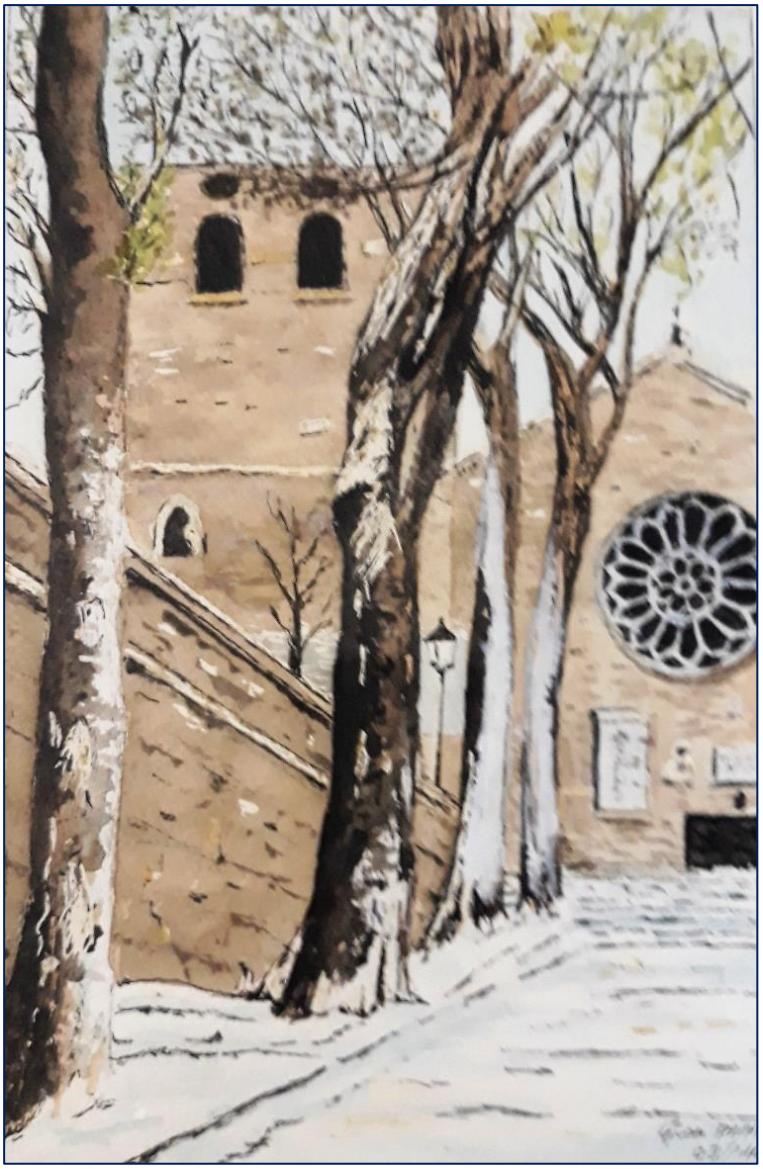
uni3triestenews

cogito ergo sum

Uni3triestenews - Anno V - febbraio 2019

In questo numero

Pagina 1	*Il Giorno della Memoria 2019*
Pagina 2	*La modernità, tolleranza e libertà religiosa: la questione ebraica* di Fabio Francescato
Pagina 3	*Rosso Istria e il Giorno del Ricordo* di Eugenio Ambrosi
Pagina 4	*Una storia avvincente* di Silvio Orel
Pagina 5	*Siamo tutti matematici (ma non ce lo hanno detto)* di Giulio Salvador
Pagina 6	*Tutankhamon, il suo tempo, la sua storia, la sua tomba* di Susanna Lena
Pagina 7	*Gli scienziati avvertono: la natura selvaggia sta scomparendo.L'estinzione di una lumaca e l'equilibrio naturale* di Francesca Doria
Pagina 8	*Ritratto formale con compatta* di Giuseppe Gerini *Grazie Uni3*
Pagina 9	*Carnevale a Trieste* di Luigi Milazzi
Pagina 10	*Comprendere l'economia* di Bruno Megna *Passeggiate virtuali nella Trieste attraverso i secoli* di Andrej Sinigoi
Pagina 11	*Le due Italie* di Mario Grillandini
Pagina 12	*Beatles. . . e non solo* *La visita allo Speleovivarium* *Da Tiziano a Van Dick*
Pagina 13	*Esplorazioni spaziali del nostro Sistema Solare* di Mauro Messerotti
Pagina 14	*L'importanza della disintossicazione* di Maria Clobas
Pagina 15	*Il bridge ad Aurisina* di Ugo Lupattelli *Un quiz mujesano* di Fulvio Piller



Un lavoro dei nostri laboratori artistici

IL GIORNO DELLA MEMORIA 2019

Dal 2000 la Repubblica italiana ha riconosciuto il 27 gennaio, data dell'abbattimento dei cancelli di Auschwitz, come "Giorno della Memoria", al fine di ricordare la Shoah, le leggi razziali, gli italiani che hanno subito la deportazione, l'internamento e la prigionia.

Anche quest'anno UNI3 ha ricordato tale giornata con una manifestazione che si è tenuta martedì 29 gennaio 2019.

Dopo l'introduzione del dott. Lino Schepis, presidente di Uni3 la prof.ssa Sabrina Benussi ha illustrato il progetto Razzismo in classe realizzato al liceo Petrarca e ha inquadrato storicamente le leggi razziali e le sue gravissime conseguenze.

Successivamente ha presentato il docufilm 1938 *Vita amara* e il video della mostra *Razzismo in classe* realizzato in collaborazione con la classe 4I del Liceo F. Petrarca.

E' seguito un breve intervento del coro "*LIONS SINGERS*", che ha concluso la manifestazione cantando alcuni brani in lingua ebraica.

IL PICCOLO
Il nome DUCE pulsa in tutti i cuori
Trieste nell'attesa del grande giorno
Duce e Popolo
Infiniti episodi
di appassionato fervore

Il 18 settembre del 1938 Benito Mussolini proclama da Piazza Unità a Trieste che l'Italia diventa finalmente un paese razzista, non per opportunismo ideologico (alleanza con la Germania hitleriana, bollando semplicemente come "deficienti" chi riteneva ciò) ma per cultura e storia del glorioso millenario popolo italico, superiore a tutto e tutti. Uno dei primi effetti della nuova legislazione è l'espulsione tout court degli Italiani di razza "ebrea" dalla scuola ed istruzione pubblica, ormai diventati non più "ariani". Da un giorno all'altro, a causa della promulgazione, alcuni banchi e sedie rimangono vuoti, con compagni di classe che non trovano più il proprio dirimpettaio, rimasto a casa, ormai escluso da qualsiasi partecipazione alla vita sociale.

Gli studenti della 4i del liceo Petrarca, coordinati dalla prof.ssa Sabrina Benussi, sono riusciti, recuperando ricordi degli ultimi sopravvissuti e testimonianze di familiari, a far rivivere l'esperienza provata dai protagonisti di tali eventi, e non senza impedimenti politici, a riproporla in maniera empatica in una mostra, con la relativa realizzazione di un documentario.

MODERNITÀ, TOLLERANZA E LIBERTÀ RELIGIOSA: LA QUESTIONE EBRAICA

Si sostiene talvolta che grazie all'Illuminismo la tolleranza religiosa si sia imposta nel mondo moderno come una conquista definitiva. Questa, in realtà, è un' affermazione infondata: lo spettro dell'intolleranza è ancora presente, come testimoniano le vicende che quotidianamente avvengono in tutto il mondo. Per di più l'intolleranza religiosa è diventata da qualche tempo un'emergenza a livello mondiale.

Gli studi più recenti hanno messo in luce come l'intolleranza religiosa stia al giorno d'oggi dilagando. Brian J. Grim, presidente dell' autorevole ***Religious Freedom & Business Foundation***, ha stimato che all'incirca il 76% della popolazione mondiale, pari a 5,3 miliardi di persone, non goda della libertà religiosa: un fenomeno che, nelle sue varie forme, è in aumento sensibile a partire dal terzo millennio!

Il discorso sulla tolleranza va quindi ripreso a cavallo dei secoli XVIII e XIX, e sviluppato con attenzione e misura lungo quel secolo che gli storici indicano spesso il secolo degli stati 'nazionali'.

Che la 'modernità' sia una realtà molto complessa e spesso contraddittoria risulta già da un'analisi a volo d'uccello dell'atteggiamento di un filosofo che tradizionalmente è considerato un alfiere della moderna tolleranza. Nei confronti degli ebrei l'"illuminato" Kant " non le manda a dire:

" *Il Giudaismo non è propriamente una religione; ma solo una riunione di una moltitudine di uomini, che, appartenendo ad una razza particolare, si diedero la forma non di una chiesa, ma di una comunità retta da leggi solamente politiche [...] Siccome senza la credenza in una vita futura non si può concepire nessuna religione, il Giudaismo, in quanto tale, preso nella sua purezza, non contiene dunque una fede religione.*"

Nel periodo che prenderò in esame quest'anno le "guerre di religione" tra cattolici e protestanti sono soltanto un drammatico ricordo. Sullo sfondo di quel fenomeno così centrale della modernità che è la nascita degli stati nazionali, si viene sempre più imponendo un nuovo orizzonte politico, quello dello Stato nazionale con tutti i suoi miti fondativi.

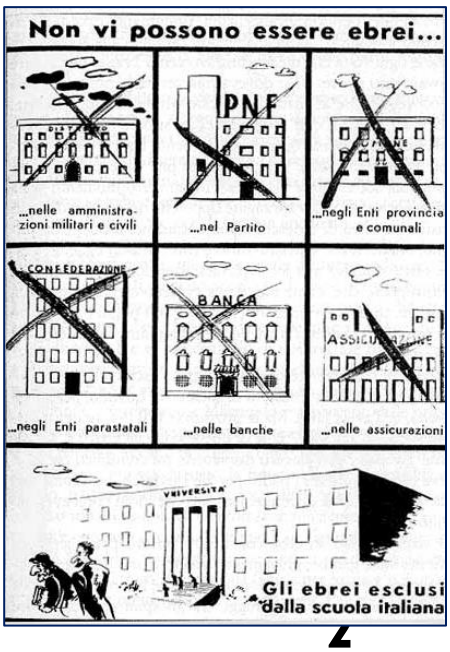
Scrive al riguardo Maria Laura Lanzillo, autorevole studiosa delle politiche della tolleranza: " *Quando, poi, il modello originario dello Stato moderno si complica nel XIX secolo con l'introduzione sulla scena politica dell'elemento della società civile, al centro della lotta politica troviamo un'idea che della tolleranza è l'opposto concettuale.*

E cioè la richiesta da parte degli individui del riconoscimento delle libertà pubbliche nella forma dei diritti civili, politici e sociali, che vengono a dare piena realizzazione al concetto di cittadinanza: la cittadinanza è uno status che viene conferito a coloro che sono membri a pieno diritto di una comunità. Tutti quelli che posseggono questo status sono eguali rispetto ai diritti e ai doveri conferiti da tale status."

La rivoluzione francese e la politica internazionale perseguita da Napoleone avevano creato in Europa fermenti di rivolta e di rinnovamento radicale che la Restaurazione riuscì solo a contrastare. Dopo il 1830, la Monarchia di Luglio accelerò i processi di formazione di nuove realtà statali nazionali ed in questo nuovo contesto il problema della tolleranza si pose fondamentalmente come "la questione ebraica".

Ho deciso di seguire la sua evoluzione in Italia e in Germania fino alla promulgazione delle leggi razziali, nella seconda metà degli anni Trenta. Da tempo l'intolleranza nei confronti degli ebrei -dei "cittadini ebrei"- aveva assunto connotazioni razziali, ma solo negli anni immediatamente precedenti il secondo conflitto mondiale in Italia e in Germania vennero emanate, con drammatica solennità, leggi sulla "razza" ebraica.

Fabio Francescato



ROSSO ISTRIA E IL GIORNO DEL RICORDO

Il 10 febbraio è alle porte e la celebrazione del Giorno del Ricordo riporterà l'attenzione dell'intera comunità nazionale sulla tragedia dell'Esodo0 dall'Istria, da Fiume e dalla Dalmazia e dei drammatici eventi che lo determinarono. Quest'anno, però, c'è qualcosa di nuovo nell'aria, è nei cinema il film **Rosso Istria,** che vede tra i finanziatori anche l'Associazione Nazionale Venezia Giulia e Dalmazia, che ne ha ora promosso la visione in alcune città istriane e la programmazione su RAI 3, il prossimo 8 febbraio. E quanto prima dovrebbe essere disponibile in DVD, anche in una versione ridotta per le scuole italiane.

Il film tratta di una vicenda umana vera inserita in un più grande contesto internazionale, un affresco di quel terrore che sconvolse l'Istria tra l'8 settembre ed il 2 ottobre 1943. Dopo, al terrore subentrò l'orrore, che qui viene solo adombrato nelle parole del capo partigiano Mate: "Torneremo".

Siamo in Istria. Quell'Istria di una giovane ragazza di nome Norma, studentessa laureanda a Padova, dove intreccia una delicata storia d'amore, con una tesi sull'Istria e la sua terra rossa. Quell'Istria che i soldati italiani risalgono fuggendo dalla Croazia all'indomani dell'8 settembre. Quell'Istria in cui il regime fascista ha alimentato i presupposti di una rancorosa violenza in parte della popolazione slava. Quell'Istria che viene vista da Trieste come indifendibile di fronte all'avanzata dei partigiani slavo-comunisti di Tito, pur nella difficile accettazione di tale realtà da parte del padre di Norma, Bruno Cossetto, già podestà di Visinada e istriano di riferimento per i fascisti che da Trieste cercano di riorganizzare la presenza militare italiana in Istria.

Su queste premesse il film occupa lo spazio storico di un mattino, fino al 2 ottobre quando i tedeschi lanciarono l'Operazione Nubifragio, con l'impiego, sotto il comando del generale delle SS Paul Hausser, di quattro divisioni e una brigata SS, insieme ad unità repubblichine della Decima MAS. E mentre alla sera una sparuta pattuglia tedesca entra in paese con il mitra spianato alla ricerca dei partigiani, questi se ne tornano sulle montagne, non prima di aver promesso di tornare e di aver eliminato, infoibandoli, i prigionieri rinchiusi in una cascina, dove sono stati oggetto di torture e violenze fisiche inaudite.

Tra di loro, Norma, rea di essere figlia di fascisti e forse fascista ella stessa; e rea di aver rifiutato la corte di un giovane istriano locale, che a sua volta, partigiano italiano pentito, viene ucciso dai partigiani slavi, così come viene uccisa, ma dai tedeschi, un'altra giovane partigiana italiana.

Nella narrazione familiare – papà era istriano – i partigiani slavo-comunisti erano assassini feroci che infoibavano la gente perché era italiana e perché era fascista e perché aveva fatto qualche sgarbo a qualche "sc'iavo". E questo c'è tutto. Così come la non accettazione che un contadino croato potesse aver rispetto per i suoi padroni: la prima vittima dei partigiani è proprio un contadino croato reo di sentirsi quasi padrone nell'altrui (italiano) podere. E così come il rifiuto del parroco di asservirsi alla strategia partigiana: finirà appeso alla corda campanaria. E ci sono i carabinieri, che cercano di tener alto l'onore della patria e finiscono ammazzati per il tradimento di un compaesano italiano, lui sì comunista ideologizzato.

Il film può essere uno strumento di conoscenza importante per giovani e meno giovani che forse ne hanno sentito parlare e spesso in maniera ideologizzata ed acritica: nell'odierna società dell'immagine un film può essere uno strumento utile di conoscenza, confronto, condivisione, molto più di tanti libri e dibattiti.

Eugenio Ambrosi

UNA STORIA AVVINCENTE

Fra tutti i secoli dell'Evo Moderno -il mezzo millennio che abbiamo alle nostre spalle- il più storicamente interessante, e per tanti aspetti affascinante, è forse il primo, il Cinquecento, fosco e turbolento ma straordinariamente ricco di eventi clamorosi e svolte epocali che hanno profondamente segnato e condizionato i destini dell'Europa e del mondo intero fino ai nostri giorni! Dalle grandi scoperte geografiche alla prima colonizzazione del continente americano (il "nuovo mondo" allora appena "scoperto" dagli europei), dal Rinascimento alla Riforma Protestante e alla Controriforma Cattolica, sono tutte pietre miliari della Storia Moderna, che inizia proprio con quel secolo, dopo la fine del Medio Evo.

Agli inizi di quel secolo la Francia era la prima Potenza europea e "quindi" mondiale (i due termini, "europeo" e "mondiale", a quei tempi erano praticamente sinonimi, in quanto l'Europa, con la sola aggiunta dei suoi "dintorni" mediterranei, coincideva di fatto con l'intero mondo "civile" e politicamente rilevante), mentre nella seconda metà la Francia stessa attraversò il periodo più drammatico e tragico della sua lunga storia, giungendo a un passo dalla dissoluzione, dalla perdita dell'unità e indipendenza, dallo smembramento fra le Potenze confinanti e nemiche: la Spagna, l'Inghilterra e l'Impero Austro-Germanico (al tempo ancora Sacro Romano Impero). "Dalle stelle alle stalle", "dall'altare alla polvere", dal ruolo prestigioso di prima Potenza mondiale all'orlo della dissoluzione! Questo abissale divario fra la prima e la seconda metà del medesimo secolo fu dovuto essenzialmente ad una gravissima crisi dinastico-istituzionale, che portò il Paese all'anarchia e all'ingovernabilità e alla connessa (causa ed effetto della crisi dinastico-istituzionale) quarantennale e sanguinosa guerra civile fra Cattolici e Protestanti, passata alla Storia col nome di "Guerre di Religione".

Se la Francia riuscì a salvarsi, a fermarsi ad un sol passo dall'abisso, lo dovette in gran parte all'opera di una gran donna e grande sovrana, Caterina De' Medici, italiana di origine ma francese di adozione, Regina di Francia e madre di ben tre Re di Francia, succedutisi sul trono nell'arco di pochi anni ma regnanti tutti e sempre sotto la "tutela" materna...

Personaggio storicamente molto controverso, dominatrice per trent'anni della politica francese e coprotagonista dell'intera politica europea di quei turbolenti decenni, Caterina morì senza fare in tempo a vedere i risultati finali dei suoi eroici e tenacissimi sforzi, senza riuscire a vedere il "lieto fine", il suo successo finale, la salvezza della sua Patria di adozione.. La sua eredità storica e politica fu raccolta e portata a compimento da Enrico IV di Borbone, che Caterina aveva sempre avversato ma del quale era stata la prima, e a lungo l'unica, a intuirne ed ammirarne la grandezza. Enrico IV riuscì dove Caterina non era riuscita, riuscì cioè a por fine alle Guerre di Religione e a riunificare e pacificare la Nazione stremata da quarant'anni di guerra civile.

Queste tumultuose vicende della Francia della seconda metà del Cinquecento, nel travagliato passaggio dalla dinastia dei Valois a quella dei Borboni, sono oggetto di una "trilogia" di "corsi brevi" (7 lezioni ciascuno) da me tenuti presso Uni3 negli anni precedenti e in quello in corso. La "trilogia" si conclude quest'anno, dal 4 marzo al 15 aprile, tutti i lunedì dalle ore 17.30 alle 18.30. Negli anni passati il corso ha avuto un per me lusinghiero "successo di pubblico", al punto che i corsisti mi hanno quasi "costretto" a riprendere l'argomento anche quest'anno… Spero di rivederli, insieme ai "nuovi", per questa che non a caso ho voluto intitolare "una storia avvincente"...

Silvio Orel

Enrico III

Carlo IX

Caterina De Medici

Caterina e i suoi figli, re di Francia

Francesco II

SIAMO TUTTI MATEMATICI (MA NON CE LO HANNO DETTO)

Con il 2019 si sono avviate alcune nuove conferenze, e fra queste una miniserie curata da Giulio Salvador dal titolo "SIAMO TUTTI MATEMATICI (ma non ce lo hanno detto)".

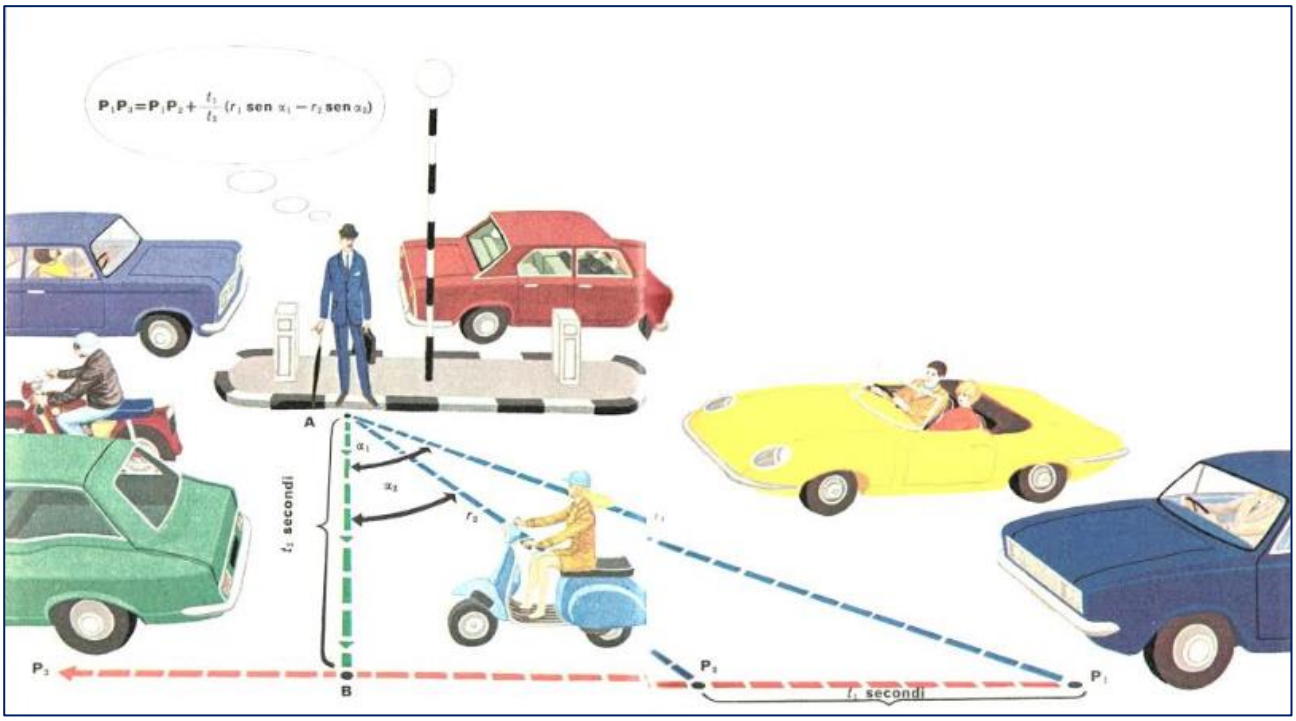
Con queste chiacchierate si vuole ripercorrere un po' della storia del nostro periodo scolastico, quando quella materia era, per lo più, uno spauracchio. Ed è un peccato e un'ingiustizia nei confronti del nostri vecchi insegnanti, in quanto la matematica fa parte del vivere quotidiano, la usiamo più o meno inconsciamente (a dire il vero più che meno) e ci è di grande aiuto. Solo che spesso non ci rendiamo conto della sua presenza. Nella prima conferenza, propedeutica, il dicente ha ricordato come questa disciplina sia pressoché insita nell'uomo, e anzi per alcune applicazioni non ci sia nemmeno bisogno di spiegazioni o studi. A differenza di altre branche del sapere, come ad esempio il leggere e scrivere che ha bisogno di una guida da parte di un insegnante.

Prendiamo ad esempio un'operazione apparentemente semplicissima e che facciamo più volte al giorno: l'attraversamento di una strada trafficata. Il pedone dovrà valutare la velocità e la distanza dell'auto che sta per sopraggiungere, valutare le proprie capacità di deambulare, calcolare il possibile punto di impatto. Queste operazioni sono basate sulla matematica, anzi su vari suoi aspetti, perché coprono la trigonometria (per la determinazione delle distanze con il sistema binoculare dei nostri occhi), la statistica (per varie determinazioni), la fisica (per risolvere problemi sulla tempistica del punto di impatto in funzione delle velocità, delle distanze e dei tempi disponibili).Tutto questo viene fatto automaticamente (e per noi quasi inconsapevolmente) dal nostro meraviglioso cervello, e viene fatto bene come dimostra il fatto che ben pochi sono i nostri allievi che vengono arrotati per strada. Poi c'è anche il fatto che laddove noi fossimo in "difetto di calcolo" possiamo sempre sperare nelle capacità, altrettanto automatiche, dell'autista (che, si spera, azionerà il freno in tempo utile per evitare l'incidente, ovviamente dopo aver calcolata la lunghezza di frenata). Questo semplice esempio spiega che anche una persona che non sa nulla di matematica riesce ad usarla (ne va della sua salute!). Detto per inciso l'esempio specifico fa anche parte di una sofisticata scienza (usata per lo più dai militari) che va sotto il nome di "cinematica" e serve per intercettare il nemico basandosi sui propri movimenti (noti) e su alcune misure del "bersaglio".

Nelle prossime settimane si parlerà di alcuni aspetti del "far di conto" e di come li utilizziamo quotidianamente con ottimo profitto.

Ma anche di come non bisogna aver paura ovvero, come era scritto su un libro che all'inizio del secolo scorso voleva spiegare semplicemente alcuni concetti di derivate ed integrali, "si prega di non fare sforzi inutili per capire ciò che è evidente".

Giulio Salvador

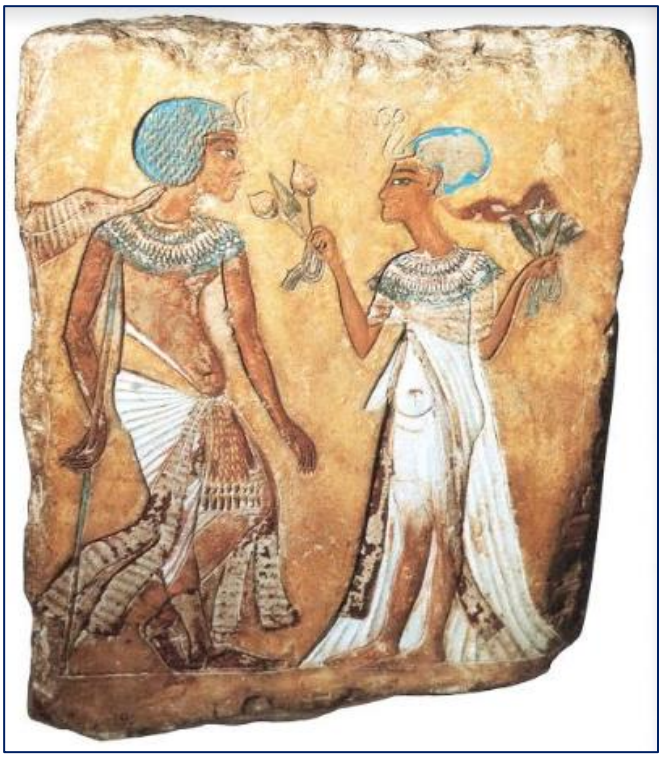


TUTANKHAMON, IL SUO TEMPO, LA SUA STORIA, LA SUA TOMBA

Era il 24 novembre del 1922 quando l'archeologo Howard Carter e George Hebert V Conte di Carnavon, ricco inglese e finanziatore delle ricerche di Carter nella Valle dei Re, entrarono nella tomba di un faraone rimasto fino ad allora quasi sconosciuto: Tutankhamon Neb keperu ra. All'epoca ben poco si sapeva - e ancor oggi poco si sa - di questo faraone.
Certamente era vissuto durante il periodo aureo della civiltà faraonica - la XVIII dinastia - quando l'Egitto era particolarmente ricco, in pace e rispettato dai paesi vicini. Tutankhamon nacque nel 1334 circa nella città di Akhetaton, oggi conosciuta con il nome di Amarna, il padre era probabilmente Amenofi IV, il faraone eretico che cercò di sostituire le antiche divinità con un dio unico, Aton, il Sole, abbandonò la citta capitali di Tebe e Menfi, fondando ex novo Akhetaton nel Medio Egitto e rinnovò completamente lo stile artistico. La madre poteva essere stata la bella Nefertiti o Kiya, una sposa secondaria. Nulla è ancora certo, tra l'altro tutti questi personaggi sono collegati ad un'altra misteriosa tomba, anch'essa scavata nella Valle dei Re e classificata come KV55, di cui si parlerà durante il ciclo di conferenze. Tutankhamon, da quanto si legge sulla Stele detta della Restaurazione, ripristinò gli antichi culti e riaprì i templi caduti in rovina durante il regno di Amenofi IV. Sposò Ankhesenpaaton da cui, purtroppo, non ebbe figli e, dopo soli nove anni, circa ventenne, morì nell'anno 1323.

Il faraone fu sepolto in una piccola tomba che non può definirsi reale che, quasi sicuramente, non era destinata a lui, assieme ad un corredo funerario enorme, di incomparabile bellezza e, per noi, di inestimabile valore. Il corredo fu trovato quasi intatto, la tomba infatti fu oggetto di saccheggio per due volte: troni gioielli, statue del re e di tante divinità, come Ptah, Hathor, Anubi, armi, ma anche oggetti d'uso quotidiano: letti, poggiatesta, abiti sandali, sedie, lampade, giochi come il famoso senet, boomerang per la caccia nella palude, materiale scrittorio giacevano accatastati nelle camere della tomba. E in mezzo a tutto questo caos "organizzato" c'erano i sarcofagi che, come un gioco di scatole cinesi, proteggevano la mummia del re il cui capo e parte del torso era ricoperta dalla splendida e oggi famosissima maschera d'oro e i sacrari che, protetti da quattro piccole, giovani e dolcissime dee, contenevano i canopi con le viscere del re. Tutto il corredo era fatto con materiali preziosi: l'oro rifulgeva ovunque, e poi brillava il blu del lapislazzuli, il turchese, il rosso del diaspro, il bianco dell'alabastro.
Descrivere tutti gli oggetti trovati nella tomba, che sono migliaia, durante questo breve ciclo di conferenze è impossibile, ma attraverso la descrizione di alcuni di questi si tenterà di delineare -almeno di un poco- la figura evanescente di questo giovane re e della sua delicata sposa, avvolti ancor oggi, forse ingiustamente, di un alone di mistero, ma anche si parlerà del lungo, faticosissimo lavoro di catalogazione, recupero e restauro di Carter e del suo team.

Susanna Lena



GLI SCIENZIATI AVVERTONO: LA NATURA SELVAGGIA STA SCOMPARENDO. L'ESTINZIONE DI UNA LUMACA E L'EQUILIBRIO NATURALE

Alcuni scienziati impegnati nella tutela della biodiversità hanno pubblicato la loro ultima ricerca sulla rivista Nature, secondo la quale solamente il 23% delle aree marine e terrestri mondiali può essere considerato un'area incontaminata, mentre il resto (il 77% delle terre emerse e l'87% degli oceani), Antartide esclusa, è stato gravemente compromesso dalle attività umane.

In queste aree incontaminate non vi sono attività industriali: gli esseri umani che le abitano possono vivere di sostentamento diretto all'interno di esse tramite colture, caccia, pesca ed altro, conservando altresì le proprie tradizioni.

Le aree naturali, oltre a costituire preziose fonti di cibo ed acqua per gli uomini, sono anche un rifugio per le specie animali e vegetali che non riescono a coesistere con l'uomo in zone da lui densamente abitate e dominate. Nel mare rappresentano le ultime roccaforti per specie al vertice della catena alimentare, come il tonno, il pesce spada e lo squalo, responsabili del sano equilibrio dell'intera esistenza. In questi luoghi enormi quantità di anidride carbonica vengono immagazzinate e riconvertite in una misura di almeno il doppio rispetto alle zone contaminate.

Il 94% di queste riserve marine e terrestri (fatta eccezione per l'Antartide e il mare aperto) si trovano sotto l'egida di venti nazioni, tra le quali solamente cinque posseggono il 70% della biodiversità totale: Russia, Canada, Australia, Stati Uniti e Brasile. Gli Autori della ricerca sollecitano queste nazioni ad impegnarsi per tutelare questa biodiversità, affinché non vada irrimediabilmente perduta.

In questo contesto di globale risonanza è passata quasi in silenzio la notizia dell'estinzione di una chiocciola della foresta hawaiana, Achatinella apexfulva, il cui ultimo esemplare sopravvissuto, George, è deceduto lo scorso primo gennaio alla veneranda età di quattordici anni. Il gasteropode era nato in un allevamento protetto all'Università delle Hawaii e aveva presto perduto tutti i suoi parenti: così gli è stato dato un nome in omaggio all'ultima testuggine dell'isola di Pinta (Galapagos), "George il solitario".

Da oltre dieci anni gli scienziati stavano cercando un altro esemplare per scongiurare l'estinzione: le chiocciole sono ermafrodite, cioè sono provviste sia di organi riproduttivi maschili che femminili, ma hanno comunque bisogno di un compagno per potersi accoppiare. Questi animali sono fondamentali per l'ecosistema, essendosi specializzati nel decomporre i detriti presenti sui vegetali. Nutrendosi riducono funghi o alghe presenti sul fogliame, così aiutando gli alberi a proteggersi dalle malattie. Curiosamente, sotto certi aspetti queste lumache sono più simili ai mammiferi che ad altri invertebrati: superano di regola i dieci anni di età, maturano sessualmente a quattro o cinque anni, la loro prole è composta al massimo da dieci individui l'anno.

La situazione delle altre chiocciole e lumache nel mondo non è rosea: esse rappresentano circa il 40% di tutte le specie animali estinte dal 1500 ad oggi, perlopiù ancora prima di venire scoperte dagli scienziati. Oggi altre specie di chiocciole hawaiane che rischiano l'estinzione sono tenute e nutrite in cattività tramite rami ricoperti da muschi ed alghe, che forniscono il cibo di cui questi animali abbisognano.

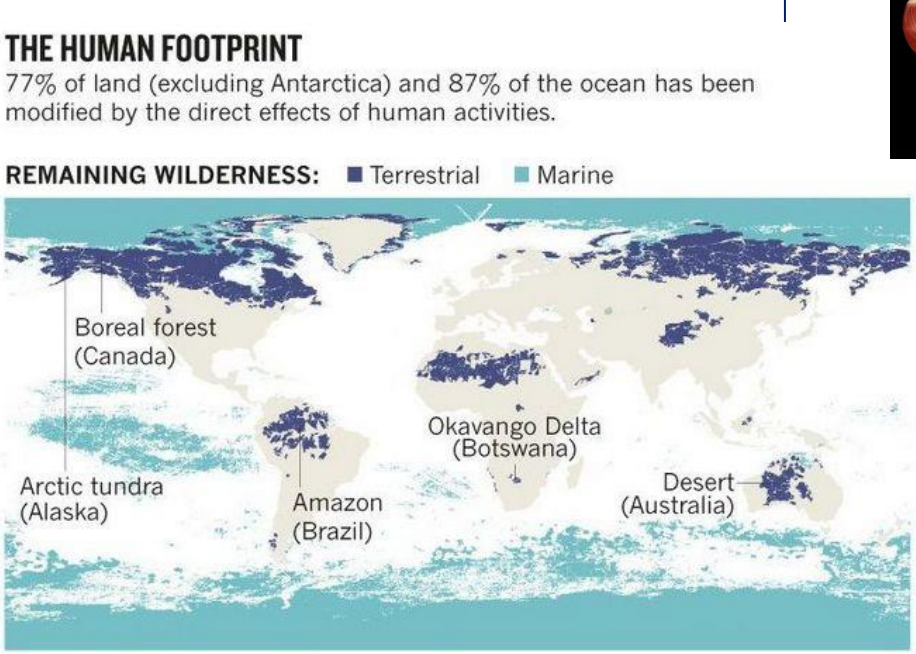
Gli specialisti che hanno lavorato con George si augurano che la sua perdita non sia un capitolo conclusivo ma possa aprire gli occhi e le menti delle persone affinché si rendano conto che queste creature, sebbene piccole ed apparentemente insignificanti, rivestono un ruolo importantissimo nella vita sulla terra, e, se si estinguono, significa che qualcosa nell'ambiente da cui tutti dipendiamo va davvero per il peggio.

Francesca Doria

La chiocciola estinta, Acatinella apexfulva

Patella ferruginea ad alto rischio estinzione, Mar Mediterraneo

Xerosecta giustii, chiocciola italiana a grave rischio estinzione



RITRATTO FORMALE CON COMPATTA

Ma cosa è mai un "ritratto formale"? E' quell'aggettivo, "formale", che ci crea qualche curiosità; oh, niente di complicato, c'è solamente da dire che per un lungo periodo, e ancor oggi, se vogliamo, il ritratto si assoggettava a certe regole, a certi canoni, semplici, efficaci, ma un po'....formali, appunto. In altri termini non si poneva limite alla fantasia del fotografo, ma si davano delle indicazioni su quali potevano essere delle regole da rispettare utilmente nell'uso della luce, nell'inquadratura, nella posa da far assumere, nel colore degli abiti, e così via. Tutti concetti, questi, ai quali sarà fatto cenno nel corso del...corso; ma sarà un cenno leggero, divertente, spero, e per niente cattedratico. Di solito noi siamo abituati a ritratti dei nostri nonni eseguiti da fotografi con le "flaide" nere, che si mettevano dietro a un enorme cavalletto di legno e si celavano sotto un drappo, anch'esso nero: "Fermo. Fermo. Fermo ancora. Finito." E i nostri vecchi stavano ansiosamente in posa per quasi un minuto, illuminati solo dalla luce naturale proveniente, di norma, da una grande vetrata.

"Potrà ritirare le foto domani"- e la seduta finiva lì. E queste foto le vediamo, oggi , un po' sbiadite ma ben incorniciate su un cartoncino rigido, negli album di famiglia e se stacchiamo la foto dalla pagina dell'album, facendo attenzione a non rovinarne il lato incollato alla pagina, scopriamo un mondo parallelo di grafica elegantissima -di solito in perfetto stile liberty nelle sue varie declinazioni- riportante nome, cognome e indirizzo dell'atelier e, spesso, un piccolo promemoria dei riconoscimenti ricevuti dal fotografo professionista

Dunque, la fotografia non era una cosa semplice (altrimenti non si sarebbe chiamato "formale", il ritratto) ed era retaggio di professionisti tecnicamente preparati; ed è anche intorno a questi aspetti, che parleremo, in termini più discorsivi e meno tecnici, e con tanti, tanti esempi -in aula- utili ad approfondire l'argomento senza mai appesantirlo. E verificheremo anche la possibilità di seguire quelle regole "formali", per esorcizzarle, facendo ritratti -di nuovo divertenti- con la semplice compattina di casa, apparecchio cento volte più piccolo dell'apparecchio fotografico dell'epoca (banco ottico), ma anche cento volte più potente dello stesso.

Sarà una serie di incontri nel corso dei quali diremo cose, esamineremo regole, ma soprattutto vedremo ritratti -insospettabilmente formali- fatti da esperti, di volta in volta semplici o raffinati, economici o costosi, insoliti o banali; il tutto con materiale originale presente in aula, insieme a un raffinatissimo sistema di lampade da ritratto vintage. E infine, chi ne avrà la voglia , potrà divertirsi a fare qualche ritratto formale con la compatta, dimostrando così che anche con una attrezzatura casalinga, non costosa, si possono fare cose egregie. A volte anche "formali". Sempre divertenti.

Giuseppe Gerini

GRAZIE UNI3

UNA BELLA COMPAGNIA
UN BON PRANZO
UNA SANA ALLEGRIA

EL STAR INSIEME
XE IMPORTANTE
TE FA STAR BEN
E TE GHE NE SENTI...IANTE

EL LEGER LE MIE RIME,
ME GA SAI EMOZIONA'
PERCHE' GAVEVO PAURA
DE FAR BRUTTA FIGURA

EL SCRIVER PER MI
XE COME UN BEL GIOGO
MA ANCHE LA MIA
VALVOLA DE SFOGO

GRAZIE UNI3
PER EL TUO GRANDE LAVOR
CON CUI TE DIMOSTRI
INTELLIGENZA E CUOR.

Elda

In occasione del pranzo di Natale della Sede di Muggia la nostra Elda ci ha dedicato una sua poesia, molto apprezzata dai presenti.

CARNEVALE A TRIESTE

Come ricorda Silvio Rutteri in "Trieste – spunti del suo passato" nella Trieste della seconda metà dell'Ottocento erano quattro i giorni di veglia e di festa del carnevale: da sabato grasso a martedì grasso, preceduti dal grande ballo dei fanciulli al Politeama Rossetti, nel pomeriggio del giovedì. Un po' alla volta sia le manifestazioni che la partecipazione cominciarono a diradarsi. Tennero duro le grandi manifestazioni nelle strade della città limitate alla domenica e al martedì. Quasi presagio di un cambiamento, dei momenti difficili che apparivano all'orizzonte del nuovo secolo, la gioiosità antica cominciò a venir meno e da sole segnarono il loro tramonto alla fine del primo decennio del 1900.

Dopo il 1870 i balli hanno la tendenza a incanaglirsi. Andavano sempre più in decadenza i veglioni più eleganti, dei signori, dei nobili, sostituiti dai balli detti "cassoni" delizia dei ceti più bassi, dove dalle 18 alle 19 della domenica si protraevano fin alle prime ore del mattino seguente. Era tutta una baraonda di maschere, avvolte nei più goffi travestimenti, come annota Gianni Pinguentini, mentre il poeta dialettale ne tratteggia l'atmosfera:

"Adesso che te ga fumà la mela/ Bala orco tocio! Che te vegni un colpo…".

Le brigate di "sessolote"(*) accompagnavano le coppie stanche ed assonate nel ritorno a casa con la canzonetta: "Quei della cana no li volemo/quei della lobia meno che sia/ a quei della rasca l'anima mia/ che a l'Armonia i me mena a balar."

Tornando al 1800, il giovedì grasso si svolgeva, come è stato ricordato "el corso dei fioi" e in una fila ininterrotta le carrozze, marciando al passo, si snodavo da Piazza della Legna per il Corso, la Piazza della Borsa, la Piazza del Teatro, fino alla Piazza Grande, per ritornare, passando tra la Chiesa di San Pietro e il Malcanton, al punto di partenza. Nelle carrozze con i genitori i ragazzi dei ricchi lanciavano alla mularia mascherata alla bene e meglio, che divertendosi un mondo, sgusciava fra le ruote dei veicoli, coriandoli, "serpentine", confetti e "cartoline". Alla sera, al Ridotto il veglione popolare dei "beccheri", i macellai, che facendo festa il venerdì, ne approfittavano per scatenarsi nell'ultimo ballo di carnevale. Le maschere erano di casa ovunque come "crostoli" e "fritole", consumati in grande quantità, sotto altro nome, in tutte le regioni d'Italia.

"Il carnevale concludeva con la cavalchina classica del Teatro Grande. *Dal 1892 anche questa cavalchina – supremo e brillante divertimento del carnevale - non si fece più: Si tentò di farla rivivere nel 1905 per iniziativa di un Comitato per i festeggiamenti carnevaleschi. Ebbe effimero successo in quell'anno, come il corso delle carrozze la domenica ed il martedì grasso, ma il carnevale, se non morto, era moribondo, e gli anziani commentarono ironicamente: "Roba fata per forza no val una scorza."*

Seguiva il mercoledì delle ceneri con il "corso degli equipaggi" lungo il Passeggio di S. Andrea con la partecipazione dell'aristocrazia cittadina e sfoggio delle pariglie più belle, mentre "Il popolo portava invece a morire la spassosità del carnevale sul colle di Servola. Non le lussuose carrozze, *ma le minuscole e sgangherate "grìpizze" o le rumorose "giardiniere" portavano sciami di cittadini sulla collinetta della romana Silvula, senza contare quanti ci andavano a piedi.*

Luigi Milazzi

(*) Veniva chiamata "sessolota" la donna adibita alla pulitura di merci che usava appunto la "sessola", una specie di pala di legno.

COMPRENDERE L'ECONOMIA

Tra breve ricominceranno gli incontri di economia, con una preoccupazione in più: essendo la materia da qualche tempo ostaggio della contesa politica ha finito per permeare anche le conversazioni tra le persone. Se da un lato è un bene che la gente parli di economia, dall'altro farlo senza avere un minimo di consapevolezza dei fenomeni, nasconde il rischio di ripetere ciò che si sente senza capire fino in fondo ciò che si afferma. Quindi il nostro compito sarà quello di fare valutazioni sul passato e sul presente per meglio capire le scelte che si fanno per il nostro futuro. Difatti, come abbiamo più volte affermato, l'economia è una scienza umana che studia appunto i comportamenti, messi in atto in passato per conseguire obiettivi per il benessere delle persone, di gruppi o d'intere popolazioni. Una scienza che si avvale degli schemi ragionieristici, contabili e grafici per esporre risultati ottenuti e di proiezione. Affonda il suo modo di esistere fin dal Seicento tra ciò che è e ciò che si vorrebbe ottenere, quindi tra realtà e desiderio, tra necessità e bisogni, attraverso l'uso delle risorse disponibili. Soddisfare i bisogni, illimitati per definizione, con le risorse , limitate per loro stessa natura, attraverso le azioni umane. Qui risiede il dissidio e la variabile che rende il dibattito così acceso. Per soddisfare i bisogni bisogna ricorrere alle opinioni di cosa fare e come fare e con quali risorse.

I rigagnoli, pressoché infiniti delle attività umane, danno alla materia economica la sua etichetta di politica aziendale, sanitaria, mercantile, finanziaria, capitalistica, privata, pubblica e d'infiniti altri campi applicativi. Si evince che essere degli "esperti economisti" è un eufemismo, tanto la materia si addentra in campi diversissimi tra loro, anche se i principi fondamentali rimangono invariati, ovvero le finalità, tra cui il benessere crescente delle popolazioni.

Per ritornare a noi, quindi, poiché economisti non potremmo mai diventare, l'unica cosa che possiamo fare insieme è usare i mezzi culturali che già abbiamo, per metterci umilmente a osservare ciò che ormai è immutabilmente già avvenuto e capirne le dinamiche e i perché, quali essi siano, e a ognuno la propria sintesi.

Illustreremo le varie teorie economiche, ma saremo distaccati dal loro fascino, saremo critici con il credere in un futuro, dove i comportamenti umani sono decisivi per il risultato ma il più delle volte incontrollabili o soggetti a fenomeni inattesi o sconosciuti. Teorie nate per lo più nell'Ottocento o nel secolo scorso, quando ancora il controllo della moneta e dei confini nazionali non era stato travolto dalla globalizzazione dei mercati, e il livello culturale delle popolazioni permetteva manovre politiche meno appariscenti, meno pubblicizzate ma legittimate dalla ideologia dell'obbedienza al potere costituito.

Bruno Megna

PASSEGGIATE VIRTUALI NELLA TRIESTE ATTRAVERSO I SECOLI

IMMAGINI, STORIA E STORIE DELLE STRADE E DELLE VEDUTE DI TRIESTE ANTICA E MODERNA

Dopo il singolare, intrigante e appassionante corso sulla storia e sulle storie dei rioni di Trieste, che non finirà quest'anno ma continuerà anche il prossimo, non è possibile immaginare di ritenere esaurito questo primo approccio alla nostra città senza almeno una prima panoramica che presenti più dettagliatamente il suo assolutamente originale aspetto ed i suoi mutamenti attraverso i secoli.

Di conseguenza l'Università della Terza Età ha pensato di dare avvio ad un nuovo corso, una vera e propria serie formata da quattro eventi ricchi di immagini, storia e storie. Si tratta di un corso condotto a due voci che si propone di essere una novità assoluta e che gli appassionati di Trieste non possono mancare.

Ovviamente, l'unico modo di realizzarlo si può concretizzare esclusivamente ed irripetibilmente solo mediante l'utilizzo di una affascinante, unica, nutrita e pregevole collezione di immagini (stampe, quadri, fotografie vecchie e "giovani") che sappia mostrare Trieste com'era e Trieste com'è.

Questo nuovo corso approfondirà la conoscenza della città con un metodo che potremmo quasi definire "multimediale", somma di immagini abbinate con parole, che vi accompagnerà in un viaggio virtuale attraverso la Trieste di un tempo ed il suo progressivo modificarsi in quella di oggi. Vedrete le sembianze della vecchia città, potrete osservare quello che finora potevate solo immaginare ed adesso vedrete avendo modo di inoltrarvi nelle strade e piazze per vivere il loro evolversi. Ed in questo itinerario vi verrà descritto lo scenario: i vecchi aspetti della città, le vecchie vie e piazze, i palazzi, le chiese e le case che non ci sono più o che sono state sostituite da altre, oppure ciò che il tempo ha invecchiato ed impreziosito.

Sarà sempre Trieste, ma contemporaneamente un mondo nuovo tutto da scoprire.

A presentare e a condurre questo originale modo di viaggiare nell'universo della vostra città saranno due docenti che conoscete bene: il Prof. Pizzamei ed il Prof. Sinigoi.

Vi accompagneranno e vi faranno da guida in mezzo a molte curiosità, a luoghi, fatti ed eventi poco o per nulla conosciuti.

Scoprire la propria città è un'avventura emozionante ed unica che vi aiuterà a vedere tutto ciò che esiste al di sopra dell'orizzonte quotidiano dello sguardo.

E, possiamo dirlo francamente, siamo appena agli inizi di questo viaggio affascinante che vi avvincerà.

LE PASSEGGIATE VIRTUALI partiranno con il primo incontro il giorno Lunedì 25.02.2019 ore 15.30 in aula "A". Il primo argomento sarà LA CRESCITA DI TRIESTE da quando al suo posto c'era solo il mare al giorno d'oggi.

Andrej Sinigoi

LE DUE ITALIE

Abbiamo iniziato la nostra storia unitaria con un passato ricco ed un presente povero, con uno Stato accentratore, invadente, ottuso ed un popolo diviso.

A ridosso dell'Unità d'Italia, Luigi Farini, giungendo a Sud per assumere l'incarico di Luogotenente Generale, nell'ottobre 1860, scrive a Cavour: *"... che paesi son mai questi, che barbarie. Altro che Italia! Questa è Affrica! I beduini, a riscontro di questi caffoni, son fior di virtù civili".*
L'ambasciatore, marchese di Villamarina, sbarcato a Napoli, osservò che in quella città si viveva *"...in mezzo alla menzogna, alla cattiva fede, alla completa mancanza di carattere e dignità".* Tommaso Sorrentino nel febbraio 1861, scrive a Costantino Nigra, segretario di Cavour, *"... nel Settentrione predomina il patriottismo, nel Mezzogiorno l'interesse, là è spontaneo il sacrifizio, qui si opera per egoismo; nel Nord si riflette, qui si saltella".*
Dal canto loro i meridionalisti, da Nitti a Fortunato, da Colajanni a Salvemini, sostenevano che la politica liberista e finanziaria dello Stato Unitario aveva, di fatto, favorito il trasferimento di risorse meridionali nel Nord del paese per potenziarne la struttura industriale.

Con tali premesse è arduo pensare che le due parti d'Italia, una volta unite, abbiano potuto formarsi in una entità omogenea.

Tuttavia, le due posizioni appaiono quanto meno riduttive, non corrispondenti alla realtà della dinamica storica. La situazione di sviluppo del Nord e l'arretratezza del Sud ebbero carattere autonomo ed indipendente.

All'atto dell'Unità, il Nord era già molto più progredito per la sua struttura agraria, commerciale, finanziaria e infrastrutturale, mentre la parte Meridionale della penisola era atavicamente più arretrata, scarsamente dotata di risorse naturali, affetta da una devastante corruzione amministrativa.

Alla fine del secolo, mentre si consolidava l'industrializzazione del Settentrione, il Mezzogiorno, in relazione alla grande crisi agraria che aveva colpito l'Europa, appariva condannato Ad un destino di arretratezza. Già da allora si delineava l'immagine delle ***"Due Italie"***, con la percezione, tuttora esistente, di una *"Questione Meridionale"* che marcava sempre più la divaricazione tra un'Italia produttiva ed un'altra parassitaria, preda dell'illegalità e della corruzione, diffuse in tutti i settori della società.
L'intera storia del '900, peraltro, è stata caratterizzata dalla sensazione che il Mezzogiorno, per il Paese, fosse *"un peso"* e che un abisso separasse le due Italie, appartenenti a due *"civiltà"* diverse. I governi che si sono succeduti, dall'Unità ad oggi, poco o nulla hanno fatto per saldare questa frattura, nonostante le ingenti risorse impiegate al Sud.

Da un secolo e mezzo la polemica tra le due Italie, non solo non si è spenta, ma ogni occasione è buona per alimentarla. Anche le scelte economico-sociali dell'attuale Governo hanno fatto emergere contrasti, rivendicazioni, gelosie e vecchi rancori a seconda della latitudine da cui si guardano. Sono questi, tempi di fermenti ed insofferenze: le piazze tornano a riempirsi: si rivendica tutto, si vuole cambiare tutto. I partiti si adeguano; anziché orientare le scelte dei cittadini proponendo obiettivi e alternative, si fanno orientare dalle scelte degli elettori. I quali hanno bensì problemi, ma non soluzioni da proporre. Così la gente finisce per scambiare i propri problemi per soluzioni. Queste nuove mode le chiamano *"populismi"*, figli illegittimi del *"pensiero debole"*.

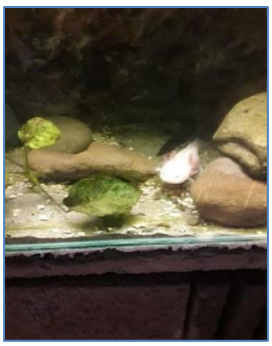
Mario Grillandini

BEATLES ... E NON SOLO

Grande successo dello spettacolo ***Beatles ... e non solo***, con la band **Club 5** che ha proposto un ampio repertorio di canzoni dei favolosi Anni Sessanta. Interessante anche la visione del materiale iconografico preparato da Eugenio Ambrosi che inquadrava a descriveva il periodo storico in cui le canzoni erano nate. Si sta già pensando a dove e quando riproporre lo spettacolo.

LA VISITA ALLO SPELEOVIVARIUM

La dott.ssa Nicoletta Tomasi ha accompagnato due gruppi di nostri corsisti, non molto numerosi, ma molto interessati nella visita allo Speleovivarium. Una delle tante realtà importanti, ma poco conosciute della nostra città. L'animaletto nella foto ha attirato l'attenzione di tutti per il suo buffo musetto, ma oltre a lui c'erano coleotteri, pesci, rane, rospi e salamandre e il proteo, tutti appartenenti al mondo sotterraneo.
Interessanti anche le "vecchie " attrezzature degli speleologi e le varie pietre che si trovano nelle grotte. "

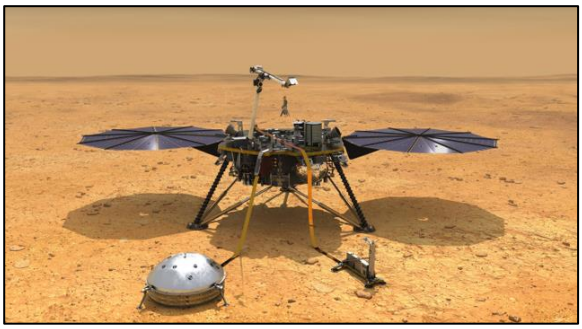


DA TIZIANO A VAN DICK

La prof.ssa Mizrahi è riuscita a far aprire solo per noi la Casa dei Carraresi. Bellissimo girare per le sale e ammirare le opere senza altri visitatori che pressano per passare. Lei poi è bravissima nel descrivere i quadri e spiegarne tutti i dettagli.
Sempre grazie a lei e alla cortesia del personale presente, chi lo desiderava, ha potuto vedere anche la mostra fotografica di Elliott Erwitt, che nella prima visita a differenza della successiva, non era in programma (una foto come esempio delle opere).
Tutti i partecipanti hanno dimostrato interesse e apprezzamento per la prof.

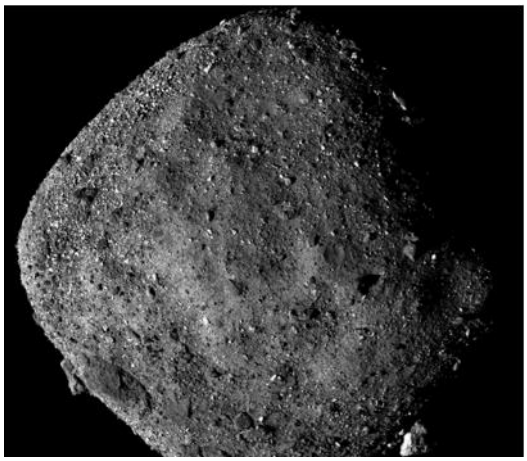
ESPLORAZIONI SPAZIALI DEL NOSTRO SISTEMA SOLARE

Il 2018 è stato un anno ricco di successi per i programmi di esplorazione spaziale del nostro Sistema Solare. Infatti, la sonda della NASA "Parker Solar Probe", lanciata il 12 agosto, ha raggiunto il Sole il 5 novembre, tuffandosi nella corona solare fino ad una distanza di 6,3 milioni di chilometri dalla stella, dove la temperatura raggiunge 1377 °C, protetta da uno schermo di fibra di carbonio spesso 11 cm. Percorrerà 24 orbite intorno al Sole, concludendo la missione nel 2025, dopo aver inviato immagini che aiuteranno a capire meglio l'attività solare.



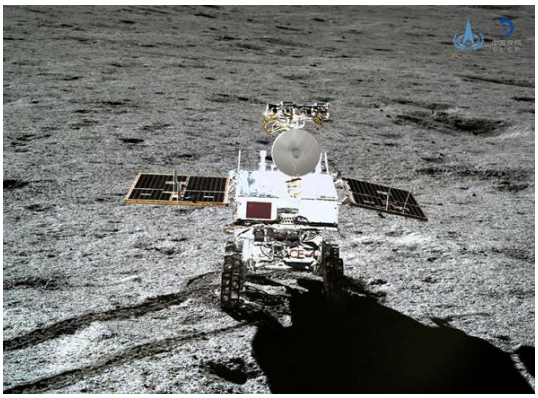
Raffigurazione del lander InSight sulla superficie di Marte con il sismografo (SEIS) in basso a sinistra, la sonda di penetrazione per la misura del flusso di calore in basso a destra e l'esperimento radio

Il 26 Novembre il *lander* della missione della NASA InSight, lanciato il 5 maggio, è atterrato con successo sulla superficie di Marte nella Elysium Planitia, dove rimarrà per 2 anni terrestri (1 anno marziano). La missione comprendeva anche MarCO, due *CubeSat* di piccole dimensioni che hanno accompagnato InSight, osservando e ritrasmettendo a Terra la fase di atterraggio. InSight dispone di un sismografo che è stato appoggiato al suolo per misurare le vibrazioni che si propagano dall'interno e danno informazioni sul nocciolo del pianeta, di una sonda che è penetrata fino a 5 metri di profondità e misura il flusso di calore proveniente dal nocciolo e da un esperimento radio che misura i piccoli cambiamenti di posizione di Marte lungo la sua orbita. Insight fornirà quindi informazioni sulla struttura del pianeta, sulle caratteristiche del suo nocciolo e dei processi termici che interessano l'interno.



Mosaico di immagini dell'asteroide Bennu, riprese dalla sonda OSIRIS-Rex da una distanza di 24 km. Crediti:NASA/Goddard/ University of Arizona

Il 3 dicembre la sonda della NASA OSIRIS-Rex, lanciata il 9 settembre 2016, ha raggiunto l'asteroide Bennu a 116 milioni di chilometri dalla Terra, dopo avere percorso 2,2 miliardi. Bennu è un asteroide primitivo che ha una composizione di carbonio e si è formato 4 miliardi di anni fa per frammentazione da un asteroide maggiore in seguito a collisione. Ha un diametro di 500 m e la roccia è ricoperta da regolite. Gli strumenti di OSIRIX-Rex hanno individuato la presenza di idrogeno e ossigeno nell'argilla che ne ricopre la superficie, indice che poteva esistere dell'acqua sull'asteroide maggiore da cui ha avuto origine. Riporterà un campione sulla Terra, che prenderà dopo aver eseguito un'accurata mappatura della superficie.



Il rover Yutu 2 fotografato dal lander Chang'e 4 sulla faccia nascosta della Luna. Crediti: CNSA

Lo scorso 3 gennaio il *rover* lunare Yutu 2 (Coniglio di Giada 2) ed il *lander* (Chang'e 4) , lanciati dalla CNSA (Agenzia Nazionale Cinese per lo Spazio) il 7 dicembre , sono allunati con successo sulla faccia nascosta della Luna nei pressi del cratere Von Karman, dove saranno operativi per 12 mesi. Come noto, la Luna rivolge verso la Terra sempre la stessa faccia, mentre l'altra non è mai visibile e quindi si definisce "nascosta". Per questo motivo il *lander* ed il *rover* non potrebbero mai comunicare con la Terra, ma questo problema viene superato dalla presenza in orbita lunare del satellite cinese Queqiao, che ne ritrasmette i segnali verso la Terra. Sia il *lander* che il *rover* studieranno la geologia della Luna con diversi strumenti per migliorarne la conoscenza in preparazione a futuri sbarchi di equipaggi umani. Il *lander* è stato anche dotato di un modulo laboratorio di biologia, sigillato per non contaminare l'ambiente lunare con organismi terrestri, che ospita semi della pianta del cotone, della patata, della colza, dell'arabetta comune, lievito e uova di Drosofila. La finalità era quella di studiare il loro comportamento, come germogliare e schiudersi, in condizioni di gravità ridotta e radiazioni. Il 3 gennaio, poco dopo l'allunaggio, la temperatura del modulo laboratorio è stata innalzata a 24 °C ed i semi sono stati bagnati con acqua. Il 15 gennaio è stata diffusa la notizia che i semi del cotone, dell'arabetta e della patata avevano germogliato. Però il 16 gennaio l'esperimento è prematuramente terminato a causa dell'incapacità del sistema di mantenere la temperatura di 24 °C a fronte della temperatura esterna di -52 °C della notte lunare. Questo esperimento di astrobiologia, per quanto breve, ha mostrato che alcuni vegetali possono germogliare in un ambiente alieno.

Mauro Messerotti

L'IMPORTANZA DELLA DISINTOSSICAZIONE

Già in febbraio la natura comincia a lavorare per il nuovo risveglio. Dai tempi più remoti, questo inizio veniva celebrato con una figura femminile: Demetra nell'antica Grecia e la Madonna nel mondo cristiano. Significativa in proposito la ricorrenza a Trieste della Madonna Candelora che preannuncia il cambiamento con il detto: "Se vien con piova e vento dell'inverno semo dentro, se vien con sol e bora dell'inverno semo fora". In naturopatia questo è il periodo nel quale si consiglia di iniziare la disintossicazione.

Se osserviamo la natura in primavera notiamo un fervore di attività: le piante germogliano, gli insetti diventano particolarmente indaffarati e così pure gli uccelli. Tutta la terra sembra fremere per la nuova vita che sorge in essa. Anche il nostro corpo vive questa nuova vitalità per cui cerca di eliminare tutti i ristagni e le sostanze estranee (tossine) che gli impediscono di funzionare correttamente, ostacolano un corretto fluire della nostra energia vitale e sono fonte di numerosi malanni: raffreddori, allergie, eczemi, gonfiori ed altro. Possiamo prevenire questa situazione con una buona disintossicazione utile anche per smaltire il cibo consumato in eccesso nel periodo natalizio.

La tossicità è insita nella nostra vita e può realizzarsi a tutti i livelli della nostra struttura: sul piano fisico, emozionale e mentale. Avremo quindi tossine fisiche, tossine mentali, tossine relazionali, tossine ambientali e via di seguito. Altre tossine vengono prodotte dal nostro corpo e sono le sostanze di scarto dei processi metabolici, (cioè quelle eliminate dai milioni di cellule da cui siamo composti) e tossine sono anche gli scarti di batteri che vivono nel nostro organismo.

Tutte queste forme di tossicità diventano qualcosa nel corpo fisico ed il corpo tenta di eliminarle o di renderle innocue con vari sistemi attraverso gli organi emuntori o depurativi che sono: il fegato, i reni, la pelle, l'apparato respiratorio, il sistema linfatico e l'intestino. L'organo che più si impegna a fare pulizia è il fegato. Il sangue che passa al suo interno viene costantemente ripulito attraverso un'azione di filtraggio o di trasformazione delle sostanze tossiche in altre meno pericolose. Le sostanze idrosolubili vengono inviate, attraverso la circolazione, ai reni ed espulse tramite l'urina mentre quelle liposolubili vengono immesse, mediante la bile, nell'intestino ed espulse con le feci. Questo naturalmente quando il fegato funziona bene e non è sovraccarico a causa di uno stile di vita scorretto. Un intestino sano è una prerogativa importante sia nel tratto digestivo, sia nel tratto preposto all'eliminazione. Oggigiorno, in un numero elevato di persone, vi è una carenza a livello intestinale di batteri buoni, i cosiddetti probiotici, e questo determina un importante squilibrio di flora batterica che compromette sia una buona digestione, sia un efficiente eliminazione.

Per una buona disintossicazione è importante eliminare i cibi fonte di questi squilibri come gli zuccheri, alcool, prodotti raffinati, sostanze proteiche acidificanti e cibi preconfezionati e favorire frutta e verdura di stagione . Ci si può aiutare con tisane depurative, digiuni parziali o totali e le varie pratiche igienistiche che mirano al ripristino dell'equilibrio termico del corpo ed in questo modo favoriscono il lavoro degli organi emuntori.

La disintossicazione può sembrare una pratica difficile da effettuare ma i benefici che ne derivano in termini di benessere e qualità della vita, specie nella terza età, ripagano abbondantemente la fatica sostenuta.

Maria Clobas

Demetra

Una tisana depurativa

La Madonna Candelora

Se la vien con sol e bora
de l'inverno semo fora.
Se la vien con piova e vento,
de l'inverno semo drento

IL BRIDGE AD AURISINA

Le sorprese, ma solo quelle piacevoli ovviamente, sono proprio belle e gratificanti. Nonostante il parere di alcuni pessimisti *"Il bridge è troppo impegnativo; bisogna concentrarsi, pensare, non distrarsi e soprattutto studiare. Non credo che funzionerà"* ad Aurisina l'apprendimento del gioco del bridge sta funzionando. Si è formato un bellissimo gruppo, che si è ampliato quest'anno con nuovi arrivi, è molto affiatato, segue le lezioni, studia (?) e si ritrova per giocare e migliorare le conoscenze.

E' un gruppo di 14 persone che con il bridge si diverte e sviluppa nuovi rapporti di amicizia. La componente maschile è in netta minoranza: 2 baldi rappresentanti. L'età media è quella tipica della nostra Uni3; ma è bello aver festeggiato lo scorso anno i 90 anni di una nostra compagna di corso.

Nessun dramma per qualche errore . . . veniale, ma forse non tanto! Nei principianti la paura di sbagliare crea insicurezza ed a volte fa fare errori pesanti subito evidenziati dagli altri, ma senza quella cattiveria presente in alcuni circoli. *"Soltanto sbagliando, da soli, si migliora. Sbagliamo serenamente!"*.

E' nato spontaneamente un simpaticissimo gruppo WathsApp "Amici del bridge". Messaggi *"Visto il tempo oggi, rimango a casa al calduccio"*, inviti, battute. E c'è chi ricorda agli altri le regole di gioco che l'hanno più colpito: *"Proverbio in bridge: onore con onore si copre! Secondo liscia .."*

E a proposito del tempo, questa è la filastrocca condivisa nel WhatsApp.

I 3 GIORNI DELLA MERLA

quando fa freddo nei giorni della merla
non chiuderti nel guscio come una perla
già che arriva anche san Valentino
basta stringersi un pochettino
per disfarsi di tutto quel gran ghiaccio
non c'è niente di piu' caldo di un abbraccio

Un allegro gruppo in sostanza, che forse non farà grandi progressi nel bridge, non creerà campioni, ma sicuramente si divertirà e giocherà in serenità ed amicizia.

Questo è un risultato che comunque appaga anche il cosiddetto "docente" che profonde tutte le sue energie e scarse capacità per insegnare "licita" e "gioco della carta"

Il "docente" deve confessare che ha ceduto alle ripetute pressioni del presidente Schepis che ha fatto leva sulla amicizia e sul ruolo di presidente onorario del sottoscritto. Ho accettato per spirito di corpo, ma adesso devo ringraziarlo perché il venerdì mattina è diventato un piacere andare all'incontro con i "bridgisti".

UGO LUPATTELLI

... E PER FINIRE...UN QUIZ MUJESANO

Chi è ?

La xè picia ma 'sai sgaia/de l'inglese la sa tuto.
La ne fa studiar de bruto/ma con gran sodisfazion.
La ne porta a far le gite/in Inglandia e altri posti
ma stè tuti ben atenti/che de corsa ve fa andar.
Ma stè atenti ala scritura/che sta qua ve legi in mente
no podè sconderghe gnente/quel che pasa pel zervel.
Ani fa un qua ga dito/... questa no la durerà !
Caro Ervino sta ben zito/che sta qua no molerà.
Con affetto
Fulvio il VATE
(modestamente el Supremo, y punto)

"Uni3TriesteNews" è una pubblicazione della Università della Terza Età "Danilo Dobrina" collegata al sito **www.uni3trieste.it**
Comitato di redazione: Eugenio Ambrosi (direttore), Mario Grillandini (vice direttore), Luigi Milazzi, Nicola Archidiacono, Bruno Pizzamei.
AUTORIZZAZIONE DEL TRIBUNALE DI TRIESTE DD.- 10/07/2015 N° 12/2015 E N° 2039/2015 V.G. REGISTRO INFORMATICO.