Brìc collocato su una collinetta da cui si può godere una splendida vista a 360 gradi su alcuni paesini che offrono allo sguardo le mura di qualche castello o le guglie di vecchi campanili.

Come sempre, dopo i saluti di rito, la giustificazione di alcune importanti assenze, il ricordo dei soci che ci hanno lasciato nell'anno trascorso, si è proceduto alla nomina per acclamazione di Aldo Narducci a Presidente dell'Assemblea, il quale ha rivolto calorosi apprezzamenti al Presidente dell'Associazione, del Consiglio Direttivo e dei collaboratori che, anche in tempi difficili e diffuso disorientamento, riescono a garantire proficua continuità all'Associazione in un clima di sincera amicizia puntualmente testimoniata dall'Assemblea odierna, cercando di variare le iniziative e mantenendo elevato il livello del notiziario che ogni quattro mesi entra nelle nostre case.

Sono intervenute quindi, per dare lettura delle rispettive relazioni, approvate tutte all'unanimità, Loredana Iguera in rappre-

sentanza del Collegio dei Revisori dei Conti, Liliana Valentini, tesoriera e Renza Varvello responsabile della Commissione Tempo Libero e Cultura.

La parola è quindi passata al Presidente dell'Associazione che è tornato sulla questione, già trattata sul notiziario di marzo e rappresentata alla Amministrazione con lettera di fine febbraio, senza alcun riscontro dopo tre mesi, degli abbonamenti annuali dei trasporti urbani riservati alle persone anziane. Conferma l'impressione o meglio la certezza, anche dopo aver presenziato come uditore ad una seduta della II^o Commissione consiliare con all'ordine del giorno una mozione sull'argomento, che molti degli aspetti precisati nella citata lettera, siano stati assolutamente sottovalutati. Non intende demor- dere e verrà sollecitata, quanto meno per correttezza, una risposta senza peraltro tralasciare altri canali di sensibilizzazione al problema.

Informa quindi che sotto la scure dei tagli di bilancio sono anche passate le spese per la spedizione della corrispondenza del comune, ivi compreso il notiziario dell'Associazione.

Ciò comporterà, per i due numeri restanti del 2012 e per l'ormai consueto e

utile volantino di ottobre, un aggravio di spesa tanto da riproporre all'attenzione la eventuale modifica delle quote associative stabilizzatesi da oltre dieci anni a soli 10 Euro.

Atteso che in Consiglio Direttivo si era stabilito di non porre l'argomento all'ordine del giorno, stante l'attuale momento di crisi economica generalizzata, pur alla luce di alcuni interventi a favore dell'aumento, senza dimenticare che sussistono misure differenziate per i soci sostenitori e benemeriti, si è concordato di mantenere invariata la quota ancora per l'anno 2013.

Per concludere piacevolmente la bella giornata ci siamo trasferiti in

quel di Moncalvo, al confine delle Province di Asti e Alessandria, ove avremmo dovuto ammirare, opportunamente accompagnati dalla signora Micaela già preziosa guida lo scorso anno all'Abbazia di Vezzolano, i dipinti e gli affreschi di Guglielmo Caccia detto "Il Moncalvo" normalmente custoditi nelle chiese di San Francesco e Sant' Antonio. Senonchè quasi tutte le opere erano state momentaneamente rimosse per necessari restauri conservativi per cui si è in parte sopperito risalendo la via principale della ridente cittadina con gran beneficio del fisico messo a dura prova dal lauto pranzo.



Tavolo della Presidenza

Poeti e scrittori russi a Torino in visita a Silvio Pellico

Nell'aprile 1835, tre anni dopo la pubblicazione delle *Mie prigioni* di Silvio Pellico, che avevano destato un'eco generale di simpatia in molti ambienti europei – già nel 1833 era uscita la traduzione russa col titolo *Moï temnicy* –, arrivava a Torino il principe Pëter Andrèvič Vjázemskij, poeta e critico letterario, collaboratore di riviste e curatore delle opere del grande Puškin. Ammiratore dell'Italia, più volte visitata, egli era attirato nella capitale sabauda dal desiderio di conoscere il Pellico, di cui aveva letto il famoso libretto.

Così poté incontrarlo, il 29 aprile, come ne scrisse brevemente nel suo *Diario*. In una lettera alla moglie, allora a Roma, raccontò di averlo trovato "tal quale la sua opera, semplice e cordiale", conducente

"una vita assai ritirata in seno alla sua famiglia" e rimpiangendo "i suoi compagni di sventura ancora rimasti prigionieri, ad onta di ciò che hanno annunziato i giornali".



Dallo squarcio di una lettera familiare, appare dunque il volto buono e sofferente dell'"uomo dello Spielberg" e con lui, a rivivere la cattività nelle sue tristi vicende, c'è quel sensibile interlocutore russo che ben poteva comprenderlo, ripensando all'analogia sorte dei suoi amici "decabristi", ancora esiliati in Siberia.

La conoscenza del Pellico rimarrà una tappa nell'esistenza del Vjázemskij e se essi non avranno più occasione d'incontrarsi, durerà però un rapporto di reciproca stima. Il Pellico non mancherà di chiedere sue notizie, quando altri Russi negli anni seguenti lo visiteranno in casa dei marchesi di Barolo.

Così come, nella corrispondenza intrattenuta con lui, il principe russo lo informerà della fortuna che i suoi libri avranno negli ambienti intellettuali di Pietroburgo e di Mosca e della recensione favorevole che Puškin aveva fatto del trattatello *Dei doveri degli uomini*, pure tradotto in russo nel 1835, sulle pagine del *Sovremènnik* (Il contemporaneo), la rivista liberale da lui fondata e che avrà vita lunga e gloriosa tra la generazione dell'*intelligencija* russa degli Anni '60, nel pieno delle riforme seguite all'abolizione della secolare servitù della gleba.

Tra i Russi che ebbero occasione di conoscere di persona ed apprezzare il Pellico va pure ricordato il grande poeta e traduttore di classici stranieri Vasilij Andrèevič Žukòvskij. Egli viaggiò per l'Italia nel 1838-39 e venne a Torino nel febbraio 1839 in visita ufficiale, accompagnando l'erede al trono russo, il futuro Zar Alessandro II, in qualità di suo "governatore". Al principe russo furono allora riservati solenni festeggiamenti, egli assistette a un grandioso carosello storico, una "giostra" in costumi antichi, simile a quella che era stata offerta, circa sessant'anni prima, in onore del suo avo, il principe ereditario Pàvel Petròvič, in viaggio per l'Europa con la consorte sotto il nome di "Conti del Nord". Il giovane Alessandro trascorse alcuni giorni a Torino, partecipò a ricevimenti e spettacoli d'opera e prima di ripartire donò al-

l'Ospedale del Cottolengo, già allora in fama di esemplare istituzione caritativa, la bella somma di duemila lire.

Il Pellico, di solito assai schivo di fronte a manifestazioni mondane, se ne mostrò interessato e ne scrisse al fratello Luigi, sollecitando il poeta Fëdor Tjùtčev, segretario di legazione presso la rappresentanza diplomatica russa a Torino, perché gli procurasse un incontro con lo Žukòvskij. La visita ebbe luogo a casa sua, poi egli la ricambiò andando a salutare il poeta russo all'*Hôtel d'Europe*, in piazza Castello, uno dei più antichi della città, dove solevano "scendere" i viaggiatori di rango.

Insieme allo Žukòvskij il Pellico visitò il "Museo dei quadri", cioè la Galleria Sabauda da pochissimi anni donata ai torinesi da Re Carlo Alberto, poi di nuovo questi andò a fargli visita, come risulta dai suoi *Diari*, in cui è scritto che la conoscenza del Pellico gli era stata sommamente gradita, giacché "aveva proprio la fisionomia delle sue opere: semplicità e chiarezza". Inoltre in una lettera all'amico Ivan Kozlòv a Parigi notava: "J'ai connu Silvio Pellico, c'est l'homme de son livre", in coincidenza col giudizio del Vjàzemskij: "Je l'ai trouvé tel que son ouvrage". E invero la personalità di Silvio Pellico non deludeva, la sua integrità morale, il suo animo candido conquistavano i cuori, rivelavano l'uomo del "coraggio cattolico", che aveva toccato i vertici della spiritualità cristiana.

Per i torinesi che frequentano il Santuario della Consolata, nostra Patrona, non sarà sfuggita la targa e il busto in bronzo del patriota e scrittore saluzzese, in una cappella a destra dell'altare maggiore, dov'egli amava raccogliersi

in preghiera, nel corso dei lunghi anni trascorsi nella capitale sabauda, come esemplare collaboratore dei Marchesi di Barolo, promotori di tante Opere pie, ancora oggi esistenti.

Piero Cazzola



Pëtr Andrejevič Vjazemskij (Mosca, 1792 - Baden Baden, 1878).

– Scrittore e critico, di famiglia aristocratica, educato alla scuola dei Gesuiti a Pietroburgo, nel 1812 partecipò come volontario alla guerra contro Napoleone (battaglia di Borodino), poi entrò al servizio dello Stato nel Ministero delle Finanze e dal 1815 al 1858 in quello dell'Istruzione pubblica. Partecipò del dibattito culturale del suo tempo, fu animatore del gruppo letterario "Arzamas", contro il conservatorismo della "Beseda". Come critico, è suo un ampio lavoro sul Fonvizin (1848), in cui difese la tesi della distinzione tra poesia e critica ("poeti si nasce, critici si diventa"). Come poeta, ebbe cara la corrente romantica, tendendo alla classicità di Puškin, che difese e protesse nelle sue traversie con la censura zarista. Fu collaboratore del *Vestnik Evropy* e

del *Moskovskij Telegraf*. In Italia venne più volte, a cominciare dal 1835, quando dimorò alcun tempo a Roma, ma in seguito visitò pure Napoli, Firenze, Genova, Torino e Venezia, che cantò in versi ispirati; a Milano visitò il Manzoni, come a Torino il Pellico.



Vasilij Andrejevič Žukovskij (Mišenskoe-Tula, 1783 - Baden Baden, 1852).

– Figlio illegittimo di un proprietario terriero e di una schiava turca, frequentò il collegio dei nobili a Mosca, dove ricevette una vasta istruzione. Precoce poeta, fondò con alcuni amici la società letteraria dell'Arzamas, visse poi in campagna, ma rientrato a Mosca vi diresse il *Vestnik Evropy*. Dalla guerra contro Napoleone, cui partecipò nacque *Il bardo nel campo russo*. Nominato lettore dell'Imperatrice nel 1815 e insegnante della granduchessa Alessandra nel 1817, ricevette poi (1826) l'incarico di "governatore" dello zarevič Alessandro, il futuro Alessandro II. Fu così in grado di proteggere scrittori e poeti, censurati o esiliati. Nei suoi viaggi per l'Europa con lo zarevič toccò anche l'Italia, visitando, oltre Torino, Como e Milano (ove incontrò il Manzoni) e prendendo contatti con

letterati italiani, essendo considerato tra gli iniziatori del movimento romantico. Grande divulgatore di poeti inglesi e tedeschi, con perfette traduzioni, sono note le sue ballate *Ljudmila* e *Svetlana* e il racconto in versi *Undina*. Anche come traduttore seppe creare un suo stile; oltreché dai poeti contemporanei, tradusse dai classici greci e latini.

Beatrice di Tenda

Beatrice di Tenda fu una delle tante figure femminili di spicco di cui è ricco il Medio Evo. La sua fu una triste vicenda e colpì nell'800 l'animo romantico del musicista Vincenzo Bellini che musicò l'omonima opera lirica. Beatrice Lascaris nacque a Tenda nel 1372. "Beatricina", così era chiamata in famiglia, sposò il famoso condottiero Facino Cane (che si era costituito un dominio abbastanza vasto nei territori di Alessandria, Novara e Tortona) e di cui rimase vedova nel 1412.

Motivi politici imposero subito di trattare un frettoloso matrimonio tra la vedova e Filippo Maria Visconti che, appena ventenne, aveva raccolto la successione a Signore di Milano dopo l'assassinio del fratello Giovanni Maria. Ciò aveva fatto cadere il milanese in una situazione politica quasi disperata. A fianco di Facino Cane, Beatrice era diventata una delle donne più in vista e più potenti della Lombardia. Facino l'aveva



lasciata unica erede di tutto il suo considerevole patrimonio: 400 mila ducati, parecchie città e, soprattutto, un agguerritissimo esercito.

Ecco pertanto, la necessità di quelle nozze trattate in fretta con il giovane Duca di Milano che Beatrice non aveva mai visto e che portarono la "*già annosa femina ad entrare nel letto dello infelice matrimonio*" come fu scritto da un contemporaneo.

Diverse furono le ragioni che avevano portato a quelle nozze dopo l'assassinio di Giovanni Maria Visconti, Milano era caduta in una situazione critica: lotte per il potere tra famiglie rivali con scarsa possibilità del giovane Filippo Maria di imporsi su una schiera di signorotti locali, sui vari pretendenti esterni al Ducato e su avventurieri. Ma i titoli di Filippo con i denari e soprattutto con l'esercito di Beatrice gli avrebbero permesso, come in effetti avvenne, di imporsi come la forza più

valida di tutto il contesto. Questo matrimonio, di puro interesse politico, fece sì che nessuno dei due si formalizzasse sulla considerevole differenza di età e sul fatto che il coniuge risultasse di suo gradimento.

Dopo alcuni anni di partecipazione effettiva al governo, Beatrice, Duchessa di Milano, venne improvvisamente accusata, non si sa con quale fondamento, di trame con ambasciatori stranieri, nonché di adulterio. Fu fatta decapitare con il presunto amante nel castello di Binasco (località tra Pavia e Milano) nel settembre del 1418 dopo una ventina di giorni di dura prigionia. Subito dopo la morte cominciarono a circolare voci contraddittorie che gettarono un velo di mistero sulla vicenda. Si disse che Filippo Maria avrebbe odiato la moglie per la sua ricchezza che pur gli era servita per imporsi al potere del Ducato; si disse che si era stancato di

Beatrice avendo una concubina, Agnese. Si disse anche che nutriva progetti di nozze più prestigiose e diplomatiche con la figlia di Amedeo VIII di Savoia, Maria, che infatti, sposò in seconde nozze. Così in questa oscura vicenda, si concluse la tragica vita di Beatrice di Tenda, andata in sposa all'uomo che per 35 anni diresse la politica di uno degli Stati più potenti d'Italia: Filippo Maria Visconti, Duca di Milano.

Personaggio emblematico, ambiguo, diffidente, precocemente obeso, di incerte tendenze amatorie, dalla personalità contraddittoria e contorta che aveva paura del buio, per cui di notte voleva essere protetto da un manipolo di uomini armati avendo timore dei fantasmi! Povera Beatrice!

Tina Paratore

FERIE 2012

Si informa che la Segreteria del Gruppo rimarrà chiusa per ferie
da Martedì 31 Luglio a Lunedì 3 Settembre 2012

Il Fungo Cinese

Uno dei capitoli più interessanti – e forse controversi – dell'antropologia culturale riguarda il modo in cui si formano, e si affermano, le credenze popolari; che sono cosa diversa dalle "mode", in quanto implicano, da parte di chi le condivide, un'adesione in qualche modo "ideologica", risultando, per tale ragione, più longeve. Così, nel Medio Evo, la credenza secondo la quale i re di Francia e di Inghilterra avevano il potere di guarire la scrofola – malattia molto diffusa – con la semplice imposizione delle mani sul capo del postulante, ha potuto tenere banco per quasi due secoli.

Venendo a tempi più recenti, per un periodo non altrettanto lungo, ma pur sempre ragguardevole, all'inizio degli anni '50 del secolo scorso, a Torino imperversò la pratica del cosiddetto "fungo cinese" oggetto di vasta popolarità in tutta Italia.

Di cosa si trattasse è presto detto, intanto non era un fungo, ma una associazione di microrganismi che prosperavano in

soluzioni di *te*, o comunque zuccherine, dando vita a masse mucillaginose, secondo un processo che assomigliava molto da vicino a quello che origina la madre dell'aceto. Con la differenza che, in luogo del rassicurante colore violetto di quest'ultima, assumeva una colorazione giallastra che ricordava molto da vicino altre sostanze scarsamente edificanti.



Né poteva essere diversamente, dal momento che i componenti avevano nomi vagamente terrificanti: *Brettanomyces*, *Bruxcellensis*, *Candida stellata*, *Schizosaccharomyces pomba*, *Torulasporea delbruckii*, *Zigosaccharomices bailli*, il tutto accoppiato

ad un *Acetobacter*. Se avessero conosciuto la composizione, probabilmente i bravi torinesi avrebbero girato al largo. Digiuni, invece, di nozioni batteriologiche, si affrettarono a decretarne il successo.

Di colpo, nella maggior parte delle case, sui mobili della cucina o del tinello si videro troneggiare grandi vasi di

vetro trasparente, dentro i quali la mostruosa creatura cresceva a vista d'occhio, quotidianamente alimentata da sempre nuove infusioni di the che andavano a rimpiazzare i quantitativi consumati dagli adepti. Già, perché la posologia consigliata prevedeva che se ne assumesse almeno un bicchierone a digiuno, tutte le mattine.

Apparentemente, vi erano tutti gli elementi per considerarlo "una semplice moda passeggera, non diversamente da quella che oggi impone, per essere trendy, di andare in giro con i pantaloni strappati in più punti della gamba. A trasformare il tutto in una credenza, vi era la circostanza che coloro che si dedicavano entusiasticamente alla pratica non avevano la più pallida idea delle virtù terapeutiche attribuite al beverone – vagamente disgustoso anche nel colore torbido che lo caratterizzava – che stavano ingurgitando. Interrogati sul punto, la maggior parte rispondeva fideisticamente, stringendosi nelle spalle, che lo bevevano perchè "faceva bene".

La spiegazione scientifica l'avrebbe fornita un noto scienziato dell'epoca, come ebbe infatti a prescrivere, a tempo di fox-trot Renato Carosone: se vuoi conservarti in salute

*Nun piglià penicillina
Nun piglià streptomina
Piglia 'o fungo ogni mattina*

Grazie anche a questo tipo di propaganda, la schiera degli adepti cresceva continuamente raggiungendo dimensioni imponenti. Lo scrivente ricorda ancora vividamente come, sul mobile del tinello di casa, il grande vaso di vetro che conteneva il fungo e l'infuso destinato al consumo familiare fosse circondato da diversi vasi di minori dimensioni entro i quali "piccoli funghi crescevano". La vulgata voleva infatti che l'efficacia terapeutica del preparato fosse direttamente proporzionale alla sua gratuità. E allora – variante della ben più celebre e duratura *Catena di Sant'Antonio* – le persone più sensibili e responsabili provvedevano a moltiplicare i funghi affinché anche altre persone, fossero parenti stretti o amici cari, potessero beneficiare delle loro proprietà.

Poi... poi con la stessa rapidità con la quale si era diffuso, esso scomparve dalle case degli italiani e il vaso di vetro che lo aveva ospitato venne destinato ad altri usi. Oggi, a distanza di oltre mezzo secolo, se non vi fosse la testimonianza, oltre che della canzone di Carosone, anche della tavola di copertina disegnata da Walter Molino per la Domenica del Corriere del 19 dicembre 1954, si potrebbe pensare che il fungo cinese non sia mai esistito.

Anche se, visto l'andazzo del mondo, non si può neppure escludere che prima o poi ricompaia sotto mentite spoglie.

Pier Luigi Bassignana

Novità fiscali *a cura di Alfonso Sanua*

Per il 2012 acconto IRPEF ridotto al 96%

Quest'anno l'acconto IRPEF è stato ridotto al 96% anziché il 99%.

Occorre precisare però che sono obbligati al pagamento dell'acconto coloro che presentano il mod. UNICO 2012.

La riduzione deve intendersi applicabile anche:

- sull'acconto della cedolare secca (dal 95% al 92%),
- sull'imposta sostitutiva dei nuovi "minimi" (dal 99% al 96%).

Bonus 36-55 % al vaglio dell'agenzia

L'art. 7, comma 2, lett. q) del DL 70/2011 ha soppresso l'obbligo di inviare al Centro Operativo dell'Agenzia delle Entrate di Pescara la preventiva comunicazione di inizio dei lavori, purché essi siano iniziati dopo il 14/5/2011.

Al posto della comunicazione il contribuente deve indicare nella dichiarazione dei redditi i dati catastali identificazione dell'immobile e gli estremi di registrazione dell'atto.

L'Agenzia, con una recente circolare ha precisato che la disposizione che cancella l'obbligo della comunicazione di inizio lavori riguarda l'intero anno 2011 e non solo il periodo dal 14.5 al 31.12/2011.

La vendita dell'immobile già oggetto di un intervento agevolato solleva inoltre il problema di individuare quale sia il soggetto legittimato ad utilizzare la detrazione.

Bisogna distinguere. Se l'atto è stato stipulato tra il 17/9/2011 e il 31/12/2011 il soggetto beneficiario può essere l'acquirente o il venditore a seconda dell'accordo. In ogni caso queste disposizioni che valgono per il 2011 da quest'anno vanno a regime.

Lo stesso vale per gli interventi di riqualificazione energetica (55%), che però scade il 31.12.2012.

Niente bollo sui conti correnti per giacenze sotto i 5 mila euro

L'imposta sui c/c bancari e postali e sui rendiconti di libretti di risparmio, anche postali, non è dovuta se il cliente è persona fisica. Per le persone giuridiche viene confermata l'imposta di € 100,00.

Al via i dati del nuovo redditometro

Stanno arrivando segnalazioni circa ipotizzate incompatibilità del reddito complessivo dichiarato per il 2010 con le spese indicate nel prospetto.

Per i destinatari non resta che tener conto della segnalazione ricevuta e riscontrare la documentazione relativa al periodo d'imposta 2010.

Non c'è da allarmarsi perché l'avviso dell'Agenzia delle Entrate prevede: una richiesta di documentazione e solo successivamente l'avvio del contraddittorio per accertamenti con adesione.

Cedolare secca

Il regime opzionale della cedolare secca prevede alcuni adempimenti tra i quali

l'invio preventivo al conduttore della raccomandata in cui si comunichi di aver optato per la cedolare secca.

L'Agenzia delle Entrate ha precisato che la raccomandata può essere considerata tempestiva, ai fini dell'opzione per l'anno 2011, se inviate entro il 1° ottobre 2012.

A precisare quale fosse tale momento è intervenuta la Circolare dell'Agenzia delle Entrate n. 20 del 4 giugno scorso, che risulta di fondamentale importanza in quanto, di fatto, sono stati riaperti i termini per l'opzione.

Nuovi Corsi

È in via di definizione l'organizzazione di nuovi corsi sull'utilizzo del personal computer I° e II° livello, nonché di un corso di nozioni elementari di botanica e tecniche di giardinaggio.

Per informazioni e iscrizioni rivolgersi in Segreteria a partire da fine giugno.

Note tristi



Il 17 marzo ci ha lasciati Giancarlo Ghelfi, da molti anni fotografo e cineoperatore dell'Associazione.

Ancora ai primi di marzo, seppure con molta fatica, è stato con noi a Firenze per poi arrendersi definitivamente ad un male che non perdona. Sentiremo tutti la mancanza di un vero amico e lo ricorderemo sempre attraverso le preziose testimonianze di tanti significativi momenti della nostra vita associativa. Alla moglie Eludia ed ai suoi cari esprimiamo da queste pagine la nostra vicinanza.

Diagnosi e cura del diabete

Il diabete è una malattia grave caratterizzata da un aumento della concentrazione di glucosio (zucchero) nel sangue. Responsabile di questo fenomeno è un difetto assoluto o relativo di **insulina**, un ormone secreto dalle insule del pancreas, indispensabile per il metabolismo degli zuccheri. Si ritiene normale la **glicemia** (cioè la concentrazione di zuccheri nel sangue) sino al valore di 110 mg/dl. La diagnosi di diabete è certa quando si rileva in qualsiasi momento della giornata o due ore dopo l'esecuzione dell'esame chiamato "Curva da Carico Orale di Glucosio" un valore di glicemia superiore a 200 mg/dl. Il riscontro di valori di glicemia intermedi, compresi tra 140 e 200 mg/dl, dopo la Curva da Carico di Glucosio, definiscono una situazione intermedia detta "ridotta tolleranza al glucosio", che nel tempo può evolvere verso un diabete conclamato. Il diabete è considerato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità una vera e propria "epidemia", in quanto la sua frequenza è in forte aumento: nel mondo vi sono oggi circa 150 milioni di individui che ne sono affetti e l'andamento è in continua crescita. È una malattia grave ed insidiosa dal momento che si accompagna, dopo un certo periodo dall'esordio, alle cosiddette **complicanze**, che ledono in maniera irreversibile la vista, la funzione dei reni e del sistema nervoso,

accelerano l'arteriosclerosi provocando cancrena, infarto, ictus cerebrale. A complicare questa situazione sta il fatto che la diagnosi di diabete spesso viene posta quando queste gravi complicanze croniche si sono già instaurate: **il diabete è infatti una malattia spesso subdola, in grado di rimanere silente per molti anni prima di manifestarsi con danni irreparabili.**

Esistono due forme principali di diabete:

- **Diabete Tipo 1, o insulino-dipendente. È una malattia autoimmune e/o virale, responsabile della distruzione delle insule pancreatiche** che sono le preposte alla secrezione dell'insulina. Senza l'insulina, il nostro organismo non assorbe lo zucchero che ingeriamo, necessario per realizzare il lavoro quotidiano (per esempio: le cellule cerebrali si alimentano in sostanza solo di glucosio); quindi ci sentiamo deboli, i muscoli non ricevono l'energia necessaria, sentiamo una sete tremenda. La soluzione è la **somministrazione d'insulina** con tempi, dosi e modalità diverse a seconda dei pazienti, dal momento che ogni organismo risponde in maniera differente.
- **Diabete di tipo 2, o insulino-indipendente.** In questo tipo di diabete l'insulina non manca del tutto e molte volte si trova addirittura in eccesso, però c'è un malfunzionamento: **alcuni organi come il fegato, i muscoli, rispondono poco allo**

stimolo dell'insulina e non sono in grado di utilizzare lo zucchero che circola nel sangue. Esistono fattori ereditari ed ambientali che predispongono a questo tipo di diabete: il diabetico di tipo 2 è in genere una persona di età oltre ai 40 anni, con peso superiore a quello ideale, con la pressione alta, ipercolesterolemia e ipertrigliceridemia, che conduce una vita sedentaria, spesso con genitori, nonni o zii anch'essi diabetici. È il tipo di diabete più frequente e ne è affetto il 3% della popolazione. La terapia consiste in una **dieta adeguata** ed un **costante esercizio fisico**; quando ciò non è sufficiente, si devono somministrare **farmaci ipoglicemizzanti**. È oggi possibile trattare con efficacia molte forme di diabete, con una riduzione delle complicanze e, soprattutto, la ricerca ha effettuato importanti conquiste nel settore della **prevenzione**. Per esempio, interventi volti a modificare fattori ambientali come l'inattività fisica e gli errori nella nutrizione hanno dimostrato, in alcuni casi, la loro efficacia nel prevenire il diabete. Per alcune forme di diabete, è stato possibile identificare, con precisione, anche i fattori genetici che causano la malattia. In futuro, questo potrà consentire l'individuazione di strategie di cura e di prevenzione applicabili ad ogni paziente con il diabete. Ancora oggi comunque la vera problematica sta nel rischio che la patologia possa degenerare nelle **"complicanze" che colpiscono**

gli organi più disparati, in particolare l'occhio, il rene, il sistema nervoso ed il sistema circolatorio. Tutti questi organi possono essere colpiti dopo anni di patologia diabetica trascurata o non ben controllata e provocare gravi invalidità (**cecità, infarti, insufficienze renali gravi**). Un'altra delle patologie secondarie del diabete che frequentemente si osservano sono le lesioni d'organo soprattutto a livello del **piede**, dove si possono avere necrosi, ulcerazioni, alterazioni delle ossa; tali lesioni, se trascurate, possono portare a gravissime invalidità, fino addirittura all'amputazione degli arti.

I controlli

Il controllo quotidiano del livello degli zuccheri nel sangue, permette al malato di conoscere se la quantità di insulina somministrata è stata sufficiente o se invece va aumentata o diminuita. Questo è lo scopo primario dei controlli. Le unità di insulina, infatti, vengono di volta in volta stabilite in base all'andamento dei precedenti controlli effettuati. Permette poi di farsi un'idea sull'andamento generale, mantenendo un diario aggiornato con tutti i controlli effettuati. Grazie alla diffusione sul mercato di apparecchi per il controllo della glicemia sempre più sofisticati, semplici da usare, poco invasivi ed economici, oggi si tende ad effettuare sempre più frequenti controlli dello zucchero presente nel sangue.

Gli orari più indicativi per tali controlli sono:

- **Prima dei pasti:** la glicemia ci dice se la dose somministrata prima del pasto precedente era corretta, se ci conviene iniziare subito a pranzare (ipoglicemia) o se ci conviene aspettare più del solito (iperglicemia).
- **Due ore dopo i pasti:** ci dice se la dose somministrata prima del pasto precedente era corretta, e se abbiamo bisogno di una piccola integrazione o merenda (ipoglicemia).
- **A sera inoltrata, prima dell'iniezione della notte:** ancor più che dirci se la dose di prima di cena andava bene, ci può aiutare ad andare a letto tranquilli, sapendo di poter evitare eventuali ipoglicemie notturne. Infatti, se la glicemia risultasse troppo bassa (sotto i 120-140 mg/dl) potremmo mangiare qualcosa prima di coricarci, in modo da garantirci gli zuccheri necessari a notte inoltrata.
- **Prima di attività agonistiche sportive di un certo impegno:** ci serve per controllare se c'è bisogno di un'integrazione di zuccheri prima dell'inizio dello sforzo o se, al contrario, bisogna integrare l'insulina (nei casi di iperglicemia). È bene anche effettuare controlli periodici più a lunga scadenza, come l'emoglobina glicosilata HbA1c ogni 2-3 mesi, l'assetto lipidico, azotemia, creatinemia, clearance della creatinina endogena, esame delle urine, esame del fondo dell'occhio, esame neurologico generale, e quant'altro riterrà opportuno lo specialista

diabetologo. **Una corretta alimentazione è fondamentale per la cura del diabete**, al fine di raggiungere il **miglior controllo glicemico possibile**, raggiungere e mantenere il **peso forma ideale**, **prevenire e curare le gravi complicanze del diabete** come l'ipoglicemia, le crisi iperglicemiche, e le malattie relative. La dieta del diabetico deve essere praticamente priva di zuccheri semplici (dolci, caramelle, gelati...) e deve invece contemplare una certa quantità di **zuccheri complessi** (pane, pasta, riso, patate...) Sono inoltre consigliate le **fibre**, presenti soprattutto nelle verdure, legumi, avena e frutta, che sono particolarmente utili perché riducono la velocità di assorbimento dei carboidrati e possono migliorare il metabolismo lipidico. Gli **acidi grassi monoinsaturi** che si trovano nelle olive ed in alcuni oli di semi possono essere utili per fornire una protezione contro le malattie cardiovascolari. Sono consigliati al posto dei grassi saturi (burro). Bisognerebbe mantenere un **livello vitaminico ottimale** come protezione cardiovascolare: molti frutti e verdure sono naturalmente ricchi di antiossidanti (vitamina C, flavonoidi, carotenoidi). Il consumo di **sale** va controllato, dal momento che spesso è maggiore del necessario; si raccomandano meno di 6 gr. al giorno.

Dott. Angelo Rubiolo
Specialista in Diabetologia
Consulente Poliambulatorio LARC

Proverbi piemontesi

Nonna Vica parlava solo a proverbi. Quanti ne sapeva! La vita di allora era quasi tutta regolata da proverbi e modi di dire che adesso sono andati, in buona parte, irrimediabilmente perduti.

Da sempre, e in tutte le regioni i proverbi, saggezza dei poveri, sono stati tramandati da padre in figlio per via orale e questa è la causa prima della loro graduale estinzione in quanto, come sappiamo, non si parla quasi più in dialetto in famiglia e, più che mai, in strada.

Chi, ormai, qui in Piemonte e segnatamente a Torino, sente ancora dire la parola "giambon" per prosciutto, "arciciòch" per carciofo, "crion" per matita! Eppure fino a qualche decennio fa erano parole correnti.

Per questo sono 15 anni che faccio la raccolta di tutti i proverbi e modi di dire piemontesi dividendoli per argomento e, dove possibile, catalogandoli per provenienza.

Ne ho raccolti poco meno di novacento e con quelli che ho trovato già pubblicati sui diversi libri in commercio uniti a quelli del vocabolario piemontese del Sant'Albino ristampato in fascicoli recentemente arriverò, chissà, forse al doppio. Certo che è una ricerca che non avrà mai la parola fine!

I proverbi li divido in due classi; quelli DOC e quelli di dominio nazionale per i

quali è impossibile risalire all'origine tipo: "Non c'è il due senza il tre" "Una mano lava l'altra e tutte e due lavano la faccia" ecc.

Parlerò quindi soltanto di quelli DOC e, fra questi, il primo che colpì la mia curiosità per la sua arguzia e che diede il via alla mia ricerca fu "Tut a ven a taj anche j'onge per plé l'aj" che tradotto letteralmente si trasforma in un barbaro "Tutto viene a taglio anche le unghie per pelare l'aglio". Massima che rispecchia, tra l'altro, lo spirito prudente, parsimonioso e "conservatore" dei piemontesi.

Spirito però anche autoironico se decreta che "Ij proverbi dij véj a fan meuire ij giovo ed fam" come dire che da soli non risolvono il problema quotidiano del piatto di minestra, oppure che "Tuti ij proverbi a son giust e vari pèrchè a l'han tuti 'l sò contrari" dal quale traligna quasi uno spirito di ribellione e di contestazione verso l'insegnamento e la saggezza dei vecchi.

Passiamo a questo: "Ogni uss a l'ha sò tabuss meno ant 'ël mè ch'a-j na jé trè" Il "tabuss" è qui usato non in senso letterale di batacchio ma in senso metaforico di dispiacere, sfortuna, tribolazione, di colpi avversi del destino quasi a richiamare alla mente i famosi colpi del destino della quinta sinfonia di Beethoven.

È chiara la prima parte dove si dice che in ogni famiglia (uscio) c'è la propria pena (batacchio), ma perchè nel mio ce ne sono tre? Ma perchè i problemi di una casa, visti dall'interno, sono sempre molti di più di quanto si possa vedere dall'esterno. L'"uscio" protegge la cellula familiare e solo noi li conosciamo a fondo nell'interezza della loro gravità perchè li patiamo sulla nostra pelle.

"Gli altri non sanno!" possono solo intuire ma non hanno mai provato cosa vuol dire soffrire una pena come la soffriamo noi od avere un problema grosso come il nostro! Certo anche gli altri avranno i loro problemi ma i nostri sono sempre più gravi, i colpi di "tabuss" che ci infligge il destino sono per noi più numerosi e penosi di quelli degli altri.

Come se esistesse un metro uniforme di misura e giudizio!

Un fatto è certo, quando si enuncia questa massima di vita, tutti annuiscono sconsolati e invariabilmente sbottano in un: "A l'é vèra, a l'é pròpi vèra! che sancisce la giustizia di quanto avete detto. Provare per credere!



Voglio presentarvi questa volta un proverbio raro e di grande acutezza: "Pèr ògni capel ch'a-j fuma sò fornèl" cioè let-

teralmente -per ogni cappello (ci) fumi il suo fornello.

Cosa vuol dire? Ebbene il cappello è qui usato come simbolo del padrone di casa, del capofamiglia.

È bene ricordare che due secoli fa il cappello del padrone di casa aveva un suo posto preciso. Quando lui era presente esso troneggiava ammonitore appeso ad un gancio dietro l'uscio di casa. Ebbene il nostro saggio proverbio ammonisce, o meglio sentenza, che due cappelli dietro l'uscio non vanno assolutamente bene perchè portano lite.

In parole povere vuol dire che quando il figlio si sposava, assumendosi la propria responsabilità di marito e padre, doveva uscire di casa e accendere un nuovo "fornello" per proprio conto dove avrebbe esercitato con l'autonomia necessaria la più libera potestà appendendo appunto il proprio cappello, e solo il suo, dietro l'uscio. Ricordiamoci che siamo nel periodo del pieno potere patriarcale.

Questo proverbio sottintende, anche se non lo dice, che già allora le relazioni tra suocera e nuora a volte erano motivo di litigio in famiglia causato dalla convivenza e forse potevano portare al coinvolgimento dei mariti mettendo, nei casi estremi chissà, il padre contro il figlio rendendo così impossibile la coabitazione.

Come vedete nulla di nuovo sotto il sole! Ma per fortuna c'era la saggezza di

questo proverbio che insegnava che una preventiva, forse dolorosa, ma previdente separazione dei poteri garantiva la serenità di tutte e due le famiglie.

Ma non solo il proverbio vale per il caso citato, che è il più comune, ma vale anche per eventuali coabitazioni fra parenti o soci e qualsivoglia altro legame o interesse.

Ognuno vive quindi più sereno se "A fa feu ëd sò bòsch" (fa fuoco di propria legna) altro modo di dire molto usato per indicare l'autonomia di qualcuno.

Sfogliando il quaderno così a caso, trovo questo "Tuti ij mèis as fa la lun-a e tuti ij dì as n'ampara u-na". Come dire che anche da vecchi e con molta esperienza capita sovente il momento di imparare cose nuove. Viene però anche usato per sottolineare meraviglia di fronte a un fatto curioso o penoso capitato sia a noi che ad altri.

In questo caso il verbo imparare non è usato in senso scolastico ma piuttosto esprime stupore e meraviglia di fronte a come le realtà della vita possano, come sovente accade, sorpassare l'immaginazione umana.

E chiudiamo con l'altrettanto conosciuto "Chi lenga a l'ha a Roma a va". Questo proverbio stà a mezzo tra una constatazione e uno sprone ad essere ciarlieri e "dësgenà". Insegna che, se si ha uno scopo da raggiungere (andé a Roma), bisogna sempre chiedere e

informarsi sovente in giro così si è sicuri di non sbagliare strada come fanno i superbi che si fidano solo della loro convinzione o i timidi che non hanno il coraggio di chiedere. Infatti l'altro proverbio dice che "bon bèch l'é metà vive", cioè chi ha faccia tosta e una buona lingua risolve a metà il problema del vivere quotidiano.

Un altro proverbio che dichiara l'utilità di essere privi di inibizioni è questo. "La galin-a vërgognosa a va sempre a deurme con ël gosé veuid" (il gosé è il gozzo). Il riferimento agli esempi di cascina della vita dei nostri avi è lampante. Si attingeva sempre dalla realtà contadina circostante per prendere gli spunti e gli esempi per tutti gli insegnamenti, in special modo i proverbi che erano proprio nati e usati da quella realtà sociale.

Questa "galin-a vërgognosa" chissà perchè mi richiama alla mente l'immagine di una ragazzotta di campagna di una volta che timida, con la testa appoggiata su una spalla, se ne sta in disparte a guardare nell'aia gli altri che si divertono.

Forse però oggi questo proverbio non è più tanto attuale per questo caso. Mi pare infatti che le "totin-e" e la gioventù di oggi in generale sia molto, ma molto, "dësgenà".

Bruno Sartore

Auguri!

Il Consiglio Direttivo porge le più vive felicitazioni a:

Trincherò Lucia e Colli Vezio

che il 2 giugno 2012 hanno festeggiato 50 anni di matrimonio

Piovano Piera e Cramer Oreste

che il 15 giugno 2012 hanno festeggiato 60 anni di matrimonio

Crosso Maddalena Ajmar Giovanni

che il 4 agosto 2012 festeggeranno 55 anni di matrimonio

Casagrande Emilia e D'Agostin Bruno

che il 13 agosto 2012 festeggeranno 53 anni di matrimonio

Tabbia Piera e Cravino Giulio

che il 29 agosto 2012 festeggeranno 61 anni di matrimonio

Beccarsi Giovanna e Sola Domenico

che il 9 settembre 2012 festeggeranno 50 anni di matrimonio

Aimonino Ricauda Ada e Sacco Nicolò

che il 23 settembre 2012 festeggeranno 50 anni di matrimonio

Viaggi, Gite e Visite

Sabato 13 Ottobre 2012

Gita a Piacenza – Visita guidata della città: Santa Maria di Campagna, Cattedrale, Piazza dei Cavalli, il Palazzo detto “il Gotico”, San Sisto.
Il programma sarà disponibile in Segreteria.



NUOVE CONVENZIONI

● GIOCATTOLI

CAPPUCETTO ROSSO S.A.S. - Via Cassini 3 D - Tel. 011/590604

Sconto del 10%

● GASTRONOMIA

PASTIFICIO - GASTRONOMIA FERRI - Corso G. Cesare 155 - Tel. 011/2420670

Sconto del 20% su prodotti di gastronomia e pasta fresca.

FERIE 2012



**Buone vacanze
a Tutti!!**