

Il Giornalino

Trimestrale del Cral Degli Operatori Socio Sanitari del Rhodense
Giugno 1999 - numero 22



Foto: M. Mutinelli



Il Giornalino



RISERVATO AI SOCI "CRAL DEGLI OPERATORI SOCIO SANITARI DEL RHODENSE"

Numero 22

Giugno 1999

Sommario

In questo numero:

- 2 Risultati elezioni Cral 31/5-1/6/1999
- 3 Ricordo di un Amico
- 4 L'armonia dell'anima
- 6 Si viaggiare evitando le buche più dure
- 9 Come un pizzo
- 11 La lunga attesa

LE RUBBRICHE

- 13 CINEMA
- 14 INTERNET
- 16 CUCINA
- 19 LIBRI
- 20 BONSAI
- 21 MUSICA ROCK

ATTIVITA' DEI GRUPPI

- 23 Foto:"Girare per mostre fotografiche"
- 25 Montagna:"Il Rifugio"
- 27 Pesca:"Persico Reale"
- 28 Bowling:"Il punto della situazione"
- 30 Ciclismo M.T.B.:"Come va ragazzi.....!!!"
- 31 Proposta
- 32 Bridge
- 34 Convenzioni anno 1999

Scrivere questo giornale è costata fatica; dopo averlo letto passalo ad un amico



Stampato in proprio

LA REDAZIONE
DIRETTORE: ANGELO PASTORI

COMPOSIZIONE: LUCIANO ROSSETTI
BATTITURA TESTI: TONY PALADINI
CORRETTORE DI BOZZE: LAURA DONDONI, GERMANA GARBO
STAMPA: ADRIANO BERTOLA - NUNZIA CATANIA

**VERBALE ELEZIONE CONSIGLIO DIRETTIVO CRAL DEGLI
OPERATORI SOCIO SANITARI DEL RHODENSE 31/5-1/6/199**

Alle ore 15.15 alla presenza del presidente e degli scrutatori dei seggi di Rho e Passirana, si dichiarano chiuse le operazioni di voto. Alle ore 15.30 si procede all'apertura delle urne ed il relativo spoglio delle schede.

ISCRITTI:	774
HANNO VOTATO:	224
SCHEDE VALIDE:	223
SCHEDE NULLE:	1

Hanno ottenuto i seguenti voti per il Consiglio Direttivo:

		voti	
PASTORI	ANGELO		136
CARANNANTE	ANTONIO		129
PALEARI	CARLO		95
VERONELLI	TARCISIO		90
MAIORANO	ANTONIO		80
POTENZA	MICHELE		77
MARINO	RITA		46
ZUCCA	TORQUATO		45
POPPI	STEFANO		40
AGRATI	FRANCESCO		36
MASCIA	SALVATORE		29
CASTRONUOVO	GIACOMO		24
DONDONI	LAURA		24
UBOLDI	DANIELA		23
GELMI	ROSSANA		21
SISTI	ANDREINA		20
RINGOLI	ANGELO		16

Hanno ottenuto i seguenti voti per il Collegio dei Revisori:

		voti	
LEVI	LUDOVICA		93
MAGGIONI	ROBERTA		79
SCHIEPPATI	CESARINA		78
PARINI	ENRICA		78
PALADINI	TONY		76
MUNERATO	GIANLUCA		75
DI PACE	PALMA		23

Risultano eletti i primi nove candidati per il Consiglio Direttivo ed i primi tre per il Collegio dei Revisori.

Il presidente: Delfi Giulio. Gli scrutatori: Arrigo Luigi, Bergantin Rosy, Peccati Enrico, Perotta Gianni.

RICORDO DELL'AMICO E MEDICO UMBERTO BORTOLINI a cura di Gianni Piaz - Cardiologia Rho

*Ricordo
dell'amico e
medico
UMBERTO
BORTOLINI*

Sovente si sprecano paroloni durante le esequie, si scrivono roboanti commemorazioni funebri per personaggi che hanno fatto chiasso più o meno positivo nel privato e nel pubblico, ma per i cittadini che hanno vissuto in silenzio e operato con dolce discrezione per la società, per gli amici per i colleghi e per la famiglia, di solito non si muove nessuno. Non è così per Umberto, che è venuto a mancare nel mese di Febbraio 99, e che ha lasciato un segno indelebile della sua attività di medico per molti anni nel nostro nosocomio. Qui fu professionista competente nella sua specialità, con grande senso del dovere che egli considerava obbligo verso gli altri.

Purtroppo, da circa una decina d'anni, una grave malattia l'aveva costretto a una vita piuttosto ritirata ma non per questo inattiva. Malgrado tutto lui non privava mai nessuno di un sorriso, di un favore richiesto e non, di un consiglio, talvolta di un aiuto. La sua generosità d'animo era nota a tutti fino al punto di essere, lui sofferente, consigliere e risolutore dei guai altrui. Una testimonianza di vita così attiva negli anni di permanenza a Rho e così ricca di umanità, non sarà facile dimenticarla per chi lo ha conosciuto. Senza perdermi oltre in retorica, voglio dedicare a Umberto alcuni versi di una poesia per ringraziarlo di essere stato tra di noi.

Di Fernando Pessoa (1888-1905) "O curva d'orizzonte"

O curva d'orizzonte, chi ti varca,
elude la vista, vuoto d'essere o stare.
Freccia, che il petto enorme mi trapassa.
Non dolere: morire è continuare.

Più non vedo chi amai. La coppa,
d'oro, non s'è rotta. Caduta nel mare,
sommersa, ma identica sul fondo la grazia
occulta per noi, ma immutata.

O curva d'orizzonte, m'avvicino,
per chi rimane, un giorno sparirò
dalla vista dell'ultimo sull'ultima vetta,

ma per me lo stesso eterno andrò
sulla curva, finché il tempo l'aspetta
e dove sono stato un giorno tornerò.

L' ARMONIA DELL'ANIMA a cura di Laura Dondoni - Squadra Supporto**SUONO, RITMO E MUSICA POSSONO AIUTARCI A MIGLIORARE LA VITA ED A SUPERARE STRESS E DEPRESSIONE.**

Qualsiasi tipo di musica influenza il nostro umore, i sentimenti ed i comportamenti umani. "Resi forti dalla potenza del suono camminiamo gioiosi attraverso l'oscura notte della morte". (Amedeus Mozart ne "Il flauto magico").

Ebbene, fin da allora si conoscevano le "virtù terapeutiche" di una dolce melodia, che riesce a farci affrontare con più coraggio le difficoltà... della vita.

L'utilizzo della musica a scopi terapeutici, rilassanti o stimolanti, si perde nella notte dei tempi. Inoltre è fuori dubbio che la musica ascoltata per giorni, settimane e forse anni, attraverso le emozioni continuamente ripetute, lascia un'impronta indelebile sulla nostra natura emotiva. Infatti la musica è un balsamo per il cuore.

Attraverso suggestioni di ritmi e melodie, offre un prezioso rimedio agli intrighi e alle passioni umane. Se torniamo indietro nel tempo, ad esempio, possiamo vedere che gli eserciti, fin dall'antichità, sono sempre stati dotati di gruppi musicali. Pensiamo alle cornamuse degli scozzesi, alle bande, alle fanfare dei nostri bersaglieri che con opposti ritmi e melodie hanno accompagnato esaltanti momenti di parata, come pericolosi attacchi di nemici.

Allo stesso modo tutti i popoli hanno sempre espresso **musiche per la pace**. In tutte le traduzioni troviamo **melodie** che invitano alla pace, alla tranquillità, alla serenità. Possiamo, quindi, dire, che analizzando la musica di un popolo, una nazione, una razza, avremo una immagine chiara delle motivazioni e dei desideri della massa di individui che la compongono.

Allo stesso modo si può dire: **"Dimmi ciò che ascolti e ti dirò chi sei"**.

In generale si può dire che la musica produce **gioia**, condiziona il nostro comportamento perchè agisce sull'insieme delle nostre cellule attraverso le sue vibrazioni.

Da ogni fonte musicale nasce una **forza** misurabile, ben quantificabile che ci influenza e ci dirige.

Questa forza penetra in noi; pertanto, l'ascolto di un certo tipo di musica, può renderci aggressivi, di un altro tipo benevoli.

Se, però, sentiamo che una certa **onda musicale** produce in noi effetti negativi (quali irritazione, mancanza di concentrazione o aggressività), nulla ci impedisce di sopprimere tale fonte, di spegnere radio, televisione o di cambiare programma.

E' una questione di **libertà e di scelta personale**. Esiste addirittura una terapia musicale che si serve di determinare suoni per favorire il sorgere di emozioni e quindi di comportamenti positivi in chi la ascolta: **la musicoterapia**.

Esistono in commercio nastri e CD di musicoterapia, ma può essere già sufficiente, quando siamo in casa, o in auto, **ascoltare delle musiche piacevoli**, in base all'umore in cui ci troviamo, che possano aiutarci a essere più presenti in quello che stiamo facendo o semplicemente, **a rilassarci**.

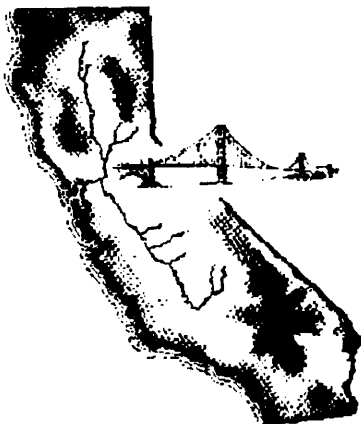
L' ARMONIA DELL'ANIMA a cura di Laura Dondoni - Squadra Supporto

La musica, quindi, come **medicina dell'anima**. Per concludere, posso quindi affermare che in un mondo come il nostro, in cui l'inquinamento è onnipresente ed è fonte di **squlibrio**, è urgente che il suono stesso sia utilizzato come elemento **equilibratore e rigeneratore**. Essere musicista, ai giorni nostri, non è pù sufficiente; chi crea musica, oggi, ha la responsabilità di prendere coscienza degli effetti della sua invenzione sugli individui; egli ne è responsabile. Che cosa è l'arte in generale, e la musica in particolare, se non il frutto più evidente della civiltà umana, ciò che riflette pù precisamente i suoi desideri, le sue inclinazioni e stati d'animo?



SI VIAGGIARE EVITANDO LE BUCHE PIU' DURE (Lucio Battisti) a cura di Gianluca Munerato - Radiologia Rho

Il mantenimento e l'allargamento delle frontiere sono stati le cause (o i pretesti) più forti delle due guerre mondiali che tanti milioni di morti hanno causato. Da qui, dall'abbattimento delle frontiere, sono partiti i Padri Fondatori dell'Europa unita permettendo la libera circolazione delle persone negli stati membri. Non sarà più necessario, arrivati alla frontiera di uno stato membro, presentare la carta d'identità o il passaporto, con o senza visto, per l'ingresso in quel paese. Ciò permetterà una facilitazione negli spostamenti e il duemila vedrà uomini e donne muoversi come cittadini europei con uguali diritti e doveri di cittadinanza. Ecco perché le istituzioni dell'Unione Europea attribuiscono grande importanza allo sviluppo di politiche di tutela del consumatore-viaggiatore. Grande importanza è stata data alla possibilità di garantire la massima protezione al cittadino viaggiatore e turista. Questa preoccupazione è particolarmente sentita perché il cittadino si trova più esposto quando è in un altro Paese, di cui spesso non parla la lingua e non conosce a fondo le norme. C'è da aggiungere, inoltre, che spesso la scelta e l'accettazione di una proposta di viaggio non impegnano chi la sottoscrive allo stesso modo, con la stessa attenzione di un contratto di lavoro o d'affitto. Da qui un'esposizione ancora maggiore del consumatore a possibili truffe o raggiri. Una prima tutela del cittadino-viaggiatore è data dalla direttiva europea sulle clausole abusive nei contratti stipulati all'interno della Comunità (93/13/Ce). Questo significa che, anche nel caso in cui un consumatore stipuli un contratto contenente una clausola abusiva, quest'ultima non sarà vincolante e si avrà il diritto di



insistere sull'adempimento del contratto, che continuerà a impegnare le parti per quanto riguarda le altre condizioni in esso contenute, senza che la clausola abusiva sia efficace. Alcune tra le tutele più significative adottate sono quelle relative a:

- * Le vacanze "tutto compreso"
- * L'overbooking in aereo
- * La fornitura di informazioni da parte delle agenzie viaggi.

Fino a non molto tempo fa c'era confusione nel definire con precisione chi fosse il responsabile in caso di disservizi. La legge 314/90 ha introdotto elementi di certezza sui diritti e gli obblighi dei clienti viaggiatori e delle agenzie di viaggio. La prima cosa da fare, quindi, all'atto dell'acquisto di una "vacanza tutto compreso", è di informarsi su chi è designato come responsabile in caso di qualsiasi omissione di fornitura del servizio. Un contratto "viaggio tutto compreso" deve contenere le seguenti voci:

1. Destinazione, durata, data d'inizio e conclusione del viaggio.
2. Nome, indirizzo, numero di telefono ed estremi dell'autorizzazione all'esercizio dell'organizzatore o venditore.
3. Prezzo del pacchetto turistico, modalità della sua revisione, diritti e tasse sui servizi di atterraggio, sbarco e imbarco nei porti e aeroporti e gli altri oneri posti a carico del viaggiatore.
4. Importo della caparra da versare all'atto della prenotazione e termine per il pagamento del saldo.

continua

Si viaggiare, evitando le buche più dure (Lucio Battisti) a cura di Gianluca Munerato - Radiologia Rho

5. Caratteristiche dei mezzi di trasporto; data, ora, luogo della partenza e del ritorno, tipo di posto assegnato.
6. Informazioni precise sulla sistemazione alberghiera (ubicazione, categoria, comfort, numero pasti forniti).
7. Itinerario, visite, escursioni o altri servizi inclusi nel pacchetto turistico, compresa la presenza di accompagnatori e guide turistiche.
8. Termine entro il quale il cliente deve essere informato dell'annullamento del viaggio per la mancata adesione del numero dei partecipanti previsto.
9. Termine entro il quale il cliente deve presentare reclamo per l'inadempimento o l'inesatta esecuzione del contratto.



10. Estremi della copertura assicurativa e delle ulteriori polizze convenute con il viaggiatore.
11. Presupposti o modalità di intervento del fondo di garanzia.
12. Accordi specifici sulle modalità del viaggio espressamente convenuti tra l'organizzazione o il venditore e il cliente al momento della prenotazione.
13. Eventuali spese per la cessione del contratto a un terzo a seguito di rinuncia.
14. Termine entro il quale il cliente deve comunicare la propria scelta in relazione alle modifiche delle condizioni contrattuali.

E' importante sottolineare che, anche se i diversi elementi sono pagati separatamente, l'organizzazione o l'agente viaggi non possono sottrarsi alle loro responsabilità. La prenotazione di un viaggio ha lo stesso valore di un contratto e perciò il sottoscrittore può far valere i propri diritti.

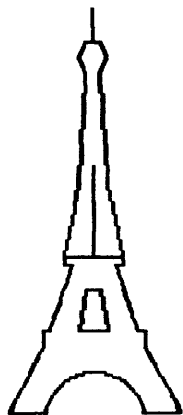
E' fondamentale leggere attentamente il contratto e assicurarsi di aver ben capito il significato del contenuto prima di aderire alla proposta. Se è fornito un opuscolo, tutte le informazioni contenute sono parte del contratto. Le agenzie di viaggio non possono, in alcun caso, aggiungere clausole di esonero delle responsabilità relative all'imprecisione delle immagini e delle fotografie.

Bisogna, inoltre, siano fornite, in tempo utile e per iscritto, le seguenti informazioni:

- * Le condizioni richieste per quanto riguarda i visti, i passaporti e i tempi necessari per ottenerli;
- * Le formalità necessarie (vaccini e altro);
- * Gli orari e le informazioni sugli scali e le coincidenze;
- * Le informazioni dettagliate sull'alloggio lungo il percorso (ad esempio in treno o sulla nave);
- * Il nome, l'indirizzo e il numero di telefono della rappresentanza locale dell'organizzazione o dell'agenzia;
- * Un'informazione sui contratti di assicurazione facoltativi, disponibili per coprire le spese di annullamento o di assistenza, ivi compreso il rimpatrio, in caso d'infortunio o di malattia. Se qualcosa non va...

continua

Si viaggiare, evitando le buche più dure (Lucio Battisti) a cura di Gianluca Munerato - Radiologia Rho



Se, per un motivo qualsiasi, le vacanze non corrispondono a quanto proposto, il turista deve poter contattare immediatamente il rappresentante indicato.

Se una parte importante dei servizi previsti non è fornita, devono essere presi tutti i provvedimenti necessari a porre rimedio senza supplemento di prezzo per il consumatore.

Se queste alternative non sono accettabili, si ha diritto a un mezzo di trasporto, senza supplemento, per il ritorno al luogo di partenza o ad altro luogo stabilito. Quando necessario, si può ottenere un risarcimento. Il consumatore deve presentare i suoi reclami per iscritto all'organizzazione o al venditore. Il prezzo determinato nel contratto non può essere modificato, salvo per variazione del costo dei trasporti, delle tasse previste o dei tassi di cambio ma ciò, nel contratto, va precisato e, comunque, non può superare l'aumento del 10% e solo per le ragioni indicate prima. Qualora fosse superiore, il cliente potrà rinunciare al viaggio e ottenere il rimborso. Durante i venti giorni precedenti la data di partenza, il prezzo non può più variare per nessun motivo.

Qualora si presentasse una delle ragioni previste per la modifica del prezzo, il consumatore deve essere informato e recedere dal contratto, senza penali, o aderire alle nuove condizioni.

Se la vacanza è annullata o l'aumento di prezzo è inaccettabile il consumatore ha diritto di:

- * Usufruire di un altro servizio tutto compreso di qualità equivalente o superiore o, se di qualità inferiore, ottenere una riduzione di prezzo.
- * Essere rimborsato della totalità dell'importo pagato.

- * Essere risarcito, a meno che il servizio tutto compreso non venga annullato per motivi previsti dal contratto (ad esempio un numero insufficiente di prenotazioni.)

Se dovesse intervenire una rinuncia all'ultimo momento che impedisca la partenza, è sempre possibile cedere il proprio viaggio ad un'altra persona che sia in regola con i requisiti richiesti.

In caso di insolvenza o fallimento entra in azione un Fondo di garanzia, alimentato dagli stessi operatori. Nel caso il viaggio sia annullato, non si ha alcun diritto di ricorrere al Fondo, se l'annullamento è dovuto a un numero insufficiente di partecipanti o da un evento di causa maggiore.

L'agente di viaggio non è responsabile dei danni:

- * Conseguenti all'inosservanza da parte del viaggiatore di raccomandazioni o avvertenza dell'agente o della guida.
- * Derivanti da servizi forniti da terzi e non facenti parte del servizio "tutto compreso."
- * Derivanti da iniziative autonome del viaggiatore.

Il Comitato Difesa Consumatori mette a disposizione un proprio numero di telefono per coloro che desiderassero avere informazioni sui diritti dei consumatori-viaggiatori. Tale numero è: 0266890205.

L'assistenza giuridica in caso di contestazioni o contenzioso sarà fornita esclusivamente ai Soci iscritti.

Il numero telefonico per avere informazioni sulle modalità di iscrizione è: 02668901.

COME UN PIZZO a cura di Livia Arrigoni - Palestra sede di Passirana

Per le foto della vostra estate, preparate in anticipo delle cornici un po' speciali.

MATERIALE OCCORRENTE. Compensato spesso 4 mm / colla / traforo / trapanino / carta vetrata / mordente (per scurire il legno) / vernice per hobbistica dorata.

Per la base del lavoro, preparare un rettangolo di 11,5 cm x16,5 cm e praticare su un lato di 16,5 cm due fori, che serviranno per poter appendere la cornice al muro. Ritagliate quindi 3 listarelle larghe 5 mm per fare il bordo: 2 lunghe 11,5 cm / 1 lunga 15 cm. Queste verranno applicate con la colla sui 3 rimanenti lati, lungo i margini (fig. 1).

Ora, su di un pezzo di compensato delle dimensioni circa di 22x26 cm, ricalcare con la carta carbone il disegno, riportandolo sui quattro lati (fig. 2). Con l'aiuto del trapanino per poter infilare la lama del traforo all'interno del lavoro, ritagliare tutti i pezzi neri, in modo da intagliare il motivo del bordo sul compensato. Rifinire il tutto con la carta vetrata quindi passare il mordente per scurirlo. Quando è asciutto profilare lo spazio per la foto con una riga dorata. Con la colla fissare la base della cornice centrando lo spazio della foto. Calcolare che lo spazio per la foto nella cornice sia più piccolo di 1 cm per poter contenere la foto senza farla cadere.

Ora tutto è pronto per infilarvi la foto!



COME UN PIZZO a cura di Livia Arrigoni - Palestra sede di Passirana

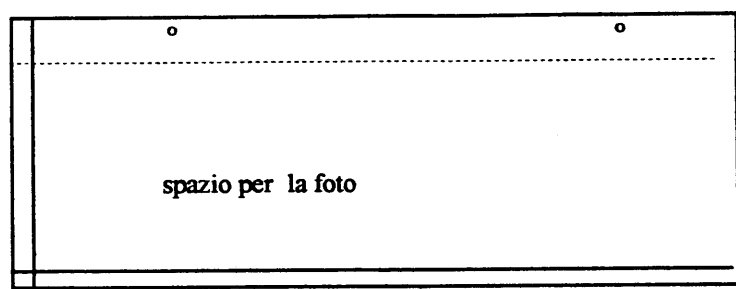
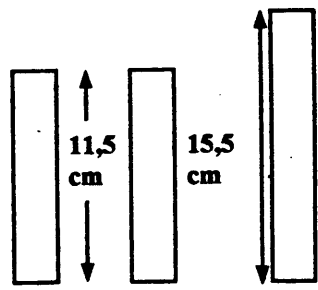
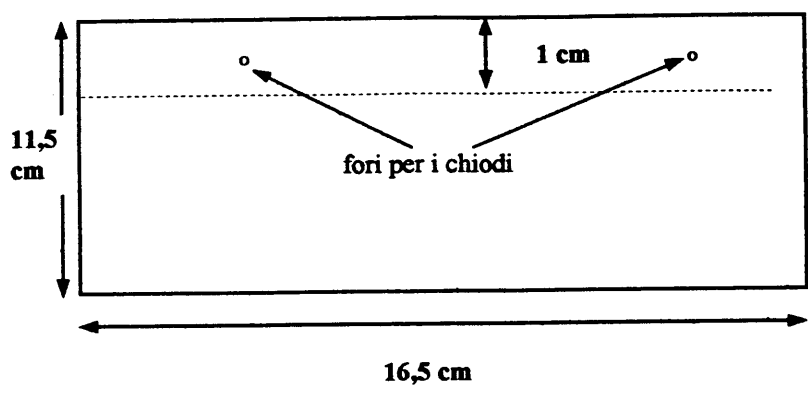
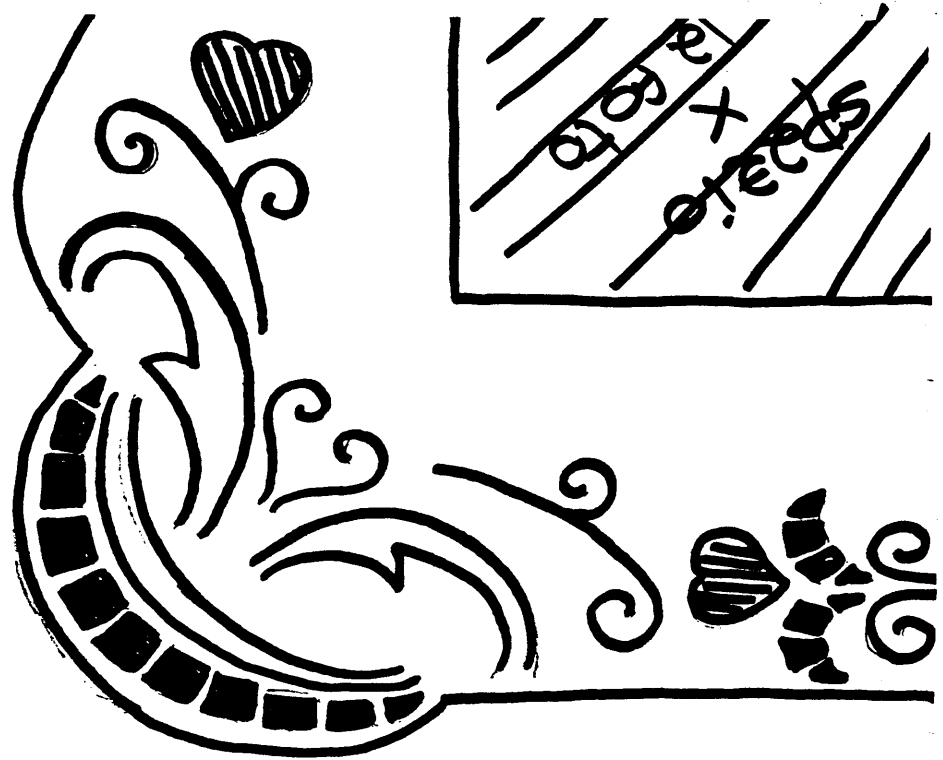
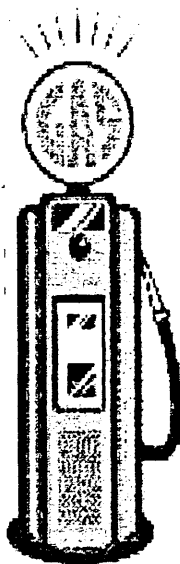


fig. 1



LA LUNGA ATTESA a cura di Tony Paladini - Officina Rho



Da vent'anni esatti la Ferrari non vince il titolo mondiale di Formula Uno. Ma la riscossa è nell'aria e quest'anno, perlomeno nella fase iniziale del campionato, la Ferrari è partita come favorita: a Maranello c'è la macchina più affidabile e più potente; al volante c'è il miglior pilota, alle spalle un'organizzazione di corsa che sembra non avere uguali. Ce lo confermano i primi tre gran premi disputati fino ad ora.

Aspetto la Formula Uno come uno scioppo ricostituente. Il mio fisico è debilitato (si fa per dire) da una intossicazione di calcio, quello giocato naturalmente. Una volta le partite si facevano la domenica pomeriggio e se ne parlava dal sabato al lunedì. Oggi si gioca a ciclo continuo, e dall'alba al tramonto non si fa altro che straparlarne di calcio e solo calcio. Dunque, benvenuto il mondiale di formula uno che avevamo messo in naftalina.

Gran Premio di Suzuka, do you remember? Hakkinen si confermò grande, dopo Imola, piccolo pilota. Ma in quel circuito vinse anche il superenalotto: se fosse passato per primo sui detriti di quell'incidente, la gomma sarebbe scoppiata a lui e Schumacher sarebbe campione del mondo. D'accordo, la storia non si scrive con i "se", ma quella volta l'eccezione parve legittima. E credo che nelle centinaia di milioni di spettatori che seguirono l'ultimo atto del mondiale, siano cresciute simpatia e solidarietà... per la Ferrari. Soltanto pochi mesi prima, un noto quotidiano sportivo tedesco, aveva intitolato: "Schumy, scendi da quel camion rosso". Quel camion rosso, poi, divenne l'incubo della Mercedes. Senza la Ferrari, il Mondiale si sarebbe afflosciato e forse l'avrebbero tolto dai palinsesti TV.

Scrivo spesso della Ferrari, e sono un accanito tifoso, per chi non mi conoscesse, ma mi considero soprattutto un cittadino riconoscente. Non sono tanti gli aspetti di questo sgangherato paese che m'inorgoliscono.

La Ferrari è uno di questi. Una Formula Uno non nasce da un colpo di genio (qualità che tutti ci riconoscono), ma dietro quel motore e quella scocca, interamente costruite in ITALIA a Maranello, e ricordo che la Ferrari è l'unica scuderia di Formula Uno che costruisce e assembla tutta la macchina, dalla scocca al motore e cambio, ci sono sofisticate tecnologie, programmazione, strategie.

C'è soprattutto un'organizzazione. Quando mi chiedono dove sia Bologna, rispondo "ad una trentina di chilometri da Maranello". Per questo speravo che vincesse la Ferrari: avrebbe compensato le brutte figure che facciamo davanti al mondo.

Siamo in molti a credere che se lo staff di Montezemolo gestisse le Poste Italiane, la corrispondenza arriverebbe a tempo di pit stop: Schumacher e Hakkinen, l'eterna sfida all'OK Corral.

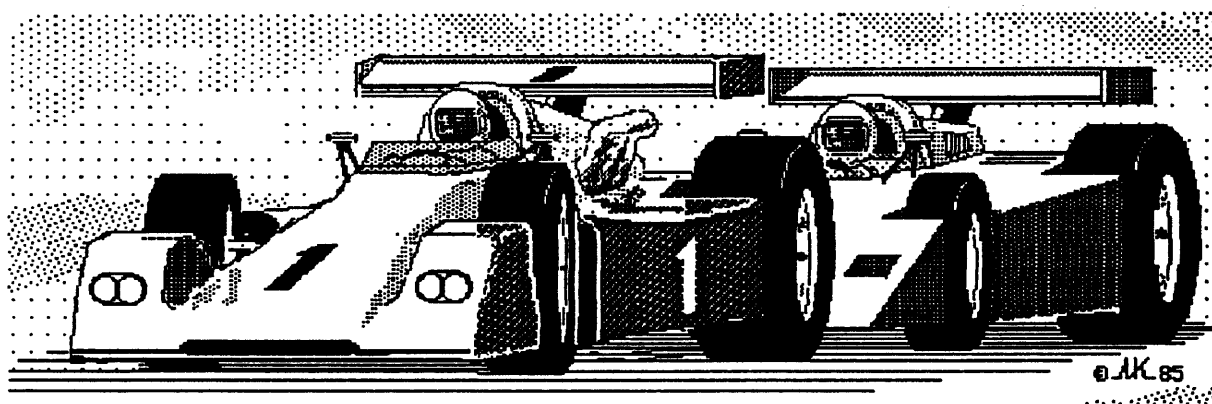
Il finlandese è bravo, misurato, leale, ammirevole. Ma non riesce, almeno qui in Italia, a suscitare più simpatie di una triglia lessa.

E poi ha due kappa nel cognome. Schumy non ne ha neanche una ed è lo straniero più italianizzato a furor di fans. Dai e dai, dev'essersi convinto anche lui di essere nato da queste parti. Di suo ci mette un temperamento più mediterraneo che tedesco: è convinto pastasciuttaro, molla il volante quando taglia il traguardo, sul podio dirige allegramente Fratelli d'Italia, prende in braccio Todt in stile Benigni e quando esce dalla macchina vittoriosa spicca salti da scimpanzè.

continua

LA LUNGA ATTESA a cura di Tony Paladini - Officina Rho

Unico neo: mentre qualsiasi calciatore straniero dopo un anno impara un blablà in italiano, lui no. Sembra che le prime parole della nostra lingua le abbia pronunciate nello spot della Fiat "multipla" e alla presentazione della "F399". Con i soldi che gli danno potrebbero anche metterglielo nel contratto: almeno cento parole e ogni vocabolo straniero cinque milioni di multa. Ormai è cominciato il Mondiale. L'Italia se desta, del casco di Schiumi s'è cinta la testa.



CINEMA a cura di Fortunato Condello - Radiologia

QUESTI SOGNI CHE HO VISTO (SOGNI).

La primavera risveglia la natura, ma non porta le quasi mai interessanti novità da vedere al cinema.

Approfitto, quindi, di questa pausa produttiva, per invitarvi a riscoprire un altro grande regista del cinema contemporaneo sicuramente già conosciuto da tutti voi.

Nei primi incontri della nostra rubrica del cinema, vi avevo invitato alla visione di un film di F. Fellini. Oggi, vorrei scrivervi di un regista giapponese, A. Kurosawa, che di Fellini fu un grande ammiratore e che, con tutte le riserve del caso, può essere considerato a suo modo un Fellini giapponese. Il film "Sogni" (1990) è un'opera della maturità di A. Kurosawa e segue da lontano (ci vollero cinque lunghi anni per terminarlo) un altro capolavoro datato 1985 "Ran". "Sogni" fu un'opera realizzata grazie alla partecipazione di capitali americani, attraverso i produttori Spielberg e Lucas, da sempre ammiratori di Kurosawa.

Lo stretto rapporto con Fellini, come disse lo stesso regista giapponese, è dato dal fatto che, come in "Amarcord", entrambi i registi trasportano nei film le loro visioni oniriche. Ma al contrario di Fellini che riviveva la propria infanzia, in questo film Kurosawa tenta di dare al sogno, non un intento rievocatore, ma la dignità di un'espressione artistica originale, scevra da ogni ricordo personale. Il film si snoda attraverso otto episodi (otto sogni) che evocano i temi più importanti ed attuali del regista: il rispetto della natura, la magia della vita, il desiderio di partecipare alla bellezza del creato. Sfilano così davanti allo spettatore sogni che evocano l'infanzia (i primi due episodi), poi tre episodi che raccontano come sia dura la ricerca di una personale realizzazione nella vita (il più bello a mio parere "La tempesta di neve") e come sia difficile, con gli anni, sfuggire a rimorsi e sensi di colpa per quello che si poteva realizzare e non si è avuto il coraggio di tradurre in realtà (Il tunnel). Ci sono poi due incontri ricorrenti nella filmografia di Kurosawa che raccontano il terrore della catastrofe atomica ed infine un episodio con cui il regista rende omaggio ad un proprio idolo: V. Van Gogh.

Il film è concluso da un racconto idilliaco che è un inno all'ecologia e ci esorta a ritornare alla natura se vogliamo trovare le nostre reali dimensioni umane. Un film "sognante" ma non autobiografico, come Amarcord di Fellini. "Sogni" parte da visioni oniriche per proporre il ritorno ad una vita più umana, più naturale ed in armonia con il mondo che ci circonda. Ricordando "La voce della luna" di Fellini, girato proprio nello stesso anno, possiamo veramente pensare che i temi e le ispirazioni dell'arte siano universali.

Sogni (1990)



Regia	A. Kurosawa
Sceneggiatura	A. Kurosawa
Fotografia	Takao Saito
Musica	Schinichiro Ikebe
Montaggio	A. Kurosawa
Effetti Speciali	Lucas Company

CUCINA a cura di Marco Bassi - Pediatria

Innanzitutto mi scuso con i lettori de " Il Giornalino " per non esser stato presente con la mia rubrica nel precedente numero, ma impegni diversi mi hanno tenuto lontano dalla redazione e dai fornelli.

Tragici eventi stanno scuotendo l'Europa e vi garantisco che non ho molta voglia di pensare a complicate ricette dal gusto tipicamente epicureo, ma sono convinto che il buon umore permetta di superare le difficoltà più terribili.

**IL RISO FA
BUON
SANGUE**

Allora perché non prendere in considerazione il " riso " !
Originario di regioni tra Siam e India, la sua cultura risalirebbe alla Cina del 3000 a C. Una leggenda induista narra che la bellissima Retna Doumilla, oltraggiata dal dio Silva si uccise per la vergogna e sulla sua tomba crebbe dopo 40 giorni una pianticella, appunto quella del riso, un alimento da ripartire tra gli uomini e che non sarebbe mai venuto loro a noia.

Il riso fu introdotto in Europa probabilmente dalle spedizioni militari di Alessandro Magno nel 300 a C. Greci e romani conoscevano infatti il bianco alimento per confezionare dolci e bevande alcoliche.

Infinite sono le cronache storiche successive; già nel 1269 la corte di Filippo I di Savoia coltivava e consumava riso abitualmente; prodotto nelle aree di bonifica dei monaci Benedettini, i collegi universitari pavesi nel 1500 registravano entrate e spese relative al riso; a metà del 1500 nella Veneranda fabbrica del Duomo di Milano, un aiutante del maestro vetraio Valerio di Fiandra, presentò al proprio banchetto nuziale nel cantiere del Duomo, un risotto reso giallo dallo zafferano, al fine di emulare l'oro zecchino dei decori delle vetrate anche da lui create.

Cultori ed amici del riso furono Rossini, autore del risotto alla Rossini creato a Venezia nel 1813 durante il successo del " Tancredi ", così come lo furono Giovanni Pascoli e Tommaso Marinetti che lo celebrarono in alcuni loro versi.

Nel 1814, nel suo Vocabolario milanese italiano, il Cherubini, che non era gastronomo, ispirandosi ad un'antica ricetta probabilmente originaria del 1574, scriveva :

Soffritto che tu abbia nel burro alquanto midollo di manzo e una cipollina trita, vi metti il riso; un po' abbrustolito ch'ei sia, tu lo inondi di buon brodo indi lo regoli di cervellata e di cacio lodigiano grattato; lo lasci così cuocersi e bere tutto il brodo, dopo di che lo ingialli con una presarella di zafferano.



continua

CUCINA a cura di Marco Bassi - Pediatria

Ora dopo la storia passiamo come di consueto alle ricette da provare nei nostri pranzi.

Risotto alla genovese

Tagliare la cipolla a fettine sottilissime e fatela rosolare con l'olio in una casseruola; appena incomincia a diventare bionda aggiungervi la salsiccia spellata e sminuzzata; lasciatela insaporire, poi aggiungere i piselli, i funghi ammollati e tritati e il carciofo tagliato a fettine sottili. Salate, se volete pepate, rimestate con un cucchiaino di legno e dopo qualche minuto bagnate con un mestolo di brodo. Fate cuocere a fiamma bassa fino a quando la salsetta sarà addensata. A parte, scottate per 5 minuti il riso in acqua salata bollente, scolatelo ed aggiungetelo alla salsetta. Fatelo insaporire un momento; fuori dal fuoco



mescolatevi il formaggio grattugiato; versate tutto in una teglia imburrata e fate finire di cuocere in forno per 20 minuti.

Riso 400 g
Salsiccia 20 g
Piselli 200 g
Funghi secchi 25 g
Parmigiano 25 g
Cipolla mezza
Carciofi 1
Olio 2 cucchiari

Tempo cottura 40'



Riso alla campagnola

Tagliare la cipolla a fettine sottili; tagliare la pancetta a dadini e mettere tutto nella casseruola con un pezzo di burro; lasciare rosolare la cipolla, aggiungete il riso e rimestate per qualche minuto, fino a quando quest'ultimo si sarà insaporito. Condite con sale e pepe e bagnate con qualche ramaiolo di brodo caldo. Aggiungete il mazzetto di erbe aromatiche che toglierete alla fine della cottura. Lasciate cuocere il riso per 20 minuti. Fuori dal fuoco conditelo con una manciata di formaggio grattugiato.

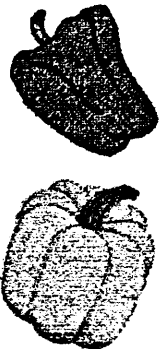
Riso 400 g
Pancetta 150 g
Burro 25 g
Cipolla 1
Mazzetto di erbe aromatiche 1
Tempo totale di cottura 25'

continua

CUCINA a cura di Marco Bassi - Pediatria

Risotto con peperoni

Lavate i peperoni, asciugateli e togliete loro il torsolo e i semi; tagliate la polpa a listerelle e mettetela da parte. Scottate i pomodori, pelateli, spezzettateli e togliete i semi. Tagliate la cipolla in fette sottilissime mettetela a soffriggere in una teglia con un cucchiaino di olio ed una noce di burro; appena sarà ben dorata aggiungete i peperoni e subito dopo i pomodori, regolate di sale e di pepe. Lasciate cuocere la salsa fino a quando avrà raggiunto una giusta densità; mentre la salsa cuoce preparate il risotto nel modo seguente: in una casseruola rosolate del burro con poca cipolla tritata finemente, aggiungete il riso e tostatelo per 5 minuti, quindi bagnatelo con del brodo caldo e lasciatelo cuocere per 20 minuti. Appena cotto, fuori dal fuoco, conditelo con il parmigiano e con la salsa ai peperoni.



*Riso 400 g
Peperoni rossi e gialli 2
Burro 40 g
Olio 1 cucchiaino
Parmigiano 20 g
Tempo totale cottura 20'*

Minestra di riso e carciofi

Levate le prime foglie esterne ai carciofi, spuntate il gambo, tagliate via le punte alle foglie, quindi mettetele per 5 minuti a bagno in acqua acidulata. Intanto fate soffriggere il burro con la cipolla tritata e quando è bionda mettetevi dentro i carciofi sgocciolati e tagliati a spicchi; lasciateli rosolare, quindi versatevi sopra il brodo bollente e fate cuocere tutto assieme per una ventina di minuti. A questo punto lasciatevi cadere a pioggia il riso, mescolate e finite di cuocere per altri 20 minuti circa. Nella zuppiera lavorate i tuorli d'uovo con il parmigiano, versatevi sopra la minestra e servite.

*Carciofi 4
Riso 200g
Mezza cipolla
Tuorli d'uovo 2
Burro 30 g
Parmigiano 40 g
Brodo 1 litro e mezzo
Crostini q.b.
Tempo totale cottura 60'*

Alla prossima



COMPAGNI DI VIAGGIO a cura di Giovanni Pistone - Pronto Soccorso

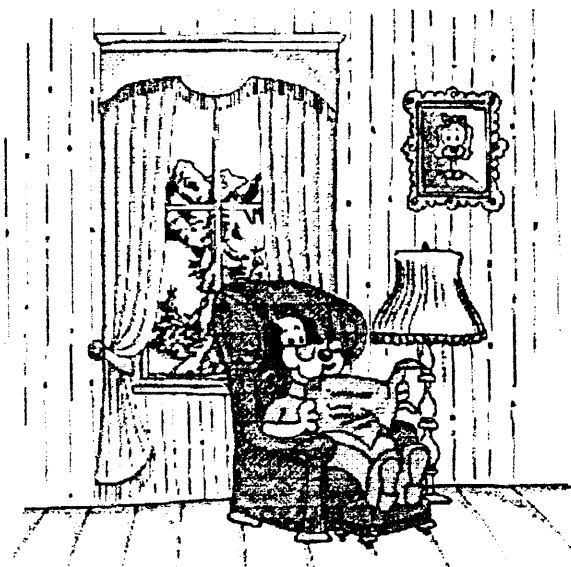
I SOTTERRANEI di Jack Kerouac

Jack Kerouac è stato senza dubbio la più singolare figura di scrittore del dopo guerra americano. Appassionato cultore della lingua, si compiace di sfidare le leggi e le convenzioni dell' espressione letteraria ricorrendo ad una comunicazione liberissima fra scrittore e lettore. Kerouac, ne "I sotterranei" fotografa la storia d'amore fra un bianco e una negra, amore commosso e nevrotico fra due esseri che si rincorrono e si respingono, nell'ambiente delle caves di San Francisco, popolate da giovani ribelli a ogni morale sociale, i cui idoli sono il jazz, la velocità, il sesso, la droga e la libertà individuale. Kerouac ha descritto vedute d'America struggenti e nostalgiche dove giovani "disperati" e inquieti, al motto "la mancanza di coraggio è letale," credono nella vita, ma respingono i sistemi sociali e morali precostituiti e vogliono scoprirne da sé dei nuovi." I sotterranei", alla sua prima apparizione, fu processato per oscenità, successivamente fu assolto con una sentenza che non riconosceva il romanzo come pornografico e osceno, ma ne riconosceva la bellezza lirica di alcune sue immagini, la forza e il ritmo del racconto, propria di un'opera d'arte.



IL BAGAGLIO PIU' PESANTE E' UNA BORSA VUOTA. (Paul Morand scrittore)

ARCODAMORE di Andrea De Carlo. In Arcodamore, Andrea De Carlo tratta con fantastica padronanza e crudele vivisezione il rapporto tra ragione e passione in una società in disfacimento. La storia di Livio e Manuela, due personaggi vivi, inquieti e assetati dal desiderio di sincera normalità. Una storia d'amore ben calibrata, accortamente scandita su un coinvolgente ritmo di eventi e attese mai smentite. Due personaggi incastonati nella vita di ogni giorno apparentemente appieno, ma in realtà sono due corpi estranei, che danno corpo con naturale slancio al disagio dell'età contemporanea, danzando con spregiudicatezza e ingenuo disincanto su materiale incandescente: l'amore vero, totale, senza riserve e limiti. Due personaggi, come tutti i personaggi di De Carlo, talmente vivi e diretti, che il lettore farà fatica a non riconoscerli come propri. Una storia d'amore testimoniata con trasporto, passione, rabbia trasformandola in un preoccupante documento generazionale. Romanzo caustico per l'immediatezza con cui l'autore tratta l'argomento amore, tra due personaggi provati sentimentalmente e incapaci di inserirsi su binari prestabiliti. Un romanzo che ti prende e non riesci a metterlo da parte fino alla fine.



BONSAI a cura di Giovanni Pistone - Pronto Soccorso

RHODODENDRON O RODODENDRO

Famiglia delle Ericacee. Originario dell'Asia, è conosciuto anche come azalea. Vengono chiamate azalee le specie coltivate e rododendri quelle spontanee, ma non vi è alcuna differenza tra le due.

Cure colturali.

LUCE: Collocare a mezz'ombra. Le varietà a foglie piccole sopportano meglio delle altre il sole.

TEMPERATURA: Il rododendro ama il caldo e teme il gelo. Mantenerlo al caldo in inverno, ma non in appartamento.

VENTILAZIONE: Il rododendro sopporta bene il vento ma richiede, in tal caso, annaffiature più abbondanti.

MONDATURA: Eliminare le gemme fiorali in eccesso. Dopo la fioritura asportare i fiori appassiti e togliere tutti i polloni dal tronco e dalle radici.

ACCRESCIMENTO: Lento e regolare.

RINVASO: Rinvasare tutti gli anni, dopo la fioritura, le piante giovani, quelle più anziane ogni due anni.

SUBSTRATO: Miscuglio per metà costituito da terra di brughiera, 1/4 di terra di giardino e 1/4 di torba. La terra può essere acida, ma mai calcarea.

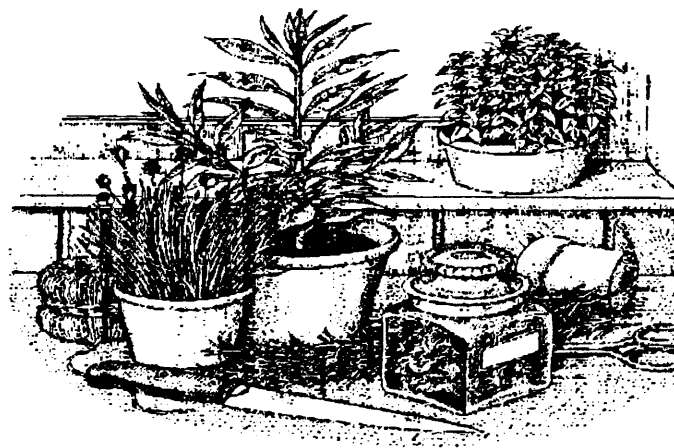
POTATURA: potatura dei rametti. A fine estate, dopo l'appassimento dei fiori e prima che le foglie ispessiscano, potare i rametti, lasciando due paia di foglie. Potatura delle branche. Al momento del rinvaso, potare le branche morte e parte di quelle troppo fitte, per aerare l'arbusto.

LEGATURA: Legare dalla primavera all'autunno.

ANNAFFIATURA: Mantenere umida la terra, perchè le radici disseccano facilmente e ciò può risultare fatale alla pianta. Bagnare abbondantemente tutto l'anno, salvo in caso di gelate.

NEBULIZZAZIONE: In estate spruzzare acqua sulle foglie, mattino e sera. Dopo il rinvaso nebulizzare le foglie finchè la pianta non si sia affrancata. Evitare di bagnare i fiori.

CONCIMAZIONE: Somministrare concime organico a bassa concentrazione in primavera e in autunno. Non concimare in piena fioritura.



MUSICA ROCK a cura di Paolo Perfetti - Veterinaria

THE BOSS IS BACK !!! (ovvero il grande rock non muore mai)

E' proprio vero, tutti parlano della morte del rock o della sua incapacità di rendere ancora vitali pochi (!!!) accordi di chitarre, ma quando inaspettato arriva il ruggito dei vecchi leoni, (vedi nel libro dei nostri sogni alla voce B. Dylan, N. Young, D. Crosby, Boss, Van the Man) allora la giungla sopita dei nostri sentimenti si rianima di mille sensazioni, di centinaia di luci del palcoscenico del rock e noi, finalmente, stiamo bene. Credo che pochi sperassero ancora che il Boss potesse ritornare a suonare con la E Street Band. Per la verità, qualche avvisaglia dopo i due dischi Human Touch e Luky Town del 1992 c'era stata con la pubblicazione nel 1996 di una video-cassetta con accluso un miniCD (Blood Brothers) accreditato a Springsteen and The E Street Band. Quando, infatti, sono state rese ufficiali le date del tour europeo con l'inclusione di Bologna e di Milano (ben due date!!! il 19/04/99 ed il 20/04/99) le linee telefoniche e le e-mail dei fans del Boss sono diventate incandescenti ed i biglietti per i concerti sono stati sold-out nel giro di pochissimi giorni. L'evento si preannunciava di quelli storici, anche perché dopo più di un decennio dallo scioglimento della E Street, tutti volevamo renderci conto dell'affiatamento del gruppo con Bruce e soprattutto della mantenuta o meno freschezza strumentale e scenica dei singoli elementi, che nel frattempo si erano dedicati a composizioni personali (per la verità non sempre sufficienti). All'apertura dei cancelli, circa un'ora e mezza prima dell'inizio del concerto previsto per le 19.30, i dodicimila fans erano pressoché già tutti presenti e tutti attraversati da un comprensibile fremito di impazienza misto ad una necessità fisica di essere lì, di vedere il Boss, di sentire il suo ruggito, di gridare con tutta la forza del proprio cuore la voglia di vivere, la rabbia per le ingiustizie del mondo di cui Springsteen si è sempre fatto portavoce. Sono le ingiustizie che colpiscono la collettività ma anche il singolo individuo schiacciato dall'anonimato di una vita trascorsa tra un lavoro inadatto allo spirito dell'uomo e la consapevolezza, che con un moto del cuore, si può anche girare le spalle a ciò che ci soffoca e si può correre per altre strade, anzi avere la consapevolezza che si è "nati per correre". Lo strabiliante è che nell'era dei megaconcerti in cui gli strumentisti ed i cantanti sono praticamente in -visibili in quanto sommersi da scenografie ampollose, da pupazzi di gomma sempre più grandi quanto più piccola è la capacità di proporre la vera musica, quella che, come dice Paolo Conte, un grande del nostro tempo musicale, "Ti sa far ridere/e all'improvviso ti aiuta a piangere," Springsteen organizza un tour, in cui l'unica concessione scenografica sono un impianto luci diretto da roadies veramente all'altezza della situazione e due schermi nemmeno tanto giganti, su cui un'accorta e precisa regia ha saputo evidenziare espressioni e moti dell'anima E-streeter. Ma tutto questo, per noi duri e puri fans, è normale in quanto il Boss abbraccia il palco, il suo pubblico, tutto uno stadio con l'immensità della sua poetica, con la magnificenza della sua musica, con lo spirito libero dell'uomo che ha avuto sì tutto dalla vita, ma che è ancora alla ricerca dell'"essere umano" immortalato nelle sue liriche, nelle sue poesie messe in musica (perché non si può parlare di semplici canzoni: e qui sono stati spesi fiumi d'inchiostro e tesi universitarie).



MUSICA a cura di Paolo Perfetti - Veterinaria

Il concerto è stato, nonostante l'età anagrafica di tutti i musicisti, di una freschezza inaspettata: tutti erano entusiasti di suonare, di darsi al pubblico italiano e milanese in particolare, in modo totale, senza risparmi di energie musicali e vocali. Del resto, navigando in Internet nei siti canonici della musica in generale e di Springsteen in particolare, o discutendo sui Mailing list dedicati, i concerti di Milano sono veramente la pietra di paragone per tutti gli altri. Come vi sentireste se, come è successo al concerto di Zurigo tenuto il 26/04/99, vi giungessero voci prima del concerto, che cortesissime hostess stiano distribuendo dei tappi auricolari contro l'eccessiva carica di decibels mentre " i ragazzi fanno luccicare le chitarre come fossero coltelli a serramanico /Si spingono per gli amplificatori/ Gli affamati e i perseguitati esplodono in rock'n'roll bands / Si fronteggiano l'un l'altro nelle strade/ Della giungla d'asfalto (da Jungleland 1975)!

Senza potermi dilungare per ovvi motivi di spazio e di pazienza vostra, sulla scaletta della serata, che ha compreso ben 25 canzoni e che ha praticamente spaziato in tutta la pluridecennale carriera del "nostro", basta dire che il concerto è stato suddiviso in una prima parte di circa due ore ininterrotte, seguito da una breve pausa di cinque, dieci minuti e dalla seconda parte di bis prolungatasi per quasi un'altra ora. Ogni brano meriterebbe un commento a sè, ma vorrei segnalarvi alcuni momenti topici che difficilmente chi era presente potrà dimenticare.

"Murder Incorporated" è un brano del 1982 che non aveva mai fatto capolino nella discografia ufficiale del Boss; è qui presentato con una forza d'impatto che ti dà la sensazione di una possente mano che ti afferra all'improvviso per il bavero della giacca, già nella Odonto, dalla quale a stento riesci a liberarti: la voce di Bruce è come un eco lanciato attorno ad uno spazio circondato da lamiere contorte di autovetture incidentate; le tre chitarre sciabolano infuocate nel buio notturno di una metropoli attraversata da inquietanti ombre striscianti fin dentro la nostra anima e quando parte il sax di Clemons, è un urlo del sopraggiungere improvviso di un velocissimo e dannato treno urbano.

"Born in the U.S.A." del rock anni Ottanta, è stata presentata dal Boss, solo, con la sua chitarra Takamine nera ("ah, potessi suonarla anch'io!") con un'accordatura particolare ed il cosiddetto bottleneck che determina un suono strascicato, ansiogeno, da palude della Louisiana dove in un attimo puoi sparire tu e la tua storia.

"Born to run" ha accolto tutti noi con le luci del Filaforum tutte accese e dodicimila persone che a squarciagola urlavano e saltavano questo inno comune a tutte le generazioni che, al di là dell'età, si sentono ancora con lo spirito "nato per correre".

Dopo l'ultimo pezzo inedito "Land of hope and dreams" ci siamo rituffati nella notte milanese, ognuno per ritornare sulle proprie strade, nelle proprie case; credo che pochi siano riusciti a chiudere occhio quella notte e quelli che l'hanno fatto avranno senz'altro sognato la loro "Promise Land" dove "Spazzerò via i sogni che ti distruggono/Spazzerò via i sogni che ti spezzano il cuore/Spazzerò via le menzogne che ti lasciano soltanto/abbandonato e straziato dal dolore".



GRUPPO FOTOGRAFICO a cura di Giuseppe Cecchetti - Anatomia Patologica

GIRARE PER MOSTRE FOTOGRAFICHE

Per imparare a fare fotografie, basta frequentare un piccolo (grande) corso fotografico e poi leggere alcune riviste, tra le tante che vengono edite e che entrano nel merito tecnico della fotografia. Ciò che fa, invece, venir voglia di fotografare e di migliorare giorno per giorno è il visionare quello che hanno fatto e sanno fare i "maestri" della fotografia. E l'emozione che sanno suscitare con le loro opere, che fa scattare quella molla interiore che porta, dapprima, ad essere quasi imitativi e poi via via creativi.

A dire il vero oggi troviamo quasi dappertutto delle belle immagini, sui calendari, sulle riviste naturalistiche, sui rotocalchi di moda, ma queste immagini sono quasi sempre interessate a propagandare un messaggio pubblicitario e quasi mai a creare un reale linguaggio espressivo attraverso di esse.

Abbiamo la fortuna di abitare, chi direttamente, chi nelle vicinanze di Milano, una città... che presenta vari spazi e gallerie dove vengono allestite delle ottime mostre fotografiche.

Milano è anche la città dove è nata la prima galleria permanente, non solo nazionale bensì mondiale; circa 30 anni fa il "benemerito" Lanfranco Colombo inaugurava in via Brera al 10 la celebre Galleria IL DIAFRAMMA. Oggi giorno, purtroppo, questo spazio espositivo è stato chiuso per mancanza di fondi e Lanfranco Colombo cura le mostre che vengono allestite nelle vetrine dei negozi fotografici di Giovenzana site in Largo Augusto per la rassegna continuativa "Images on the Road by Giovenzana". Gli espositori sono quasi sempre affermati professionisti: Toscani, Fontana, Rotter ... oppure fotoamatori evoluti che, selezionati da Colombo, presentano una serie tematica di immagini.

Forse la principale galleria fotografica permanente è la "Carla Sozzani" sita in Corso Como al 10. E' allestita ai piani superiori di un edificio d'epoca ristrutturato.

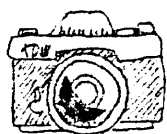
Qui sono esposte opere di grandi maestri del passato: Carier Bresson, Lartigne, Weston, Denis e del presente Berengo, Cardin, Helmut, Newton ecc.

Sullo stesso piano in sale adiacenti, c'è una ricchissima libreria con prestigiosi volumi fotografici che possono essere sfogliati anche senza l'obbligo di acquisto (ed è una vera fortuna considerando il costo di tali pubblicazioni).

La Fondazione Antonio Mazzotta in Foro Bonaparte 50, ha recentemente proposto le opere di Man Ray e si è sempre distinta nel presentare rassegne complete di famosissimi autori internazionali.

La galleria Agfa, sita in Via Grosio 10/4, propone mensilmente mostre di qualificati fotografi italiani.

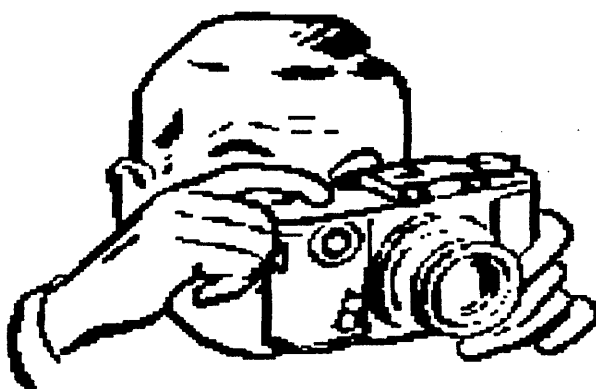
Annessa alla famosa libreria di Via HoePLY al n° 3, c'è lo spazio foto San Fedele, dove vengono proposte mostre di fotografi giovani e solitamente "avanguardisti". In Via della Moscova, 25 c'è la Galleria Photology, in via Maroncelli 14, c'è lo spazio espositivo dell'agenzia Grazia Neri, presso il refettorio delle Stelline, Corso Magenta 59 la Galleria del Credito Valtellinese Queste sono alcuni tra i maggiori spazi "permanenti" dove si possono visionare delle mostre fotografiche.



continua

GRUPPO FOTOGRAFICO a cura di Giuseppe Cecchetti - Anatomia Patologica

Ci sono poi grandi occasioni, in cui rassegne di interesse internazionale possono occupare altri spazi espositivi; cito i grandi Fotografi dell'agenzia Magno alla Rotonda della Besana, Ansel Adams all'Arengario, Andreas Feininger al PAC - Padiglione d'Arte contemporanea. Per non perdere tutte queste ghiotte occasioni è utile visionare il calendario delle mostre, pubblicato su qualsiasi rivista fotografica o più semplicemente sugli inserti (TuttoCittà o ViviCittà) dei maggiori quotidiani nazionali. Ah, dimenticavo non scordate di visionare le mostre fotografiche proposte dal Gruppo Click 96 nel corridoio adiacente alla mensa del personale Le foto sono bellissime anche se sembrano un po' buie, perché da tempo non sostituiscono le lampade al neon che dovrebbero illuminare tale ambiente Speriamo si possa procedere al più presto alla loro sostituzione; non tanto per schiarire le fotografie ma soprattutto per salvaguardare l'incolumità dei passanti.



AMICI DELLA MONTAGNA a cura di Michele Bianchi - Emodinamica

IL RIFUGIO

Andando in montagna capita spesso di fermarsi nei rifugi. A volte il rifugio diventa la tappa da cui all'indomani si partirà per l'ascensione alla cima; altre volte il bivacco o il rifugio è la meta prefissata di un'escursione.

Nei mesi estivi, si assiste ultimamente a dei veri e propri assalti che sistematicamente vengono condotti nei confronti di queste strutture che in buona parte sono di proprietà del Club Alpino Italiano e in parte di associazioni private.

Si impone, quindi, oggi, un corretto comportamento dei singoli alpinisti ed escursionisti mirante a preservare la funzionalità e l'agibilità dei rifugi stessi, in quanto a volte diventano uno strumento di vitale importanza per chi, in situazioni di pericolo, si trova a doverne usufruire.

Anche se non esiste una vera e propria "Natiquette", o regola di comportamento che dir si voglia, si possono rispettare alcune regole perlopiù dettate dal buon senso.

Innanzitutto, prima di intraprendere un'escursione che prevede la possibilità di un pernottamento, conviene contattare telefonicamente i rifugi stessi per sapere se sono aperti e in grado di ospitarci. (Il fatto di essere soci del CAI sicuramente fornisce diverse garanzie in termini di disponibilità e di costi).

Una volta arrivati conviene sempre raccogliere informazioni dal gestore o da altre persone riguardo alle condizioni di innevamento e di tempo, specialmente se si devono poi intraprendere escursioni alpinistiche in zone di alta montagna.

Nei rifugi non gestiti o addirittura nei bivacchi, diventa fondamentale registrarsi nel libro del rifugio precisando inoltre il tipo di attività che si

intraprenderà l'indomani; dimenticare questa banale formalità può a volte costare davvero caro!

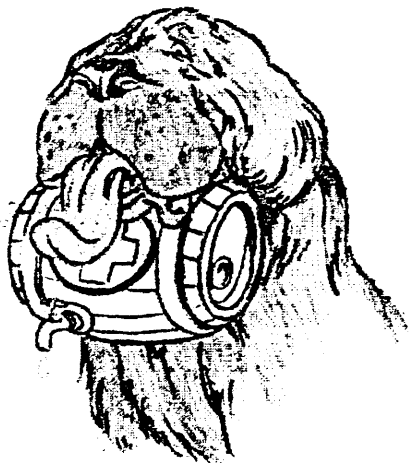
Nei rifugi d'alta quota conviene inoltre mantenere una "pacata" diplomazia nei confronti dei gestori o degli alpinisti che, dopo diversi giorni di permanenza a simili altitudini, possono avere delle reazioni a volte "sgradevoli".

Prima di entrare all'interno dell'abitazione, conviene togliere gli scarponi e gli eventuali ramponi ed indossare calzature che non rovinino gli interni stessi;

nella maggior parte dei rifugi è vietato fumare nelle stanze e nei locali mensa, in quanto in situazioni di notevole afflusso turistico molte persone si troveranno poi a dormire sui tavoli o dovunque ci sia spazio.

Nei rifugi non gestiti e in parte anche in quelli con gestore, ogni escursionista dovrebbe portarsi a valle i propri rifiuti (bottiglie, lattine, carta etc.).

Nei rifugi di alta quota, si possono trovare effetti lettereschi in cattive condizioni igieniche; conviene quindi portarsi un copriletto in cotone che oltre a ripararci, contiene l'usura degli stessi (può sembrare stupido ma vi assicuro che le coperte dei rifugi d'alta quota non sono mai in buono stato).

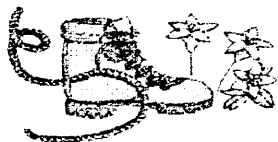


continua

AMICI DELLA MONTAGNA a cura di Michele Bianchi - Emodinamica

Un discorso a parte meritano i bivacchi o i rifugi che hanno un locale sempre aperto per le emergenze. In questi luoghi è stupido e pericoloso utilizzare senza motivo o addirittura rubare gli oggetti o i viveri che si trovano all'interno.

Se per necessità vengono usati, bisogna poi ricordarsi di segnalarlo dopo il rientro a valle. Per concludere, ricordo che i soci del Cai, (ma anche i non soci) sono tenuti a comunicare alle sezioni di appartenenza eventuali reclami nei confronti di gestioni inopportune di rifugi di proprietà del Club Alpino Italiano, che tutti gli iscritti sovvenzionano con le loro quote annuali.



PESCA a cura di Armando Rambaldi - Ex Pronto Soccorso

**PERSICO
REALE
(Percidi)**

**DESCRIZIONE**

Questa specie, che raramente supera i 45 cm. di lunghezza, presenta il corpo di forma oblunga ovale, leggermente compresso ai lati. La livrea tipica per le striature trasversali in numero di 5-7, dello stesso colore del dorso e che da esso si dipartono, è bruno verdastra sul dorso, argentea sui fianchi e il ventre.

Sui fianchi degli individui adulti compaiono spesso, a seconda dell'ambiente, riflessi bruni o dorati. La pinna dorsale è divisa in due parti. Nella parte anteriore, che a volte può apparire macchiata di scuro, sono presenti diversi raggi spinosi, mentre la seconda è costituita da raggi molli. La fenditura boccale è fornita di numerosi piccoli denti. Le scaglie sono grandi e ruvide. Le sue carni, saporite e compatte, lo pongono fra i più apprezzati pesci di acqua dolce fin dall'antichità. Si pesca anche su scala industriale per alimentazione.

HABITAT

Si tratta di un perciforme di origine relativamente recente. La sua comparsa in Europa può essere fatta risalire alla fine del quaternario. Attualmente è diffuso in tutta l'Europa centro settentrionale, dalle rive del mar Nero al golfo di Biscaglia, dagli Urali al Mare del Nord e dell'Irlanda. In Italia, fino a pochi anni fa, la sua presenza era limitata alle regioni del nord. Attualmente è possibile trovarlo in tutta la penisola, in molti laghi e corsi d'acqua a debole corrente. Predilige acque non troppo fredde, fornite di ripari profondi nei quali trascorrere l'inverno e dai quali esce in caccia di tanto in tanto. I persici fino a che non superano i tre etti di peso, sono dotati di un forte istinto gregario, oltre questo peso, preferiscono restare isolati. Durante l'inverno, sia nei fiumi che nei laghi, ricerca le grandi profondità dove la pressione impedisce un eccessivo abbassamento della temperatura dell'acqua: la sua sede allora, sia che viva isolato o in gruppi, è in prossimità dei ripari subacquei dove sosta la minutaglia, sia che si tratti di un fondo roccioso o delle cosiddette legnaie (amassi di fascine calate di proposito), famose nei laghi del nord Italia. Durante la primavera il pesce persico si sposta in acque bassissime nei pressi del sottoriva, nascondendosi in mezzo agli erbai: questo cambiamento di abitudini è dovuto al fatto che, pur essendo il persico un predatore fornito di ampia fenditura boccale, le sue prede preferite rimangono i pesci di piccola taglia, preferibilmente ancora allo stadio di avannotto.

RIPRODUZIONE

Il persico si riproduce a primavera inoltrata, normalmente nel periodo compreso fra la metà di marzo e la fine di maggio. Luoghi di frega sono costituiti dalle rive basse ricche di vegetazione sommersa e dagli erbai su bassofondo dei laghi e dei fiumi. Le uova sono molto numerose (le femmine di un chilogrammo possono deporre fino a un milione di uova). L'incubazione delle uova, di durata variabile col variare della temperatura, normalmente si compie in un periodo compreso fra gli otto e i diciotto giorni.

LA PESCA

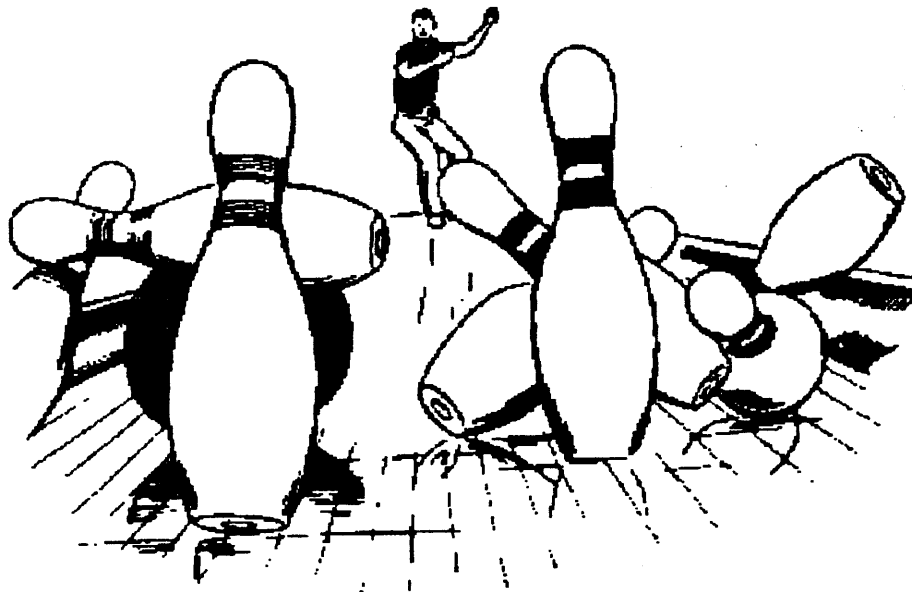
Il pesce persico può essere insidiato con esche naturali e artificiali. Fra le prime meritano particolare attenzione il pesce morto, il lombrico, fra le seconde: cucchiaini rotanti e ondulanti.

BOWLING a cura di Lucia Fava - Ambulatorio di Cardiologia

Cari amici del gruppo Bowling, eccoci riuniti, per progettare tanti strike, split e molte altre uscite insieme. Abbiamo davanti un anno intero per allenarci e concentrarci. Il giorno 08/04/99 si è tenuta la 1° gara del 5° torneo di bowling. Il 1° vincitore ? E' lui: Rossoni Fiorenzo, con ben 423 birilli. Il 2° classificato, con 420 birilli è Ferrario Roberto. Gli è mancato un po' di allenamento, ma ha tutto il tempo per rifarsi, e guadagnarsi il gradino più alto del podio. Il 3° classificato, con 386 birilli è Paleari Luigi. La partenza è stata ottima, Paleari continua così. Fra le donne, al 1° posto si è classificata Garavaglia Annalisa con 380 birilli. Annalisa, hai iniziato alla grande, complimenti, non perdere quota. Con 362 birilli, al 2° posto, si è classificata Borrello Piera. Al 3° posto, Adami Catia, con 356 birilli. Non perderti d'animo Catia, l'anno è lungo, basta un po' di concentrazione. La prossima gara sarà il 10/06/99! Le iscrizioni si accettano entro l' 08/06/99. Per ulteriori informazioni contattare Fava Lucia Amb. Cardiologia 2329.

Vi aspetto numerosi.

Ciao a tutti!!



BOWLING a cura di Lucia Fava - Ambulatorio di Cardiologia



**CLASSIFICA GENERALE
DOPO LA 1° GARA**

**BOWLING
CRAL DEGLI OPERATORI SOCIO
SANITARI DEL RHODENSE**

CLASSIFICA FEMINILE		
CLASSIFICA	NOMINATIVO	PUNTEGGIO
1°	GARAVAGLIA ANNALISA	380
2°	BONELLO PIERA	362
3°	ADAMI CATIA	350
4°	BERGANTIN ROSY	347
5°	RUSCIGNO PAOLA	323
6°	DONDONI LAURA	290
7°	MAMOLA ROSANNA	283
8°	D'AGOSTINO MATTA	270
9°	TRIFIRO' DOMENICA	253
10°	DE VITTO MICHELA	226
11°	GIANGRANDE FLORA	170
CLASSIFICA MASCHILE		
1°	ROSSONI FIORENZO	423
2°	FERRARIO ROBERTO	420
3°	PALEARI LUIGI	386
4°	RINGOLI ANGELO	356
5°	MAGGIONI PIERO	332
6°	GALANTUCCI ROBERTO	330
7°	PEROTTA GIANNI	307
8°	PONZIANELLI ALBERTO	264

MTB a cura di Dario Venagli - Officina sede di Passirana

Come va ragazzi.....!!!

Come sono andate le prime escursioni in mtb? Spero bene!

Ora vi racconto l'esperieza che alcuni elementi del gruppo mtb hanno avuto il 21/03/1999 a Borgo Ticino in occasione della prima gara del circuito scoot. Appena giunti a Borgo Ticino, ci siamo subito resi conto d'aver a che fare con persone molto preparate.

Abbiamo visto gruppi con il proprio meccanico che faceva la messa a punto delle bici dopo che i ragazzi avevano provato alcuni pezzi del percorso e davano indicazioni su come regolare gli ammortizzatori, pressione delle gomme ecc., C'era anche chi aveva il massaggiatore personale che preparava i muscoli del ragazzo con olio canforato o con altri preparati di loro creazione, e poi c'erano tante persone come noi, di quelle che alla domenica si alzano di buon mattino, caricano la bici in macchina e una volta arrivati sul posto, i controlli delle gomme se li fanno da soli (magari per far qualcosa e ingannare l'attesa) ma che una volta in sella partono, animati da ugual entusiasmo e carica.

Per essere sinceri, le mie possibilità hanno fatto sì che nel terzo e ultimo giro abbia sentito arrivare la moto che precedeva i corridori in testa alla corsa. Mi sono messo allora sul ciglio del sentiero per farla passare. Dietro c'erano sei corridori che andavano talmente forte in quel tratto di salita che sembravano trainati dalla moto stessa. A parte tutto, le persone che alla mattina, prima della partenza, erano tutti intenti a preparare la bici e a farsi scaldare i muscoli dal massaggiatore, sono stati quelli che hanno fatto la differenza.

In ogni modo ho passato una bella domenica mattina con tanti amanti della mtbe della natura. Un saluto.



PROPOSTA

Società di Rappresentanza

Specializzata nel settore della strumentazione di processo per impianti industriali
cerca giovane diplomato indirizzo tecnico da avviare all'attività di vendita dopo
periodo di formazione .

Richiesta conoscenza e utilizzo Personal Computer.

Gradite eventuali altre esperienze nel settore vendite.

Inviare curriculum a mezzo fax 02-9958091, dopo le ore 18.30 02-9958089

**Chi desidera pubblicare delle inserzioni, può inviarle al direttore del
Giornalino.**

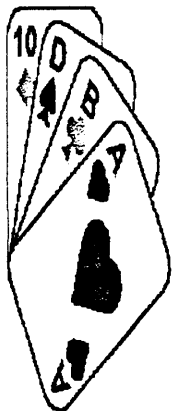


LA PAGINA DEL BRIDGE a cura di Maurizio Cugno - Pediatria

Esistono anche delle risposte specifiche all'apertura di uno a colore che, rimarcando le caratteristiche della mano del rispondente, favoriscono lo sviluppo corretto della sequenza licitativa.

La maggior parte di queste dichiarazioni sono a salto per cui devono chiarire perfettamente la distribuzione e la forza della mano.

Sono: 1) le risposte di appoggio nel colore di apertura,
 2) il salto a 2 S.A. e 3 S.A.,
 3) il cambiamento di colore a salto.



1) Le risposte d'appoggio nel colore di apertura vengono distinte in base al rango del colore di apertura in:

a) Appoggio semplice a due in un colore maggiore. Informa l'apertore che può raggiungere il contratto di manche soltanto se possiede una mano forte (18-20 P.O.). Su questo appoggio l'apertore può concludere direttamente a 4 nel colore nobile con 18-20 P.O. oppure elevare a 3 con forza minore (15-17 P.O.) e chiedere al rispondente di chiudere a 4 con il massimo della forza (8-9 P.O.) o infine 2 S.A. con distribuzione bilanciata ma sempre per arrivare, secondo la propria distribuzione, alla manche con 3 S.A. o 4 nel nobile.

b) Appoggio semplice in un colore minore. Questa risposta promette 5-10 P.O. e almeno quattro carte nel colore. Con mano minima (5-7 P.O.) è sempre preferibile l'appoggio nel seme del compagno, con mano più forte è consigliabile nominare un colore nobile quarto.

c) Appoggio a salto nel colore nobile di apertura. Si esegue con mano bilanciata di 10-11 P.O. o meno, se sbilanciata. E' una dichiarazione limitativa che invita l'apertore a raggiungere il contratto di partita con più del minimo d'apertura.

d) Appoggio a salto nel minore d'apertura. Con questo appoggio nel minore il rispondente esclude categoricamente un palo nobile quarto ma dovrebbe avere punteggio superiore a 11 P.O. per arrivare a 3 S.A. o 5 nel minore.

e) Doppio salto nel nobile di apertura (4 C, 4 P). Questo appoggio si effettua con almeno quattro carte nel colore di apertura e non più di 12 P.O.

2) Salto a 2 S.A.: con 11 P.O. e nessuna carta nobile. L'apertore con 14-15 P.O. conclude a 3 S.A. mentre passa con punteggio inferiore.

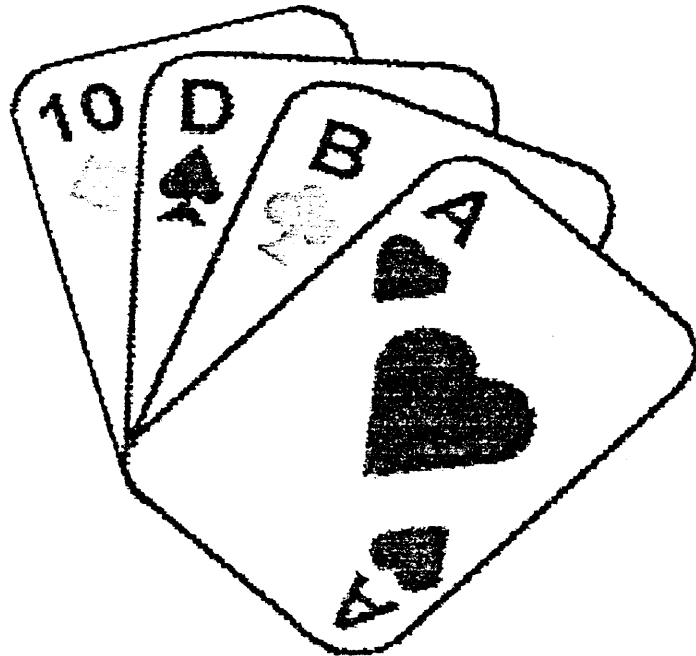
Salto a 3 S.A.: da evitare se non si possiedono 13-14 P.O. con distribuzione 4-3-3-3 e quattro carte nel minore d'apertura e fermi nei tre restanti colori, oppure con 4-4-3-2 con il doubleton nel colore nobile d'apertura.

3) Cambio di colore a salto. E' una dichiarazione forzante di manche che viene effettuata con un colore chiuso o semichiuso di almeno sei carte. Su questa licita l'apertore deve dare l'appoggio al compagno con solo tre carte nel colore oppure con un onore secondo. Tutte le dichiarazioni successive sono forzanti per cui si devono evitare ulteriori salti. Inoltre il rispondente chiarisce la propria mano ripetendo il proprio colore o a senza atout con mano minima rispetto alla forza precedentemente espressa.

continua

LA PAGINA DEL BRIDGE a cura di Maurizio Cugno - Pediatria

Queste ultime pagine di tecnica licitativa chiariscono il complesso sistema precedentemente descritto e vanno accuratamente mandate a memoria da parte di Dario, Ettore, Roberto e gli omonimi Mauro per superare in maniera definitiva lo scoglio della licitazione e porre solide basi per partecipare a impegni più gravosi.
I carissimi saluti di sempre.



CONVENZIONI ANNO 1999

A cura di Carannante Antonio - Officina sede di Passirana

GARAGE SANTUARIO di SAINI CESARINO

Via Cardinal Ferrari n°80 RHO Tel.029309233

Assistenza gratuita per i veicoli FIAT durante il primo anno di vita. Sconto del 10% sui pezzi di ricambio, lubrificanti e batterie.

INFOBIT SNC DI NAMIA B. E MAMOLI T.

Piazza Vittorio Emanuele II n°7 NERVIANO Tel.0331580199

Sconto del 5% COMPUTER escluso configurazioni in offerta

CLUB DESIREE DANCE di Belotti Donatella

Via L.MANARA 75/C Parabiago Tel.0331558534

Corsi di ballo: Liscio, Danze standard, Caraibiche e Boogie-woogie. Iscr.annuali £ 30.000

Quota mensile £ 50.000 a persona.

FOTO & FOTO di Sada Valentino

Via Sempione n° 20 Barbaiana Tel.0293257390

Sviluppo e Stampa foto e diapositive Sconto 30%. Ingrandimenti foto da negativo sconto 30%. Acquisto Rullini Kodak: 24 F. £ 4700 36 F. £ 5700. Diapositive da 36 £ 8200. Sconti su macchine fotografiche

VALIGERIA EXTRA di Croce Renato

Via F.Meda n° 27 RHO Tel.029303940

Sconto 10% Valigeria, 15% Borse e Varie.

OTTICA FOTO RECORD di Rabolini Paola

Via Madonna n° 49 RHO Tel. 029309572

Sconti: occhiali da vista 30-35%, da sole 20%, lenti a contatto monouso 15%, tradizionali 25%. Barometri, termometri, bussole ecc. 20%. Sviluppo e stampa fotografie 25%.

VISA DIFFUSIONE MODA

Via Della Liberazione n° 16 Milano Tel.0267071634

Abbigliamento Uomo Donna Bambino INGRESSO RISERVATO AI SOCI

CONVENZIONI ANNO 1999

A cura di Carannante Antonio - Officina sede di Passirana

ACCONCIATURE NICKY

Via G.B. Vico n° 10 Pogliano Milanese Tel. 0293550492
Parrucchiera per Signora Sconto 10%-20% Taglio - Piegia / Lavori Tecnici

BEAUTY PLANET di Albero Valentina

"Via Capuana n° 22/A "RHO CENTER" Tel.029305209
Sconto 10-20% Abbronzatura-Eстетica

HOTEL MARE BLU di Nardi Domenico

Via Francia n°1 cap. 64025 PINETO (TE)
Sconto 8-10% Soggiorni marini.

GINA LEBOLE S.r.l. ABBIGLIAMENTO

Via Castrovillari n° 25 MILANO Tel.0248910773
Prezzi di produzione

FORMULA IN GROSSISTA

Via Darwin n° 19/A Settimo Mil. Tel. 023285255
Articoli trattati: arredobagno, rubinetterie, box doccia, vasche idromassaggio, piastrelle, riscaldamento, finestre, sanitari, porte interne, porte blindate, cucine, lavatoi.

OTTICA CENISIO

Via Cenisio ang. via Borgese 1 Milano 02/347071
Piazza Unità d'Italia 54 Saronno 02/9600206