



Il Giornalino

MARZO 2017

ANNO XXV

NUMERO 86



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

Riservato ai soci "CRAL"

Indirizzo Web: www.cralrho.net

E-mail: cralrho@libero.it

Stampato in proprio



IL GIORNALINO

CRAL DEGLI OPERATORI SOCIO SANITARI DEL RHODENSE
Riservato ai soci "CRAL" Indirizzo Web: www.cralrho.net E-mail: cralrho@libero.it
Stampato in Proprio

MARZO 2017

ANNO XXV NUMERO 86

In questo numero

Sommario:

<i>Auguri</i>	Pg. 2
<i>Il cammino</i>	Pg. 3
<i>Quando la storia incontra la leggenda...</i>	Pg.6
<i>L'attività fisica sarà un "farmaco"?</i>	Pg. 9
<i>Barzellette</i>	Pg.10
<i>Il Sacro Monte di Varese</i>	Pg. 11
<i>Frammenti di un diario frammentario</i>	Pg.13
<i>Andiamo al cinema</i>	Pg. 15
<i>Organigramma CRAL</i>	Pg.18
<i>Attività 2017</i>	Pg.19
<i>Convenzioni</i>	Pg.21

Il
Giornalino

*Scrivere
questo
giornale è
costata
fatica .
Dopo averlo
letto passalo
ad un amico*



Alli benigni lettori

In tutte le cose humane quasi di necessità convien che succedano de gli errori: ma dove più facilmente, in più diversi modi, et più ne possono accadere che si avvengano nello stampare i libri, non ne so imaginare alcuna. Et parmi la impresa della correctione di essi veramente poterla assomigliare al fatto di Hercole intorno all'Hydra de i cinquanta capi: perciocché si come quando egli col suo ardire, et forze la tagliava una testa, ne rinascevano due, così parimenti mentre co 'l sapere, et con la diligentia, si emenda un errore, le più volte s'imbatte che ne germogliano non pur due, ma anco tre et quattro, spesse fiate di maggior importanza, che non era il primo ...

***Prefazione del Tipografo Cavallo
all'opera di Achille Fario Alessan-
dro, Venezia 1563***

La Redazione

Direttore : Angelo Pastori **Composizione grafica:** Claudio Ciprandi

Correttore di bozze : Germana Garbo

Foto di copertina: Giovanni Ferro



IL GIORNALINO

CRAL DEGLI OPERATORI SOCIO SANITARI DEL RHODENSE
Riservato ai soci "CRAL" Indirizzo Web: www.cralrho.net E-mail: cralrho@libero.it
Stampato in Proprio

MARZO 2017

ANNO XXV NUMERO 86

Il Direttivo del CRAL degli Operatori sociosanitari del Rho- dense e la redazione del Giornalino augurano Buona Pasqua a TUTTI!





Il cammino

A cura di Giorgio De Santi Oculistica P.O. Rho

***“Non smetteremo di esplorare e alla fine delle nostre esplorazioni ci ritroveremo dove abbiamo cominciato e riscopriremo quel luogo per la prima volta”
Thomas Eliot***

Il CRAL ha scelto come tema del 2017 “ Il Viaggio” Vi voglio raccontare del Cammino di Santiago, un antichissimo viaggio che inizialmente veniva intrapreso dai pellegrini diretti a Santiago di Compostela per devozione nei confronti dell’Apostolo Giacomo Maggiore. Ho poi raccolto il racconto di Elena, relativo alla sua esperienza del Cammino nel giugno 2014

Elena molti di voi la conoscono, fino a pochi giorni fa caposala a Rho ed ora in servizio a Garbagnate.

La storia inizia nell’anno 813 con l’eremita Pelagio che ebbe una visione, vide delle strane luci simili a stelle sul Monte Liberon in Galizia, Spagna del Nord. Attirato da queste luci, scoprì una tomba, che conteneva tre corpi, uno dei tre aveva la testa mozzata ed una scritta:”Qui giace Jacobus, figlio di Zebedeo e Salome”. »

Nacque così il culto dell’Apostolo Giacomo Maggiore che nell’iconografia cristiana viene rappresentato su di un bianco cavallo e chiamato anche con il nome di Mata moros .

Questo perché l’apostolo Giacomo apparve in sogno al Re delle Asturie alla vigilia della battaglia di Clavijo nel maggio 844, assicurandolo sulla vittoria contro i Mori, cosa che puntualmente avvenne.

La parola *Compostela* deriva da *Campus Stellae* (campo della stella) o da *Campos Tellum* (terreno di sepoltura). Attraverso i secoli, uomini e donne da tutto il mondo hanno intrapreso il Cammino ed ai giorni nostri, ogni anno circa 200 mila persone ripercorrono quel solco tracciato sin dall’anno Mille.

Il Cammino può iniziare in Francia ai piedi dei Pirenei , da Saint Jean Pied de Port, oppure in Spagna da San Sebastian in tal caso si chiama Cammino del Nord , snodandosi lungo la costa davanti al mare Cantabrico, o da altri punti ancora, ma ovunque lo si inizi ha le stesse caratteristiche, lo stesso obiettivo finale , la Cattedrale di Santiago de Compostela e la sua cripta con le reliquie dell’Apostolo Giacomo.

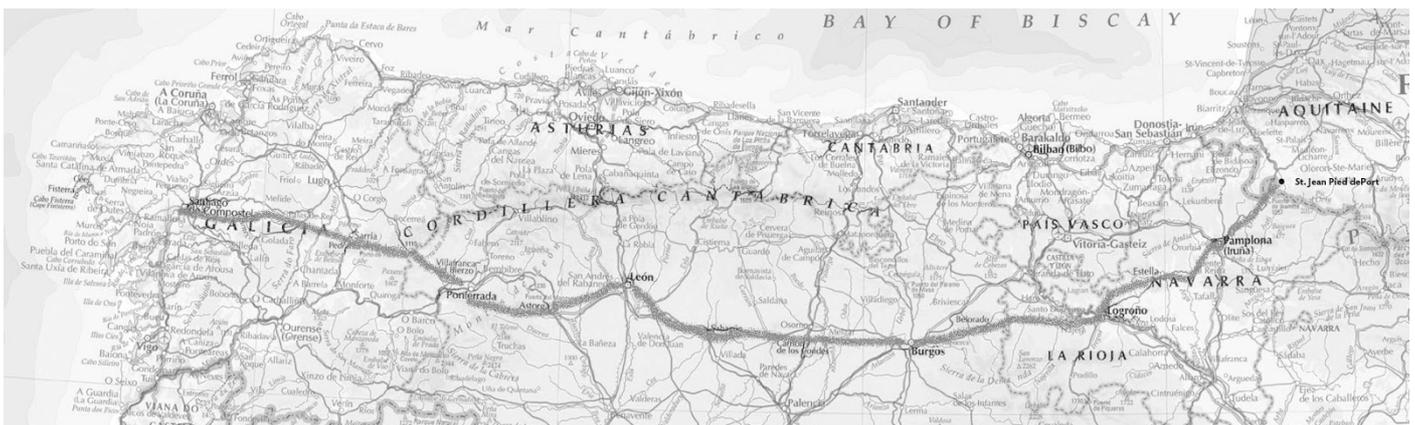
Dopo l’arrivo nella Cattedrale, molti decidono di proseguire e fare una piccola estensione del viaggio fino a Finisterre .

Questa località, è il termine ultimo del pellegrinaggio, un tempo era considerata il termine delle terre conosciute, ed è tradizione, bruciare qui gli abiti del pellegrinaggio o qualcosa che lo rappresenti e poi immergersi nell’oceano per un bagno purificatore se la stagione lo permette.

Un simbolo dei pellegrini diretti a Santiago di Compostela è la conchiglia detta pettine di mare o conchiglia di San Giacomo

I fedeli durante il loro pellegrinaggio ne portavano tradizionalmente una sospesa al collo oppure cucita sul cappello o sull’abito, serviva per accreditare il pellegrino arrivato a destinazione .

Ancora oggi chi percorre il Cammino porta con sé





una conchiglia legata allo zaino un po' per protezione un po' per rinsaldare la tradizione .

Si tratta di un viaggio di quasi 800 km che richiede 30-35 giorni e che ognuno intraprende con la propria motivazione, con i propri tempi, con le proprie modalità.

C'è chi lo fa per il piacere di camminare , altri per convinzione religiosa, chi per interesse storico-artistico paesaggistico, chi per mantenere una promessa fatta a se stesso in un momento difficile della vita, chi per un poco di tutti questi motivi messi insieme.

C'è chi lo fa per una vaga ricerca di senso, chi perché ha bisogno di una risposta particolare sulla sua vita, o ha semplicemente perso il lavoro e ha molto tempo per una vacanza lunga e poco costosa. C'è anche chi va per chiedere una grazia, o ha atteso a lungo di compiere questo viaggio, e s'accorge che la borsa della vita comincia a stringere i cordoni.

Elena è partita nel giugno 2013 ed avendo a disposizione solo dieci giorni, ha deciso di percorrere gli ultimi 260 chilometri, del Cammino, partendo da Astorga , in Castiglia, una aspra e povera zona montagnosa a circa 900 metri di altitudine.

L'equipaggiamento ci confessa Elena sta tutto in uno zaino, il cui peso massimo non supera i 7 Kg.

Tre magliette tecniche superleggere, un pantalone lungo convertibile con zip, un pile, una mantella impermeabile , un antivento, un sacco a pelo leggero mezza stagione (le temperature di notte anche se siamo a giugno arrivano vicine allo zero) un sacco lenzuolo, fondamentali poi tre cose : le calze da trekking per proteggere il piede dalla formazione di vesciche, scarpe da trekking ben collaudate e.... i tappi per le orecchie visto che si dorme in ostelli in camerate con 10-20 persone e qualcuno che russa c'è sempre!

Come ti sei organizzata, come si svolge la tua giornata durante il Cammino?

La partenza è alle 5.30 del mattino, massimo alle 6, ci aspettano 20-25 Km ogni giorno e dobbiamo arrivare entro le 13-14 alla tappa successiva per trovare un buon ostello ed un buon letto.

Strada facendo si fa colazione e poi ci si ferma per

un pasto frugale ma completo di proteine e carboidrati, l'alimentazione è fondamentale.

Se vogliamo arrivare a Santiago dobbiamo reintegrare le energie perdute mangiando e bevendo in maniera equilibrata, ma occorre mangiare.

Ogni ostello è dotato di lavatrice ed asciugatrice, arrivati alla nuova tappa la prima cosa, dopo aver preso possesso della branda, ed essersi tolti gli scarponcini , è il bucato e poi una sana doccia.

Un sonnellino non guasta, quindi un piccolo giro turistico nella cittadina che ci ospita, ed alle 19 si va a cena.

Ci sono diversi posti dove a 10 euro viene servita la cena del Pellegrino e questa della cena è un'ottima occasione per conoscere le persone di ogni parte del mondo che stanno facendo la nostra stessa esperienza , ci si scambia notizie , impressioni, si condividono stati d'animo.

Al passaggio in ogni ostello viene apposto il timbro sulla Credenziale che ogni persona che effettua il cammino porta con sé, una sorta di attestazione di passaggio nei vari punti del percorso .

Ho conosciuto tantissime persone ma ho stretto amicizia con una collega infermiera canadese ed una ragazza croata in viaggio per ritrovare se stessa dopo una tempesta esistenziale.

Quando inizi il cammino puoi decidere di farlo in assoluta solitudine e startene per i fatti tuoi, ma come nella vita, se il cammino lo condividi con qualcun altro diventa tutta un'altra cosa .





Elena hai mai avuto paura?

La paura è una compagna costante del viaggio, paura di perdersi, di ammalarsi, di non farcela,.....

Reali pericoli non ce ne sono, la strada è ben segnalata ed è protetta, non sei mai sola, la gente del posto è abituata ai pellegrini e se ti vedono in difficoltà, ti aiutano, credimi.

Man mano che procedi nel cammino comprendi che ciò di cui hai realmente bisogno non solo nel viaggio ma nell'esistenza è veramente molto poco, e probabilmente uno zaino di 7 kg lo contiene tutto.

In genere facciamo fatica a credere in ciò che non è fisico, materiale, ma se ci lasciamo andare, se nel cammino come nella vita, facciamo caso ai piccoli o grandi segnali che questa ci propone quotidianamente, comprendiamo che esistono cose immateriali che hanno una forza notevole, a volte dirompente, in grado di cambiarci la vita.

Cosa ti ha lasciato il Cammino?

Ho imparato che quello che hai, quello che sei, è ciò che stai vivendo ora, in questo preciso istante;

del domani non sai e non ti è permesso di sapere nulla, domani potresti esserci, ma anche no.

La sola certezza che hai è il momento che stai vivendo ora.

Il cammino ti abitua al continuo cambiamento, il viaggio non ti permette make up, non ti concede tregua, così la maschera cade e diventi ed appari agli altri per ciò che realmente sei.

Quando siamo a casa, nella vita di tutti i giorni siamo abituati a dare per scontate un sacco di cose, le nostre giornate sono ultra organizzate, impegni incastrati al millimetro, al secondo.

Sappiamo che oggi faremo questo, vedremo quelle persone, sappiamo dove andremo a mangiare e dove andremo a dormire.

Nel Cammino tutto è cambiamento, non sai cosa farai, cosa vedrai, chi incontrerai e dove arriverai quella sera.

Sai solo che camminerai.

La lezione è che la vita non finisce a 60-70 anni, là fuori ci sono cose meravigliose da scoprire e vivere e persone fantastiche da conoscere.

Elena un tuo ricordo del Cammino ?

“Può accadere che una sera all'interno dell'ostello di Foncebadon, un paesino a 1490 metri sul livello del mare, nella provincia di Leon, all'interno di una chiesetta romanica adibita ad “albergue” prenda posto in un letto a castello, tutta assorta nei tuoi pensieri.

Il Caso ti assegna il posto in alto, quello vicino alla finestrella ovale che guarda verso i campi e verso il cielo stellato, stellato come solo una notte di giugno può regalarti.

Quello che vedi in primo piano è solo polvere sul vetro e ragnatele ma oltre....oltre il vetro ci sono le stelle e ti accorgi che non sei tu a guardarle ma ciò che senti è la carezza del loro sguardo su di te. Brivido lungo la pelle.

Allora ti giri nel letto, ti racconti che forse non è così, o fai finta di non capire ed in quel momento girandoti dall'altro lato noti un affresco un poco scrostato, vedi dipinto Cristo in Croce ed allora, quella notte ti riesce difficile prendere sonno.....ed il viaggio, il Cammino cominciano a farti pensare.”

Letture e film consigliati

Libri

La strada per Santiago

di Jean Christophe Rufin
Edizioni Ponte alle Grazie
prezzo 13,90 €

Destinazione Santiago

di Riccardo Finelli
Edizioni Sperling e Kupfer
prezzo 13,60 €

Film

Il Cammino per Santiago

di Emilio Estevez uscito nel 2010

Sei vie per Santiago

di Lydia Smith uscito nel 2015



“Quando la storia incontra la leggenda...”

A cura di Claudio Ciprandi P.S. P.O. Rho

...vince la leggenda”.

Almeno così è nel West, secondo il grande regista John Ford che fa pronunciare questa frase a Tom Doniphon (John Wayne) protagonista di quel capolavoro cinematografico che è “L'uomo che uccise Liberty Valance”.

Rimanendo nel mitico West, ci fu un uomo la cui vita rimase sempre sospesa tra realtà e finzione, alla quale si adatta alla perfezione la citazione che da il titolo a questo articolo, *“il suo nome era Buffalo Bill...”*.

Di citazione in citazione, chi ama e ascolta Francesco De Gregori avrà immediatamente riconosciuto le parole con cui si conclude la canzone che da anche il titolo ad un suo album, *Buffalo Bill*, appunto.

Ma perché scomodare un film uscito nelle sale cinematografiche all'inizio degli anni '60 ed una canzone incisa ormai quaranta anni fa?

Ma, soprattutto perché scomodare Buffalo Bill?

Perché, anche se in pochi se ne saranno accorti, lo scorso 10 gennaio cadeva il centenario della morte di William Frederick Cody, passato alla storia con lo pseudonimo di Buffalo Bill.

Con qualche articolo di giornale, una trasmissione radiofonica ed una puntata di “il giorno e la storia” su Raistoria la ricorrenza è stata ben presto celebrata e conclusa...

Le cose andarono diversamente nel 1890, quando Buffalo Bill con il suo circo itinerante, il Wild West Show, arrivò in Italia.

Tra le numerose città che costituirono le tappe del suo itinerario, toccò anche Verona ed un cronista d'eccezione, Emilio Salgari, descrisse così l'attesa per quell'evento:

Quest'oggi, alle tre precise, nel nostro anfiteatro avremo adunque il Wild West (Selvaggio Ovest), tutta la vita autentica della frontiera americana rappresentata in azione mercé una serie di quadri meravigliosi, ignoti a noi, popolati di "riflemen" (tiratori di carabina) di cow-boys, di vaqueros messicani, di donne della frontiera e di pellirosse. Avremo insomma tutto un pezzo dell'America ancora selvaggia come caduta dal cielo nel nostro anfiteatro e lo spettacolo strano, veramente nuovo ci è annunciato con un programma attraentissimo.

Conduttore della compagnia è il colonnello William Cody, che servì come capo degli esploratori nelle guerre di frontiera contro le pelli-rosse, grande cacciatore di bufali, intrepido cavalcatore di cavalli indomiti, formidabile tiratore di carabina e che dallo sterminato numero di bisonti uccisi venne soprannominato dall'ammirazione popolare col nomignolo di Buffalo Bill (Guglielmo



Segue ⇨



il bufalo).

Ciò che si narra così dai giornali come dai romanzi americani delle imprese compiute dal colonnello Cody, che è anche generale brigadiere della Volunteer Army, dei pericoli corsi e delle avventure di cui fu l'eroe supera quanto di più inverosimile si può immaginare.

Fu vaccaro, conduttore di diligenza, "portatore di dispacci" (pony express) quando non vi erano nel Grande Ovest le ferrovie. Andava da Smotte Rosse a Trecky, una distanza di 122 chilometri per una strada lunga, pericolosa, spesso battuta dalle pelli-rosse.

Fu in seguito conduttore degli emigrati, guida del generale Alberto Sidney nella spedizione di Utah, capo di esploratori incaricati di proteggere le costruzioni ferroviarie e fornitore di carni degli operai occupati nella costruzione della ferrovia Kansas-Pacifico. Fu in quel tempo che in una sola stagione uccise 4862 bufali!

Combatté moltissime volte contro le pelli-rosse e fu in uno di quei combattimenti, durante la guerra del 1876, che uccise il capo Mano-Gialla con un colpo di fucile in pieno petto e che poi... scotennò, ossia gli levò la capigliatura con un colpo di coltello. Abbiamo detto che il nipote di Mano-Gialla si trova con Buffalo Bill.

Cody è stato anche deputato nella legislatura di

Nebraska e, cosa davvero strana, anche artista drammatico!

Direttore dello spettacolo è Nate Salsbury il quale combatté pure contro gli indiani rimanendo ferito tre volte.

Nel 1868 si fece artista drammatico recitando in America, in Inghilterra e in Australia. Fu lui che condensò in altrettanti quadri viventi la vita, i costumi, gli exploit, le cacce e le battaglie delle sconfinite praterie del Wild West popolate di mandrie di bisonti, di cow-boys, di banditi della frontiera e di pelli-rosse.

Dopo Buffalo Bill gli artisti principali sono il cow-boy Gosse, detto il modello-tiratore, uno dei più intrepidi mandriani che abbiano mai cavalcato il mustang di prateria, tirato con destrezza mirabile il lazo fra i tori inferociti e tenuto insieme tre o quattrocento bestie cornute durante uno di quei cicloni distruttori che infuriano nel Texas: Buk Taylor, il re dei cow-boys, poi Tony Esquivel, un vaquero del sud-ovest, e miss Annie Oakley, la piccola tiratrice infallibile.

Gli indiani sono andati accamparsi al Campone ove hanno rizzato le loro coniche wigwans. Ieri una grande folla si è recata in quella via, ma poco o nulla poté vedere essendo lo steccato molto alto e l'ingresso proibito. Alcuni indiani però, fra cui alcuni con delle penne piantate fra i capelli, hanno passeggiato ieri sera in via Nuova e in piazza Vittorio Emanuele destando molta curiosità fra i passanti. Portavano indosso le loro variopinte coperte che non permettevano di vedere il costume che portavano sotto.

Oggi però li ammireremo nei loro strani costumi e forse potremo vedere l'abito che il capo Sioux Rokey portava nelle guerre contro gli americani e contro lo stesso Buffalo Bill, una specie di uniforme tagliata in una pelle di bisonte sulla quale sono dipinte rozzaemente varie battaglie a cui prese parte.



Wild West Show in the Colosseum Verona Italy 1890.

Segue ⇨



Un ultimo particolare su questi indiani. Tutti hanno preso parte alle guerre di frontiera e si sono più o meno distinti per la loro bravura e sono tutti prigionieri del governo degli Stati Uniti, il quale li ha affidati a Buffalo Bill sotto la sua mallevadoria.

E' importante sapere che Buffalo Bill è esattissimo e che avendo annunciato di cominciare lo spettacolo alle tre, si può essere sicuri che sarà puntuale.

Avviso ai ritardatari.

Il destino mise a confronto due geni, uno che seppe trasformare la sua avventurosa vita reale in mito e leggenda, in una macchina perfetta per guadagnare quattrini e che, forse inconsapevolmente, contribuì in modo determinante a quella che viene definita "americanizzazione del mondo", l'altro che inventandosi viaggi avventurosi mai vissuti riuscì a malapena a fare della sua smisurata fantasia una lavoro per sopravvivere ma che produsse dei capolavori che hanno contribuito a sollecitare l'amore per l'avventura in generazioni di giovani lettori.

Salgari, si dice, non viaggiò mai nei mari del sud dove Sandokan e Brooke si fronteggiarono, dove viveva la Perla di Labuan ma sappiamo con certezza che viaggiò moltissimo in tram dalla sua casa di Torino fino alla sede della Biblioteca centrale di quella città dove trovava informazioni utili a rendere verosimili i suoi romanzi.

Anche noi, come novelli Salgari, possiamo percorrere tranquillamente la distanza che ci separa dalla biblioteca della città dove viviamo e trovare tutte le notizie che possano servire per approfondire la conoscenza del mitico Buffalo Bill.

Troveremo molti libri che raccontano la sua vita per intero ed altri che si soffermano su specifici episodi della sua vita, reali o fantastici, poco importa.

Ne consiglio alcuni.

Per chi fosse interessato alla biografia di Buffalo Bill può essere interessante **Sulle tracce di Buffalo Bill** di Aurelio Sangiorgio.

Per chi fosse invece interessato a conoscere la storia di Buffalo Bill all'interno del contesto storico in cui visse, una bellissima lettura può essere **Gli uomini della frontiera alla conquista del West 1890-1899** di William Davis, considerato uno dei migliori libri sul West.

Chi ama invece i romanzi che affondano le loro radici in fatti storici veri o verosimili si potrà divertire con **Il piccolo diavolo nero** di Gianfranco Manfredi, dove si racconta di una sfida tra Buffalo Bill ed un ciclista ambientato nella Milano di fine ottocento quando la bicicletta poteva essere vista come un pericoloso strumento "sovversivo".

La sfida narrata da Manfredi fu vinta da Buffalo Bill ma nel romanzo di Claudio Calzana **Esperia** il ciclista sconfitto pretende la rivincita che si svolgerà, questa volta, a Bergamo. Naturalmente non vi rivelo chi vincerà...

Sicuramente, però, uno dei più curiosi libri che si possano leggere dedicati a Buffalo Bill è quello che Mark Twain (sì proprio l'autore di capolavori come **Le avventure di Huckleberry Finn** e **Le avventure di Tom Sawyer**) scrisse nel 1906 dal titolo **Autobiografia del cavallo di Buffalo Bill** dove, non a caso, la voce narrante è quella di "Soldier Boy, il cavallo nero preferito da Cody.

Libro curioso che è considerato una delle più radicali denunce dello sfrottamento dell'uomo nei confronti degli animali.

In biblioteca è possibile trovare numerosi fumetti che lo vedono protagonista (uno su tutti il suo incontro con Tex Willer) o film che si ispirano alle sue gesta (meraviglioso quello di Robert Altman **Buffalo Bill e gli indiani**) oppure prendere in prestito il disco di Francesco De Gregori di cui si è parlato all'inizio di questo articolo





L'attività fisica sarà un "farmaco"?

A cura di Cristina Campanello Centro Alzheimer P.O. Passirana.

L'attività fisica "entra" direttamente in ricetta medica come farmaco contro le malattie.

Non è una provocazione, ma è invece il contenuto della nuova proposta di legge, in ambito sanitario, della Regione Piemonte sulla base di dati certi: secondo l'OMS (Organizzazione Mondiale della sanità) 30 minuti di camminata sono in grado di regalarci 3 anni di vita.

La sedentarietà, sempre secondo l'OMS, infatti produce 2 milioni di decessi all'anno.

Nello specifico, la proposta di legge prevede che l'attività fisica possa essere prescritta dal medico in ricetta, per la prevenzione e riabilitazione in ambito sanitario.

La stessa potrà essere svolta all'interno di Percorsi e Palestre della Salute, accreditati presso la Regione, e i corsi dovranno essere svolti da laureati (magistrali) in Scienze Motorie.

Sempre nell'ambito delle proposte di legge è prevista la creazione degli Stati Generali dello sport e benessere, che serviranno per sensibilizzare a stili di vita e cultura della corretta e sana alimentazione.

In ultimo, e non è poco, chi pratica attività motoria, in base alle rivelazioni del Coni, fa risparmiare al nostro sistema sanitario un miliardo e mezzo e, di questi tempi, non sarebbe poco.





Il Sacro Monte di Varese

A cura di Giuseppe Cecchetti

Un modo particolare di andare incontro alla **Pasqua**, che questa'anno è alta, (la Pasqua si celebra alla prima Domenica successiva all'equinozio di primavera) potrebbe essere quello di ricordare la passione di Cristo, percorrendo a piedi una particolare "**via Crucis**" posta immediatamente sopra **Varese** chiamata il "**Sacro Monte**"

Il Sacro Monte di Varese non è solo un luogo di culto, che ricorda la passione di Cristo, ma un percorso "camminatorio" veramente suggestivo, che presenta degli scorci panoramici davvero notevoli.

E' collocato immediatamente sopra Varese e all'interno del parco di **Campo dei Fiori**.

E' raggiungibile in automobile parcheggiando in località sopra **S.Ambrogio** o con autobus Urbani che partono dal centro di Varese e portano alla prima cappella.

Il percorso del Sacro Monte si snoda per circa 2 Km lungo il fianco del monte **Orona** (o Velate), partendo da una quota di 650 m fino ad arrivare alla quota di 850m dove si trova il **Borgo di S.Maria** con il relativo santuario.

E' costituito da 14 cappelle, dedicate ai misteri del rosario e collegate da una strada di ciottolato che, con ampi tornanti, conducono al santuario sommitale di S.Maria del Monte che funge da quindicesima cappella.

Il Sacro Monte di Varese fa parte dei nove **Sacri Monti prealpini** del Piemonte e della Lom-



bardia inseriti nel 2003 dall'**Unesco** nella lista del Patrimonio dell'Umanità.

La costruzione è iniziata nel 1604 e terminata per la quasi totalità(13 cappelle) nel 1623.

Grazie a munifiche donazioni, la costruzione procedette rapida e nel 1698 i lavori risultavano completati nella loro forma attuale.

Come avviene nel rosario le cappelle sono divise a gruppi di 5, lo stile architettonico delle cappelle e degli archi trionfali è ispirato ai modi stilistici del manierismo; le statue e gli affreschi che ornano le cappelle costituiscono nel loro complesso un'elevata testimonianza dell'**arte sacra seicentesca** in area milanese.

La collocazione del Sacro monte rispetta pienamente l'idea secondo la quale un Sacro monte dovesse collocarsi in un ambiente naturale di rilevante interesse paesaggistico, su un'altura dove presistesse una tradizione secolare di pellegrinaggi e testimonianze di fede.

Il paesaggio e quello tipico delle **prealpi varesine** con grandi boschi di faggi, castagni e noccioli e l'altura già prima che si dette l'avvio alla costruzione del sacro monte era stata testimone di rilevanti manifestazioni di fede, la cui origine sconfinava addirittura nella leggenda; un santuario romanico dell'XI secolo e una cappella fatta costruire da S. Ambrogio.

Già allora affluivano al monte Orona fedeli provenienti d'ogni dove, sin da Milano e dal canton Ticino e attorno alla località dove si trova attualmente





il santuario, si venne progressivamente aggregando un borgo di case, con ricovero per i pellegrini.

L'attenzione dei costruttori, tra i quali si distinse la qualità artistica di **Giuseppe Bernascone**, è stata quella di collocare "scenograficamente" gli archi e le cappelle in modo che il pellegrino percorrendo il tracciato dell'ampia strada acciottolata, dovesse godere pienamente del panorama verso la pianura ed il lago di Varese.

Non è a caso che in alcune cappelle corre un porticato che invita il visitatore ad ammirare il paesaggio tutt'intorno.

Dal borgo sommitale la vista è davvero superba; oltre la visione dei laghi varesini e della pianura padana, possiamo gustare la visione delle alpi occidentali con il **monte Rosa del Monviso**.

Il santuario di Santa Maria del Monte oltre a presentare un notevole interno con stucchi ed affre-

sci, conserva un **organo neoclassico** del 1831, opera di Luigi Maroni Biroldi, restaurato da Pietro Talamona nel 1871 e da Vincenzo Mascioni nel 198.

L'intero complesso (borgo e santuario) oltre che a piedi ... è raggiungibile in automobile e anche attraverso una **storica funicolare** recentemente rimessa in funzione.

Chi volesse proseguire oltre il piazzale posteggio che si trova a nord del Borgo (dove si trovano Bar e trattorie tipiche per la ristorazione) può salire a piedi al **Monte tre Croci** e al crinale del più ampio monte di "**Campo dei Fiori**" fino a raggiungere Forte Orino.

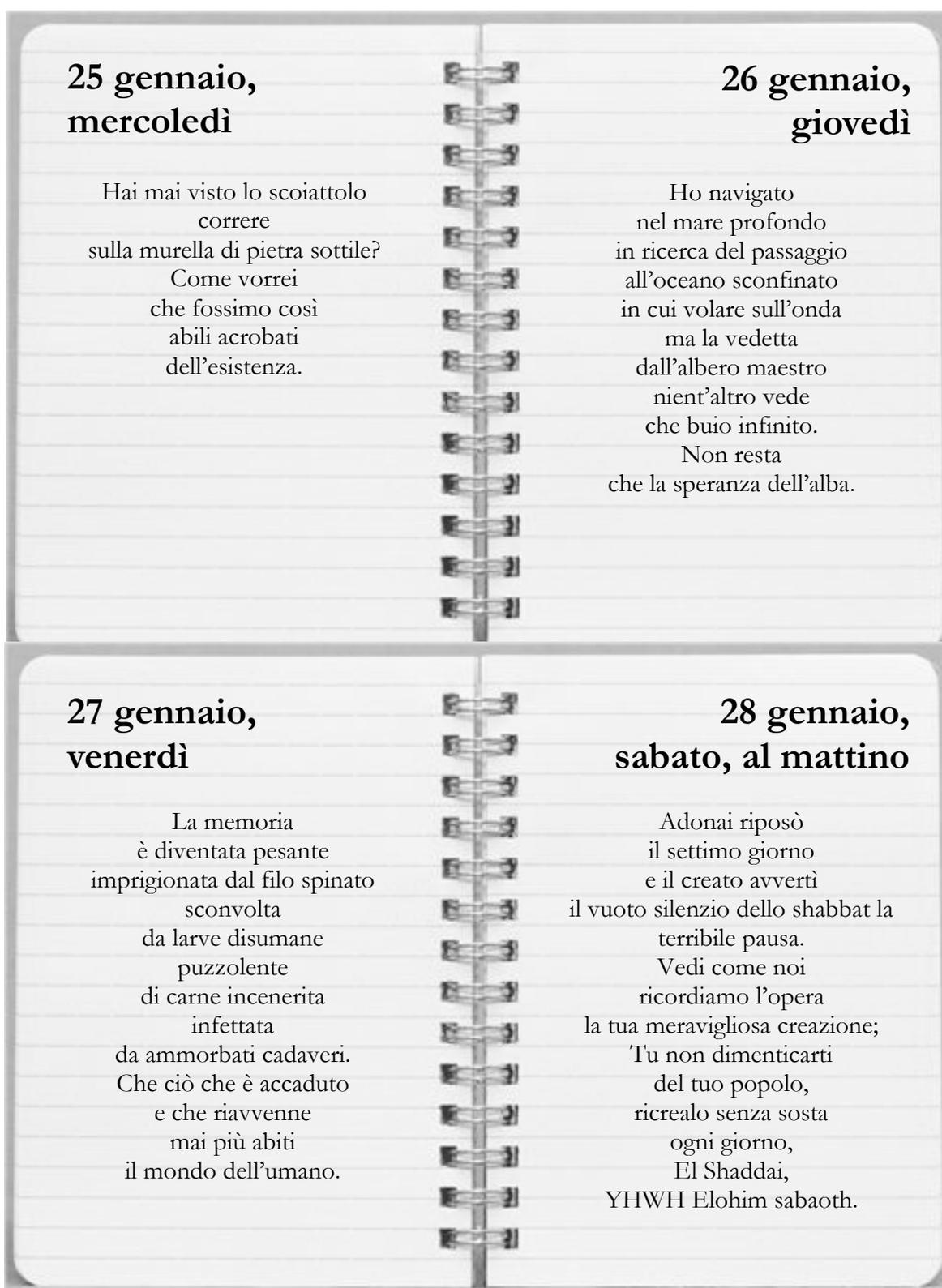
Da sopra si possono ammirare i panorami dei monti a nord della **Valcuvia** e nelle notti serene dall'**Osservatorio astronomico** anche l'intero firmamento con i pianeti e le stelle...





Frammenti di un diario frammentario

A cura di Mario Villa Accettazione P.O. Rho



**25 gennaio,
mercoledì**

Hai mai visto lo scoiattolo
correre
sulla murella di pietra sottile?
Come vorrei
che fossimo così
abili acrobati
dell'esistenza.

**26 gennaio,
giovedì**

Ho navigato
nel mare profondo
in ricerca del passaggio
all'oceano sconfinato
in cui volare sull'onda
ma la vedetta
dall'albero maestro
nient'altro vede
che buio infinito.
Non resta
che la speranza dell'alba.

**27 gennaio,
venerdì**

La memoria
è diventata pesante
imprigionata dal filo spinato
sconvolta
da larve disumane
puzzolente
di carne incenerita
infettata
da ammorbati cadaveri.
Che ciò che è accaduto
e che riavvenne
mai più abiti
il mondo dell'umano.

**28 gennaio,
sabato, al mattino**

Adonai riposò
il settimo giorno
e il creato avvertì
il vuoto silenzio dello shabbat la
terribile pausa.
Vedi come noi
ricordiamo l'opera
la tua meravigliosa creazione;
Tu non dimenticarti
del tuo popolo,
ricrealo senza sosta
ogni giorno,
El Shaddai,
YHWH Elohim sabaoth.

Segue ⇨



28 gennaio, sabato, a sera

Acquistare, cucinare, pulire,
stendere i panni lavati, oziare,
sprecare il tempo
in videogiochi assurdi,
la sera ritrovarsi
intorno a un tavolo
per una pizza con gli amati volti:
può colmare l'abisso
che hai dentro?
Più alte attese abitavano il cuore
che fremeva nell'ultimo lavoro.
Si arenano i confusi desideri
nelle secche dell'arido presente.

29 gennaio, domenica

Non hai nemmeno aperto
il quotidiano
che racconta di un mondo
a te estraneo
delusione d'ideali irrealizzati
irretiti in una messa funerea
a cui sconosciuta è gioia festosa,
in un pasto luculliano e stordente,
in un cinema in centro per gustare
una bellezza che sembra nascondersi
nel disgusto per negozi mai oziosi
dove non abita nessun pensiero
né mai potrà nell'assordante musica
vomitata dalle fauci elettroniche
di altoparlanti sempre troppo uguali.
Come invidia quei dieci alti giovani
fuggiti dalla peste deturpante
a percorrere le vie dell'umano.

30 gennaio, lunedì

E nuovamente tuffato e truffato
estraniato da te stesso
per obbligo
di sopravvivenza
e conservazione
attraversando intricati dedali
labirinti di leggi e convenzioni
regolamenti e assurdi protocolli.
Veramente abitiamo qui felici
o storditi dalla droga del solito
non vediamo la vacuità di tutto
questo agitarsi per inezie
e illusioni?
Qui ci costringe la pentola piena
e ci incatena la paura triste
del deserto che purifica il cuore
dal credersi sufficienti a se stessi.

31 gennaio, martedì

Indossi i soliti vestiti grigi
immetti dati in software
bianchi e neri
esiliato dai colori vivaci
inconsistente pallido fantasma
anima persa nel nebbioso aere
alieno precipitato altrove.
Cerca un varco,
uno strappo nella rete,
se lo trovi non aspettarmi, fuggi.
Solo lascia una traccia per seguirti,
per ritrovarci
oltre il paesaggio desolato,
oltre il lontano orizzonte
e aspettami, anzi, aspettaci tutti,
che solo insieme possiamo gioire
dove il sole ti scalda dolcemente
e illumina il sogno senza sonno
dove si ricompone il senso pieno.



barzellette

A cura di Giovanni Morgana Officina P.O. Passirana

Chissà quanto ci è rimasto male l'inventore della tuta per fare sport quando ha visto che la usiamo per stare più comodi sul divano.



In primavera inizia il periodo in cui la scusa per non andare a correre passa da "troppo freddo" a "quella nuvola non mi convince, meglio non rischiare".

Conto di iscrivermi in palestra per gli ultimi di novembre/primi di maggio.

A volte la cyclette è solo un attaccapanni in incognito. Non azzardarti a trattarmi male.

Io conosco il karate, il tae kwon do, il kung fu, il judo e altre 28 parole difficili!

Faccio una scalinata di corsa, nella testa parte subito la musica di Rocky e nella realtà parte la sirena dell'ambulanza.



Che allenamento hai fatto oggi?
Panca piana e addominali, oppure panca inclinata e gambe?

- Ho fatto di meglio: pancarré e mortadella!

Come si indossa una cuffia da piscina in silicone? Semplice: la punti sulla fronte con un dito, infili il pollice dietro, poi tiri (più o meno con la stessa forza che serve a caricare una balestra) finché non hai le dita dietro le orecchie, poi molli di colpo e senti FFFFIUUM.

La prima cosa di cui ti rendi conto è che non hai più l'espressione.

Allora pensi di toglierla, ma non puoi, perché ti ha tolto anche la mobilità delle braccia.

Il dottore mi ha detto di fare esercizio fisico, ma di abituarci gradatamente.

Oggi ho iniziato: sono passato IN MACCHINA davanti al negozio che vende le tute da ginnastica...

Bari. Nonna e nipote davanti alla tv.

"Ma ci e' stu sport akksie' violent?"

"A no' ie' pugelat!"

"E pu nu gelat s'ana da' tant mazzat?"



Andiamo al cinema

A cura di Fabrizio Albert

AGNUS DEI

Francia, Polonia 2016

Regia: Anne Fontaine Sceneggiatura:

S.B.Karine, A.Fontaine, P.Bonitzer, A.Vial

Fotografia: C.Champetier Musiche: G.Hetzel

Interpreti: Lou de Laage, Vincent Macaigne,
Agata Kulesza, Agata Buzek, Joanna Kulig, Katarzyna Dabrowska, Thomas Couman



Forse solo una donna regista poteva rendere la complessità di una situazione così drammatica e portarla a soluzione con un messaggio nel contempo di speranza, di ottimismo e di condivisione.

La storia è vera e riguarda una giovane dottoressa del-

la Croce Rossa, mandata in missione in Polonia subito dopo la guerra, nel '45, per assistere e riportare in Francia i soldati sopravvissuti. Già l'autonomia di pensiero e l'indipendenza della ragazza la dicono lunga sulle scelte femministe che la regista normalmente persegue nei suoi films: si tratta, infatti, di una ragazza giovane e bella, sola, in un teatro di guerra, in mezzo a soldati e a colleghi chirurghi tutti maschi, in uno scenario di per sé drammatico e pericoloso. La cosa, tuttavia, si complica e si arricchisce di nuovi spunti quando la ragazza viene chiamata d'urgenza da una suora del vicino convento di clausura e si trova a dover affrontare sui due piedi un cesareo per un parto podalico (!?!). Purtroppo, come dice la Superiora, la fine della guerra non significa la fine delle violenze e la giovane chirurga, Mathilde Beaulieu, entrata nel convento incredula e dubbiosa, si trova di fronte al racconto di uno stupro perpetrato dai soldati sovietici nei confronti delle povere suore, ben sette delle quali rimaste gravide. Così la dottoressa, laica e senza particolari problemi morali, si deve confrontare con i pen-

sieri, i sentimenti, i pudori, le paure delle consorelle e le loro reazioni, già solo dubbiose nell'affrontare una visita medica (in particolare ginecologica...), figuriamoci poi nei confronti di una gravidanza e del parto. Le storie e i vissuti delle sorelle sono naturalmente differenti, dalla Superiora che assolutamente vuole mettere tutto a tacere, anche a costo di far morire i bambini, al risveglio della coscienza del proprio corpo e del senso materno di qualcun'altra, non disponibile assolutamente a staccarsi dal proprio bambino e desiderosa di farlo nascere e crescere.

I vari problemi naturalmente si aggrovigliano e sono assai complessi (il voto di castità, la gerarchia, l'obbedienza, la clausura, la fede e nel contempo la natura con i suoi cicli vitali, la fisicità, la maternità) e la dottoressa, all'inizio scettica e distaccata, viene lentamente coinvolta, anche con grave pericolo personale, in questo mondo a parte, grazie alla mediazione di una suora che parla francese e che le fa intendere che lei è la loro unica speranza di vita e di salvezza.

La regista, anche sceneggiatrice, adattando la storia dal diario scritto dalla vera dottoressa francese, Madeleine Pauliac, esamina le varie situazioni con occhio laico, ma partecipe e sensibile, cercando di coinvolgerci a comprendere senza necessariamente giudicare, anche dove saremmo portati allo sdegno e al rifiuto di qualche situazione estrema.

La soluzione trovata dalla dottoressa, che consente di salvare la maggior parte dei bambini e nel contempo la condotta delle suore, senza creare scandalo, ma anzi stimolando un comportamento umano e altruista che si fa carico, in una unica comunità, anche degli orfanelli di guerra, ci rasserena e ci offre una visione ottimistica del futuro, dopo il dramma della guerra e della violenza. Quello che alla fine risalta di più, al di là delle visioni ideologiche e personali così differenti, è la solidarietà femminile, la partecipazione umana, la sensazione di condivisione di un destino nonostante tutto.

Forse merita sapere che la regista ha adottato un bambino vietnamita nato da uno stupro e ha due religiose in famiglia...chi meglio di lei poteva comprendere la situazione?

Segue ⇨



IL CLIENTE

Iran, Francia 2016

Regia: AsgharFarhadi

Sceneggiatura: AsgharFarhadi

Fotografia: HosseinJafarian

Interpreti: ShahabHosseini, TaranehAlidoosti, Babak Karimi, MehdiKoushki, FaridSajjadiHosseini, Ema-dEmam, AmadEmami, Maral Bani Adam, Mina Sa-dati



Un bel film, intenso, profondo, coinvolgente, di analisi e approfondimento della complessità dell'animo umano e della società attuale, in Iran ma non solo. La storia si svolge a Teheran, oggi. Protagonista è una giovane coppia assai affiatata, moderna, di idee aperte. Lui è insegnante al liceo, ma entrambi recitano al teatro alla sera e sono i protagonisti di "Morte di un commesso viaggiatore" di Arthur Miller. La vicenda della coppia si intreccia con la messa in scena teatrale, in un continuo rimando tra realtà e finzione.

Si parte da una apparente banalità del tutto casuale (... il fato...), ma, man mano che la storia va avanti, si approfondiscono le responsabilità individuali e le conseguenze di scelte e comportamenti.

Emad e Rana sono costretti ad abbandonare temporaneamente il loro appartamento a causa di un cedimento strutturale dell'edificio. Vengono aiutati da un amico attore che mette a loro disposizione un suo appartamento appena liberato da una donna, a quanto pare di facili costumi, che riceveva i clienti in casa. Suona un campanello e Rana, istintivamente, pensando che sia il marito, apre la porta di casa mentre sta facendo la doccia. Purtroppo, invece, sale uno dei clienti della prostituta che, eccitato, le usa violenza e scappa.

Da qui parte l'analisi del film, scavando nel non detto, nei rapporti di coppia, nel vissuto personale dei due personaggi che si confrontano con se stessi e nel contempo con il pubblico in teatro. Rana non vuole che il marito vada alla polizia a denunciare la cosa, non vuole che si sappia nulla, ma nel contempo ha paura, l'insicurezza si insinua nella sua vita e nella sua recita. Il marito, pur essendo laico e moderno, non ce la fa a sopportare l'affronto e cerca una vendetta personale che purifichi e cancelli l'onta.

Inizia una spietata caccia al colpevole, portata avanti con assoluta determinazione, che inchioda lo spettatore alla sedia fino alla fine. Emad troverà l'aggressore, ma quello che avrà di fronte sarà in realtà più debole e indifeso di lui e coinvolgerà l'intera famiglia in una punizione al contempo simbolica e crudele, dalle conseguenze imprevedute. Delitto e castigo non risolveranno i dubbi e le inquietudini dei protagonisti, anche se la fine non sarà come la morte del commesso viaggiatore, ma un profondo malessere personale e di coppia. Drama moderno che esamina i rapporti tra il caso e le reazioni individuali, la responsabilità morale, il vissuto di un uomo (...maschio) e la società in cui vive, in trasformazione, ma pur sempre legata a comportamenti e tradizioni ataviche.

Premiato a Cannes e in corsa per l'Oscar (il secondo per il regista dopo "La separazione", altro splendido film), Farhadi ha rinunciato ad andare in America per solidarietà con i connazionali dopo i vergognosi provvedimenti restrittivi di Trump nei confronti degli immigrati, in particolare iraniani. Speriamo che anche questo serva a risvegliare la coscienza e la ribellione dei cittadini degli Stati Uniti!

Segue ⇨



NERUDA

Cile, Argentina, Francia, Spagna 2016

Regia: Pablo Larraín

Sceneggiatura: Guillermo Calderón Fotografia:

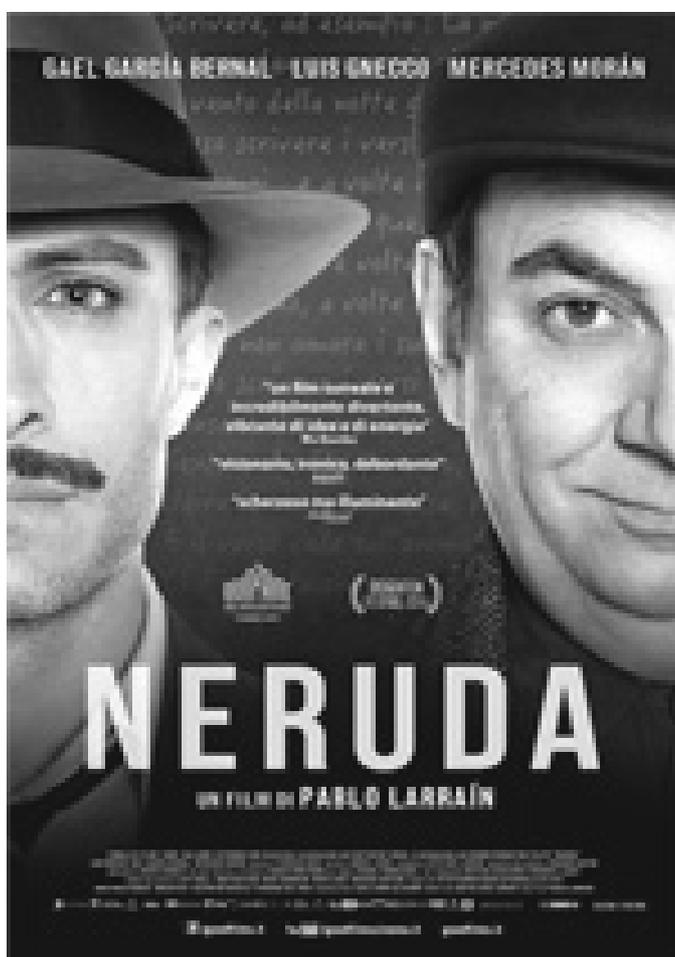
Sergio Armstrong

Musiche: Juan Federico Jusid

Montaggio: Hervé Schneid

Scenografia: Estefanía Larraín I

nterpreti: Luis Gnecco, Mercedes Morán, Gael García Bernal, Emilio Gutiérrez Caba



Film assai controverso, a giudicare dalle critiche, entusiastiche di qualcuno e stroncanti di altri. La storia si svolge nel 1948, a pochi anni dalla fine della seconda guerra mondiale, in Cile, dove il governo, eletto anche con i voti della sinistra, decide di allinearsi alla politica statunitense e di mettere fuori legge il partito comunista. Neruda è già famoso in patria, molto amato come poeta e scrittore, è senatore comunista e denuncia con i suoi discorsi la politica del presidente

Videla che, a questo punto, dà ordine al prefetto di polizia Oscar Peluchonneau di arrestarlo.

La storia del film viene raccontata in prima persona dal poliziotto (personaggio inventato, ma funzionale come alter-ego negativo del poeta), in un tentativo malriuscito di riscatto di sé stesso, del suo lavoro e delle sue umili origini. La fuga e l'inseguimento servono al regista per illustrare a modo suo il personaggio di Neruda, una specie di narciso donnaiolo egocentrico e sprezzante del pericolo, per sé e soprattutto per gli altri, vanaglorioso e spavaldo. Invece, secondo Larraín, la fuga serve al poeta per ingigantire l'immagine di sé, per stimolare l'ispirazione (di qui avrà origine la raccolta di poesie "Canto general"), tanto da voler creare con il suo persecutore una specie di gioco al gatto e al topo, seminando il suo percorso di indizi, addirittura provocando il poliziotto e chiamandolo quando, in mezzo alla neve sulle Ande, sta per attraversare il confine. Alla fine Neruda, come deciso dal partito comunista cileno, riuscirà ad espatriare clandestinamente e continuerà in Europa la sua vita di esule privilegiato, fra inviti, cene e belle donne, fino al premio Nobel nel 1971.

Pablo Larraín, figlio dell'ex presidente dell'Unione Democratica Indipendente, partito conservatore molto invischiato con il potere, prosegue la sua analisi del Cile, della sua storia, della sua politica, da un punto di vista molto personale, non sempre condivisibile. Non si sa se abbia voluto smitizzare il grande poeta, svelarne i lati più ambigui di borghese e gaudente, pur riconoscendo come la gente del popolo fosse legata a lui, alla sua poesia letta e recitata tante volte, anche durante la prigionia. Un film ambiguo che lascia un po' sconcertati anche volendolo solo considerare una favola su Neruda e il suo mito e non una vera biografia. Un film da discutere...



Organigramma Cral - Delegati di settore

NUOVO DIRETTIVO ELETTO NEL 2013

Le cariche vengono così suddivise:

Pastori Angelo: Presidente (Emoteca Rho tel. 3346-3349)
Carrannante Antonio: Vice Presidente (Officina Passirana tel. 4489)
Grassini Roberta: Segreteria (Laboratorio 345 6337108)
Ardito Antonio: Cassiere (Rianimazione Rho tel. 3350)
Paladini Tony: Consigliere (Officina Rho tel. 64233)
Geraci Angelo: Consigliere (Economato Passirana 3604)
Veronelli Tarcisio: Consigliere (Pensionato)
Zucca Torquato: Consigliere (Pronto Soccorso 3457341549)
Ciani Nadia: Consigliere (Laboratorio Analisi Rho tel. 3749)

NUOVI REVISORI DEI CONTI ELETTI NEL 2013

Catizone Graziella: tel.2777
Maggioni Roberta: tel.3399
Schieppati Cesarina

Per ogni settore si definiscono dei delegati:

- o GIORNALINO: Pastori Angelo tel.3346-3349
- o SPORT: Geraci Angelo tel.4604, Zucca Torquato tel. 3457341549
- o CONVENZIONI: Geraci Angelo tel. 3604, Ciani Nadia tel. 3749
- o AFFARI GENERALI E MONTAGNA: Pastori Angelo tel. 3346-3349
- o TURISMO: Carrannante Antonio tel. 4577, Zucca Torquato tel. 3457341549
- o CONTATTI CON EX DIPENDENTI: Veronelli Tarcisio
- o SEGRETERIA: Grassini Roberta tel. 345 6337108
- o GRUPPO FOTOGRAFICO: Veronelli Tarcisio 3281466911
- o CORSO DI LINGUE STRANIERE: Verna Annalisa tel. 3325
- o RESPONSABILE SITO INTERNET: Castronuovo Giacomo tel. 60103
- o BENEFICENZA: Grassini Roberta tel. 345 6337108,
- o ESPOSITORI: Gelmi Rossana tel. 3921873926, Tony Paladini 64233
- o BIGLIETTI CINEMA: Paladin Tony: 64233
- o COMMERCIALISTA: Lorella Dott.Borghetti Commercialista Revisore Contabile
Via Baracca Rho tel. 029308810



Attività anno 2017

	<p>FESTA SOCIALE. Responsabile: Tarcisio Veronelli veronellitarcisio@gmail.com. Verrà organizzata la tradizionale Festa Sociale, giunta alla sua 24° edizione, dove vengono premiati i soci che hanno terminato il loro percorso lavorativo</p>
	<p>FESTA D'INIZIO ESTATE. Organizzazione della 5° festa di inizio estate.</p>
	<p>PACCO NATALIZIO. Distribuzione a beneficio di tutti i soci del pacco natalizio.</p>
	<p>SOLIDARIETA'. Responsabili Roberta Grassini tel. 3456337108. Verranno organizzate le tradizionali giornate giunte alla 23° edizione nel periodo pasquale e natalizio.</p>
	<p>GRUPPO CULTURALE Responsabili: Gina Mariano, Tony Paladini TPaladini@asst-rhodense.it, Claudio Ciprandi cciprandi@asst-rhodense.it, Valter Ciaraulo, Fabrizio Albert e Angelo Pastori APastori@asst-rhodense.it tel. 3457529063. Febbraio: "Viaggio nei sapori" cena, letture e musiche spagnole. Marzo reportage da titolo: "Le nevi del Kilimanjaro", aprile "Viaggio nella musica Jazz", maggio "Viaggio nel corpo umano", settembre "Viaggio sul pianeta Marte". Sono ancora in fase di definizione altri tre appuntamenti: "Viaggio nella disabilità", "Viaggio nel buio e "Viaggio dietro le sbarre".</p>
	<p>PENSIONATI. Responsabile Tarcisio Veronelli veronellitarcisio@gmail.com. Continuerà l'aggiornamento sulle iniziative proposte durante l'anno.</p>
	<p>SETTORE TURISMO. Responsabili Antonio Carrannante ACarrannante@asst-rhodense.it tel. 4577 Zucca Torquato TZucca@asst-rhodense.it tel. 3397874184 Aprile / Treviso e Trieste 3 gg (dal 1 al 3), Maggio/ Egadi 6/7 gg (dal 6 al 12), Giugno/Valeggio sul Mincio 1gg (3/6), Giugno/ Bologna 2 gg (17-18), Ottobre / Tour Puglia 7 gg (dal 1 al 7), Novembre / Terme sulle Dolomiti 3 gg (dal 17 al 19), Dicembre / ponte Immacolata / Barcellona 3/4 gg (tra 6 e 10).</p>
	<p>CORSO DI INGLESE E SPAGNOLO. Responsabile Silvana Ventrice SVentrice@asst-rhodense.it tel. 3351. Verranno riproposti i corsi di lingua inglese e spagnola a diversi livelli.</p>
	<p>CORSO DI BALLO. Responsabile Roberta Grassini tel. 3456337108. Verranno riproposti corsi di ballo liscio, caraibico, balli di gruppo, zumba, pilates e ballo country.</p>



Attività anno 2017

	<p>PESCA. Responsabile Torquato Zucca TZucca@asst-rhodense.it tel. 3397874184. 18/03/2017 mattino gara adulti, 28/05/2017 mattino gara adulti, 28/05/2017 pomeriggio gara bambini MEMORIAL RITA BONASSISA , 28/10/2017 mattino gara adulti.</p>
	<p>GRUPPO "AMICI DELLA MONTAGNA". Responsabile Angelo Pastori APastori@asst-rhodense.it tel. 3457529063. Febbraio, marzo due giorni in rifugio, maggio, in collaborazione con il Gruppo Culturale, "Via degli Abati", settembre e ottobre gite escursionistiche.</p>
	<p>NOTIZIARIO "IL GIORNALINO". Responsabile Angelo Pastori APastori@asst-rhodense.it tel. 3457529063. La pubblicazione del notiziario sarà trimestrale.</p>
	<p>GALLERIA FOTOGRAFICA Responsabile Tarcisio Veronelli veronellitarcisio@gmail.com. Verranno esposti gli elaborati fotografici per un totale di sei esposizioni e un concorso con tema il viaggio.</p>
	<p>SEDE ESPOSITIVA. Responsabile Rossana Gelmi RGelmi@asst-rhodense.it tel. 3921873926 e Milena Catizone MCatizone@asst-rhodense.it</p>
	<p>CONVENZIONI. Responsabile Angelo Geraci AGeraci@asst-rhodense.it . Continuerà la ricerca di negozi e attività del nostro territorio che vogliano sottoscrivere una convenzione con il nostro Cral, inoltre verrà rinnovata l'iscrizione all'Asso Cral Italia. Per maggiori informazioni www.assocral.org</p>
	<p>BIGLIETTI CINEMA THE SPACE CINEMA. Responsabile Tony Paladini TPaladini@asst-rhodense.it 64233. Verrà riproposta la vendita dei biglietti a prezzo scontato.</p>
	<p>SITO WEB. Responsabile Giacomo Castronuovo Gcastronuovo@asst-rhodense.it tel. 60103. Continuerà il miglioramento del sito.</p>
	<p>STRAMILANO. Responsabile Graziella Catizone GCatizone@asst-rhodense.it tel. 2777. In questo anno di attività verrà riproposta la partecipazione a questa corsa non competitiva</p>
	<p>PALLAVOLO. .Responsabili Ghiani Roberta tel 3391428320 roberta.ghiani@gmail.com . Continuerà l'attività anche per l'anno 2017.</p>
	<p>CORSO DI PITTURA. Responsabile Fernanda Montesano FMontesano@asst-rhodense.it tel. 4529. Verrà riproposto il corso.</p>



IL GIORNALINO

MARZO 2017

ANNO XXV

NUMERO 86

PAGINA 22

Convenzioni a cura di Angelo Geraci AGeraci@asst-rhodense.it

Shopping Club La Perla

Via Europa 41 20010 Pogliano Milanese
Tel/Fax.02 93256950 - info@shoppinglaperla.com

Orari Negozio:
dal lunedì al sabato dalle 10.00 alle 19.00

Dietro presentazione della tessera Cral,
i soci potranno richiedere la tessera
per accedere allo spaccio (shopping club card).
Troverete prodotti delle migliori marche
provenienti dal circuito
“cambio merce pubblicitaria”
con sconti tra il 40% ed il 70%.



POINT S.n.c. di Dominoni Andrea & C.

Via Sempione 20/C
20020 Barbaiana di Lainate (MI)
Tel.: 02 93256428 Fax: 0293258039
E-Mail: info@pointsnc.com
Sito-Web: www.pointsnc.com

Cartoleria-cancelleria-informatica

SCONTO DEL 10% SUL TOTALE VENDITA
DI MATERIALE PER SCUOLA ED UFFICIO
(ESCLUSI CONSUMABILI E INFORMATICA)

HANGAR 107

MILANO – VIA GADAMES 107
MILANO – VIA P.e A.PIRELLI 16(BICOCCA)
WWW.HANGAR107.IT

Prodotti di marca scontati dal 40% al 80%
presentandoti come convenzionato n.140
Cral degli operatori socio sanitari del Rhodense.



OTTICA

Via Milano 44
20014 Nerviano (MI)
tel 0331584524
mail : noptik00@rossinoptik.191.it/
rossinoptik@gmail.it
www.rossinoptik.it

A TUTTI I SOCI CRAL SCONTO DEL 35% SU
ARTICOLI PRESENTI IN NEGOZIO
20% SU ARTICOLI DA ORDINARE



Settimana in Villaggio Turistico sul Mare
nel Parco Nazionale del Cilento
Resort Paradiso Club
Settimane da euro 399 a persona con trattamento-
mezza pensione formula club
www.resortparadiso.com

Segue ⇨



Convenzioni a cura di Angelo Geraci AGeraci@asst-rhodense.it

STUDIO LEGALE

AVV. RUGGERO STRETTI

20017 RHO – VIA DEI MARTIRI N.2

TEL.029306771 – FAX 0293162750

EMAIL:STUDIOSTRETTI@TISCALI.IT

SERVIZI

LO STUDIO LEGALE STRETTI

E' DISPONIBILE AD EFFETTUARE

CONSULENZE CONVENZIONATE

NELLE SEGUENTI MATERIE:

- Sinistri stradali,scolastici,infortunati nel tempo libero;
- Infortunistica lavoro
- Controversie di lavoro
- Materia relativa a famiglia e minori
- Separazione e divorzi
- Materia di immigrazione
- Controversie condominiali
- Procedure di sfratto,procedure esecutive
- Responsabilita' civile,responsabilita' medica
- Contrattualistica e pareri legali
- Ricorsi per inabilitazione e nomina di amministratore di sostegno,interdizione;
- Recupero crediti
- Materia fallimentare,istanze di ammissione al passivo

Sconto del 10 %





Convenzioni a cura di Angelo Geraci AGeraci@asst-rhodense.it

Studio Legale

Avv. Danila Mirabella - Avv. Antonella Barbaglia

(cell. 393.6515512) (cell. 348.5458493)

Via F. Meda n. 10, Rho (MI)

Tel/Fax 02.93780019

mibalex.rho@gmail.com

www.mibalex.it

DIRITTO CIVILE e DIRITTO PENALE

- In particolare, si precisa in ambito CIVILE, anche la trattazione di:

- Diritto di famiglia (gestione della conflittualità nei rapporti familiari, separazioni e divorzi, regime patrimoniale della famiglia, rapporti tra conviventi, affidamento e mantenimento dei figli naturali, diritto minorile, adozioni,);
- Sinistri (stradali e non) con copertura assicurativa: - in ambito stragiudiziale - non è previsto alcun pagamento preventivo, nemmeno il costo della prima consulenza. In caso di ragione l'onorario spettante all'avvocato verrà successivamente liquidato direttamente dalla compagnia assicurativa;
- Volontaria giurisdizione (amministrazioni di sostegno, interdizioni, inabilitazioni);
- Procedure di sfratto per morosità e per finita locazione.

- In ambito PENALE si precisa anche la trattazione di:

- Redazione e presentazione di denunce-querelle;
- Assistenza a chi è indagato, imputato o persona offesa in un procedimento penale;
- Nel caso di guida in stato di ebrezza per cui è previsto il relativo procedimento penale: redazione di istanze per la richiesta dei lavori di pubblica utilità, *ove la pena detentiva e/o pecuniaria viene sostituita con i lavori socialmente utili*: l'ammissione a tale misura e la buona uscita della procedura comporterà a favore del soggetto *l'estinzione del reato, il dimezzamento del periodo di sospensione della patente e la revoca della confisca del veicolo* del reo, se di sua proprietà.

■ **Possibilità di un primo inquadramento gratuito della problematica via e-mail con preventivo di spesa;**

■ **Prima consulenza in studio: € 50,00 (nel caso di successiva causa giudiziale o stragiudiziale consulenza gratuita);**

■ **Sconto del 30% sui parametri tariffari forensi previsti dal decreto ministeriale**

attualmente in vigore e possibilità di pagamenti rateizzati.



Convenzioni a cura di Angelo Geraci AGeraci@asst-rhodense.it

BRAZ RISTORANTE

Ristorante di Pesce fresco in Lainate(Mi)

Dove Siamo Come Raggiungerci

Ci troviamo vicinissimi, a 150 Mt una Grande rotonda di svincolo della strada statale 33 del Sempione, a Lainate. Abbiamo confinanti, RHO, Milanese e Nerviano. Per chiamarci: : 02 93255206

Puoi trovarci anche sulla Ns. Pagina FB

I Nostri orari sono:

- Lunedì Martedì dalle 7,00 alle 15,00 (Ultimo ordine alle 14,30)
 - Da MercoledìSabato7,00 alle 23,00
- Domenica: dalle 11,00 alle 15,00 / dalle 18,00 alle 22,30

UNA GIORNATA CON NOI SERVIZI

ORE 7.00 Inizio colazioni con ottime

brioche di alta pasticceria

servite con caffè, cappuccino,

cappuccino alla soia

ORE 12:00 Pranzo di lavoro

un primo, un secondo, contorno

acqua e caffè € 11,00

oppure

Pranzo di lavoro alla carta

(ogni settimana un menù diverso)

ORE 15:00 Coffee Break

ORE 18,30 Inizio aperitivi

Venerdì e Sabato musica dal vivo

ORE 20,00 Cena con menù alla carta

Venerdì e Sabato musica dal vivo



Convenzioni a cura di Angelo Geraci AGeraci@asst-rhodense.it

incredit+
MEDIAZIONE CREDITIZIA

Imprendo Group S.r.l., Via Ettore Sacchi, 53/b - 07046 Porto Torres (SS),
mediatore creditizio iscritto nell'Elenco tenuto dall'O.A.M. n° M107

www.increditplus.it

Numero Verde
800 831 828
GRATIS ANCHE DAI CELLULARI

CONDIZIONI ESCLUSIVE RISERVATE AGLI ISCRITTI CRAI (E LORO FAMILIARI)

InCredit offre soluzioni sicure e affidabili per:
**MUTUI • PRESTITI • CESSIONI DEL QUINTO
FIDEJUSSIONI • FINANZIAMENTI AZIENDALI**

IMPORTO TOTALE DEL CREDITO	IMPORTO RATA	CON T.A.E.G. FISSO
5.000 € Importo totale dovuto € 7.200. Durata 120 mesi. Tan Fisso 5,17%; oneri finanziari € 1.843,37; commissioni € 108,00; costi assicurativi € 165,60.	60 €	7,12%
10.000 € Importo totale dovuto € 13.680. Durata 120 mesi. Tan Fisso 4,50%; oneri finanziari € 3.380,93; commissioni € 190,00; costi assicurativi € 286,67.	114 €	6,77%
15.000 € Importo totale dovuto € 20.400. Durata 120 mesi. Tan Fisso 4,50%; oneri finanziari € 4.793,92; commissioni € 306,00; costi assicurativi € 415,70.	170 €	6,36%

... E PER OGNI ALTRA TUA NECESSITÀ

ANCHE CON...

**PROTESTI
RITARDI DI PAGAMENTO
RECENTI NEGAZIONI DI PRESTITO
PIGNORAMENTI**

Richiedi un preventivo gratuito
e senza impegno contattandoci
telefonicamente dal lunedì al venerdì
dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 14.00 alle 18.00,
oppure scrivendo a cessioni@increditplus.it

Anche
per pensionati
fino a 85 anni

incredit+
MEDIAZIONE CREDITIZIA

Messaggio pubblicitario con finalità promozionale. Per le condizioni contrattuali si rimanda ai documenti informativi disponibili presso Imprendo Group S.r.l., con sede in Via Ettore Sacchi, 53/b - 07046 Porto Torres (SS), mediatore creditizio, iscritto nell'Elenco tenuto dall'O.A.M. n° M107 - www.increditplus.it. Salvo approvazione da parte dell'Istituto erogante. Esempi relativi a finanziamenti rimborsabili mediante Cessione del Quinto dello stipendio con durata di 120 mesi riferiti ad un richiedente di 40 anni inserito nell'Amministrazione Pubblica, con 15 anni di servizio. Ogni richiesta di finanziamento è condizionata al preventivo ottenimento delle coperture assicurative dovute per legge ai sensi del D PR n. 180/59. Offerta promozionale elaborata sulla base dei tassi in vigore al 30-06-2016.



Convenzioni a cura di Angelo Geraci AGeraci@asst-rhodense.it



OCCHI & occhiali

TABELLA SCONTI PER L'ANNO 2015

OTTICA ROVEDA - Istituto Ottico Roveda Srl
Via Madonna, 110 - 20017 Rho (MI)
tel.: 029306425
info@otticaroveda.it
Web: www.otticaroveda.it

OTTICA

Via sempione 20
20020, Barbaiana di Lainate
Tel. 0293257390

ARTICOLI SOGGETTI A SCONTO:

- Occhiali da sole sconto 30%
- Tutte le lenti da vista sconto 50% (Su occhiale completo)

Offerta lenti a contatto:

- giornaliera (conf. 30 lenti) € 15 cad.
- mensili (conf. 3 lenti) € 16 cad.
- soluzione unica 360 ml + soluzione salina 500 ml € 9.90

ARTICOLI SOGGETTI A SCONTO

ENTITA' DEL-LO SCONTO

occhiali vista e vista/sole completi (montatura, lenti e montaggio) sostituzione lenti (montaggio escluso)	25%
occhiali sole montature vista	20%
lenti a contatto e liquidi applicazione e controlli accessori vari	dal 10% al 20% in funzione della tipologia

Specializzati in lenti progressive

ANALISI VISIVA GRATUITA

Esame della vista a domicilio per persone con difficoltà motorie

La convenzione si intende estesa ai soci e ai loro familiari

QC TERMEMILANO

Piazza Medaglie D'Oro, 2 Milano 02 5519 9367

Ingressi TERMEMILANO convenzionati:

Lunedì-venerdì	€ 42,00	€ 37,80
Sabato-Domenica-Festivi	€ 49,00	€ 44,10
Ingresso della Sera (dopo le h 17.30)	€ 38,00	€ 34,20
Pausa Terme (dalle h 12.30 alle 15.00 lun-ven)		€ 28,80
Relax sotto le Stelle (dalle h 19.30 alle 23.00 ogni giorno)		€ 28,20

Sono esclusi dagli sconti gli articoli in promozione

La convenzione è riservata ai soci del CRAL ed estesa ai loro familiari



IL GIORNALINO

MARZO 2017

ANNO XXV

NUMERO 86

PAGINA 28

Convenzioni a cura di Angelo Geraci A Geraci@asst-rhodense.it

Ambulatorio Medico DENTALGI

Odontoiatria
Via Manterosa, 19 Rho (MI)
Tel. 02.931.66.92 Cell. 331.3503699

Direzione Sanitaria

Dr. Riccardo Gallani
Medico Chirurgo-Odontoiatra

ODONTOIATRIA - LISTINO PREZZI - 2016

Convenzioni Dite Sconto (25% per 2016) a Dipendenti e Familiari

Prima VISITA
Certificati medici e Preventivi per ASSICURAZIONI o altro € 150,00

GRATUITA

-25%

PRIVATI CONVENZIONATI

CHIRURGIA

Avulsione dente semplice	€ 95,00	€ 70,00
Avulsione denti indugiosa	€ 200,00	€ 150,00
Avulsione denti ottavi		€ 200,00
Avulsione dente incluso.....	CASO X CASO	
Asportazione ciste ossea.....	€ 700,00	€ 525,00
Apicectomia (cura canale esclusa).....	€ 530,00	€ 400,00
Courettage gengivale (6 denti).....	€ 295,00	€ 220,00
Courettage gengivale a cielo aperto (per quadrante)	€ 415,00	€ 310,00
Gengivectomia (arcata).....	€ 700,00	€ 525,00
Allungamento corona clinica.....	€ 95,00	€ 70,00
Rizectomia.....	€ 180,00	€ 135,00
Sutura.....	€ 30,00	€ 23,00
Ablazione tartaro... (a seduta).....	€ 95,00	€ 70,00
Sbiacante.....	€ 70,00	€ 55,00
Sbiacamento permanente (a richiesta).....	€ 700,00	€ 525,00
IMPLANTOLOGIA		
Implanto Monofasico.....		€ 900,00
Implanto Bifasico.....		€ 1000,00
Materiale di riempimento osseo (bioss ,membrane ecc.)....		€ 250,00
Moncone per Bifasico.....		€ 200,00
Rialzo seno mascellare.....	CASO X CASO	

Il prezzo dell' impianto viene calcolato in base al MONCONE che sarà utilizzata

CONSERVATIVA

Sigillatura solchi composito fluorato.....		€ 25,00
Oturazione occlusale.....	€ 95,00	€ 70,00
Oturazione del collare.....	€ 95,00	€ 70,00
Oturazione occhio-mesio-distale.....	€ 140,00	€ 100,00
Ricostruzione dente dev. in composito.....	€ 190,00	€ 145,00
Devitalizzazione monocan. più RX.....		€ 160,00
Devitalizzazione plurican. più RX.....		€ 160,00
Devitalizzazione tre-canali più RX.....		€ 200,00
Devitalizzazione quattro canali più RX.....		€ 220,00
Rx endocale diagnostica.....	€ 30,00	€ 20,00

ORTODONZIA (Dott.ssa Valeria Mazzei - Odontoiatra)

Prima VISITA € 50,00
Seconda VISITA con presa IMPRONTE, FOTO, studio LASTRE..... € 200,00
Ortodonzia Fissa , Ortopedica , Intercettiva , ecc.DA VALUTARE SOGGETTIVAMENTE

PROTESI FISSA

Corona resina Provvisoria	€ 70,00	€ 50,00	
Premo moncone Oro o Carbonio.....	€ 215,00	€ 160,00	
Facchetta in composito.....	€ 215,00	€ 160,00	
Weener crown oro-resina a freddo.....	€ 350,00	€ 300,00	
Weener crown fibra-Composito	€ 800,00	€ 600,00	
Weener crown Oro-Ceramica.....	€ 800,00	€ 600,00	
Weener crown Zirconio-Ceramica.....	€ 940,00	€ 700,00	€ 600,00
Impronta Studio.....	€ 120,00	€ 90,00	€ 50,00
Cementazione Ponti.....	€ 50,00	€ 35,00	
..... dopo 6/8 mesi trasformabile in oro ceramica.		€ 350,00	

offerta 2016

PROTESI MOBILE e SCHELETRICA

Completa Sup. o Inf.	€ 1880,00	€ 1.400,00	€ 1250,00
Cappetta automatica per protesi mobile..... (due teflan)	€ 90,00	€ 60,00	€ 45,00
Contentore Inox per Cappetta automatica.....	€ 120,00	€ 90,00	
Gancio a Filo Acclain.....	€ 70,00	€ 50,00	
Gancio Estetico Bianco.....	€ 270,00	€ 200,00	€ 160,00
Gancio Fuso Cromocobalto.....	€ 140,00	€ 105,00	
Gancio Estetico nylon.....	€ 340,00	€ 250,00	€ 210,00
Byte ortodontico.....	€ 400,00	€ 300,00	€ 250,00
Elementi in Resina (ogni dente).....	€ 120,00	€ 90,00	
Scheletrato Cromocobalto.....	€ 530,00	€ 400,00	
Battuta Metallo e Composito.....	€ 180,00	€ 135,00	
Ammortizzatore o Attacco.....	€ 270,00	€ 200,00	
Ribasatura Indiretta Protesi mobili.....	€ 270,00	€ 200,00	
Ribasatura diretta a freddo.....	€ 180,00	€ 135,00	€ 100,00
Riparazione Protesi mobile.....	€ 140,00	€ 105,00	

N.B.: IN CHIRURGIA I MATERIALI DI RIEMPIMENTO OSSEO, IN GEL, IN SPUGNE, IN GRANULI O GARZE, VENGONO CONTEGGIATI A PARTE.
NELLA PROTESI PER LAVORI PARTICOLARI FUORI LISTINO I PREZZI VENGONO CONTEGGIATI A PARTE

Si riceve per appuntamento: da LUN. a VEN. 14-30 - 19-30
SABATO 9-30 - 12-30

GIOVEDI' CHIUSO
Listino valido fino 31-12-2016

SIAMO CONVENZIONATI con:
UNISALUTE fondo EST-PREVIMEDICAL-FASDAC-ADENT-PRONTOCARE-WINSALUTE-POSTEVITA (forma diretta)
DAY MEDICAL-FASCHIM (forma indiretta)
Compagnia Carabinieri Rho-Vigili del fuoco Rho-Citterio-Apex Casalinghi-Agip-L.B.M. ecc.



Convenzioni a cura di Angelo Geraci AGeraci@asst-rhodense.it

Generali Italia S.p.A.

Agenzia di Rho

Ageniti
Marielozia Caloni
Frediano Giannuso

Via Madonna, 32
20017 Rho
T +39 02 9302916
F +39 02 9309493

Luglio 2016

Convenzione tra il CRAL AZIENDA OSPEDALIERA RHO e l'Agenzia 097 di Rho

Premesso:

che il **CRAL AZIENDA OSPEDALIERA RHO** ravvisa l'utilità di offrire ai dipendenti in forza o in quiescenza dell'Azienda Ospedaliera iscritti al CRAL e ai professionisti che operano presso la struttura iscritti al CRAL uno speciale trattamento mediante la stipulazione di polizze di assicurazione facoltative;

che **Generali Italia S.p.A.**, per le finalità che persegue, è disposta a concedere per il tramite dell'**Agenzia 097 di Rho**, condizioni di favore;

tra **CRAL AZIENDA OSPEDALIERA RHO**
e
l'Agenzia 097 di Rho

viene stipulato il seguente accordo:

1. Oggetto dell'accordo

Oggetto del presente accordo sono le coperture assicurative agevolate per tutti i rischi connessi alla tutela della persona di seguito specificate.

2. Agevolazioni - Ramo Danni

In ordine alle polizze riguardanti il Ramo Danni che saranno stipulate in virtù del presente accordo, **Generali Italia S.p.A.**, per il tramite dell'**Agenzia 097 di Rho**, accorda i seguenti benefici rispetto alla tariffa standard:

Generali Sei in Sicurezza

- **Sezione infortuni**
- **Sezione Malattie**

sconto del 20%;
sconto del 10%;

Generali Sei in Salute

sconto del 15%.

Ferme le regole tariffarie e normative dei prodotti.

Generali Sei a Casa

sconto del 30%.

Generali Italia S.p.A. - C.F. iscritta nel Registro Imprese di Treviso n. 004096202664 - Partita IVA 0088557027 - Capitale Sociale Euro 1.512.628.400,00 i.v. - Pagine generaliitalia@pec.generaligroup.com, Società iscritta all'Albo delle Imprese IVASS n. 1.00021, soggetta al attività di direzione e coordinamento dell'Azienda Unica Assicurazioni Generali S.p.A. ed appartenente al Gruppo Generali, iscritto al n. 026 dell'Albo dei gruppi assicurativi.

RCA

Generali Sei in Auto

Autovetture

sconto massimo del 20% sulla tariffa vigente

Tali agevolazioni sono applicabili esclusivamente in presenza di attestati completi e indenni da sinistri ed aventi classe di merito CU non superiore alla 14, nonché per i veicoli di prima immatricolazione/voltura.

La presente deroga non è associabile ai veicoli dotati di dispositivo satellitare.

CVT – Autovetture

INCENDIO/FURTO sconto massimo del 15%, fermi gli scoperti di tariffa e le disposizioni assuntive previste per le predette garanzie.

N.B: le deroghe Auto concesse in Convenzione con il CRAL AZIENDA OSPEDALIERA RHO sono limitate alle polizze dei dipendenti (tecnici, amministrativi, medici) in servizio presso l'AZIENDA OSPEDALIERA e iscritti al CRAL.