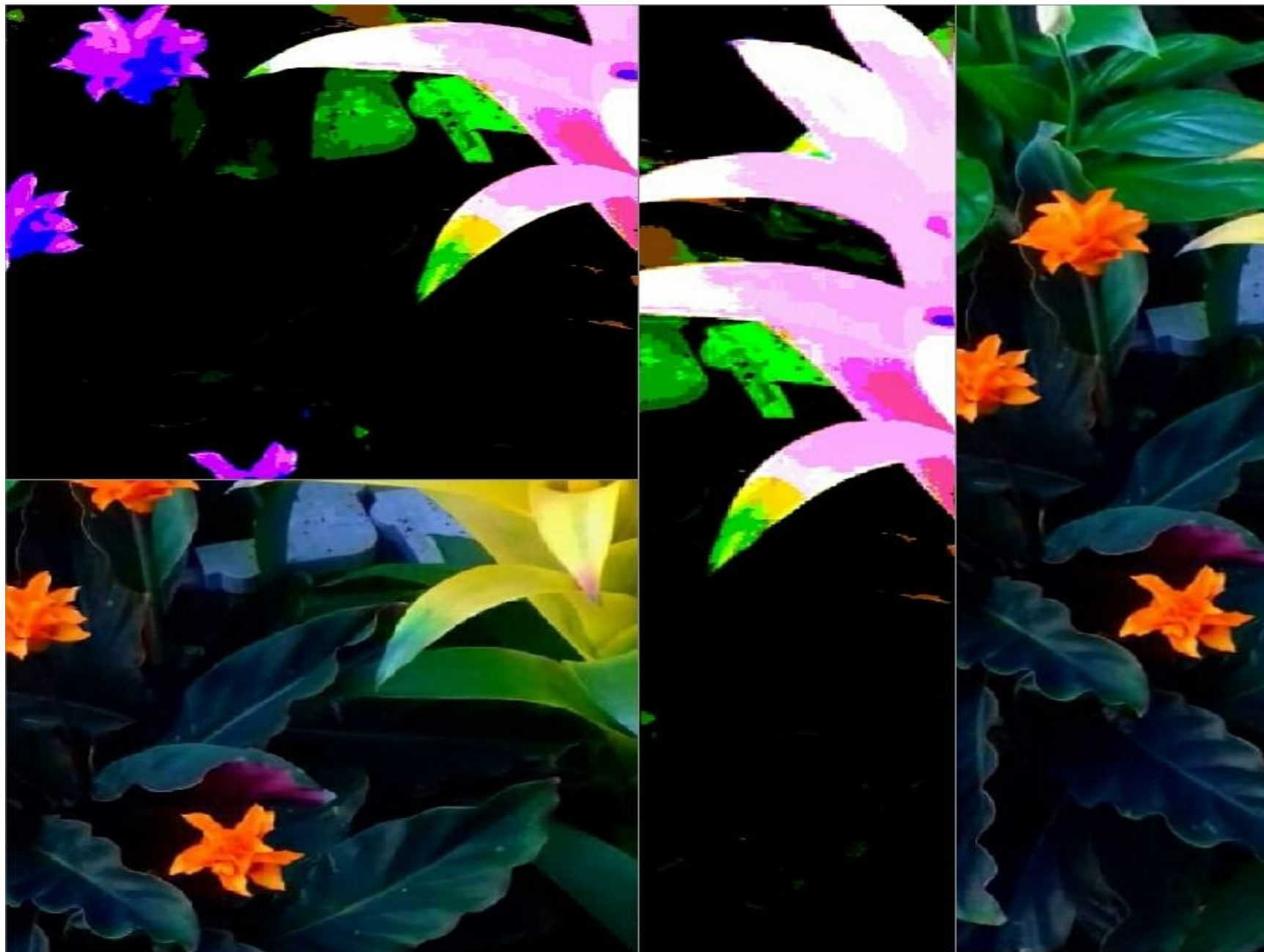




|                                                             |          |
|-------------------------------------------------------------|----------|
| A sa vedom di Helin                                         | p. 3     |
| Filarmonica Curio Castelletto                               | p. 4     |
| Ciao Oscar                                                  | p. 5     |
| Per gli Andromedini del locarnese                           | p. 5     |
| Ricette di Danilla                                          | p. 6     |
| La composizione e la storia di un'orchestra                 | p. 7-12  |
| Per l'assemblea del locarnese                               | p. 13    |
| Cari amici del centro diurno                                | p. 13    |
| I consigli del Camerlengo                                   | p. 14-15 |
| Gli Andromedini e il lago dei cigni                         | p. 16-17 |
| Giù le mani dagli anziani                                   | p. 18    |
| Gli Andromedini e la musica classica                        | p. 19-20 |
| Buongiorno, posso avere un caffè?                           | p. 21-23 |
| Il calcio, una mia grande passione                          | p. 24    |
| Il carnevale                                                | p. 25    |
| Il tempo spirituale della primavera                         | p. 26    |
| La città di Padova                                          | p. 27-29 |
| Riflessioni sulla grande opera della vita                   | p. 30-31 |
| Poema sull'amicizia                                         | p. 32    |
| Impara a volerti bene                                       | p. 32    |
| Dal diario del Camerlengo                                   | p. 33    |
| Venezia la Serenissima                                      | p. 34-44 |
| Storia del termalismo euganeo                               | p. 45-46 |
| Abano, i miei tre giorni alle terme                         | p. 47    |
| Grande serata di Flamenco                                   | p. 48-51 |
| Pushkin, quel poeta che cambiò la storia della lingua russa | p. 52-56 |
| Il 1968, un anno che ha cambiato il mondo                   | p. 57-62 |
| Eventi e curiosità del 1968                                 | p. 63-64 |
| Gli hippie                                                  | p. 65-67 |
| Gli andromedini di Locarno a teatro                         | p. 68    |
| Presentazione del Club Andromeda del locarnese              | p. 69-70 |

**A questo numero hanno partecipato:**

**Rudy, Vincenza, Ermanna, Roberta, Evrim, Catherine, Laura, Stephan, Helin.**

## A SA VEDOM

*Cari Andromedini, sono giunta al mio traguardo di questo meraviglioso viaggio nell'astronave Andromeda. Mi ricordo il primo martedì in cui arrivai, era il giorno del Karaoke e c'era molta gente. Mi sentii accolta da subito.*

*Sembrava appena ieri quando sgusciavo tra un tavolo e l'altro per presentarmi e intanto cercavo di memorizzare i nomi di ognuno e ora mi trovo già a salutarvi.*

*Ognuno di voi ha lasciato qualcosa in me che mi porterò dietro per tutta la mia carriera, arricchendo il mio bagaglio professionale e aggiungendo valori alla mia persona.*

*Vi ringrazio per ogni momento passato insieme e vi faccio i migliori auguri per il futuro.*

*A presto.*

*Helin*

La **Filarmonica Curio Castelrotto** si autodefinisce "una allegra compagnia di musicanti dal 1988". Una quarantina di componenti, un forte radicamento nel territorio Malcantonese sono i suoi punti di forza. Nel programma annuale, due appuntamenti spiccano: gli importanti concerti di inizio inverno e fine primavera quali concerti di gala con svariati brani popolari e non.

Nella filarmonica vi sono i seguenti componenti: flauto, sax, ottoni, percussioni.

Ognuno con il proprio spirito si reca a prova ogni giovedì a Croglio, allegria e spensieratezza ne sono i valori principali di questo magnifico gruppo.

Io ne faccio parte dal lontano 2005 e partecipo sempre con molto entusiasmo e allegria.

Laura



## CIAO OSCAR

SALVE ANDROMEDINI, VI RINGRAZIO MOLTO PER LA VOSTRA ACCOGLIENZA, ECC. MA SONO TRISTE IN QUESTI GIORNI, HO AVUTO ANSIA PER VIA DEL CALDO O NON LO SO; MA SONO FELICE DI CONOSCervi. MI SCUSO PER TUTTO QUELLO CHE HO FATTO DI MALE, IO SONO GIOVANE MA SAPETE, PER ME NON È FACILE PERDERE UN EX COLLEGA COME OSCAR... ORMAI LUI SARÀ IN CIELO, MI SCUSO CON UN'INFERMIERA SE NON HO FATTO QUELLO CHE NON POTEVO FARE, ORMAI AMEN.

IN FUTURO VORREI VEDERE ... SIMONA, E ALTRI EX REFERENTI, SE SI PUÒ, ORMAI VI CONOSCO DA TRE ANNI, MA NESSUNO PENSA A ME OLTRE GLI STAGISTI CHE MI VEDONO GIÙ, COME MANJU. GRAZIE DI CUORE CHE MI AVETE TENUTO VICINO, NON È FACILE PER TUTTI TENERE CONTO DI TUTTO QUELLO CHE SUCCED E ORMAI, PERDONO, SOLO NON HO FATTO MALE A NESSUNO.

SPERO CHE UN GIORNO CHISSÀ.... VI RINGRAZIO DELLA VOSTRA ACCOGLIENZA NON SOLO DEGLI UTENTI MA DI CATHERINE, DANY, MONICA, ECC. ANCHE CINZIA E ALTRI SEGRETARI DAL CUORE. IN FUTURO VORREI RINGRAZIARE DAL CUORE SENZA AVERE PAURA.

NON VI DICO CHE SONO GIÙ DI MORALE E PER QUELLO HO NAUSEA ECC., MA SE VOLETE POTETE PARLARE ANCHE CON ME, IO MI SENTO MEGLIO PARLANDO.

MI MANCATE TUTTI, (CENTRO SOCIALE, CENTRO DIURNO)!!  
CIAO

EVRIM

## PER GLI ANDROMEDINI DEL LOCARNESE

VI DICO UNA COSA, DA QUANDO SONO ANDATE ROMINA E SIMONA MI SENTO MALE, COME ABBANDONATA. MA DA QUANDO VOI SIETE CORAGGIOSI MI DOMANDATE COME STO' DI SALUTE, ECC. PERÒ VI POSSO DIRE CATHERINE DE CARLI È SIMPATICA E DI CUORE, LO DICO, LE VOGLIO BENE COME A MIA SORELLA, ECC. MA È IMPORTANTE RINGRAZIARE VOI DEL CENTRO DIURNO ANCHE DANY, MONICA, FLORENTINA, DOTT. ROMANOS E MARIA P., E LE SEGRETARIE MARIA, CINZIA E BETTINA. LO DICO, MA A VOLTE MI SENTO COME MORIRE, PERÒ BASTA DIRMI UNA PAROLA E ' IMPORTANTE, E STARE IN GAMBA E AVERE VIVACITÀ, E BUONA SALUTE, DI STARE CALMI CHE LA VITA È UN SORRISO CON RAGGI DI SOLE, ECC.....!!!!  
VI VOGLIO BENE,

DISTINTAMENTE

EVRIM



## RICETTE DI DANILLA

### Yogurt fatto in casa

#### Ingredienti:

1 litro di latte

1 dl di yogurt

1 termometro per liquidi

Portare a calore di 45° il latte, (misurare con il termometro) e raggiunta la temperatura togliere dal fuoco.

Aggiungere lo yogurt e riportare di nuovo il tutto a 45°.

Preriscaldare le termos e versarvi il latte con lo yogurt e lasciar riposare per 12 ore.

Invasare e mettere in frigo.

### Crostata di marmellata

#### Ingredienti:

200 gr. farina

100 gr. zucchero

100 gr. burro

1 uovo

1 rosso d'uovo

Setacciare la farina ed aggiungere lo zucchero, il burro sminuzzato.

Fare la fontanella.

Mettere le uova ed impastare velocemente il tutto. Lasciare riposare la pasta in frigo per una buona mezz'ora.

Spianare ad un mezzo centimetro in una placca, cospargere di marmellata di frutta. Per guarnire fare un reticolato di pasta frolla.

Infornare per circa 30 minuti a forno moderato.

Buon divertimento.

## La composizione e la storia di un'orchestra

Una orchestra è un gruppo musicale tipico della musica classica.

L'etimologia della parola viene dal teatro dell'antica Grecia, dove il termine ὀρχήστρα (orchèstra = spazio per la danza) indicava la zona riservata al coro, agli strumentisti e ai danzatori. Tale spazio era situato tra la platea, dove sedeva il pubblico, ed il palcoscenico.

Un'orchestra formata da un numero ridotto di strumenti viene definita orchestra da camera. Il repertorio di tali orchestre è alquanto vasto e comprende, oltre ai brani scritti appositamente per un organico ridotto dal XIX secolo in poi, anche tutta la musica orchestrale scritta nei secoli precedenti, in quanto solo nel periodo romantico le orchestre assunsero dimensioni paragonabili alle attuali orchestre sinfoniche. Ad esempio, nel 1782 l'orchestra più grande in Europa, quella della Real Camara a Lisbona, comprendeva 51 elementi, ed oltre a questa solo quelle di Mannheim, Coblenza e Dresda superavano i 40 elementi.

### Orchestra sinfonica e orchestra filarmonica

Le orchestre di grandi dimensioni vengono distinte in due principali categorie:

Orchestra filarmonica, ovvero un'orchestra formata da componenti che, nell'aggregarsi hanno fondato l'organico.

Orchestra sinfonica, dove i componenti dell'organico vengono assunti tramite concorso, tramite un'audizione.

Un'orchestra sinfonica, oggi, è composta normalmente da più di 40 strumentisti e può superare il centinaio.

Un'orchestra sinfonica è composta da vari tipi di strumenti: nella sua formazione minima, ne fanno parte archi e fiati (ottoni e/o legni). Talvolta sono presenti anche le percussioni e altri cordofoni come arpa, pianoforte, etc. ma non necessariamente. Un'orchestra composta solo da: ottoni e percussioni prende il nome di fanfara. archi prende il nome di orchestra d'archi. fiati legni e ottoni prende il nome di orchestra di fiati. legni, ottoni, percussioni e contrabbasso prende il nome di orchestra armonica.

## Struttura

La tipica composizione di un'orchestra sinfonica può essere schematizzata come segue:

strumenti a corda: archi (da 16 a 38 violini, da 8 a 12 viole, da 8 a 12 violoncelli, da 5 a 8 contrabbassi) e arpa (cordofono a pizzico) legni (2 flauti traversi, 1 ottavino, 2 oboi, 1 corno inglese, 2 clarinetti, 1 clarinetto basso, 2 fagotti, 1 controfagotto) ottoni (da 2 a 8 corni, da 2 a 5 trombe, 2 o 3 tromboni, trombone basso, tuba) percussioni (timpani, rullante - detto anche "cassa chiara" quando è usato in ambito classico - , grancassa, piatti, triangolo).

Più raramente l'orchestra sinfonica include anche: cordofoni a corde percosse (pianoforte) altre percussioni (celesta, xilofono, Glockenspiel) altri legni (flauto dolce, oboe d'amore, clarinetto piccolo, saxofono) altri ottoni (tromba piccola, tromba bassa, trombone contrabbasso). Al giorno d'oggi le orchestre sono dirette da un direttore d'orchestra, ma in passato, ed anche per le piccole orchestre, spesso il direttore era semplicemente il primo violino o comunque un musicista impegnato anche nell'esecuzione.

## Storia

L'orchestra moderna ha avuto il suo sviluppo nel XVII e XVIII secolo. Claudio Monteverdi per la sua opera Orfeo del 1607 utilizzò un'orchestra formata da archi, trombe, cornetti, arpa, fagotto, clavicembalo, organo con funzione di basso continuo. Nel 1637 Marin Mersenne nel suo Traité d'harmonie universelle riporta l'organico dell'orchestra d'archi, conosciuta come Les 24 Violons du Roy, attiva presso la corte di Luigi XIII:

- 6 Dessus

- 4 Haute-Contre ovvero Haute-Contre Taille
- 4 Taille
- 4 Quinte ovvero Cinquiesme
- 6 Basse

In questo organico è rappresentata la famiglia completa degli archi nella forma in cui era utilizzata nella Francia del XVII secolo. I dessus erano violini, mentre con haute-contre, taille e quinte si indicavano tre taglie diverse di viole, tutte però accordate come la viola attuale; più grandi erano gli strumenti, più gravi erano le parti che vi si eseguiva. Infine, vi erano i basse de violon, corrispondenti al nostro violoncello, ma accordati un tono sotto. A questo organico si affiancavano strumenti destinati alla realizzazione del basso continuo: clavicembalo o organo, tiorba o arciliuto, arpa, ecc.

Nelle altre nazioni, il gruppo di archi era completato da un violone o contrabbasso che eseguiva la stessa parte dei violoncelli un'ottava più in basso. A questi si affiancavano saltuariamente (e praticamente mai tutti insieme) oboi, flauti dritti, flauti traversi, fagotti, trombe, tromboni, corni, timpani. Il clarinetto, da poco inventato, fece l'ingresso in orchestra verso la metà dello stesso secolo, e in casi particolari vennero aggiunte altre percussioni (ad esempio, la cosiddetta "musica alla turca": triangolo, grancassa e piatti). I tromboni, che erano già usati da molto tempo nella musica sacra si aggiunsero solo alla fine del settecento nell'orchestra operistica. All'inizio del XIX secolo si cominciò a strutturare definitivamente l'orchestra sinfonica con l'aggiunta di altre percussioni e della tuba. Nel corso del secolo il

numero dei musicisti in orchestra continuò a crescere fino alle dimensioni ed alla composizione attuale. Spesso l'orchestra viene designata attraverso il numero di fiati della stessa famiglia che vengono utilizzati. Ad esempio, un' orchestra a 2 prevede coppie di flauti, di oboi, di clarinetti, ecc. mentre un' orchestra a 3 vede affiancati ai due flauti anche l'ottavino, alla coppia di oboi il corno inglese, ecc. Con l'aumentare del numero dei fiati, aumenta conseguentemente il numero di archi. Benché il numero esatto di questi ultimi non venga quasi mai specificato, quando l'orchestra è a 3 si tende ad utilizzare il seguente standard, istituito dalla tradizione di esecuzioni di lavori di Wagner e Richard Strauss:

- 16 violini primi
- 14 violini secondi
- 12 viole
- 10 violoncelli
- 8 contrabbassi.

## Orchestra barocca

orchestra barocca (spesso composta di soli archi e basso continuo)

2 flauti

2 oboi

2 oboi d'amore

2 oboi da caccia

3 trombe

2 corni naturali timpani archi (violini I e II, viola) basso continuo (strumenti melodici:

fagotto, violoncello, contrabbasso; strumenti armonici: liuto, tiorba, clavicembalo,

organo)

## Orchestra classica orchestra classica

2 flauti

2 oboi

2 clarinetti

2 fagotti

2 corni

2 trombe timpani archi (violini I e II, viole, violoncelli e contrabbassi)

## Orchestra romantica orchestra romantica

2 flauti (anche ottavino)

2 oboi (anche corno inglese)

2 clarinetti (in la, sib, do, o mib)

4 fagotti (anche controfagotto)

4 corni

2 cornette

2 trombe

3 tromboni

2 oficleidi timpani percussioni varie (compresi grancassa, rullante, piatti)

2 arpe archi

## Orchestra da camera

Un' orchestra formata da un numero ridotto di strumenti viene definita orchestra da camera. Il repertorio di tali orchestre è alquanto vasto e comprende, oltre ai brani scritti appositamente per un organico ridotto dal XIX secolo in poi, anche tutta la musica orchestrale scritta nei secoli precedenti, in quanto solo nel periodo romantico le orchestre assunsero dimensioni paragonabili alle attuali orchestre sinfoniche. Ad esempio, nel 1782 l'orchestra più grande in Europa, quella della Real Camara a Lisbona, comprendeva 51

elementi, ed oltre a questa solo quelle di Mannheim, Coblenza e Dresda superavano i 40 elementi.

## Orchestra filarmonica e sinfonica

Le orchestre di grandi dimensioni vengono distinte in due principali categorie:

Orchestra filarmonica, ovvero un'orchestra formata da componenti che, nell'aggregarsi hanno fondato l'organico.

Orchestra sinfonica, dove i componenti dell'organico vengono assunti tramite concorso, tramite un'audizione.

Un'orchestra sinfonica, oggi, è composta normalmente da più di 40 strumentisti e può superare il centinaio.

Un'orchestra sinfonica è composta da vari tipi di strumenti: nella sua formazione minima, ne fanno parte archi e fiati (ottoni e/o legni). Talvolta sono presenti anche le percussioni e altri cordofoni come arpa, pianoforte, etc. ma non necessariamente.

## Struttura dell'orchestra

La tipica composizione di un'orchestra sinfonica può essere schematizzata come segue:

\* strumenti a corda: (violino, viola, violoncello, contrabbasso) archi (da 16 a 38 violini, da 8 a 12 viole, da 8 a 12 violoncelli, da 5 a 8 contrabbassi) e arpa (cordofono a pizzico)

\* legni (flauto, ottavino, oboe, corno inglese, clarinetto, fagotto, controfagotto) (2 flauti traversi, 1 ottavino, 2 oboi, 1 corno inglese, 2 clarinetti, 1 clarinetto basso, 2 fagotti, 1 controfagotto)

\* ottoni (tromba, trombone, corno, tuba) (da 2 a 8 corni, da 2 a 5 trombe, 2 o 3 tromboni, trombone basso, tuba)

\* percussioni (timpani, rullante - detto anche "cassa chiara" quando è usato in ambito classico -, grancassa, piatti, triangolo)

Più raramente l'orchestra sinfonica include anche:

\* cordofoni a corde percosse (pianoforte)

\* altre percussioni (celesta, xilofono, Glockenspiel)

\* altri legni (flauto dolce, oboe d'amore, clarinetto piccolo, saxofono)

\* altri ottoni (tromba piccola, tromba bassa, trombone contrabbasso)

## Le sezioni dell'orchestra

La sezione degli archi, che forma l'ossatura sonora dell'orchestra, è suddivisa in cinque parti: primi e secondi violini, viole, violoncelli e contrabbassi. Determinate proporzioni, nell'orchestra moderna, si sono dimostrate le più idonee per un efficace equilibrio sonoro: ad esempio un'orchestra con venti primi violini avrà in linea di massima diciotto o venti secondi violini, quattordici viole, dodici violoncelli e otto contrabbassi. Gli strumenti a fiato (legni e ottoni) a differenza degli archi hanno di solito un solo esecutore per ogni parte. Fino alla metà dell'Ottocento la sezione dei legni era costituita da due flauti, due oboe, due clarinetti e due fagotti; i due membri di ciascuna coppia suonavano ognuno una parte diversa.

Alla fine del secolo la formazione più comune era di tre strumenti per tipo, e il terzo esecutore talvolta passava a uno strumento collegato (ad esempio il corno inglese, l'ottavino, il controfagotto, il clarinetto basso). La sezione degli ottoni nella sua forma pienamente sviluppata è costituita tipicamente da quattro corni, tre trombe, tre tromboni e una tuba. Talvolta si affiancano altri ottoni, come il trombone basso o la tuba wagneriana, progettata dal compositore tedesco e usata per la sua musica. La sezione delle percussioni, oltre al singolo esecutore che suona solo i timpani, impiega tradizionalmente uno o due suonatori, ciascuno dei quali copre diversi strumenti. Il gruppo di percussioni base alla metà

dell'Ottocento consisteva in un tamburo militare, una grancassa, i piatti e il triangolo. Nella musica del Novecento non sono insolite composizioni che richiedono dieci o più percussionisti e decine di diversi strumenti, mentre il numero delle percussioni in uso ha raggiunto le centinaia.

Oltre a questi quattro gruppi molte orchestre impiegano anche un'arpa e un pianoforte. Il posto degli orchestrali è stabilito dal direttore, che guida l'orchestra nelle esecuzioni. Primi e secondi violini si trovano abitualmente alla sinistra del direttore, le viole, i violoncelli e i contrabbassi sulla destra. I fiati sono di fronte al direttore ma dietro gli archi, e le percussioni in fondo a tutti. Inizialmente il direttore d'orchestra fu semplicemente il primo violino o comunque un musicista impegnato anche nell'esecuzione lo stesso autore del brano che, conoscendone i più piccoli dettagli, dirigeva magistralmente i musicisti portandoli alla compiuta interpretazione dell'opera in ogni suo aspetto compositivo.

Dall'Ottocento a oggi, il direttore d'orchestra è un musicista che ha studiato "direzione"; le sue doti sono: un orecchio formidabile, una memoria eccezionale e una spiccata capacità gestuale; deve essere sensibile ad ogni minima sfumatura, deve conoscere tutta la composizione, le parti dei singoli strumenti e deve riuscire a comunicare, col movimento delle mani, del corpo e con la mimica facciale, ogni volontà interpretativa portando gli orchestrali ad una corretta entrata nel rispetto dei tempi e dell'evoluzione dinamica e agogica.

## **PER L'ASSEMBLEA DEL LOCARNESE**

**CARI ANDROMEDINI,  
VI DICO CHE RINGRAZIO SOPRATTUTTO I PRESENTATORI  
TRA I QUALI DANY, MONIKA E ALTRI CHE C'ERANO.  
NON POSSO DIRVI COME MAI, NON SO PERCHÉ, MA CON  
TUTTA QUELLA GENTE MI SONO SENTITA TIMIDA;  
RINGRAZIO CATHERINE E ROBERTA, PATRIZIA E VIA  
DICENDO, IO ERO EMOZIONATA PERCHÈ NON SAPEVO DIRE  
QUALCOSA, ALLORA RINGRAZIO LAURA CHE AIUTA  
CATHERINE COME AIUTANTE DELL' OPERATRICE E POSSO  
DIRVI ADESSO STO BENE DI SALUTE, ANCHE SE A VOLTE  
PENSO ALLA PAROLA DI MORIRE, PERCHÈ SONO GRASSA E  
VIA DICENDO, MA MEGLIO CHE STÒ ZITTA PER TUTTA LA  
MIA VITA.  
RINGRAZIO MARIA P. CIAO A PRESTO, VI VOGLIO BENE  
COME TANTI DI VOI CHE MI VOLETE BENE DAL CUORE;  
A NOME DI ME STESSA, VI AUGURO DI VIVERE ALMENO  
100 ANNI...**

**EVRIIM**

## **CARI AMICI DEL CENTRO DIURNO**

Carissimi Andromedini vi conosco da poco tempo ma siete tutti gentili persone. Non so perché spesso ho nausea... nel

centro vi posso dire una cosa, che quando siete felici, vi sorride l'anima; poi dico grazie al servizio sociale di Locarno infermieri e psichiatri, dott.

Romanos e Maria ecc.

Vi dico che da quando vi conosco mi sento aperta e sto meglio dal cuore; se mi fatte domande sto molto meglio, ringrazio Catherine e Patrizia e anche altre persone anonime, Florentina e dott. Zitolo siete bravissimi tutti.

A volte mi viene la parola di morire, ma meglio che sto zita muta, ciao a presto, sono indaffarata il mese di maggio, Andromedini grazie a tutti

Evrim

## CONSIGLI DEL CAMERLENGO

Niente è più nocivo per il corpo che un sistema nervoso alterato.

Mi sono reso conto, ad esempio, che *una persona diabetica, normalmente, non riesce a dormire come vorrebbe perché i livelli di glucosio di notte si alzano al cielo*, e se lo zucchero è molto alto, il pancreas produce insulina e tutte queste circostanze non solo non aiutano a riposare ma alterano il sistema nervoso.

9 consigli per tutti che possono cambiare in meglio il vostro *modus vivendi*:

### 1) La respirazione

Quando vi sentite agitati fermatevi e respirate 20 volte profondamente con una pausa di 8 secondi prima di riprendere con la respirazione normale. Questo anche prima di coricarvi inizierete così a dormire bene, a riposare adeguatamente e a svegliarvi al mattino in piena forma, la pancia si abbasserà, e tutto migliorerà.

### 2) La connessione con la Madre Terra

La connessione con la Madre Terra cosa significa) vuol dire il camminare scalzi sul suolo, in casa, sui prati, sulla sabbia, sulle foglie, ecc. Esso aiuta ad abbassare la corrente che si accumula nel corpo (ad esempio lo stress) e quindi a tranquillizzare il sistema nervoso. Molteplici studi scientifici e clinici ne hanno confermato più volte la validità del metodo.

### 3) Dieta corretta

La dieta corretta è molto importante, vi chiederete il perché? Per il vostro sistema nervoso alterato è bene che sia presa in considerazione di attuare una dieta priva di carne rossa e bassa di sale; questa dieta che tranquillizza sia il sistema

nervoso che il corpo, è una dieta che porta a mangiare tanti vegetali, insalate varie, carni bianche, bassa di grassi e di sale.

### 4) L'idratazione

Come si sa bere acqua nel corso della giornata è un toccasana per la salute sotto ogni livello. La formula corretta dice: dividete il vostro peso per 7 e il risultato vi da quanti bicchieri d'acqua di 2,5 dl dovete bere al giorno.

### 5) Il sole

Prendere il sole tranquillizza. Non so se avete già osservato che una persona che va in spiaggia, e si sdraia a prendere il sole e si addormenta, al suo risveglio si ritrova purtroppo con un' insolazione di secondo o terzo grado, questo perché il sole ha un effetto tranquillizzante sopra il sistema nervoso. Per evitare delle spiacevoli scottature alla pelle prendete le prime volte un poco di sole dai 10 ai 15 minuti alla volta fino a quando la cute inizia a diventare rosea. I raggi del sole, soprattutto quelli infrarossi vi aumenteranno la vitamina D e nel contempo saranno un vero tocca sana al vostro sistema nervoso.

### 6) Il magnesio

L'uso del magnesio è molto importante. Se volete dormire bene dovete fare fonte di magnesio, la gente non mangia sufficientemente tutto quello che è detto vegetale. Il magnesio crea un effetto super tranquillizzante ed è addirittura antidepressivo e abbassa la pressione.

### 7) Il potassio

Un'altra sostanza che fa bene è il potassio il quale regola il contenuto di acqua delle cellule e ne controlla pressione osmotica, svolge un'azione fondamentale nella sintesi delle proteine, attiva numerosi enzimi connessi con il metabolismo

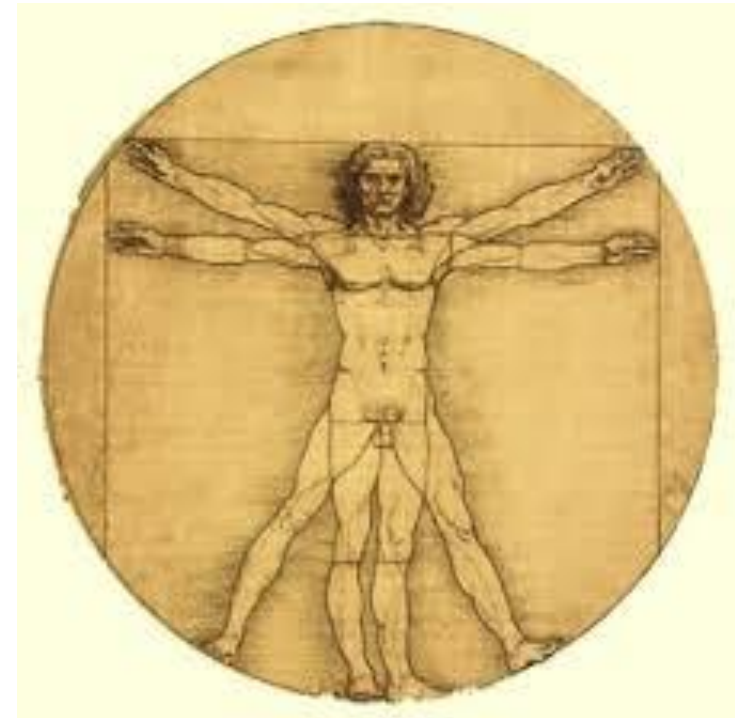
energetico ed è coinvolto nei processi di trasmissione dell'impulso nervoso. Gli alimenti più ricchi di potassio sono gli ortaggi, frutta e verdura. Quindi magnesio e potassio sono vitali.

#### 8) Evitare gente negativa

L'ultimo consiglio, e non come importanza, è quello di evitare la gente negativa, essi sono classificati come uccelli del malaugurio, attraggono solo problemi e critiche. Evitatele il più possibile che potete, perché vi alterano il vostro sistema nervoso e non vi lasceranno dormire. Vi ho già detto sopra che il non dormire, il non riposare adeguatamente è sbagliato e vi fa solo aumentare i problemi neurologici e psichici.

Vi auguro di ritrovare la serenità nella vita quotidiana e la pace interiore dello spirito, seguendo anche i miei consigli e vedrete che la verità trionferà. Dio vi benedica.

Il Camerlengo



## GLI ANDROMEDINI E IL LAGO DEI CIGNI

Venerdì 16 marzo alcuni Andromedini, amanti dei bei eventi, si sono recati al Palazzo dei Congressi di Lugano dove era in scena “Il lago dei cigni” di Petr Il’ic Tchajkovski. Esso è uno dei più famosi ed acclamati balletti del XIX secolo. La prima rappresentazione ebbe luogo al Teatro di Bol’soj di Mosca il 20 febbraio 1877, con la coreografia di Julius Reinsinger.

La nuova versione del Lago dei cigni che è stata creata per il Balletto di Milano dal coreografo estone (Teet Kask), già autore per la Compagnia della fortunata produzione Anna Karenina, celebra chi, malgrado le critiche sociali e le ostilità, continua a seguire le proprie aspirazioni, bisogni e amori e dunque celebra la libertà di espressione.

Ispirandosi alla vita di Tchaikovsky e a Re Ludwig II di Baviera, Il Re cigno, il coreografo Teet Kask vede Siegfried come un giovane dal temperamento artistico che, rifuggendo le responsabilità che la famiglia e la società vorrebbero attribuirgli, trova la forza di rompere le catene imposte seguendo il suo cuore, la sua “voce interiore”.

Ludwig, nonostante le tante critiche ed ostilità, andò avanti con le sue idee e passioni, diventando un simbolo di libertà di espressione. Egli seguì ed esaudì i suoi sogni con piena dedizione e amore.

Credo che Tchajkovski nell’anima e nel cuore si sentisse molto vicino a Ludwig e si ispirò a lui per il prototipo del sognatore Siegfried. “Anche il mio Siegfried”, disse Kask, “ha un temperamento artistico e rifugge le responsabilità imprenditoriali” e il matrimonio che proprio il padre vorrebbe combinare. Questo nuovo lago è infatti ambientato in una famiglia borghese dell’aristocrazia, dove il padre vorrebbe Siegfried a capo dell’impresa familiare e sposato ad una ragazza scelta dalla famiglia. Un rango importante è riservato al miglior amico di

Siegfried, Benno. I suoi propositi come “giullare” non sono quelli di sostituire un sistema con un altro, ma liberare dalle catene del sistema stesso.

Benno è una persona ricca di humor, qualità con cui riesce a distendere situazioni tese, sdrammatizzare le critiche negative. Egli è abituato a far notare a Siegfried le sue sciocchezze di modo che egli possa accorgersene. Conosce molto bene Siegfried e susciterà l’interesse dell’amico portando alla sua festa una misteriosa “Dama bianca”. La fugace visione apparirà a Siegfried nel suo sogno sotto le sembianze di una meravigliosa fanciulla, già conosciuta una notte al lago, e dove gli ha spiegato di essere vittima dell’incantesimo di Rothbart, il mago. Il quale l’ha tramutata, con le sue compagne, in Cigno bianco di giorno e bellissima fanciulla di notte nel lago formato dalle lacrime di quelle persone che non sono state in grado di seguire il loro amore. Siegfried fa di tutto per conquistare la fiducia del Cigno e i due si innamorano. Ma arriva l’alba e Von Rothbart riprende il controllo....

Il Padre organizza un ballo di corte dove sono presenti le quattro pretendenti alla mano del Principe. Ma lui le rifiuta categoricamente. Dopo questo rifiuto il Padre gli presenta una misteriosa Dama Nera, che appare identica alla Dama Bianca di cui Siegfried si è invaghito. Il Principe ha occhi solo per lei e, ignaro dell’inganno, dichiara di volerla prendere in sposa. Il Padre lo induce a giurare il suo amore per la Dama Nera, ma Benno va al lago e porta al ballo la Dama Bianca e Siegfried si rende conto del suo errore. Scioccato la cerca a palazzo e per ogni dove, poi si reca al lago e la trova in pieno sconforto circondata dalle altre fanciulle/cigno, sue amiche, che cercano di confortarla, ma lei è rassegnata alla morte. Il Principe le fa le scuse appassionate. Lei lo perdona ed entrambi confermano il proprio amore. All’improvviso il Padre appare nelle vesti di Von Rothbart e insiste affinché Siegfried tenga fede al suo impegno e sposi la Dama Nera. I due litigano fortemente perché il Principe non intende a

rinunciare al suo nuovo amore. Il Padre furioso perde il controllo ed estratta una pistola dal panciotto fa partire un colpo accidentale che colpisce a morte il Cigno bianco. I due sono sconvolti e mentre il Padre, comprendendo i propri errori si allontana, lascia Siegfried disperato per aver perso il vero amore.

Ma l'epilogo vede il fido Benno che sveglia il Principe dal suo sonno profondo e dai suoi sogni e gli presenta la dama bianca ed egli si rende conto che i tragici eventi vissuti erano solo un incubo. Ora Siegfried è libero e felice di seguire e di coronare il suo cuore per Odette.

Sogno, magia e amore ancora una volta si sono intrecciati sul palcoscenico del Palazzo dei Congressi di Lugano.

La fiaba, sulla riva del lago, il luogo incantato della storia d'amore impossibile tra il Principe e il cigno, improntata sulla musica grandiosa e coinvolgente, che ha invaso lo spazio della grande sala del Palazzo dei Congressi, di Tchaikovsky, trovando nelle ballerine e nei ballerini della Compagnia del balletto di Milano, diretto da Carlo Pesta, e vestiti con i bellissimi costumi ideati da Akos Barar, degli interpreti di vero spessore che hanno incantato e condotto il pubblico in un vero scenario fiabesco. Al calar del sipario, una vera cascata di applausi di gradimento da parte degli spettatori, Andromedini compresi, è stato il tripudio verso alla Compagnia a segno tangibile che lo spettacolo è veramente piaciuto.



Rudy

## **GIU' LE MANI DAGLI ANZIANI**

CHE CUORE HANNO QUEI RAGAZZI CHE  
PER DIVERTIRSI HANNO STRAPPATO  
IL BASTONE AD UN SIGNORE ANZIANO.

L'HANNO FILMATO MENTRE ERA A TERRA,  
GIOVANI DI FAMIGLIE SENZA DISAGI PARTICOLARI  
QUESTO MODO DI FARE...

PIÙ GRAVE ORA MI CHIEDO COSA CAPITERÀ,  
MA TEMO DI SAPERE  
QUEGLI ADOLESCENTI RESTERANNO IMPUNITI,  
CON LA CERTEZZA CHE QUALUNQUE COSA FACCIANO  
LA PASSERANNO LISCIA...

MA È ORA DI PASSARE ALLE MANIERE FORTI,  
NON DICO IL CARCERE,  
MA UN ANNO DI SERVIZI SOCIALI.

ERMANNÀ



## GLI ANDROMEDINI E LA MUSICA CLASSICA

Dopo la bella serata al Palazzo dei Congressi a Lugano, a metà gennaio, dove gli Andromedini del Locarnese hanno assistito al bellissimo concerto della Wienerfilarmonik Orchestra, quella che si vede alla televisione ogni anno per Capodanno, veramente fantastica e unica nel suo genere impregnato di Walzer e Polche suonati da professori di musica e sempre diretti da maestri di musica di calibro mondiale.

Sabato 27 gennaio altra serata musicale, questa volta ad Ascona nella chiesa di Santa Maria della Misericordia del Collegio Papio. La costruzione di questo edificio sacro è iniziata il 15 novembre 1398, ma la sua consacrazione arrivò solo il 23 ottobre 1442. Quasi mezzo secolo più tardi, nel 1498, all'edificio fu aggiunto il campanile. Tra il 1510 e 1584 la chiesa fu dimora e amministrata da due frati dell' Ordine Domenicano, frate Nicola e frate Paolo che aggiunsero alla struttura presente un convento.

Poi, per volontà del Cardinale Carlo Borromeo e su disposizione di Papa Gregorio XIII, il convento ospitò un seminario, diventando il Collegio Papio, (dal nome del benefattore Bartalomeo Papio di Ascona). Nel XVIII secolo all'edificio fu aggiunto un porticato. In questa bellissima cornice religiosa, storica e artistica della chiesa si è prodotta l'orchestra Arcadia di Lugano, attiva dal 2001, e che conta una cinquantina di musicisti tra donne e uomini, e vede nel suo organico maestri di musica, amatori di buon livello, come la nostra Catherine de Carli (la nuova Romina) che riveste il ruolo di primo violino, studenti di conservatorio e professionisti, si

è presentata in questo luogo sacro che era gremito in ogni ordine di posto.

Grazie al gentile interesse da parte della mamma di Catherine abbiamo seguito il concerto nelle prime file.

Il repertorio dal sapore nordico si è aperto con un brano di Jean-Sibelius (1865-1957) con un Andante-Allegro moderato-Allegro, da notare che tra i musicisti era presente la nipote del compositore finnico in qualità di primo violino.

Si è proseguito con il concerto per contrabbasso op.3 (1905) del direttore d'orchestra e compositore russo Serge Koussevitzky (1874-1951); solista al contrabbasso si è presentato il giovane talento, nato nel 1991, David Desimpelaere. E' già primo contrabbasso dell'Orchestra della Svizzera Italiana a Lugano. Oltre a questo incarico fisso in Svizzera collabora in quel ruolo come ospite con l'Orchestre de Paris e Brussels Philharmonic.

Ha studiato al Conservatorio Reale di Bruxelles, alla "Guildhall Schoole of Musical Drama" a Londra e al "Hochschule für Music Freiburg" in Germania. Ha ricevuto diversi riconoscimenti internazionali, un puro talento che affascina chi lo ascolta a suonare. Con suo fratello Erik (pianista/compositore) David ha registrato il suo primo CD "Reflection of a Song) e nel marzo di quest'anno è uscito il loro secondo album "S Mile" grazie alla casa discografica Dynamic.

Per concludere il concerto in bellezza, sono state presentate le celebri Suite 1 e 2 di "Peer Gynt" del compositore Edward Grieg (1843-1907).

Gli Andromedini presenti hanno avuto il piacere di ascoltare e di deliziarsi durante due ore di bella musica sinfonica presentata dall'orchestra Arcadia.

Non posso tralasciare il grande maestro di questa Orchestra Mathias Benedict Müller, nato a Zurigo dove ricevette le prime lezioni di violino all'età di 8 anni. Dopo la maturità si trasferisce in Germania e studia viola, alcuni soggiorni negli Stati Uniti, in Canada e corsi di perfezionamento in Inghilterra, Italia e Svizzera completano la sua formazione. Nel 1984 anno della "Künstlerische reife suggestivo rüing" che conclude con il massimo dei voti diventa prima primo violino presso l'OSI, della quale è tutt'ora membro. Nel 2001, anno di nascita dell'Orchestra Arcadia, viene assunto come direttore artistico. Nel 2004 amplia la sua attività dirigendo dei concerti a Zurigo e in Repubblica Ceca. Nel 2005 termina con successo la sua formazione come direttore d'Orchestra presso la Hochschule für Musik a Zurigo e viene nominato come maestro nell'Arcadia.

Così volgeva il termine della serata in cui in questo luogo sacro e suggestivo, in cui ascoltare della bella musica suonata ad alti livelli da musicanti così ben preparati è stata una vera gioia che ha accattivato tutti i presenti i quali in segno di ringraziamento per quanto hanno udito, si sono riversati alla fine del concerto in una cascata fragorosa di applausi che sono durati parecchi minuti e come caso vuole si sono deliziati un' ulteriore volta grazie a un bis concesso da parte dell'Orchestra.

Personalmente mi è particolarmente piaciuta questa bella serata e penso che entrerà nei tasselli della mia vita che non potrò dimenticare.

Rudy



## BUONGIORNO, POSSO AVERE UN CAFFÈ? ADESSO MI BEVO UN BUON CAFFÈ! LO BEVI UN CAFFÈ?

Quante volte abbiamo pronunciato o sentito la parola caffè nella nostra vita? Tante vero? Ma sappiamo veramente cosa è il caffè? E da dove viene?

Il nome “caffè” ha origine dalla parola “QAHWA” che in arabo indica qualsiasi bevanda di tipo vegetale. Infatti il caffè era detto “il vino d’Arabia”.

Leggende e racconti ci conducono all’affascinante mondo delle origini del caffè. Tra queste due sono abbastanza curiose, la prima narra dell’utilizzo del caffè da parte dell’ANGELO GABRIELE per curare MAOMETTO, la seconda cita di un convento in Etiopia, verso l’ 850 d.C., abitato da monaci i quali allevavano capre. Un giorno uno di loro osservando gli animali che mangiando le bacche di una pianta diventavano più arzille. Raccolse le bacche e con i confratelli prepararono un decotto e videro che bevendolo li teneva più svegli durante le loro preghiere notturne.

In seguito dall’Etiopia si diffuse in Arabia, con successo, fino a coprire tutta l’area del vicino ORIENTE e del MEDITERRANEO e con la bevanda si adottarono tutti gli utensili necessari alla sua preparazione. Il successo di tale fenomeno è anche provato dai bassorilievi presente in alcune tombe fatti eseguire dalle famiglie di beduini a dimostrazione dell’assimilazione negli usi quotidiani.

Nel XV secolo il caffè giunse fino a Costantinopoli (Turchia) dove fu aperta la prima BOTTEGA DEL CAFFÈ. In Europa il caffè fu conosciuto solo dopo parecchi anni importato molto successivamente al cacao e al te.

A Vienna verso il 1683, A SEGUITO DELLA FINE DELL’ASSEDIO TURCO, fu costruita la prima casa del caffè.

Occorre però gli anni posteriori al blocco continentale di NAPOLEONE delle navi (1806-1809) per avere con successo LA DIFFUSIONE DEL CAFFÈ NEL OVEST DELL’EUROPA.

La pianta del caffè, e la bevanda, ebbero un PROCESSO di diffusione piuttosto VELOCE.

Già verso 1699 furono messe in atto piantagioni di caffè nelle colonie Olandesi, tra cui in principio nelle Isole dell’Indonesia, nazione del sud-est asiatico.

Tale propagazione seguì anche in INDIA e nella GUAYANA OLANDESE (oggi Suriname) che è uno stato dell’America Meridionale affacciato e bagnato a nord dall’Oceano Atlantico, a ovest confina con la Repubblica di Guyana, a sud con il Brasile e a est con la Guyana Francese.

In seguito si procedette nelle aree tropicali che divennero i maggiori produttori a LIVELLO MONDIALE.

Nella seconda metà del XVIII secolo la COLTIVAZIONE DELLA PIANTA DEL CAFFÈ NEI PAESI TROPICALI era molto prospera e ben presto furono attivate anche in America Latina e nelle aree Tropicali dell’Asia.

Fu il BRASILE che in poco tempo arrivò ad una NOTEVOLE PRODUZIONE DI CAFFÈ fino al punto di avviarne l’esportazione seguito dalla COLOMBIA.

Francia e Italia furono le nazioni europee in cui il caffè era indice di grande fervore artistico, anche se i primi caffè furono quelli, come detto, di Costantinopoli, dove questi erano in sinergia con il mondo della cultura e delle belle arti.

### IL CAFFÈ ARRIVA IN SVIZZERA

L’arrivo del caffè nella Svizzera, prese nel cuore dell’Europa e priva di sbocchi sul mare, veniva preceduto da un itinerario che prima passava dalla Francia.

Affermandosi in primis nei cantoni di Ginevra e Basilea, si diffuse successivamente negli altri cantoni tra i secoli XVI e XVIII.

Per la natura liberale del diritto svizzero, il caffè non trovò ostacoli per essere ammesso a gusto del palato dei cittadini, come al contrario era successo in altre nazioni confinanti.

Tuttavia i governanti di Basilea pur garantendo agli abitanti della città e ai gestori di alberghi e locande la libertà ai loro avventori per non frenare l’affluenza turistica nella città, nel 1769 emisero un divieto assoluto per gli abitanti delle campagne, il provvedimento comunque non ebbe conseguenze di blocco radicale per il caffè che molto rapidamente continuò a riprendere ruota nella vendite, nel gusto e nel consumo da parte di tutti i cittadini svizzeri.

### MA COME NASCE QUESTO CHICCO COSÌ PREZIOSO?

La pianta del caffè è un arbusto che può essere appartenente a circa 60 specie del genere COFFEA, dai quali la più conosciuta è la COFFEA ARABICA che fornisce i frutti migliori ed è la più coltivata, seguita dalla COFFEA ROBUSTA.

Le loro principali differenze sono da cercarsi nel gusto e nel dove vengono coltivate, e la prima importante differenza è genetica: l’Arabica ha 44 cromosomi e la Robusta 22, la Robusta contiene inoltre un livello più alto di caffeina rispetto all’Arabica, perfino il doppio. Questo fattore è importante da considerare per chi ha difficoltà a prendere sonno dopo aver bevuto un caffè in più.

L’Arabica (che fra parentesi è il 70 % del caffè prodotto al mondo) viene maggiormente coltivata nell’America del Sud, in quella Centrale, nell’Africa (Kenya ed Etiopia), e a est. La Robusta è invece mediamente prodotta nell’Africa dell’Ovest (Camerun, Costa d’Avorio, ecc.) e in Estremo Oriente (Vietnam ed Indonesia per primi) oltre a questo l’Arabica cresce al meglio a quote elevate, sopra i 1000 m e ha bisogno di molta pioggia, mentre la Robusta cresce anche a quote più basse e in condizioni, diciamo, meno ideali in termini di umidità e tipo di terreno, ha inoltre meno problemi di malattie.

Per il gusto è importante considerare che l'Arabica ha un gusto più delicato, meno amaro e con intense sensazioni aromatiche.

La Robusta ha invece sensazioni gustative meno vigorose, un forte senso di amaro e soprattutto una grande corposità.

Considerazione da portafoglio:

Nonostante non sempre sia possibile dire che l'Arabica è migliore della Robusta (sia perché ci sono delle ottime Robusta, sia perché i gusti possono essere diversi e si possono apprezzare caffè molto corposi, vedi i caffè del Sud Italia).

L'ARABICA HA ANCORA PREZZI PIU' ELEVATI, tenetelo presente se volete un 100 % Arabica per il vostro bar... Anche se leggendo vi accorgerete da 2 franchi al Kg ed altre da 500 franchi al Kg. DA 500 FRANCHI AL KG? Sì, avete letto bene.

Il Kopi Luwak è un caffè salito ultimamente agli onori delle cronache. Di fatto si tratta di un caffè fatto con chicchi che sono stati ingeriti e quindi defecati da un piccolo animaletto il Luwak appunto, (una specie di furetto). Nelle Filippine il nome Kopi significa caffè, mentre Luwak è il nome di questo roditore che prevede nella sua normale alimentazione, oltre a insetti, uova e altri frutti anche le bacche del caffè. Non digerendoli, i semi vengono espulsi. Il miracolo sembra che avvenga nello stomaco dell'animale, dove gli enzimi rompono le proteine superficiali donandogli un particolare sapore dolce. Questo processo è ormai sfruttato commercialmente, e i Luwak allevati allo scopo defecano il caffè in apposite "latrine" preparate nelle loro gabbie (e quindi molto opportunamente lavate). Sul reale valore commerciale di questo caffè si continua a discutere, e anche sul suo aspetto etico. Di fatto esso è al momento, il più caro caffè del mondo. Si ha notizia di una caffetteria australiana che lo vende a 48 dollari la tazzina, vendendone 4 tazze a settimana.

Un altro caffè shop di Londra propone un blend di Kop Luwak e Jamaica Blue Mountain venduto a 50 franchi svizzeri a tazza.

Circola voce che in Asia stanno studiando di ottenere il medesimo sistema con lo sterco dell'elefante.

MA RITORNIAMO ALLA PIANTA DEL CAFFE', essa POSSIEDE un tronco con RAMI PRIMARI E SECONDARI e FOGLIE VERDE brillanti lanceolate od ovali.

I FIORI, BIANCHI, sono raggruppati e sorgono in prossimità dell'ascella delle stesse foglie; si hanno più fioriture nel corso dell'anno.

Dopo la fioritura, della durata di circa due giorni si hanno i FRUTTI, che inizialmente sono di color giallo-verde e poi, a distanza di pochi mesi, giungono a maturazione fino a divenire delle bacche LUCIDE ROSSE.

I due semi sono racchiusi nella polpa e si presentano uguali, convessi sull'esterno e piatti all'interno.

L'ESTRAZIONE DEI SEMI si effettua o col PROCEDIMENTO A SECCO, che prevede la raccolta dei frutti, la loro ESSICCAZIONE NEL PATIO, la FRANTUMAZIONE e PULIZIA; o A BAGNO nell'acqua (METODO LAVATO), attraverso la depulpazione a macchina dei frutti, il bagno nell'acqua dei semi che agevola l'ulteriore pulitura e una breve fase di fermentazione ed infine l'asciugatura o essiccamento all'aperto, al sole.

Il CAFFE' LAVATO ottenuto per via umida, è di qualità superiore, più pregiato e potenzialmente più RICCO DI AROMI, sviluppatosi nella fase di TOSTATURA DEI CHICCHI.

La fortuna del caffè è legata alla scoperta della torrefazione. Nei secoli passati si usava abbrustolire il CAFFE' nelle botteghe o in casa per mezzo di "TOSTINI" recipienti di latta o di ferro a forma e dimensioni diverse (cilindriche, sferiche, a rullo, a padella, ecc.) i quali posti su una fonte di calore i chicchi contenuti nei tostini venivano abbrustoliti, mentre un odore intenso e piacevole riempiva l'atmosfera circostante. Quindi il CAFFE' TOSTATO si faceva raffreddare sopra lastre di pietra o di marmo.

#### TORREFAZIONE NEL CANTON TICINO

Nella Svizzera Italiana esistono diverse ditte di torrefazione del CAFFE'.

La più conosciuta è la CHICCOD'ORO di Balerna. Fondatore della stessa è stato nel 1949 Rino Valsangiacomo. Alla sua morte la ditta è continuata, e sviluppata, a gestione familiare sino ai nostri giorni dove il figlio Cornelio ne conduce la direzione.

Uno dei scopi di questa conosciutissima marca mira a soddisfare la grande clientela affezionata al suo marchio Grazie all'utilizzo di tecnologie eccellenti e all'avanguardia, come pure in un costante sviluppo innovativo nel MONDO DEL CAFFÈ, sia a livello di gusti che di prodotti, è riuscita nel tempo ad affermarsi e posizionarsi sempre di più sul mercato elvetico così pure ad emergere in altre Nazioni.

Il raggiungimento di quote di mercato tanto ampie è da attribuire principalmente all'ELEVATO STANDARD QUALITATIVO che ha origine in una meticolosa selezione delle qualità di CAFFE' importate, soprattutto ARABICA, provenienti dai migliori produttori mondiali.

In un moderno stabilimento di torrefazione vengono effettuate tutte le lavorazioni che partono dalla SELEZIONE DEI CHICCHI DI CAFFE' CRUDO, PASSANDO ATTRAVERSO LE FASI DI TOSTATURA LENTA, tipica all'italiana, fino all'imballaggio finale. Tutte queste lavorazioni avvengono attraverso MODERNI IMPIANTI ED ATTREZZATURE ALL' AVANGUARDIA PERFETTAMENTE

CONIUGATE ALLA TRADIZIONE, ESPERIENZA, CURA E ATTENZIONE di personale altamente qualificato.

IL SIMBOLO DELLA CHICCO D'ORO, che figura su ogni prodotto, è LA CORNUCOPIA



*IL CORNO dell'abbondanza* che è anche l'espressione della profusione dei doni del caffè, bevanda magica, che trasmette energia vitale e benessere nel corpo e nella mente. Il significato LETTERALE viene DAL LATINO Cornu ( corno ) e Copia ( abbondanza).

In ARALDICA ( lo studio dei stemmi) simboleggia abbondanza, agricoltura, concordia, felicità e provvidenza.

Secondo LA MITOLOGIA il Corno apparterebbe ad Amaltea che fu la capra che allattò Zeus, il capo dell'Olimpo, il dio del cielo e dei tuoni, il sovrano degli dei. L'animale allattò Zeus sul monte Ida a Creta. Diventato il re degli dei, Zeus, per ringraziarla, diede un potere alle sue corna : Il possessore poteva ottenere tutto ciò che desiderava. Da qui la leggenda del " CORNO DELL'ABBONDANZA".

Alla sua morte Zeus la pose, insieme ai due capretti, tra gli astri del cielo, e prese la sua pelle e se ne vestì come se una corazza durante tutte le battaglie.

#### IL MUSEO DEL CAFFÈ DELLA CHICCO D'ORO

Gli Andromedini del Locarnese sempre più interessati sulla bibita più diffusa al mondo, dopo l'acqua e il tè, mercoledì 31 gennaio si sono recati a Balerna a visitare il museo del caffè della CHICCO D'ORO.

La famiglia Valsangiacomo, proprietari della stessa, per ulteriormente accentuare la loro dedizione alla cultura del caffè, ha voluto nel 1989 aprire un museo a coronamento dedicato al famoso chicco. Questo per evidenziare, salvare e valorizzare la secolare cultura e storia del CAFFÈ.

Il museo è sicuramente uno dei più forniti e rappresentativi del settore in Europa. Esso espone in bella presenza cronologica e affascinante una grande varietà di macchinari, attrezzi, tosta caffè, caffettiere, tazzine ecc. dal settecento ai giorni nostri, un vero patrimonio utile e didattico per i visitatori, sia privati, scuole,

pensionati e categorie professionali che qui transitano e sostano per apprendere e vedere, grazie ad un percorso storico molto ben preparato.

Durante lo stesso si conosce tutta l'evoluzione e le modifiche subite nel corso dei secoli, dalla produzione artigianale, prima, e della tecnica e industria poi, che in ogni caso sono espressione della creatività e genialità degli operatori dei vari settori che si sono occupati del CAFFÈ e degli apparecchi necessari per approntare l'esotica bevanda..

Noi Andromedini del Locarnese ci siamo resi conto che il PERCORSO DEL MUSEO DEL CAFFÈ non rappresenta solo un viaggio nella storia del CAFFÈ ma la SERIETÀ della casa di TORREFAZIONE di Balerna nella preparazione della grande gamma dei suoi prodotti.

Basti a pensare cosa c'è a monte della torrefazione che vede in primis la degustazione dei chicchi nel Paese di produzione e che serve a determinare la QUALITÀ e il PREZZO, e in seguito l'analisi degli stessi che NON devono CONTENERE UN'UMIDITÀ SUPERIORE al 12% e la loro imballatura in SACCHI DI JUTA generalmente da 60 kg. L'uno, caricati e TRASPORTATI TRAMITE LE NAVI E

AUTOCARRI sino a destino per essere lavorati.

Per noi Andromedini è stata una vera scoperta, di un mondo che conoscevamo solo frammentariamente, che ci ha meravigliati nell'universo di questa preziosa bevanda aromatica vero " ELISIR "che è apprezzato sino ai quattro angoli del mondo.

Il Mo-Mo



## **IL CALCIO**

### **UNA MIA GRANDE PASSIONE!**

Il calcio mi è sempre piaciuto. Già a 6 anni giocavo nella scuola calcio del Mendrisio. Purtroppo però i tre anni seguenti nelle partite giocavo poco perché ero un po' lento a correre ed ero molto magro, ma tecnicamente però me la cavavo.

Diversi anni dopo però ho cominciato a giocare nell'AZATLAF, ormai con 23 anni, e sono diventato molto più bravo; anzi nelle serate di massima forma sono un altro pianeta, rispetto a quando ero piccolo.

Il goal più bello che ho fatto è stato al comunale di Mendrisio (dove sono cresciuto) proprio nello stadio che giocavo quando ero piccolo, nella partita contro i politici vinta 4 a 3 dall'AZATLAF, con un goal da fuori area all'incrocio dei pali, definito da Renato uno dei più bei goal della storia dell'AZATLAF.

Un'altra bella cosa che mi ha fatto piacere è quando sono finito sul giornale con una foto in cui giocavo con la palla al piede e in più anche intervistato dalla TSI sempre nello stesso torneo della foto.

Prossimamente vorrei riuscire ad andare nella nazionale di Street Soccer per il Mondiale in Messico.

Come tifoso sono sempre stato Juventino e spero che vinca il 7. Scudetto di fila. Una cosa bella è quando sento la canzone della Juve e mi ricordo della mia mamma cui ai tempi piaceva Roby Baggio. Ultimamente sono stato alla Juventus Stadium ed è un'emozione fantastica. Quando sono entrato è stato uno dei momenti più belli della mia vita.

Saluti da Stephan e forza Juve!



## IL CARNERVALE

Il carnevale è una festa che si celebra nei paesi di tradizione cattolica ma non ha una data fissa. I festeggiamenti si svolgono spesso in pubbliche parate in cui dominano elementi giocosi e fantasiosi, in particolare l'elemento distintivo è il mascheramento. La parola "carnevale" deriva dal latino "carnem levare" (eliminare la carne) perché indicava il banchetto che si tiene l'ultimo giorno di carnevale, cioè martedì grasso, subito prima del digiuno della Quaresima. Uno dei più bei carnevali è sicuramente quello di Viareggio che esiste dal 1873. I fondatori furono dei giovani di Viareggio che frequentavano il caffè del casinò. Tutto ciò avvenne il 24 febbraio 1873.

Nel 1830 nasce Barlamma, che è ancora oggi la figura simbolo di questa festa di Viareggio.

Un altro stupendo carnevale è quello di Rio De Janeiro. E' il più grande del mondo e percorre tutta la città, anche le spiagge. Si svolge nei quattro giorni che precedono il mercoledì delle Ceneri. Inizia al 9 febbraio ed è il più antico del Brasile, deriva dal carnevale portoghese con anche idee della moda parigina.

Insomma il carnevale è una festa sentita in tutto il mondo e in molti paesi.

In Svizzera i maggiori carnevali sono quelli di: Basilea, Lucerna e Bellinzona.

Personalmente penso che il carnevale sia una bella festa in cui divertirsi con gli amici. Buon carnevale a tutti!!!

Stephan Stadler



## IL TEMPO SPIRITUALE DELLA PRIMAVERA

E' finita la grande festa "spirituale" della Pasqua", ma il Sacro ancora picchia alle nostre porte, per trovarci pronti ad accoglierlo, tra emozioni, commozioni e buoni propositi.

C'è stata anche la grande festa "materiale", col profano di suggestioni che hanno poco a che fare con lo spirito.

Molto, invece con le frenesie gastronomiche, i regali e regalini (uovo di cioccolata o colombe) qualche giorno di meritata vacanza su cime innevate o spiagge tropicali.

Ed ecco che ora si può lasciare spazio alla grande festa del <<immaginario>>, grazie al quale attingiamo ad uno sterminato archivio, dove trovano posto memoria e scenari infantili, teneri stereotipi, proposti in mille varianti e un'infinità di coccole sentimentali.

Di che cosa sto' parlando? Della straordinaria, secolare "offerta" Pasquale e primaverile che da sempre ci viene dalla poesia e dalle filastrocche, e che teneramente ci sollecita / solletica.

Con "icone" che toccano tutti i sensi, la brillante, frizzante, struggente aria di primavera, la natura che si ridesta, meglio ancora, risorge, i peschi e i meli in fiore, le rondini che ritornano garrule, gli uccellini che gorgheggiano, le uova che si dischiudono, i pulcini che ne escono tutti giallini, i nostri cuori che esultano, la pace che ci invade, le campane slegate che suonano a distesa per chiamare tutti alla festa dell'amore. Ebbene, questo profluvio di "ingenuità" dolcissime e, se vogliamo, un po' ruffiane, è davvero ammaliante perché si sedimenta nella nostra memoria e ci resta.

Dai tempi della scuola elementare in poi, perché prima siamo materia docile e plasmabile, poi non lo siamo più, ma nelle ricorrenze speciali ci facciamo sopra un pensierino. Ed ecco allora che ci abbandoniamo disarmati alle ondate per esempio affettuose di uno

scrittore ignoto, ma dalle indiscutibili qualità che descrivono la Pasqua.

L'incantata attesa e, poi, la rivelazione pasquale, contribuiscono ad aprire il cuore umano al mistero della morte di Gesù, che batte forte al pensiero della Sua Resurrezione. Per quanto riguarda lo scenario della natura è un'apoteosi di profumi e di colori, la rinascita della stessa a nuova vita.

Momenti di pace, di serenità, di riflessione che ci inebriano l'anima dandoci la linfa di proseguire il cammino di noi mortali.

Il Camerlengo



## **LA CITTÀ' DI PADOVA**

*Secondo l'Eneide virgiliana sarebbe nata per mano di Antenore, principe troiano nell'anno 1185 a.C., una tradizione che fa di Padova una delle più antiche città della penisola italiana, e la più antica del Veneto. Sebbene la fondazione sia leggendaria i dati archeologici ci hanno confermato l'antichissima origine della città, sviluppatasi tra il XIII e il XI secolo a.C. e legata alla civiltà dei Veneti antichi (V secolo a.C.).*

*La città è stata una delle capitali culturali del trecento, sede vescovile a capo di una delle diocesi più estese ed antiche di Italia è universalmente conosciuta anche come la città del Santo, appellativo con cui viene chiamato a Padova Sant'Antonio.*

*Il famoso francescano portoghese, nato a Lisbona nel 1195, che visse in città per alcuni anni e vi morì il 13 luglio 1231. I resti del Santo sono conservati nella Basilica di San Antonio come da lui voluto. Alla sua morte, ben presto furono registrati molti fenomeni miracolosi sulla sua tomba ed iniziarono ad arrivare pellegrini prima dai paesi vicini e poi anche da olttralpe, a meno di un anno dalla sua morte fu canonizzato da Papa Gregorio IX ed il suo culto è fra i più diffusi del Cattolicesimo.*

*Antonio è uno dei quattro Santi Patroni della città di Padova con Giustina, Prosolocimo (primo vescovo di Padova) e Daniele.*

### *La Basilica di Sant'Antonio di Padova:*

*La Pontificia Basilica Minore di Sant'Antonio di Padova è uno dei principali luoghi di culto cattolici della città di Padova (Veneto). La sua costruzione è datata 1232/1310. Il suo stile architettonico: romanico, gotico, bizantino, rinascimentale e barocco.*

*Essa è una delle più grandi chiese del mondo ed è visitata annualmente da oltre 6,5 milioni di pellegrini, che ne fanno uno dei*

*santuari più venerati del mondo cristiano. Non è comunque la cattedrale della città, titolo che spetta Duomo. L'architettura della basilica è caratterizzata da una perfetta armonizzazione di diversi stili, la facciata a capanna romanica, i contrafforti (sostegni pieni, a sezione quadrangolare collocati in determinati punti della muratura con funzione di rinforzo e di contropinta) che si sviluppano fino a diventare archi rampanti in stile gotico che, in parallelo, scandiscono con regolarità lo spazio e le cupole in stile bizantino, mediato attraverso Venezia; ed i due campanili gemelli che, invece richiamano quasi dei minareti.*

### *Esterno della Basilica e Piazza del Santo*

*La facciata è alta 28 m circa ed è larga 37 circa; sono presenti 5 arcate rientranti, quella centrale è sormontata da una nicchia contenente la statua del Santo e sotto si apre la porta maggiore. Nella lunetta del portale maggiore è presente una copia di Nicola Locchoff dell'affresco di*

*Andrea Mantegna con raffigurazioni di Sant'Antonio e San Bernardino che adorano il monogramma di Cristo.*

*Sulla facciata si aprono tre porte bronzee, in quella centrale si possono vedere San Ludovico da Tolosa, San Francesco, Sant'Antonio e San Bonaventura.*

*Il sagrato della Basilica fu adibito per secoli a cimitero e sono conservate tutt'ora alcune tombe. Sul tetto della Basilica si trovano otto cupole e due esili torri adibite a campanili, che toccano i 68 m di altezza.*

### *Interno della Basilica*

*L'interno è croce latina, suddiviso in 3 navate da pilastri, sulla parte superiore delle pareti corrono delle gallerie.*

### *Misure dell'interno*

*La basilica del Santo è lunga 115 m, nella crociera è larga 55 m e l'altezza massima dell'interno è 38 m (a differenza della facciata che è alta 28 m).*

### *La cappella delle reliquie o del tesoro*

*È il punto più interessante e più visitato. Essa contiene il tesoro della Basilica, composto da numerose reliquie, tra cui sono degni di nota, per la devozione di cui sono oggetto e per la bellezza dei reliquiari. In uno di essi è presente il mento di Sant'Antonio e in un altro la sua lingua incorrotta.*

*In apposite teche di vetro sono esposte i resti della ricognizione del corpo del Santo effettuata nel 1981*

*(frammenti della tonaca del Santo, le casse in legno contenenti le ossa - poi ricomposte in una tomba in un'urna di vetro, i drappi avvolgenti le casse, un'iscrizione del 1263 attestante la prima traslazione del corpo del Santo.*

*L'interno della cappella delle reliquie ha un diametro di 13,29 m ed un'altezza di 20 m ed è realizzata in stile barocco. Contiene 3 nicchie con i molti inestimabili tesori di vario tipo ed epoche. Nella nicchia a sinistra si possono vedere tra le altre reliquie i gioielli dell'oreficeria dei tempi. Al centro è presente un reliquiario in argento dorato, opera di Roberto Cremesini del 1982, contenente l'osso sesamoide con resti di cute e di capelli del Santo, e di seguito un reliquiario con il radio di Sant'Antonio, un macigno che serviva da guancialetto al Santo, secondo un'antica tradizione. Ma sono ubicati anche calici preziosi, turiboli in argento dorato e pissidi.*

*Nella nicchia centrale le principali reliquie conservate sono un reliquiario in argento dorato di 81 cm di altezza, un busto del Santo sormontato da un'aureola e con un cristallo al posto del viso il quale fu eseguito nel 1349 su commissione del cardinale Guy de Boulogne.*

*La base con 4 piccoli leoni fu aggiunta nel corso XV secolo. Il 10 ottobre 1991 la reliquia del Santo fu rubata nottetempo da 3 banditi mascherati e fu in breve tempo ritrovata intatta nei pressi di Roma.*

*Nella nicchia di destra sono presenti le seguenti reliquie: il dito di Sant'Antonio, contenuto in un ostensorio, a sua volta sostenuto da una piccola statua del Santo, l'opera in argento risale al XIV secolo. Interessante da vedere in un reliquiario del XV secolo la scheggia del sepolcro di Cristo.*

*In un disco di ottone con intarsi in madreperla e pietre dure è deposta l'ampolla con il sangue di San Felice. Molto interessanti e degni di nota sono le molteplici opere presenti nei diversi punti delle navate. L'altare maggiore e solenne con opere del 1418 di Donatello, Tiziano Aspetti 1594. Dominante su tutto si staglia il meraviglioso crocifisso del 1449. Nella basilica si trova anche l'organo a canne che è un Mascioni del 1929, e sulla parete destra della navata centrale, all'altezza dell'altare, si trova un orologio astrale che batte le ore due volte all'ora, utile per cadenzare la vita dei religiosi e risale l'anno 1759, il suo meccanismo è collocato nel sottotetto. Nel chiostro del noviziato si trova invece una meridiana che reca una scritta, "ora tua sempre incerta". Sulla piazza antistante la basilica, si può vedere il monumento equestre dedicato al Gattamelata, è una statua in bronzo realizzata da Donatello, eretta in onore del condottiero della Repubblica Veneta Erasmo da Narni detto Gatta. Gli Andromedini sono stati esterrefatti da quanto hanno potuto vedere in questo luogo sacro, uno dei più conosciuti al mondo.*

*Rudy*



## RIFLESSIONI SULLA GRANDE OPERA DELLA VITA (DAL BREVIARIO DEL CAMERLENGO)

L'andare in scena, nell'Opera della propria vita, calcando il suo palcoscenico, è impegnativo e difficile.

Quando inizia ti sembra interminabile ma invece in realtà hai poco tempo per impararla ed interpretarla che già cala il sipario perché è giunto il tempo di morire.

Quando inizi a studiare le parti dell'opera della tua vita vedrai che ci sono cinque atti che devi memorizzare, comprendere e vivere.

### Per la salute:

- 1) Bevi tanta acqua.
- 2) Mangia solo quello che nasce sulle piante, sopra e sotto la terra.
- 3) Ingerisce solo cose naturali, la carne con parsimonia.
- 4) Prenditi 30 minuti al giorno per meditare quanto di bello esiste nella natura, la quale ricordati che non ti appartiene, ma ti è stata solo prestata.
- 5) Impegnati a vivere con le 3 E: Energia, Entusiasmo e Empatia.
- 6) Promuovi quelle attività che attivano il cervello.
- 7) Leggi tanti libri.
- 8) Ogni tanto siediti nel silenzio e ascolta la sua voce, sarebbe opportuno farlo almeno 10 minuti al giorno.

9) Cerca di dormire il più che puoi, la regola dice 8 ore al giorno.

10) Cammina giornalmente dai 20 ai 60 minuti, e quando lo fai avanza con animo sereno.

### Per la personalità:

- 1) Non comparare mai la tua vita con quella degli altri;
- 2) Non pensare negativo;
- 3) Non eccedere in nessun caso;
- 4) Non diventare esageratamente serio, ne con te ne con gli altri;
- 5) Non disperdere la tua energia con frivolezze;
- 6) Impara a sorridere di più e ad essere autoironico;
- 7) Ricordati che l'invidia è solo una perdita di tempo;
- 8) La vita è troppo breve per odiare qualcuno, meglio perdonare;
- 9) Fai la pace con il tuo passato per non rischiare di perdere il tuo presente.
- 10) Nessuno è padrone della tua felicità, tranne te stesso. La vita è una scuola e tu l'alunno, ti insegna molte cose giorno dopo giorno e ti aiuta a crescere, comprendere e orientarti.
- 11) Cerca di assimilare il più possibile, non fermarti mai perché sarebbe peccato...ripetere l'anno.
- 12) Cerca di sorridere e ridere.
- 13) Non è obbligatorio vincere tutte le diatribe, impara a perdere.

Nella società:

- 1) Stai vicino alla tua famiglia e agli amici sinceri;
- 2) Dai qualcosa di buono al tuo prossimo tutti i giorni;
- 3) Perdona tutto a tutti;
- 4) Cerca di passare del tempo con le persone anziane e con i bambini;
- 5) Prova a far sorridere, almeno tre persone al giorno;
- 6) Non è importante quello che gli altri pensano di te;
- 7) Ricordati: nel tuo lavoro quando ti fermi per malattia nessuno si preoccuperà per te, quindi non stressarti;

Nella tua vita diaria:

- 1) Fai e pratica solo quello che è corretto;
- 2) Abbandona e dimentica quello che non è utile e malsano per la tua salute.
- 3) La tua situazione presente sia positiva o negativa... cambierà... perché tutto è mutevole;
- 4) Non isolarti, non racchiuderti, ma bensì alzati, vestiti elegante ed esci...
- 5) Le cose migliori arrivano sempre, basta pensare positivo.
- 6) Mantieni il tuo cuore limpido e felice.

Conclusione:

Quando ti svegli al mattino, prima di affrontare il grande palcoscenico della vita quotidiana, ricordati quello che hai letto sopra.

Tu stesso sei l'attore principale della tua vita e devi evidenziare la tua parte, giorno dopo giorno, mese dopo mese, anno dopo anno.

Quando il sipario della tua esistenza sta per calare e le luci spegnersi, in un attimo fuggente vedrai il tuo operato d'attore e capirai il rapporto che esiste tra la vita e la morte e che si sviluppa attraverso l'antitesi tra le immagini luminose e chiare (luce e colore), proprie della vita, e i motivi oscuri e desolati che connotano la morte.

In quel preciso istante capirai che morire non è nulla, ma non vivere è spaventoso.

Ricordati che c'è uno spettacolo più grandioso del mare, ed è la volta celeste, ma c'è uno spettacolo più grandioso della stessa, ed è all'interno della nostra anima, la quale è colma di stelle cadenti che alla nostra morte si riverseranno sulle persone a noi vicine e care, per poi proseguire il suo viaggio.

Devi sapere che non si può scegliere il modo di morire, né il giorno. Si può soltanto decidere come vivere nella grande opera della propria vita ora.

Il Camerlengo

## POEMA SULL' AMICIZIA

**Il vostro amico o amica  
È il vostro bisogno saziato.  
E' il campo che seminate con amore  
E che mietete ringraziando.  
E' la vostra mensa e la vostra dimora  
Perché affamati, vi rifugiate in lui/lei  
e lo/la cercate per la vostra pace.  
Se vi confida il suo pensiero  
non nascondetegli il vostro.**

**Quando lui/lei tace  
Il vostro cuore non smette di ascoltarlo/la.  
Perché l'amicizia, ogni pensiero, desiderio  
speranza nasce nel silenzio e si partecipa  
con gioia.**

**Se non vi vedete non addoloratevi, perché  
la sua assenza vi illumina su ciò che più  
il lui/lei amate.**

**E non vi sia nell'amicizia altro intento  
che scavarsi nello spirito a vicenda.  
Condividete le gioie nella dolcezza amica.  
Perché nella rugiada delle piccole cose  
il cuore scopre il suo mattino e si conforta.**

Rudy

## IMPARA A VOLERTI BENE

Impara a volerti bene, a prenderti cura di te stesso/a e  
principalmente a volere bene a chi ti vuole bene.  
Il segreto non è prendersi cura delle farfalle, ma prendersi cura del  
giardino e dei suoi fiori, affinché le farfalle vengano a te.  
" E sarà una persona speciale che ti farà  
vedere  
Ciò che sei veramente.  
Ti riconsegnerà a te stesso/a.  
Ti ricongiungerà a quella parte  
di te  
che credevi di aver perduto.

Una persona speciale che troverà la  
tua anima  
la sfiorerà con estrema delicatezza  
e dolcemente le soffierà il vento necessario  
per aprire la crisalide in cui eri racchiuso/a e farti  
spiccare il volo  
assieme come leggiadre farfalle verso il cielo infinto.  
Una persona speciale che non saprà di esserlo.....  
ma meriterà di saperlo.....  
spetterà a te a cogliere l'attimo fuggente  
per comunicarglielo"

Rudy

### **DAL DIARIO DEL CAMERLENGO**

*Il grande miracolo di vivere, magico ed indescrivibile, quasi perfetto che non ha una spiegazione, non sappiamo chi ci ha dato il regalo della vita, né da dove viene, è così tanto completa e perfetta la vita che ci ha creati liberi per decidere, credere e vivere ognuno a suo modo, ognuno di noi decide cosa fare, che cammino intraprendere o dove arrivare.*

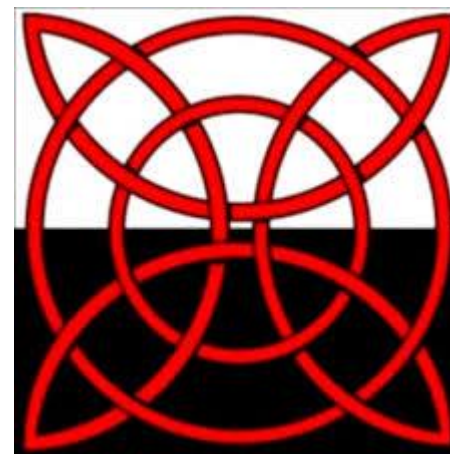
*Alcuni si danno alla religione, alla legge, o ai pregiudizi, altri si dedicano a cercare spiegazioni sulla nostra origine, ma è davvero così importante farlo? Io non lo credo perché sono sicuro che un giorno scompariremo come siamo venuti.*

*Per questo vivete la vita come se fosse un regalo, una festa che vi è stata data ancora prima di nascere, celebratela sempre e non fermatevi mai di cercare la vostra felicità. Divertitevi, arrischiate, ridete, piangete, trionfate. Se sbagliate alzatevi e iniziate di nuovo. Ricordatevi che sempre potete cadere, inciampare, perdervi, perché non siamo perfetti e anche questo è vivere. Si impara molto dagli errori, ci insegnano a vivere meglio, l'importante è che nessuno perda la sua essenza, l'amore per la vita e per le persone.*

*Non odiate nessuno, fa male all'anima, non giudicate, non date soluzioni ma aiutate a educare il pianeta che lascerete ai vostri posteri.*

*E' così povero chi critica, chi odia, chi invidia, cosa si può dire di una persona che si comporta così poveramente? Chi vive tutta la vita arrabbiato con se stesso e gli altri, non è mai soddisfatto. Non permettetevi mai questo, bisogna sempre cambiare, cercando di vivere il meglio possibile, evitando qualsiasi sentimento negativo che vi rende infelice l'anima spegnendo così la fiamma della felicità. Vivete tutti i giorni con amore, intensamente, con passione, come se fosse l'ultimo giorno. Stancatevi di felicità, di ridere e di vivere e avrete fatto della vostra vita un miracolo perfetto.*

*Il Camerlengo*



## VENEZIA LA SERENISSIMA PATRIMONIO DELL'UNESCO DAL 1987

### Sprazzi di storia

La laguna veneta si forma nel 800 a.C. da un precedente ambiente fluvio-palustre e si suppone che qui fossero gli insediamenti umani fin dall'epoca preistorica viste le risorse che favorivano caccia e pesca. In età pre-romana (V/IV secolo a.C. – I secolo d.C.), vale a dire nel periodo paleo veneto.

Circa 100 anni prima della nascita di Cristo, il territorio dell'attuale Veneto, fu occupato da un popolo nuovo: i Veneti.

La leggenda così racconta:

“I Veneti erano un popolo che abitava la Paflagonia, una regione situata al centro-nord dell'attuale Turchia. Con il loro comandante Pilomene vennero in aiuto ai Troiani nella guerra contro i Greci (la guerra di Troia fu cantata dal Poeta Omero nell'Illiade. Durante la guerra, in duello, morì il capo dell'esercito Pilomene.

Finita e persa la guerra, rimasti senza il loro condottiere, i Veneti non tornarono più nel loro territorio. Scelsero allora come loro nuovo comandante Antenore Principe Troiano e partirono con alcune navi per occupare nuovi territori verso occidente. Circumnavigata la Grecia risalirono nell'Adriatico e sbarcarono sulle spiagge dell'attuale Italia.

Qui combatterono le popolazioni locali e si impadronirono dell'area che sarebbe poi chiamata Veneto... La civiltà dei Veneti fu scoperta nel 1876 nel corso dei lavori di scavo per la costruzione della stazione ferroviaria di Est (Padova). Emersero reperti interessantissimi provenienti dalla necropoli dell'antica città di Este.

Le popolazioni venete in tutti i secoli si adattarono ai diversi influssi che vanno da quello celtico per poi assimilarsi lentamente a quello romano nel periodo antico. Nel periodo più recente i Veneti vennero a contatto prevalentemente ad occidente con i Galli, ad Ovest si

stanziarono i Galli Cenomani, a sud i Boi e a nord-est i Carni. Ad est e a sud-est rimasero prevalentemente con le popolazioni Illiriche.

In seguito i migranti giunsero nell'area veneta dalle regioni nord-orientali erano più probabilmente piccoli gruppi colonizzatori, piuttosto che un ingente massa di popolazione. Al di là delle questioni sulla loro origine, i Veneti erano di cultura articolata, abili guerrieri, commercianti arrivati. E' probabile che i nuovi colonizzatori si siano sovrapposti alla popolazione nativa (gli Euganei preindoeuropei).

I Veneti ebbero sempre con Roma rapporti amichevoli e si giovarono dell'aiuto della città laziale per allontanare la minaccia costituita dall'invasione dei Galli che abitavano la Cispadana. In cambio di protezione, permisero ai Romani di stabilirsi pacificamente nel loro territorio e, in definitiva di colonizzarlo costruendo strade, ponti e villaggi. Il Veneto non venne quindi conquistato con la forza dai Romani, ma fu inglobato pacificamente e, con il tempo, la cultura veneta si perse e venne sostituita (in parte assimilata) dalle usanze romane.

Venezia è annoverata fra le repubbliche marinare, a ricordo di ciò prese il Leone alato di San Marco come effigie di Venezia e della Repubblica della Serenissima, che nacque nel 657 e cadde il 12 maggio del 1797 per opera dell'esercito di Napoleone Bonaparte, come vedremo in seguito, non tutti sanno che il Leone è la raffigurazione simbolica dell'evangelista la cui salma fu portata a Venezia da due mercanti Veneziani da Alessandria d'Egitto. Il Leone alato di solito è rappresentato con un'aureola, una spada e un libro sotto la zampa anteriore destra. Nell'iconografia cristiana il Leone simboleggia la forza della parola dell'evangelista, le ali l'elevazione spirituale e l'aureola la santità.

## Curiosità

Non si sa quando venne adottato come simbolo della Repubblica, ma da sempre questo animale, emblema di maestà e potenza, ha esercitato un forte fascino sui veneziani: nei giardini dei palazzi cittadini infatti tenevano leoni veri, all'interno di grandi gabbie, e nel 1316 una leonessa partorì dei piccoli nel cortile di Palazzo Ducale, suscitando grande stupore tra i veneziani.

Il capo del governo era il Doge, (dal latino Dux) il quale vide, con il passare del tempo, il suo potere sempre più vincolato da nuovi organi istituzionali. Molti Dogi, soprattutto prima dell'anno 1000, si vedono costretti a prendere i Voti ecclesiastici perché i cittadini li reputavano troppo bramosi di potere; alcuni vennero uccisi o abbacinati.

All'apice della sua potenza, nel XIII secolo, Venezia dominava gran parte delle coste dell'Adriatico, regioni quali la Dalmazia, che è una regione storico-geografica della costa del menzionato mare che si estende dalle isole Quarneriine a nord-ovest, sino al fiume Boiana, confine tra Montenegro e Albania, a sud-est. Attualmente la Dalmazia è politicamente suddivisa tra Croazia, Montenegro, e per un breve tratto, presso il porto di Neum, Bosnia e Erzegovina; l'Istria, molte isole del mare Egeo, Creta, Cipro e Corfù ed era la potenza militare più importante tra le principali forze mercantili del Medio Oriente. Nel XV secolo il territorio della Repubblica si estendeva dall'Adda all'Istria, e da parte dell'attuale provincia di Belluno, al Polesine Veneto, (regione del Veneto meridionale, che corrisponde, nella superficie territoriale, alla provincia di Rovigo).

Ma la decadenza cominciò a farsi sentire già dal XV secolo: eventi storici come l'accrescersi della potenza del Sublime Stato Ottomano, che durò 623 anni dal 1299 al 1922. Lo stesso fu uno dei più estesi e duraturi della storia. Avendo Costantinopoli, (Turchia) come capitale e un vasto controllo sulle acque del Mediterraneo, l'impero fu al centro dei rapporti tra Oriente e Occidente per 10 secoli.

Durante la prima guerra mondiale 1914/1918 si alleò con gli Imperi Germanici, Austriaci e Ungheresi e con essi fu pesantemente

sconfitto, tanto da essere smembrato per volontà dei vincitori. I territori del vicino Oriente passarono alla Francia e alla Gran Bretagna.

Nel novembre 1922 abdicò l'ultimo sultano e nel 1923 fu proclamata la Repubblica Turca.

Nel XV secolo lo spostamento dei commerci ottomani verso le Americhe, colpirono duramente la vocazione marittima della Serenissima che finì per volgere i suoi interessi economici verso l'entroterra. Nel XVIII secolo Venezia fu tra le Città più raffinate d'Europa, con una forte influenza sull'arte, l'architettura e la letteratura del tempo, ma questo non era che un segno del suo inesorabile tramonto. Dopo 1000 anni d'indipendenza il 12 maggio 1797 il Doge Ludovico Manini e il Maggior Consiglio vennero costretti da Napoleone ad abdicare. Con il trattato di Campoformio tra francesi e austriaci il 17 ottobre 1797, la "municipalità di Venezia" cessò di esistere e furono ceduti all'Austria Il Veneto, l'Istria, la Dalmazia e le bocchette di Cattaro (Montenegro) che andarono a formare la "Provincia Veneta" dell'Impero Austriaco. Tornato ai francesi con la pace di Presburgo (l'attuale Bratislava capitale della Slovacchia) del 26 dicembre 1805, fu poi di nuovo austriaca sino all'unità d'Italia del 17 di marzo 1861.

Nel 1917 la zona di Bottenigo (il cui nome venne cambiato in seguito in Marghera) fu integrata nel comune di Venezia e in essa cominciarono la costruzione delle nuove installazioni portuali.

Nel 1933 venne costruito il ponte stradale fra Venezia e la terra ferma (affiancando il precedente ponte ferroviario costruito nel 1846).

Dopo la seconda guerra mondiale inizia la grande espansione edilizia della terra ferma veneziana, che attrasse immigrati da tutto l'entroterra Veneto e dello stesso Centro storico. In parallelo a questa espansione si è assistito all'esodo dal Centro storico della maggioranza della sua popolazione. In conseguenza di questi fenomeni, oggi la terra ferma veneziana ha il doppio degli abitanti della Venezia isolare. La crescita demografica di Mestre avvenne vertiginosa a partire dagli anni 60, quando alle bonifiche abitative e

del lavoro, che non favorirono i residenti lagunari, si sommarono i disastrosi effetti dell'alluvione del 1966, che mostrò la vulnerabilità delle abitazioni ai piani bassi di Venezia.

Venezia è composta da 118 isolette, anche se non ci si può rendere conto ad occhio nudo dato che sono ricoperte di costruzioni, ecc., circondate dal mare. Sovente, soprattutto nel periodo compreso tra l'autunno e la primavera è soggetta al fenomeno dell'acqua alta data dai picchi di maree particolarmente pronunciati. Il fenomeno appare ogni anno e arriva ad allagare buona parte della città rendendo difficili gli spostamenti sia sull'acqua che lungo le sue "calli".

### **L'acqua alta e le maree?**

La marea è un fenomeno periodico costituito da ampie masse d'acqua (oceani, mari, grandi laghi e fiumi) che si innalzano e si abbassano anche di 10 – 15 m con frequenza giornaliera o frazione di giorno dovuto alla combinazione di due fattori: dal sole e dalla luna e dalla loro influenza che esercitano sul nostro pianeta, e sono quindi casuali in maniera diretta dalla forza di gravitazione universale.

La luna esercita infatti una forza di attrazione sulla terra che maggiormente si ripercuote sulla massa liquida perché questa, a differenza di quella solida, è più soggetta alle deformazioni. Oltre alla forza di gravitazione universale, secondo cui la forza di attrazione fra due corpi è inversamente proporzionale al quadrato delle loro distanze e direttamente proporzionale al prodotto delle loro masse, entra in gioco anche un'altra forza: quella centrifuga. Infatti la terra e la luna, che distano 384'400 km, legati da mutua attrazione costituiscono un unico sistema che ruota attorno ad un baricentro collocato a circa 4400 km dal centro della terra in direzione della luna con il risultato che le masse delle acque che si trovano dalla parte opposta alla luna si gonfiano appunto per la forza centrifuga derivante dalla rotazione del sistema. Dall'altro capo del globo invece, succede esattamente il contrario e questo con un ritmo alternato. C'è da dire che oltre ad agire sulla massa liquida questo fenomeno influenza il moto di

rotazione della terra (37 km/h). La luna infatti trascinando con sé le acque agisce come un freno sul nostro pianeta, con il risultato di farne rallentare il periodo di rotazione, e dunque la durata del giorno, che va crescendo sempre di più anche se in maniera impercettibile poiché la luna si allontana dalla terra 3 cm all'anno aumentando pertanto la durata del mese lunare. Nel Cambriano la durata del giorno era di 22 ore appena.



### **Classificazioni delle maree**

- Lunari: quando l'innalzamento delle acque si verificano in direzione della luna.
- Anti lunari: quelli che si creano nella direzione opposta.
- Emozionali o vive: quelle che avvengono nei periodi di Luna Piena o Nuova e perciò quando all'allineamento si aggiunge anche il Sole.
- Di quadratura o Morte: quelle che si svolgono il primo o l'ultimo quarto e perciò quando il nostro e i due astri maggiori formano un angolo di 90°.

Unita pure alle maree una causa meteorologica composta dalla combinazione di vento e pressione atmosferica ( presente in qualsiasi punto dell'atmosfera terrestre).

Nella maggior parte dei casi il valore della pressione atmosferica è equivalente alla pressione idrostatica (la forza esercitata da un fluido – liquido) in quiete sull'unità di superficie con cui è a contatto normalmente ad essa. Il valore di questa pressione dipende esclusivamente dalla densità del fluido e dell'affondamento (vedi principio di Archimede) esercitata dal peso della colonna d'aria presente al di sopra del punto di misura che si misura col il barometro sulla massa marina; l'alta marea da sola non genera l'acqua alta : è la sovrapposizione di questi due fattori, combinandosi con la marea astronomica, porta il livello dell'acqua a raggiungere quote superiori meno prevedibili. Il rialzo dell'acqua, oltre il livello di marea, è un fenomeno normale in un bacino chiuso come il mare Adriatico, il vento che lo favorisce non è tanto la Bora, comune a Venezia, ma lo Scirocco, che è un vento caldo proveniente da Sud-Est, che agisce in senso longitudinale (strutturato nel senso della lunghezza) su tutta la massa dell'Adriatico.

### **Ennesimo cambiamento della laguna**

Nel corso degli anni molti lavori di edilizia come l'escavo del Canale dei Petroli o Canale Malamocco – Marghera, costruito tra il 1961 e 1969, reso necessario dallo sviluppo del polo petrolchimico di Marghera, il quale collega la bocca di Porto Malamocco con le raffinerie di Marghera, estromettendo così il traffico delle petroliere dalle rotte che intersecano la città di Venezia. Il Canale è stato spunto e continua ad esserlo di diverse controversie, soprattutto per gli effetti che esso apporta all'equilibrio lagunare per via della sua enorme sezione, infatti, con il suo innaturale scorrimento d'acqua ha provocato e provoca un notevole innalzamento del livello di marea nella Laguna Centale, stimato in molti centimetri. L'approfondimento descritto delle bocche del porto, (che ha aumentato la sezione di scambio d'acqua tra la laguna e il mare), hanno amplificato il fenomeno che in passato era un evento straordinario per la città. Anche le numerose opere di interrimento delle "casce colmate" che

sono 3 isole artificiali della Laguna di Venezia, realizzate con i materiali di scavo proveniente dalla costruzione del canale dei Petroni ed in zone industriali hanno ridotto l'invaso lagunare e quindi anche in questo modificato il comportamento delle maree.

### **Urbanistica di Venezia**

Il territorio del comune è amministrativamente diviso in sei municipalità e si presenta nettamente diviso nelle due realtà della Venezia insulare ( centro storico e isole) e della terra ferma. Il centro storico di Venezia sorge in mezzo alla laguna omonima su un tale di 118 isolette, consolidate nei secoli grazie a palificazioni di legno, che hanno permesso l'urbanizzazione. Alcune di queste isole sono raccolte in gruppi organici tra di loro mentre altre risultano più disperse. Esse sono separate da canali navigabili e collegate tra di loro da ponti esclusivamente pedonali. L'estensione del centro storico è pari a 800 ettari ( pari a 8.000.000 di mq) il che ne fa uno dei centri più grandi non solo dell'Italia ma anche dell'Europa. Calcolando l'estensione dell'intera Municipalità, includendo le isole della laguna quali Murano e Burano, la superficie della Venezia insulare ammonta, escluse le acque interne a 1688,91 ettari ( 1 ettaro = 10.000 mq.).

### **Le isole**

Nella laguna attorno al centro storico si trovano numerose isole edificate, alcune oggi disabitate. Tra le isole maggiori, come già citato si ricordano :

### **Murano**

Costruita su sei isole unite tra di loro con ponti e canali, famosa per la fabbricazione di monili, vasi, bicchieri ecc. creati da abili artigiani che

soffiando il vetro creano delle vere e proprie opere d'arti conosciute in tutto il mondo.



## Burano

Costruita su due isole, anche esse collegate tra di loro, dove la caratteristica che la contraddistingue sono le bellissime case dei pescatori con i loro colori sgargianti, i caratteristici merletti fatti abilmente a mano e i ristoranti tipici dove si mangia dell'ottimo pesce.



## L'isola del Lido di Venezia

con il suo famoso Casinò dove si tiene il festival del cinema di Venezia, è il centro balneare della "Serenissima", essa è una delle poche isole della laguna su cui sono presenti strade carrozzabili; la sua lunghezza è di 12 Km e larga da un

minimo di 196 metri a un massimo di 1,7 Km.; è pure presente un piccolo aeroporto turistico. Ed è raggiungibile solo con le imbarcazioni.

Le altre isole maggiori sono quelle del Torcello, St.Erasmo, e Pellestrina.

Nella terra ferma si trovano i due grossi centri di Mestre e Marghera , oltre ad altre frazioni minori e nel totale risiedono circa i due terzi della popolazione del comune di Venezia.

### **Il centro storico di Venezia**

Il centro storico è sempre stato isolato dalla terra ferma ( cosa che in più occasioni ha rappresentato un efficiente sistema difensivo) fino a quando fu ultimato il ponte ferroviario ( 1846) e affiancato dal Ponte della Libertà ( 1933) aperto al traffico stradale. Vista dall'alto Venezia ha l'aspetto di un pesce con la coda rivolta verso est. Dal XI secolo è suddiviso in sei sestieri.

### **I ponti più famosi di Venezia**

Il Ponte del Rialto è uno dei ponti più famosi al mondo e collega le due sponde del Canal Grande. Progettato da Antonio di Ponte ( 1588-1591) in muratura che sostituì la struttura in legno del 1250. Nella metà del XV secolo vennero costruiti, lungo i suoi due lati, diversi negozi e i proventi contribuivano alla manutenzione del Ponte, oggi lo stesso è una vera attrazione turistica.

Il Ponte dei sospiri, situato a poca distanza da Piazza San Marco, scavalca il rio di Palazzo Ducale collegando l' omonimo palazzo alle Prigione, antiche, denominate Nuove. Esso fu il primo edificio al mondo costruito per essere appositamente una prigione. Lo stesso serviva da passaggio per i reclusi dalle suddette prigioni agli uffici degli inquisitori di Stato presenti nel Palazzo ducale. Gli è stato

attribuito questo nome perché la tradizione vuole che, ai tempi della Serenissima, i prigionieri attraversandolo, sospirassero davanti alla prospettiva di vedere per l'ultima volta il mondo esterno.

Il Ponte è realizzato in pietra d'Istria in stile barocco ( XVII secolo). La stessa è una roccia calcarea di sicuro impatto estetico, caratterizzata dal color bianco-avorio, molto resistente agli agenti atmosferici in particolare all'erosione del vento e della salsedine. Ha anche la caratteristica di divenire luminescente fredda in particolari condizioni di luce, come durante i temporali, quando l'atmosfera si satura di ultravioletto e luminescente calda sotto l'azione degli infrarossi come nei tramonti.

Proprio per le particolarità citate molte città marittime, oltre a Venezia, che si affacciano sul Adriatico come Trieste, Chioggia, Ancona e altre ancora utilizzandola come nei rivestimenti di pavimenti, ponti, canali, case, chiese e monumenti.

### **I Palazzi Signorili**

Anticamente le vie maggiormente usate erano quelle d'acqua, come già detto, che formavano la visione principe della città; questo spiega perché alcune facciate importanti di palazzi diano sui rii ( rio terà) , ed essi sono un elemento peculiare alla viabilità di Venezia. Le strade pedonali vennero ricavate per l'interramento di canali preesistenti. Quando invece a venire interrati erano dei stagni, dei laghetti o delle aree paludose, le strade prendevano il nome di piscina. Venezia è ricca di palazzi signorili, antiche residenze delle famiglie più ricche veneziane dell'epoca d'oro della città, quasi tutti identificabili con il nome di famiglia che li ha fondati. Tra i più famosi cito il Palazzo Fortuny di squisito stile gotico che fu fondato alla fine del XV secolo dai Nobili Pesaro e l'ultimo proprietario fu l'artista Maria Fortugny in de Madrazzo, ed è situata nel sestiere di San Marco, oppure il Palazzo Balbi che si affaccia sul Canal Grande o la Cà d'Oro situata nel sestiere di Cannareggio e si affaccia anch'essa sul Canal Grande, la cui denominazione deriva dal fatto che in origine alcune parti della

facciata erano ricoperte d'oro, rifinitura che faceva parte di una complessa policromia (di particolare aspetto ottico prodotto da una serie di colori giustapposti, per lo più con funzione decorativa), oggi scomparsa, ritenuta uno dei massimi esempi del gotico Veneziano. Dal 1927 è adibita a museo come sede della Galleria Franchetti. I Palazzi in stile gotico sono i più numerosi a Venezia. Il più famoso è il Palazzo Ducale (in piazza San Marco) con eleganti archi in pietra d'Istria e raffinati disegni ornamentali che conferiscono alla facciata un aspetto leggiadro che sembra richiamare quale quello di un merletto. Questo stile, diffuso in tutta la città è riconoscibile dagli archi ogivali e dalle finestre ornate. L'arco ogivale, o per meglio dire l'arco a sesto acuto, si impose nel Trecento, l'epoca del gotico, come nuovo elemento determinante e discriminante rispetto agli stili bizantini del duecento. Esso appare spesso nella variante veneziana della forma chiglia rovesciata o a dorso d'asino. Oltre a Palazzo Ducale, Cà Foscari (costruita alla fine dell'Ottocento), che si affaccia sul Canal Grande, sede universitaria rappresenta uno stupendo esempio di stile gotico – veneziano del XV Secolo, con facciate in pietra d'Istria scolpita e archi ogivali. Qui lo stile gotico risalta anche per i motivi a trifoglio e a quadrifoglio sulle finestre e sull'elegante loggia, oltre che per i capitelli che recano motivi floreali, zoomorfi e visi umani. La facciata di Palazzi gotici è quasi sempre integrata da alti motivi decorativi, come i lavori a traforo. Molti studiosi vedono nella tipologia gotica – veneziana una non troppo nascosta influenza di stampo orientale.

Vista l'antica vocazione commerciale di Venezia, sono presenti nella parte antica i fondachi, edificio (o complessi di edifici) di origine medievale, che nella città di mare fungeva funzione di magazzino e, spesso, anche di alloggio per i mercanti stranieri. Solitamente si trattava di un locale posto a pian terreno o nel seminterrato. Tra i più famosi il Fondaco dei Tedeschi, situato nel sestiere di San Marco ed è affacciato sul Canal Grande, in posizione adiacente al Ponte del Rialto.

## Il Ponte del Rialto

E' sicuramente uno dei ponti più famosi al mondo e collega le due sponde del Canal Grande. Progettato da Antonio di Ponte 1588-1591 in muratura che sostituì la struttura in legno del 1250. Nella metà del XV secolo vennero costruite lungo i suoi lati due file di negozi e i proventi contribuivano alla manutenzione del Ponte, vera attrazione turistica ai giorni nostri.



## Il Ponte dei Sospiri

Un altro ponte molto conosciuto è il Ponte dei Sospiri. Esso è realizzato in pietra d'Istria in stile Barocco. La pietra d'Istria è una roccia calcarea di sicuro impatto estetico, caratterizzata dal color bianco-avorio, molto resistente agli agenti atmosferici in particolare all'erosione del vento e alla salsedine. Ha anche la caratteristica di divenire luminescente fredda in particolari condizioni di luce, come durante i temporali, quando l'atmosfera si satura di ultravioletto e luminescente calda sotto l'azione degli infrarossi come nei tramonti. Questa pietra deve il suo nome al luogo in cui erano situate le principali cave di estrazione. Proprio per le particolarità citate, molte città marittime, Venezia in primis, ma anche Trieste, Chioggia, Ancona e altre ancora che si affacciano sull'Adriatico ne hanno fatto

largo uso nei secoli utilizzandola nei rivestimenti di pavimenti, ponti, canali, case, chiese e monumenti. Questo caratteristico ponte di Venezia, situato a poca distanza da Piazza San Marco, scavalca un Rio collegando con un doppio passaggio, il Palazzo Ducale alle Prigioni Nuove, il primo edificio al mondo costruito per essere appositamente una prigione. Serviva da passaggio per i reclusi dalle suddette prigioni agli uffici degli Inquisitori di Stato. Conosciuto in tutto il mondo, è fotografato dai turisti provenienti da ogni dove. Gli è stato attribuito questo nome perché la tradizione vuole che, ai tempi della Serenissima, i prigionieri, attraversandola, sospirassero davanti alla prospettiva di vedere per l'ultima volta il mondo esterno.



### **I monumenti e i luoghi di interesse di Venezia**

Esse si trovano quasi totalmente nel Centro Storico e nelle Isole Maggiori della Laguna, essendo le parti di terra ferma praticamente priva di luoghi d'interesse. Il grande scrittore, poeta e drammaturgo, tedesco Johann Wolfgang Von Goethe (1749-1832) quando arrivò per la prima volta a Venezia nel 1816 nella Piazza più celebre della città, Piazza San Marco, disse: <<Tutto ciò che mi circonda è pieno di nobiltà, è l'opera grandiosa e veneranda di forze umane riunite, è un monumento maestoso non solo di un principe, ma di tutto un

popolo>>. Nel 1805 quando le truppe francesi invasero la menzionata Piazza, e Napoleone entrò nel punto estremo sinistro in fondo alla stessa, guardandola esclamò: <<Questo è il salone più bello d'Europa>>.

### **Piazza San Marco**

Piazza San Marco è il vero cuore di Venezia, è lunga 180 m e larga 70 m, e di forma trapezoidale, ed è l'unica Piazza di Venezia, dato che gli altri spazi si chiamano Campi. Fu costruita nel IX secolo, adattando le dimensioni, nel 1177, essendo pavimentata dopo cento anni la sua edificazione. La Piazza è il luogo più basso di Venezia e per tanto quando c'è l'acqua alta è la prima zona che si inonda. Quando succede le autorità installano delle passerelle, per consentire il regolare transito dei cittadini e turisti.

In Piazza San Marco è situata la Basilica di San Marco ed è il massimo Monumento di Venezia, il simbolo della Chiesa Cittadina ma anche del potere politico, dato che nacque come Cappella privata del Doge e solo nel Ottocento divenne sede del Patriarcato. Venne anche denominata Basilica D'Oro per gli oltre 1000 metri quadrati di tessere di mosaico, fatte con la foglia d'oro. La Basilica è una meravigliosa costruzione che manifesta il simbolo della magnificenza e della grandezza della Repubblica di Venezia durante i mille anni della Serenissima. Subì molti cambiamenti e restauri, nel 828 Giustiniano gettò le fondamenta della Basilica dopo che fu trasportato da Alessandria a Venezia il corpo dell'Evangelista. Dopo numerosi incendi, negli anni, la Chiesa fu restaurata un'ennesima volta, venne rivestita da marmi e questa operazione si concluse probabilmente solo dopo il 1159, quando iniziò il programma di ampliamento della decorazione visiva. Vennero eliminati gli affreschi e la Chiesa fu totalmente rivestita da mosaici. L'atrio venne rivestito solo intorno all'ottavo secolo. La superficie di decorazione interente e gli splendidi mosaici in oro coprono ben 4240 mq.

Se ne ignorano gli architetti, ma lo stile che vi predomina è il greco bizantino con qualche mescolanza di Arabo e di Tedesco. Questa Chiesa rimase come Cappella Ducale fino al 1807, anno in cui divenne Cattedrale per editto di Napoleone. Fu consacrata nel 1094. Sulla terrazza che copre tutta la lunghezza della Basilica, dalla quale si può ammirare nella sua interezza la suggestiva quadriglia di cavalli in bronzo, e la loggetta di Sansovino situata sotto il campanile, e anche dove si ha una visione tutta particolare della Torre dell'Orologio situata in Piazza San Marco vicino alla Basilica e di tutto il perimetro della stessa.

### **La Torre dell'Orologio**

Fu costruita dall'architetto Mauro Codussi. L'arco sottostante collega la Piazza con la zona delle Mercerie. Il quadrante dell'Orologio è in oro e smalto blu, segna ora, giorni, fasi lunari e zodiaco. Un primo restauro fu eseguito nel 1757. Il restauro moderno, iniziato nel 1997, è stato terminato nel maggio 2006 e inaugurato alla mezzanotte del 27 di maggio. Alla sua sommità due statue in bronzo rappresentanti un Moro Vecchio e un Moro Giovane segnano il cambio dell'ora battendo con i loro martelli la campana (del 1497), tanti rintocchi quanto sono le ore. Ma con una precisa modalità: il Moro Vecchio batte le ore due minuti prima dell'ora esatta, a rappresentare il tempo che è passato, mentre il Moro Giovane suona l'ora due minuti dopo dell'ora esatta per rappresentare il tempo che verrà.



### **Il Campanile di San Marco**

Il Campanile di San Marco è uno dei simboli più importanti di Venezia. I Veneziani lo chiamano affettuosamente “El paron de casa” (il padrone di casa). Assieme all'omonima Basilica e pure omonima Piazza sottostante, da cui prende il nome, il monumento è uno dei simboli d'Italia. Alto 98,6 m è uno dei campanili più alti d'Italia. Si erge, isolato, in un angolo di Piazza San Marco, di fronte alla Basilica. Di forma semplice, si compone di una canna di mattoni, scalinata, avente un lato di 12 m e alta circa 50 m, sopra la quale si trova la cella campanaria ad archi. La stessa è a sua volta sormontata da un dado, sulle cui facce sono raffigurati alternativamente due leoni andanti e le figure femminili di Venezia (La Giustizia). Il tutto è completato dalla cuspide, di forma piramidale, sulla cui sommità, montata su una piattaforma rotante per funzionare come segnavento, è posta la statua dorata dell'Arcangelo Gabriele.



La base della costruzione è impreziosita, dal lato rivolto verso la Basilica, dalla loggetta del Sansovino che è un piccolo edificio, ideato come arco trionfale atto ad



accogliere i patrizi in procinto di accedere alle sedi di governo dislocate in San Marco e si trova appunto alla base del campanile. La stessa fu costruita, su progetto di Jacopo Sansovino, fra il 1537 e il 1549 in sostituzione di un precedente edificio, probabilmente del XIV secolo. Il prospetto è caratterizzato da tre arcate fra le colonne dove, in quattro nicchie, sono poste le statue in bronzo di Minerva, Mercurio, Apollo, e la Pace, opera dello stesso Sansovino. Sopra le arcate si trovano tre rilievi in marmo: l'isola di Candia, Venezia sotto forma di giustizia e l'isola di Cipro. La decorazione e la loro disposizione allude alla vita della città e ai suoi territori: Venere che

nasce sull'isola di Cipro, Giove protettore dell'isola di Creta e Minerva con i leoni rappresentanti i territori del mare (stato del mar) e della terra ferma (stato de terra). Nel 1663 fu aggiunta la terrazza con la balaustra in marmo e nello stesso periodo furono modificate le arcate laterali trasformandole in porte. Il cancello in bronzo che chiude la balaustra, opera di Antonio Gai, è del 1737. In seguito al crollo del campanile nel 1902 la loggetta fu completamente distrutta e venne ricostruita nel 1912 utilizzando per quanto possibile il materiale originale. In occasione di tale ricostruzione vennero ricoperte con marmo anche le facciate laterali, precedentemente in mattone.

### **Il volo dell'angelo**

Durante il Carnevale di Venezia, il giovedì grasso, una delle attrazioni del passato consisteva nel volo dell'angelo o del turco. Era l'esibizione di un equilibrista che pendeva dal campanile di San Marco a una barca ancorata nel bacino omonimo camminando su una fune. Ancora oggi, con alcune varianti sul tema descritto sopra, si può assistere dal 2001, dopo secoli, al volo dell'angelo, così come si svolgeva ai tempi della Serenissima. Infatti la manifestazione simbolo del Carnevale veneziano è il volo dell'angelo, un angelo in carne ed ossa che vola dal campanile al Palazzo Ducale, sostituendo la più recente colombina pupazzo.

### **Il Palazzo Ducale**

Il Palazzo Ducale, anticamente anche Palazzo Dogale, in quanto sede del Doge, uno dei simboli della città di Venezia, e capolavoro del gotico veneziano, è un edificio che sorge nell'area monumentale di Piazza San Marco, nell'omonimo sestiere, tra la piazzetta e il molo di Palazzo Ducale, contigualmente alla Basilica di San Marco. Contraddistinto da uno stile che, traendo spunto dall'architettura bizantina e da quella orientale, ben semplificata di che l'intensità fossero i rapporti commerciali e culturali tra la Serenissima e gli altri

Stati europei, la sua bellezza si basa su un astuto paradosso estetico e fisico, connesso al fatto che la pesante mole del corpo principale è sorretta da quelli che sembrano esili colonnati intarsiati. Gli interni, oggi parzialmente privati delle opere che un tempo li decoravano, conservano ancora un'ampia pinacoteca, che comprende opere realizzate dei più famosi maestri veneziani, tra i quali Jacopo e Domenico Tintoretto, Tiziano Vecellio, Francesco Bassano, ecc. Antica sede del Doge e delle magistrature veneziane, fondato dopo l'812, più volte colpito da incendi e di conseguenza ricostruito, ha seguito la storia della Serenissima, dagli albori sino alla caduta: annessa Venezia al Regno d'Italia (1861) e passato l'edificio sotto la giurisdizione di quest'ultimo, divenne sede museale. Oggi ospita la sede del museo civico di Palazzo Ducale, parte della Fondazione Musei Civici di Venezia. Nel 2017 è stato visitato da quasi 2 milioni di persone.



### **La gondola veneziana**

La gondola è l'imbarcazione veneziana più antica e conosciuta nel mondo, diventata oggi il simbolo di una Venezia, sempre più attrazione turistica, la gondola continua a popolare i canali veneziani e a scarrozzare gruppi di persone turiste in cerca di un'emozione da raccontare. Il suo nome deriva dal latino "cungula" ovvero conchiglia:

lunga 11 metri e pesante 600 kg, ma facilmente manovrata con un solo remo dal gondoliere. Oltre alla notorietà derivante dal fascino proprio della città in cui viene tipicamente usata, per raggiungere via acqua diverse parti dei sestieri, è tipicamente studiata per le sue particolari caratteristiche costruttive e che ne fanno un'imbarcazione unica al mondo. La struttura è asimmetrica, con il lato sinistro più lungo rispetto a quello destro, quindi si può dire che navighi sempre inclinata su un fianco. La simmetria sposta chiaramente il centro di gravità dell'imbarcazione verso il lato destro, comportando un assetto inclinato verso dritta, con una maggior immersione del suo lato destro. Poiché la barca tende a ruotare verso sinistra in virtù della spinta del remo, l'inclinazione a destra contrasta questa tendenza. Il fondo è piatto consentendo di passare anche per fondali di pochi centimetri. La gondola viene costruita negli "squeri" o cantieri ed è fatta di 8 diversi tipi di legno, ma ci sono anche degli elementi in metallo, ovvero "ferro" di prora con il caratteristico pettine a sei denti che rappresenta i 6 sestieri di Venezia. Il tradizionale color nero dell'imbarcazione è dovuto all'origine per l'uso consueto della pece come impermeabilizzante dello scafo (come tutte le imbarcazioni veneziane e lagunari) e in seguito esteso a tutta la barca come conseguenza dei decreti suntuari del Senato Veneziano – a partire dal 1609 – volti a limitare l'eccessivo sfarzo nella decorazione delle gondole, anticamente coperte di stoffe preziose e dorature; del resto il nero è sempre stato considerato un color elegante, e quindi adatto ad un mezzo di trasporto signorile (come le carrozze ottocentesche) mentre all'epoca il colore del lutto era il pavonazzo, color simile al rosso porpora.

Con questa mia presentazione ho voluto dare spazio e spiegazioni dettagliate di questa meravigliosa città con l'intento di voler interessare i lettori a visitarla.

Rudy

## STORIA DEL TERMALISMO EUGANEO

( Più di 2000 anni di esperienza nei trattamenti termali)

I Trattamenti termali di Abano e di Montegrotto hanno una storia antichissima : già Ippocrate descrive nella sua opera i benefici delle acque termali contro i dolori articolari e muscolari, nonché quali ottimi rimedi contro la patologia della pelle.

Nella Roma Imperiale ebbero un enorme sviluppo : Le Acque Albule furono descritte da Virgilio nell' Eneide ( tra il 29 e 19 a.C.). Nel Medioevo ( V- XV secolo ) e nel rinascimento ( XIV-XVI secolo) le acque termali suscitano la curiosità di grandi personaggi e studiosi che le descrivono nei loro trattati : il “ De Balneis” di Ugolino Montecatini ed il “ De Balneis et thermis – naturalibus omni-bus Italie, sique totius orbis proprietatibus sive eorum” Nel 1440 di Michele Savonarola.

Oggi le stazioni termali collaborano con le università di tutto il mondo per scandagliare in profondità il segreto delle cure termali.

### I Primi frequentatori dell'area termale : Il laghetto dei veneti antichi:

Nei tempi antichi, la zona dove sorgono le località termali di Abano e Montegrotto, doveva essere caratterizzata da numerose Sorgenti Naturali di acqua calda, raccolte in piccoli laghi o pozze fumanti da cui proveniva un odore pungente di zolfo, il paesaggio ci viene descritto in modo vivace e colorito da molti autori latini vissuti tra il I e il VI secolo d.C. ma non doveva essere molto diverso anche nelle epoche precedenti.

Le origini di Abano e Montegrotto, benché non documentate da ritrovamenti archeologici, sono assai remote e si fanno risalire a molti secoli prima di Cristo quando la pianura era abitata dagli Euganei che abitavano in piccole comunità sparse tra i colli, abitavano su palafitte costruite sulle rive dei laghi caldi che all'epoca abbondavano nella pianura ad oriente dei Colli Euganei. Questa gente era solita commerciare con mercanti greci che giungevano fino a qui, dopo aver navigato con le loro navi lungo l'Adriatico ed i fiumi Padani.

All'arrivo dei Veneti nel IX – VIII secolo a. C. quei primi abitanti furono costretti a fuggire trovando rifugio nelle aspre colline prospicienti.

I Veneti occuparono le terre avviando una florida vita culturale. Capaci agricoltori, rinomati allevatori, abili artigiani e commercianti fecero vivere all'intera area termale un periodo di ricchezza e di prosperità. Si fecero soprattutto conoscere in qualità di grandi allevatori di cavalli e proprio lo stesso cavallo divenne simbolo di questo popolo che ne riprodusse miniature in bronzo da offrire alle calde acque dei laghi in segno di riconoscenza verso una non identificata divinità veneta.

Ben nota invece la sua denominazione latina: Aponus, da cui deriva il nome moderno di Abano. L'etimologia riporterebbe un riferimento all'acqua : deriva dal greco “ à ponos “ che significa appunto “ toglie il dolore”. Nei periodi successivi l'etimologia è identificata con il Dio Apollo, dispensatore anch'esso di salute ( il mito narra che Fretonte, figlio di Apollo, caduto dal carro del Sole precipitò nella zona termale dei colli Euganei, tra Abano e Montegrotto. E non si fece male grazie alle particolarità delle acque termali calde).

Gli studi recenti hanno analizzato queste due divinità concordano nel riconoscere in Aponus il nome di una fonte sacralizzata per le sue proprietà terapeutiche esistenti già in epoca veneta e attestata anche in età romana.

Inoltre, se si tiene presente che la radice “ ap” va ricondotta all’ambito semantico dell’ acqua, non stupisce che con la romanizzazione presso le “ acque patavinae” ad Aponus si affianchi ( o si sostituisca) ad Apollo: la presenza del dio della medicina, capace di dare gli oracoli ( saggi consigli), e di curare i malati attraverso la proprietà dell’acqua, e documentata in molti altri siti termali italiani; è qui provata da un piccolo altare con dedica votiva proveniente da Montirone ( provincia di Brescia) . I ROMANI ALLE TERME – CURE E SALUTE.

A partire dal 49 a.C. in cui Patavium ( attuale Padova) e le terre vicine, terme Euganee incluse, divennero Municipium, si formò un ceto alto borghese di Patavin romanizzati, che ad imitazione degli alti ceti di Roma diedero grande importanza alle terme favorendo l’istituzione di bagni pubblici e stabilimenti termali. L’antico santuario lacustre si trasformò in una ricca ed articolata località termale dove ci si recava per rinvigorire il fisico e la mente. Con la romanizzazione, il potere benefico e curativo delle acque termali viene il qualche modo svincolato dalla sfera strettamente religiosa, pur mantenendo i suoi aspetti.

Diventano una risorsa da sfruttare sia per il loro valore benefico e curativo, ma anche per il puro piacere e benessere psico-fisico. Il Bacino Euganeo si trasforma così in una rinomata stazione turistica-curativa.

2'000 anni fa le zone termali situate lungo il fianco orientale dei Colli Euganei ( ultimi rilievi di origine vulcanica prima dell’immensa piana che si estende verso est fino alla laguna Veneta e al Mar Adriatico) si chiamavano “ acque patavinare” ovvero” le acque di Padova”.

Attorno alle vasche termali sorsero ampi viali, giardini, fontane, biblioteche, sale per conferenze ed esposizioni letterarie, teatri e belle ville nobiliari.

Anche nella località di Montegrotto, avendo le stesse prerogative di Abano, giunsero sempre di più nuovi frequentatori, non più attratti dalla sola presenza del “ Santuario di Apono” ma soprattutto dalla diversa organizzazione delle strutture, mirate proprio all’accoglienza ed al benessere della clientela. Ogni fonte viene direttamente collegata ad un o più vasche mediante cunicoli sotterranei e tubature, mentre intorno si aggregano strutture per l’accoglienza e il tempo libero.

L’ origine del nome di Montegrotto deriva dal latino “ Mons-Agroturum” che tradotto in lingua corrente significa “ Monte degli Ammalati) infatti bisogna considerare che nel centro di Montegrotto c’è un colle dove gli ammalati andavano a curarsi beneficiando degli effetti terapeutici del fango e dell’acqua termale.

Montegrotto Terme oltre a località termale è anche conosciuta come città giardino per la sua moltitudine di spazi verdi, parchi e giardini.

Gli Andromedini del Locarnese incuriositi da tutto quanto scritto sopra si sono incuriositi e 10 di loro sono partiti per un fine settimana ad inizio di marzo, viaggio sotto la neve ma arrivati in loco e entrati all’Grand Hotel Terme \*\*\*\*\* sono stati ben accolti dal personale della reception e gli animi erano subito felici.

Rudy

Ma ora diamo spazio ad una partecipante che con le sue parole ci spiegherà meglio la sua vacanza invernale...

## ABANO I MIEI TRE GIORNI ALLE TERME

Per prima cosa vorrei dire grazie di cuore a Catherine e Laura per il loro sostegno e pazienza.

Siamo arrivati in quel meraviglioso albergo così pieno di luce e calore, camere con tutto il suo confort. Dopo sono andata a vedere le piscine, un azzurro favoloso, con tanto silenzio e rilassamento.

A colazione c'era di tutto, e poi la cena... da favola, con camerieri cordiali e sorridenti: ce n'era uno particolare, simpatico, maître.

Non è finita... le nostre passeggiate tutti insieme, eravamo un gruppo molto unito e questo ha fatto tanto piacere al cuore.

Poi la mia avventura a Venezia, che mi è stata curativa: ho capito che posso farcela, e che non sono una persona persa; non andare in panico vuol dire tanto per me. Volevo dire grazie alla persona che mi è stata vicino al cuore.

Il rientro verso casa... e vorrei dire che è stato tutto bello e da rifare.

Grazie a tutti gli Andromedini.



La farfalla Vince

## *GRANDE SERATA DI FLAMENCO SABATO 5 MAGGIO A MONTAGNOLA*

*Il 5 di maggio alcuni Andromedini hanno assistito a un concerto di flamenco a Montagnola- Collina d'Oro ( vicino a Lugano).*

### *Flamenco?*

*Il flamenco è il simbolo più noto e più importante del folklore spagnolo ( detto più precisamente della Spagna meridionale - andalusa dove si incontrano le città di Siviglia, Cordova, Malaga ecc.).*

*Anche se, in linea di massima, si tratta di un fenomeno musicale e di danza, supera ampiamente i limiti della musica e del ballo e influenza altri tipi di arte ( ed è anche influenzato da loro) come per esempio il cinema, il ballo moderno, la pittura e anche la letteratura.*

*La bellezza, l'attrazione, il valore artistico e la difficoltà del flamenco hanno fatto sì che, come poche altre forme di folklore, si sia diffuso lontano dalle frontiere del Paese di origine, In tutto il mondo esistono scuole di flamenco, nella Spagna meridionale viene gente da ogni lato del globo per*

*imparare a ballare il flamenco, i teorici della musica esaminano le sue euritmie ( l' arte del movimento) e i ritmi sofisticati, i letterati studiano la poesia plebea contenuta nei testi delle canzoni.*

*Anche se il flamenco è nato ed è più diffuso in Andalusia, è diventato proprio esso, e non per esempio la jota Aragonese, intesa come rappresentazione scenica in cui si canta e si balla con l'accompagnamento delle castanuela ( nacchere) e gli interpreti sogliono andar vestiti con costumi regionali, a Valencia, che è situata sulla costa sud- orientale della Spagna ed è la terza città più grande della stessa, si ballava la jota alla cerimonia della sepoltura, così come in Catalogna, la cui capitale è Barcelona, e nelle zone prossime al fiume Ebro ( sud-est) o nelle Canarie dove la jotàs e rondellas, con le loro caratteristiche peculiari, erano la parte del folklore più rinomata, oggi giorno un po' scomparsa per l'eccessiva protezione verso altri stili considerati "più autoctoni", l'emblema di tutta la Spagna e della sua cultura, a pari della corrida.*

*Il flamenco attuale può essere diviso in tre parti : il suonar la chitarra di flamenco ( el toque) il canto ( cante) e il ballo ( baile) e ogni parte crea un'arte particolare e può esistere indipendentemente, benché*

*in gran parte funzionino unitamente o almeno a due, come quello che abbiamo assistito noi andromedini cioè dapprima solo toque e in seguito toque e baile.*

## **LA STORIA E LO SVILUPPO DEL FLAMENCO**

*La storia viene fatta risalire al XVIII secolo, in cui, dopo un lungo processo di reciproca influenza, l'originale folclore andaluso si era collegato al folclore degli zingari spagnoli meridionali, che erano arrivati in Spagna già nel XV secolo. Da quel periodo appaiono regolarmente nella letteratura spagnola come parte della civiltà, anche nelle opere di Cervantes (1547-1616 e universalmente noto per essere l'autore del romanzo Don Chisciotte della Mancia) i posti per la produzione commerciale del flamenco. Quel periodo che durerà circa fino all'inizio del XX secolo, viene chiamato l'età d'oro del flamenco. Per esso sono indicativi due fenomeni antagonisti. Da una parte vi*

*è la diffusione tra il largo pubblico, la popolarizzazione del flamenco per molti artisti significava un'occasione d'iniziare la via professionale e così sottrarsi all'ambiente sociale*

*povero, dall'altra parte, l'arte con la conseguente commercializzazione si adattava naturalmente al gusto e alle richieste del pubblico, e l'originale flamenco tradizionale e puro veniva soppiantato. Si aggiungevano gli elementi d'opera e di teatro e l'arte pura soffriva.*

*All'inizio del XX secolo, il flamenco così passò una profonda decadenza artistica, paradossalmente proprio grazie alla sua precedente popolarizzazione. La sua superficialità e impurità artistica diventarono l'oggetto della critica di molti intellettuali d'allora. Questa decadenza durò fino alla metà del secolo.*

*Dagli anni 50 comincia un'ascesa artistica che dura fino ad oggi. Iniziano a stamparsi libri teorici di qualità del flamenco, le radio trasmettono programmi regolari di questa musica. Dagli anni 70 due artisti che collaboravano tra di loro si facevano merito della popolarità del flamenco di qualità, lo avevano modernizzato e reso accessibile al largo pubblico in modo così sensibile, da non abbassare il suo valore artistico, ma piuttosto elevarlo. Erano il cantante José Monge Cruz e il chitarrista Francisco Sanchez Gomez. Nel campo del ballo bisogna menzionare almeno Antonio Gade.*

*Ai giorni nostri il flamenco conosce un'ascesa senza precedenti. Diventa popolare sempre di più in tutto il mondo. La musica e anche il ballo sono l'oggetto dell'interesse di artisti come Paco de Lucía,*

*Tomatito, Joaquín Cortes, Beln Maya oppure Eva la Yerbabuena riempiono le sale di concerto, essendo i rappresentanti dell'arte del flamenco che nel recente passato non bastava neanche per la sussistenza dei suoi migliori interpreti.*

## **LA SERATA DEL 5 MAGGIO**

*Presso il centro SII di Montagnole il chitarrista Juan Lorenzo, di origine spagnole ( Siviglia), che è il massimo esponente della chitarra flamenca in Italia, sia come solista sia come accompagnatore al ballo, ha spaziato, con la sua musica, nei diversi stili musicali di flamenco sia spagnoli che cubani e argentini. Gli stili presentati nel suonare erano diversi appositamente composti per la chitarra di flamenco solista, con le diverse armonie e ritmi tutti diversi tra uno e l'altro. Impressionate la tecnica proposta dal virtuoso musicista, che va dall'impostazione della mano destra, dell'uso del pollice, alla tecnica dell'arpeggio, al tremolo tipico flamenco, al picado, alle tecniche del rasquados al golpe ( il picchiare con le mani la cassa) un vero talento che ha impressionato tutti i presenti.*

*Dal punto di vista armonico la maggior parte della musica del flamenco si svolge nell'armonia di durmoll tradizionale o nel tipico modo frigio (una scala diatonica in cui le note naturali si susseguono*

*secondo una precisa successione di 7 intervalli, 5 toni e due semitoni che vanno dal mi al mi successivo). Uno dei maggiori chitarristi è stato Paco de Lucía che aveva perfezionato sostanzialmente la tecnica del suonare, completando ed arricchendo l'armonia con nuovi elementi (soprattutto del jazz) il che è un modello per la maggior parte della generazione giovane dei chitarristi.*

*Dopo la parte puramente musicale che ha deliziato la platea ecco comparire la ballerina di flamenco la sevillana Valeria Clemente, essa vestiva il caratteristico vestito di flamenco color rosso. La ballora, su accompagnamento della chitarra del musicista, ci ha presentato a più riprese le diverse figure tipiche e coreografe che esprimevano il sentimento della ballerina all'emozione nel sentire la musica prodotta. L'accento principale del ballo è dato alla profondità dell'espressione personale, i movimenti danzanti del tronco, delle spalle, delle braccia e delle mani. Il ballo si alternava con soste brusche del movimento (ciò è tipico per tutti gli stili di flamenco). Impressionante è stato vedere quando la ballerina si scatenava, su dei ritmi muy calientes, nel ballare lo stile zapateado vale a dire picchiando con le scarpe, apposite per il flamenco con delle placche di ferro affrancate nelle suole, a suon di ritmo della musica e al finale con una brusca sosta inattesa. La qualità del baile si valuta secondo duende, gracia e compas. Duende è un termine che*

*nel flamenco indica profondità e purezza della manifestazione e la capacità di far provare agli spettatori un forte evento emotivo. Gracia è l'eleganza e la grazia del movimento, nei confronti del primo criterio questo riguarda l'estetica del ballo, ma comprende anche la dignità e la maestosità, il terzo criterio - compas - poi valuta la musicalità dell'interprete del ballo, oppure la capacità di mantenere il ritmo del relativo stile danzante, (compas) attraverso le pause difficili durante il baile e contrattempo (il sincopato - ritmo - calpestare con i piedi) e vi posso dire che la protagonista della serata ci è riuscita in pieno scatenando nelle pause tra un ballo ed un altro una serie corale di applausi e di olé.*

*Una serata piacevole che gli Andromedini non si scorderanno per quanto aver visto e sentito le emozioni provate ascoltando quello che il musicista era capace di togliere dalle corde e dalla cassa della sua chitarra di flamenco e lo scatenarsi della ballerina sul palco che interpretava la musica scandendola con il corpo, le mani e i piedi in un crescendo incredibile e avvincente.*

*Rudy*



## Pushkin, quel poeta che cambiò la storia della lingua russa.



Il ritratto del poeta realizzato dal famoso artista russo Orest Kiprenskij.

### **Ti amai**

Ti amai - anche se forse  
ancora non è spento  
del tutto l'amore.  
Ma se per te non è più tormento  
voglio che nulla ti addolori.  
Senza speranza, geloso,  
ti ho amata nel silenzio e soffrivo,  
teneramente ti ho amata  
come - Dio voglia - un altro possa amarti.

### **Я вас любил**

Я вас любил: любовь еще, быть может,  
В душе моей угасла не совсем;  
Но пусть она вас больше не тревожит;  
Я не хочу печалить вас ничем.  
Я вас любил безмолвно, безнадежно,  
То робостью, то ревностью томим;  
Я вас любил так искренно, так нежно,  
Как дай вам бог любимой быть другим.

È considerato il fondatore della moderna lingua russa e ha gettato le basi di grandi tematiche successivamente affrontate anche da altri scrittori come Tolstoj e Dostoevskij. Il 6 giugno la Russia festeggia il suo compleanno e la Giornata della Lingua Russa. Ecco perché le sue opere sono considerate il più grande patrimonio letterario del Paese

### 1. Pushkin ha creato la moderna lingua russa

Proprio Pushkin (1799-1837) è considerato il fondatore della moderna lingua russa. Si lasciò indietro il canone classico, quello con cui venivano scritte le odi agli imperatori, e superò il confine tra lo stile letterario ampolloso e il vivace discorso colloquiale. Le sue opere sono scritte nella lingua con cui i russi scrivono e parlano ancora oggi.

### 2. Ha segnato un record di generi

Le opere di Pushkin sono incredibilmente varie: odi classiche, poesie romantiche, lirica d'amore e civile, romanzi in versi, drammi storici, narrativa realistica, favole, racconti, fiabe e appunti di viaggio. E questo non è l'elenco completo di ciò che ha creato.



Autoritratto di Pushkin, 1829. Fonte: Vostock-Photo

### 3. È riuscito a scrivere su qualsiasi tema

Ha delineato i principali temi di cui avrebbero parlato gli autori del XIX e persino XX secolo. La sofferenza del piccolo uomo, la contrapposizione di un particolare personaggio con la società, la scelta sofferta tra felicità personale e dovere, la rivolta di singoli contro il sistema: questi problemi, sollevati per la prima volta da Pushkin, più tardi sono diventati alla base delle opere di altri grandi scrittori russi come Dostoevskij, Tolstoj, Cechov.

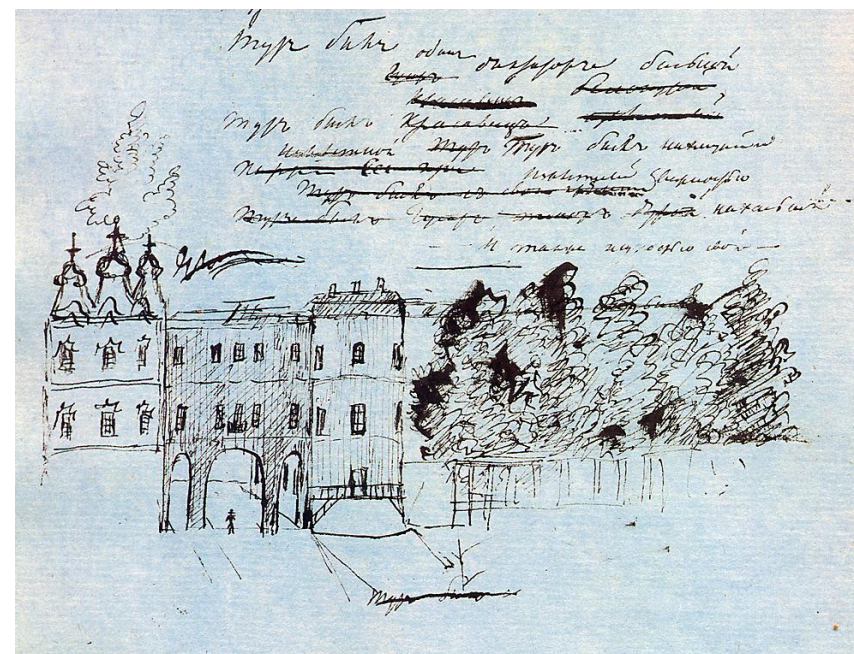
### 4. Ha descritto la vita russa in maniera poliedrica

Una delle principali opere di Pushkin è il romanzo in versi "Evgenij Onegin", definito a metà del XIX secolo "enciclopedia sulla vita russa", perché in esso l'autore descrive molto ampiamente la vita e la cultura del Paese.

Opera, balletto e numerose pièce teatrali rafforzano e moltiplicano la fama mondiale delle sue opere. La stesura del romanzo durò diversi anni (dal 1823 al 1831), in cui l'opera cambiò e si sviluppò insieme a Pushkin stesso e alla sua epoca.

### 5. Ha affrontato le questioni più complesse

Un'altra ragione della popolarità delle opere di Pushkin è l'apparente semplicità. Le frasi ben arrangiate danno la falsa impressione di essere frutto di una momentanea ispirazione, ma anche uno sguardo veloce alle bozze di Pushkin permette di vedere il lavoro dettagliato che veniva fatto per ogni verso. Egli crea immagini vivide con solo due o tre parole, imprimendo una foto nella mente del lettore.



Il disegno del liceo Tsarskoe Selo dove studiò Pushkin, realizzato dal poeta. Fonte:

Vostock-Photo

## **6. Era un coraggioso burlone**

Dopo la morte ha occupato un posto molto speciale nella storia della cultura russa, ma in vita era lontano anni luce dall'immaginario di poeta serio e profetico. Con uno spiccato senso dell'umorismo e di stile, gli piaceva trasformare parole oscene in quartine e non lesinava su epigrammi pungenti, anche rivolti a funzionari di alto rango. Da qui le sfide a duello e i problemi con le autorità.

## **7. Ha sofferto per la verità**

Pushkin ha passato diversi anni al confino per la sua ode "La libertà", che porta i versi "Malfattore autocratico! Odio te e il tuo trono, / La morte tua, la morte dei figli tuoi. / Osservo con gioia crudele."

Alessandro I esiliò il poeta prima nel sud della Russia, poi ordinò gli arresti domiciliari nella sua tenuta Mikhailovskoye (regione di Pskov).

Pushkin era amico di molti decabristi, rivoluzionari che chiedevano una costituzione e la libertà dei cittadini. Non era mai stato un sostenitore del rovesciamento del re, ma difendeva la libertà e lo spazio personale di ogni persona e si opponeva alla censura. "Al mondo non c'è felicità, ma c'è la pace e la libertà", scriveva spiegando ciò a cui un russo sempre ambisce.

## **8. Ha lasciato incredibili liriche d'amore**

Pushkin ha amato e apprezzato la bellezza femminile. Tra la gente aveva la fama di Don Giovanni e proprio lui è l'autore di alcuni dei più bei versi d'amore nella poesia russa: "Io vi ho amata: e ancora forse l'amore / Nell'anima del tutto non ho spento". Nel romanzo in versi "Evgenij Onegin", Pushkin ha formulato la regola principale del corteggiamento in Russia "Quanto meno amiamo una donna, tanto più le riusciamo attraenti".

## Letteratura, gli autori migliori secondo i russi di oggi.

Un sondaggio realizzato dal centro Levada ha stabilito che è Tolstoj lo scrittore più grande di sempre. Seguono Dostoevskij e Chekhov. Fra i poeti, la classifica è guidata da Pushkin. Nessun contemporaneo nella top-10

Non è stata una scelta facile, ma alla fine l'ha spuntata Lev Tolstoj. Interpellati da un sondaggio del centro Levada, realizzato su un campione di 1.600 persone, i russi hanno risposto alla domanda "Quali sono, secondo voi, gli scrittori russi più grandi di sempre?".

Il primo posto è stato attribuito per l'appunto all'autore di Guerra e Pace, che ha collezionato il 45% delle preferenze. Seguono Fëdor Dostoevskij (23%) e Anton Cechov (18%). Nella top 10 non è finito nessun autore contemporaneo.



Catherine

*IL 1968 UN ANNO CHE HA  
CAMBIATO IL MONDO:  
CHI C'ERA, CHI NON C'ERA;  
CHI NON SI RICORDA.*

*Il 68 è stato per molti versi un anno eccezionale, io avevo 18 anni e mi ricordo benissimo di quanto è successo.*

*I grandi movimenti di massa, socialmente disomogenei, attraversano con la loro carica contestativa il Globo terrestre e i sistemi politici in nome di una trasformazione radicale della società.*

*“ IL SESSANTOTTO”, il fatto saliente di questo straordinario insieme di eventi è che esso percorse trasversalmente i blocchi, manifestandosi sia all' Est come all' Ovest, e le tradizionali divisioni tra Nord e Sud del Pianeta, interessando o il centro del sistema capitalistico, gli Stati Uniti d'America, e i Paesi del Terzo Mondo, anche se in questo suo ideale itinerario si caricò di valenze politiche, di contenuti e di protagonisti differenziati.*

*Negli Stati Uniti le lotte degli studenti si indirizzarono maggiormente contro la guerra nel Vietnam.*

*In Cecoslovacchia, alla periferia dell' Impero Socialista Sovietico, con la Primavera di Praga ( 5 gennaio 1968), si tentò di rifondere un socialismo non autoritario, aperto alla partecipazione popolare con una prevalenza*

*dell'istanza libertaria. La riforma, in particolare il decentramento delle autorità amministrative non furono assecondate dai sovietici che, dopo il fallimento dei negoziati, inviarono migliaia di soldati e di carri armati ad occupare il Paese. Si verificò così una grande ondata di emigrazione soprattutto verso i Paesi dell' Europa occidentale, mentre le proteste non violente furono all' ordine del giorno, tra cui le proteste - suicidio come quella dello studente polacco Jean Palach che si diede fuoco l'otto settembre 1968, e di altre persone che lo emularono. La Cecoslovacchia rimase occupata fino al 1990.*

*In Messico gli studenti furono massacrati, per protesta, in Piazza delle Tre Culture, nel centro di Città del Messico, il 2 ottobre 1968. Non si conosce il numero esatto delle vittime e il massacro avvenne dieci giorni prima dell'inizio dei Giochi della XIX Olimpiade che si svolsero nella menzionata dal 12 al 27 ottobre. Intervennero le forze militari e politiche con carri blindati e veicoli da combattimento e circondarono la Piazza, gremita da studenti, e aprirono il fuoco. In breve tempo tutta la superficie della Grande Piazza era ricoperta da una massa di corpi senza vita. Tutto iniziò perché gli studenti volevano aumentare la propria visibilità e fecero uno sciopero che durò 9 settimane. Tra i feriti anche la scrittrice fiorentina Oriana Fallaci (1929-2006), che si trovava su di una terrazza di un grattacielo soprastante la Piazza per controllare al meglio le azioni fra manifestanti e forze dell'ordine. Ferita da un elicottero in volo, fu creduta morta e*

*portata all'obitorio, dove un prete si rese conto che era ancora viva. La giornalista italiana riportò tre ferite da arma da fuoco.*

*Nella Cina Comunista si vide la rivoluzione culturale, 1968, con il movimento più acuto avviato nel 1966. Aperto spontaneamente da un gruppo di studenti universitari che protestavano contro i privilegi culturali ancora presenti nell'alta società cinese, il conflitto fu subito appoggiato dal presidente Mao Tse-tung (1893-1976), e dai suoi sostenitori. Oggetto dello scontro erano le prospettive stesse del socialismo cinese nel quale lo sforzo di Mao di allontanarsi dall'esperienza sovietica, si scontrò con numerose resistenze diffuse nella società, tra i quadri di partito, gli intellettuali, i contadini più ambienti. Nell'estate del 1967 e nei primi mesi del 1968 lo scontro sembrò raggiungere un tale grado di acutezza da preludere una guerra civile. Successivamente la tensione si allentò.*

*Con termine Sessantotto si indica quindi il movimento di studenti e operai che esplose alla fine dei anni Sessanta del Novecento nelle università, nelle scuole, nelle fabbriche e nelle piazze, contestando i valori tradizionali e le istituzioni.*

*Tale contestazione prese di mira sia la società occidentale - e dunque il capitalismo - sia quella del tipo sovietico - e dunque il socialismo nella sua realizzazione storica - .In effetti, tra i vari movimenti del Sessantotto vi furono anche differenze profonde, nelle motivazioni e negli obiettivi. Il dato comune era soprattutto quello*

*anagrafico, essendo i gruppi che lo promossero costituiti da giovani. Si trattò, per certi versi, della ribellione di una generazione. Dai Campus delle università americane alle università e Piazze europee.*

*Un primo segnale della rivoluzione giovanile venne dagli Stati Uniti d'America, già alla metà degli anni Sessanta, infatti, scoppiarono rivolte nei Campus universitari americani in difesa dei diritti civili contro le discriminazioni razziali che colpivano gli afroamericani.*

*Grande paladino che iniziò una inarrestabile e pacifica battaglia contro la segregazione razziale è stato il Pastore Protestante, Politico e Attivista Martin Luter King, vero trascinatore di masse. Il Suo discorso più importante lo tenne a Washington il 28 agosto 1963, in occasione di una grande manifestazione per i diritti civili dei neri, dove pronunciò più volte la fatidica frase: "I have a dream" (io ho un sogno) che sottintendeva la spasmodica speranza che un giorno la sua gente di colore, come lui, avrebbe goduto degli stessi diritti dei bianchi. Questo discorso è sicuramente uno dei più famosi del Ventesimo secolo, ed è diventato il simbolo della lotta contro il razzismo negli Stati Uniti. Martin Luter king fu insignito del Nobel per la pace nel 1964. Fu assassinato il 4 aprile 1968 alle ore 18.01 al momento che si trovava sul balcone del secondo piano del Lorraine Motel a Memphis (Tennessee). Venne ucciso con un colpo preciso al volto, sparato da un fucile marca Remington 760, da una pallottola calibro 30.06. L'attentatore fu un tale James Earl Ray che fuggì.*

*Venne lanciata una grande caccia all'uomo a livello mondiale che culminò con l'arresto dell'assassino due mesi dopo all'aeroporto di Heathrow di Londra.*

*Ironia della sorte, King alla morte, per assassinio, del presidente Kennedy, il 22 novembre 1963 a Dallas, disse alla moglie Coretta: "lo stesso accadrà a me, continuo a dirtelo perché questa è una società malata". Il fratello del Presidente Kennedy, Robert Kennedy, anche lui politico venne assassinato il 5 di giugno 1968 a Los Angeles.*

*Lo scenario della Rivolta si era esteso, nel frattempo, all'Europa, a partire dalla Francia. In questo Paese non vi era una questione come quella del Vietnam, ma la disoccupazione era arrivata a livelli drammatici, e la condizione degli immigrati non era in alcun modo confrontabile con quella degli afro-americani negli Stati Uniti. Eppure un diffuso malessere sociale, caratterizzato dalla polemica contro il Gollismo, la politica francese, era dominata dal Nazionalismo del Generale Charles de Gaulle (1890-1970), sfociò in un movimento di protesta che coinvolse le Università, il mondo del lavoro, le istituzioni pubbliche e il potere politico. Le grandi manifestazioni degli studenti chiamati The Dreamers, i sognatori, erano ragazzi "del Maggio francese" nel 1968 e che scesero nelle piazze al grido di <<Interdit d'interdire>> e contribuirono al tramonto politico del presidente de Gaulle.*

*In Italia, invece, la diffusione del movimento giovanile, fu per molti versi prodotta dal fallimento dei progetti riformistici messi in atto dal partito della Democrazia*

*Cristiana e dal partito Socialista con i governi di centro-sinistra. Il sistema scolastico italiano e quello universitario, inoltre, erano molto arretrati ed inadatti ad una società in rapida evoluzione. Infine, chiusosi ormai il "miracolo economico", molti giovani operai del Sud, immigrati nelle grandi città del Nord, vivevano in condizioni di grave disagio. Si innescò, in tale contesto, un'ondata di contestazione politica e sociale, che in anni successivi degenerò anche in estremismo e violenza.*

*Tratti comuni di tutti i movimenti Europei del Sessantotto furono poi, la polemica contro l'imperialismo, (contro gli Stati Uniti come principale bersaglio) e la critica frontale rivolta ai partiti della sinistra e ai sindacati, accusati di essersi intergrati nel sistema. Molteplici furono, però, le bandiere dei diversi gruppi: dell'Anarchismo all'ammirazione per la figura di Mao in Cina, del femminismo e del capitano cubano Ernesto Che Guevara (1928-assassinato in Bolivia il 9.10.1967) il cui motto era "asta la victoria siempre Patria o muerte". E si inneggiava: "fate l'Amore e non la Guerra".*

*In Francia le ribellioni vennero presto riassorbite.*

*Cosa che non fu così in Germania, dove alcune organizzazioni clandestine terroristiche, come La Rote Armee Fraktion, abbreviata in RAF e nelle prime fasi conosciuta comunemente come Banda Baader-Meinhof, è stata uno dei gruppi terroristici di estrema sinistra più importanti e violenti nel periodo successivo la*

*seconda guerra mondiale. La RAF descriveva se stessa come un gruppo di "Guerriglia Urbana" comunista e anti imperialista, sul modello dei Tupamaros conosciuto anche con il nome di MLM, (Movimiento de Liberacion Nacional) Uruguayani, attivi in quel Paese, tra gli anni Sessanta e gli anni Settanta, e furono un'organizzazione di Guerriglia Urbana, di ispirazione Marxista - Leninista, impegnata nella resistenza armata contro quello che loro definivano uno "Stato Fascista" e nella Rivoluzione Proletaria.*

*Dopo lunghi anni il 20.4.1998, una lettera dattiloscritta di otto pagine, in tedesco, firmata RAF (e con il caratteristico simbolo della pistola mitragliatrice Heckler & Koch MP5 di color nero sopra una stella rossa e con scritto RAF) fu inviata via fax all'agenzia di stampa Reuters, dichiarando lo scioglimento del gruppo.*

*Il paese con la scia terroristica più profonda fu però l'Italia, dove il Sessantotto generò vari e diversi gruppi extra-parlamentari di Sinistra (tra cui Lotta Continua, Potere Operaio, Avanguardia Operaia, I Maoisti, e così via) alcuni dei quali imboccarono, poi, la strada della violenza. Il gruppo più attivo in tale direzione si rivelò quello delle Brigate Rosse, che vide nella pratica del terrorismo l'unica possibilità per realizzare la rivoluzione in Italia ed è stata attiva dal 1970 al 1988. Di matrice Marxista- Leninista, è stato il maggior, il più numeroso e più longevo gruppo terroristico di sinistra del secondo dopo guerra esistente in Europa Occidentale. Il momento culminante della lotta e attività del gruppo*

*è stato il 16 marzo 1978 con l'uccisione della scorta e il rapimento dell'importante esponente politico della Democrazia Cristiana Aldo Moro. Questo tragico fatto di sangue degli "anni di piombo" portato a termine dai brigatisti rossi, fu il primo atto drammatico del rapimento politico che si concluse dopo 55 giorni con il ritrovamento del cadavere di Moro in una Renault 4 di color rosso in Via Michelangelo Gaetani a Roma.*

*E in Svizzera?*

*In Svizzera le proteste furono più contenute che altrove, ma costituirono comunque un'esperienza decisiva. Erano in atto dei grandi cambiamenti e di contraddizioni profonde. Il boom economico del secondo dopo guerra aveva portato anche le fasce più disagiate al benessere, ma lo sviluppo socio-culturale faceva fatica a tenere il passo. A differenza del resto dell'Europa, le donne svizzere non avevano ancora il diritto di voto, vigeva il divieto di convivenza per le persone non sposate, circolavano censure e pregiudizi.*

*I giovani leggevano, si riunivano, discutevano e prendevano posizione: scrivendo e distribuendo riviste autoprodotte e volantini, organizzando vari tipi di manifestazioni, indette per la per solidarizzare con determinate situazioni (ad esempio i Paesi in Via di Sviluppo) o contestarne altre autorità e assetti politici dominanti. E' importante sottolineare che alle manifestazioni del 1968 parteciparono in prima linea proprio le ragazze, che prima di acquisire il diritto di voto presero dunque la parola e si mobilitarono. Il*

concetto di <<condivisione>> accennato ebbe sicuramente un ruolo importante anche per la causa femminile: le giovani donne iniziarono a discutere e scambiare opinioni anche sulla condizione e sul loro ruolo nella società; questo favorì senz'altro una presa di coscienza collettiva.

Il 19.10.1969 il 63% dei votanti ticinesi ha concesso il suffragio femminile in materia cantonale. Il Ticino è stato il quinto Cantone svizzero a riconoscerlo, due anni prima del voto nazionale concesso nel 1971.

Il bisogno di dare maggior spazio alla cultura alternativa, (la cosiddetta controcultura) fu una delle principali rivendicazioni dei giovani sessantottini. Dove per controcultura intendevano quella impegnata politicamente, ma anche le avanguardie artistiche "scandalose" del Living Theatre (esibitosi a Ginevra nell'estate del 1968) e le novità musicali che soffiavano dall'Inghilterra con il complesso dei The Beatles, composto da John Lennon, Paul McCartney, George Harrison e Ringo Star e degli States. Nel 1967 Jimi Hendrix e i Rolling Stones fecero per la prima volta tappa in Svizzera, accolti da un delirio e un'esaltazione collettivi, il concerto degli Stones finì in un pandemonio di fumogeni e sedie sfasciate. L'apice della contestazione e della violenza avvenne a Zurigo nel giugno 1968. Da settimane avevano occupato alcuni stabili abbandonati dei magazzini Globus per creare un centro giovanile autonomo, ma le autorità cittadine, non tollerando tali forme di autogestioni promiscue e anarcoidi, ordinarono lo sgombero. All'indomani più di cinquecento giovani scesero in piazza per protestare, andando in contro a

repressioni di una violenza mai vista in Svizzera. Gli scontri, poi ribattezzati Globus Krawalle (la rivolta del Globus) provocarono decine di feriti e, più tardi, pesanti accuse da parte della stampa per l'eccesso di brutalità usata dalle forze dell'ordine. Parallelamente scoppiarono le proteste nelle università, da Friburgo a Losanna, da Ginevra a Neuchâtel. Le folle studentesche esigevano uno svecchiamento del programma di studio e dell'insegnamento obsoleto e la possibilità di partecipare attivamente alla politica universitaria.

In Svizzera, però, la prima ribellione studentesca del 1968 esplose a Locarno, il 9.3.1968. Quando un gruppo di studenti alla Scuola Magistrale a Locarno al grido <<La scuola siamo noi>> occupò l'aula 20 per tre lunghi e febbrili giorni. <<La molla della protesta fu soprattutto il convitto, un collegio gestito con regole ferree di stampo militare>>. All'inizio chiedevano un dialogo per migliorare la scuola, sempre e solo cattedratica, fondata sul nozionismo e sul sistema di note. Bersaglio dell'agitazione era il direttore della Scuola Magistrale, il professor Carlo Speziali, (che era anche sindaco di Locarno). Alcuni mesi dopo, il Consiglio di Stato lo destituì, nominando un nuovo direttore.

Conclusione mia personale:

La società fu per così dire costretta a rinunciare a una serie di ipocrisie con cui aveva cercato di minimizzare i cambiamenti che erano già in gestazione prima del '68

*pensiamo al ruolo dei giovani come consumatori e dunque come capaci d'influenzare la sfera pubblica, ai rapporti tra i sessi, al tramonto del formalismo nel modo di vestirsi, all'omogeneizzazione, almeno parziale, delle culture diffuse, alla fine progressiva di un certo cattolicesimo superficiale come regolatore obbligato delle scadenze della vita.*

*Non furono mutamenti che si imposero nel giro di un anno, ma certo in progressione nel decennio successivo, per altro con continue ricadute anche dopo. Significò anche la fine di una società che si organizzava, almeno in parte, per appartenenza sub-culturali, (i famosi mondi divisi da appositi steccati).*

*Questo cambiamento sociale divenne evidente: sulla maggioranza della gente la fruizione del sistema di vita presentato da cinema e televisione aveva più influenza della fedeltà al vecchio modo di intendere il mondo. Resta il fatto, che mi sembra incontestabile, che in quel momento una generazione colse in maniera collettiva, per quanto confusa, che sarebbe cambiato il mondo.*

*Cinquant'anni dopo abbiamo gli strumenti per capire che quella intuizione era esatta: saremmo entrati e siamo tutt'ora in una grande transizione storica che sta cambiando le coordinate di quella che è stata "la modernità".*

*Restano così aperte sia le domande che si iniziavano a porre allora (e che oggi possiamo declinare in maniera più elaborata) sia la necessità di darvi risposte che non siano quelle piuttosto rozze che si sono viste in questo cinquantennio e che vanno dal "lasciamoli sfogare, poi*

*tutto si aggiusterà" all'importante è gridare che si cambia, il resto verrà da solo di conseguenza.*

*Del '68 spero che sopravviva un certo rigore e un certo impegno che soprattutto all'inizio caratterizzarono una generazione che aveva avvertito la complessità della sfida che aveva davanti.*

*Altrettanto mi auguro che le nuove generazioni sfuggissero alla frustrazione di doversi rifugiare nell'utopia, pubblica o privata fa lo stesso, come consolazione per i cambiamenti che non si realizzano immediatamente.*

*Noi sessantottini con le rivendicazioni abbiamo ottenuto importanti cambiamenti, però tutto quello che si è ottenuto non è conquistato per sempre, bisogna mantenerlo e se il caso lo necessita, avere il coraggio di cambiarlo.*

*Rudy*



## EVENTI E CURIOSITA' DEL 1968

E' l'anno del terremoto nel Belice ( Sicilia occidentale, la valle del Belice si trova tra le provincie di Trapani, Agrigento e Palermo) nella notte tra il 14 e 15 gennaio '68, di magnitudo 6,4 nel quale morirono oltre 300 persone, 1000 feriti e 1000 sfollati.

Papa Paolo VI firma l'enciclica *Humanae vitae* pubblicata il 25 luglio '68, dove afferma che la sessualità, l'aspetto affettivo e quello procreativo non vanno disgiunti quindi è assolutamente da escludere, come via lecita per la regolazione delle nascite, l'interruzione diretta dal processo generativo già iniziato, e soprattutto l'aborto diretto, anche se procurato per ragioni terapeutiche.

La Primavera di Praga e la successiva invasione della Cecoslovacchia per opera dell' Unione Sovietica.

Martin Luther King, pastore protestante e attivista e Robert Kennedy, fratello del presidente americano assassinato nel 1963, vengono uccisi nel '68.

Muore il frate cappuccino Padre Pio di Pietrelcina nel '68 ( nominato Santo nel 2002 da sua Santità Giovanni Paolo II)

Prima conduzione di Pippo Baudo al Festival della canzone di San Remo.

Adriano Celentano canta Azzurro, ed è divenuta uno dei pezzi più cantati all'estero dopo Volare ( cantata da Modugno) e 'O sole mio ( cantata da Caruso )

Lo Swaziland, con capitale Lobamba, e che è una piccola monarchia nell'entroterra dell' Africa meridionale confinante al nord-est con il Mozambico e si estende fino al Sud-Africa, diventa indipendente dall'Inghilterra.

La NASA lancia il 11 ottobre '68 il programma Apollo 7, fu la prima missione con equipaggio nel programma Apollo ad essere lanciata dopo il tragico incidente mortale dell' Apollo 1 il 27 gennaio '67.

Fu una missione orbitale di undici giorni, il primo lancio con equipaggio del veicolo di lancio Saturno IB, e la prima missione spaziale americana con tre uomini a bordo : Eisele, Cunningham e Walter Schirra ( 1923-2007, nato da nonni originari di Loco in Valle Onsernone Canton Ticino). Durata della missione 10 giorni, 20 ore, 9 minuti e 3 secondi.

In seguito lanciò la missione Apollo 8, il 21 dicembre '68, e divenne la prima, con a bordo degli uomini, a lasciare l'orbita della Terra a raggiungere quella della Luna, in tre giorni, e ad orbitare intorno ad essa 10 volte nel corso di 20 ore e tornare con sicurezza sulla Terra. I tre astronauti Lovell, Anders e Bormann furono i primi esseri umani a vedere con i propri occhi il lato nascosto della luna, ad essere testimoni di un'alba terrestre. Il comandante Bormann, il pilota del modulo di comando Lovell e il pilota del modulo lunare Anders divennero pertanto i primi esseri umani ad uscire dalla gravità terrestre, a poter osservare la Terra come un intero pianeta, ad entrare in

un campo gravitazionale di un altro corpo celeste (la Luna) e a rientrare di nuovo in quello terrestre. Gli astronauti fecero il loro ritorno sulla terra il 27 dicembre 1968, quando ammararono nel nord dell'Oceano Pacifico.

Nel '68 ci fu il primo bacio interraziale della televisione americana, in un episodio di Star Trek.

Le forze Israeliane nel '68 lanciano un attacco all'aeroporto di Beirut (Libano) dopo la cattura di due dei suoi soldati da parte del Hezbollah.

Muore nel '68 il poeta italiano Salvatore Quasimodo (1901-1968), premio Nobel per la letteratura nel 1959.

Nel '68 esce nelle sale cinematografiche: 2001 – Odissea nello spazio, capolavoro fantascientifico di Stanley Kubrick.

Grenoble ospita nel '68 i Giochi Olimpici Invernali dal 6 febbraio al 18 febbraio.

Un incidente aereo stronca la vita a Jurij Gagarin (1934 – 1968) di nazionalità sovietica, fu il primo uomo a volare nello spazio nella missione Vostok 1, lanciato il 12 aprile 1961.

Compì un'intera orbita ellittica intorno alla Terra che durò 1 ora e 48 minuti, raggiungendo un'altitudine massima (apogeo – il punto più lontano della terra) di 315 km e una minima (perigeo – il punto più vicino alla terra) di 169 km, viaggiando ad una velocità di 27'400 km/h.

Il repubblicano Richard Nixon (1913 – 1994) ottiene una clamorosa vittoria il 12 marzo '68 nel primo scontro delle elezioni primarie repubblicane per la nomina del presidente degli Stati Uniti d'America. Fu nominato presidente il 20

gennaio 1969 e dovette terminare in maniera prematura il suo mandato il 9 agosto del 1974, quando il presidente venne costretto a dimettersi di fronte ad un quasi certo procedimento impeachment in seguito allo scandalo Watergate.

Il mo-mo



## GLI HIPPIE: CHI ERANO? E COSA VOLEVANO?...

La cultura Hippie era un movimento, nato negli Stati Uniti d'America durante gli anni '60, destinato a diffondersi in tutto il mondo. Era stato inizialmente utilizzato per descrivere i cosiddetti "Beatnik" che si erano trasferiti nel quartiere di Haight-Ashbury (San Francisco). Costoro erano "seguaci" della Beat generation, e avevano creato delle proprie comunità. Gli Hippie erano anche chiamati "figli dei fiori" perché erano soliti indossare vestiti con impressi dei fiori confezionati con stoffe di vivi colori. Inoltre, la moda e i valori Hippie hanno avuto un notevole impatto sulla cultura, influenzando la musica popolare, la televisione, il cinema, la letteratura e l'arte.

Gli Hippie, insieme alla New Left (Nuova Sinistra) e all'America Civil Right Movement (Movimento Americano per i diritti civili) erano i fondamentali gruppi di dissenso della cultura alternativa degli anni sessanta. Il movimento Hippie era costituito prevalentemente da adolescenti e giovani adulti bianchi di età compresa tra i 15 e i 25 anni fortemente intolleranti nei confronti delle istituzioni, delle armi nucleari e della Guerra nel Vietnam. I membri di questa cultura erano spesso vegetariani ed ambientalisti, e appoggiavano con estrema convinzione la pace, l'amore, la fratellanza e la libertà personale.

Intorno al 1968 gli Hippie erano diventati una significativa minoranza che rappresentava poco meno del 0,2% della popolazione degli Stati Uniti d'America. La cultura Hippie è riuscita ad espandersi in tutto il mondo attraverso la fusione di musica rock, folk e blues, le arti drammatiche e visive, i manifesti pubblicitari che annunciavano concerti rock, e le copertine degli album. Gli Hippie erano influenzati dal pensiero di Gesù Cristo, il Buddha, Francesco d'Assisi e Gandhi. Personaggi del Beat, come Allen Ginsberg, poeta e divulgatore delle filosofie orientali diventarono un punto fermo degli Hippie e del movimento contro la guerra.

Le preferenze stilistiche e beatniks, colori sobri e lenti scure, furono sostituiti da abiti con fantasie psichedeliche, dai capelli lunghi, dai petti nudi, bandane e pantaloni blu a zampa d'elefante. Preparato nel '68 e presentato nel agosto '69, a Bethel, una piccola città rurale, nello Stato di New York, ebbe luogo il Woodstock Music and Art Festival che per molti rimane il miglior esempio di controcultura Hippie, dedicata agli alti ideali di amore e fratellanza umana. Oltre 500'000 persone vi si recarono per ascoltare i musicisti e le band più famose del tempo, come Richie Havens, Joan Baez, Carlos Santana, The Who, Jimi Hendrix e molti altri. Un altro evento simile si ebbe nel medesimo anno presso l'Altamont Raceway Park in California. Insanguinato però dall'accoltellamento a morte di un giovane afroamericano di nome Meredith

Hunter durante il concerto dei Rolling Stones (gruppo rock inglese). Questo evento aveva sconvolto molti americani, compresi quelli che si erano fortemente identificati con la cultura Hippie. Tutto questo si accentuò ulteriormente anche perché nell'agosto '69 era già stato macchiato da un altro evento funesto. Vale a dire la carneficina che è stata effettuata nella villa di Polansky (grande regista cinematografico) di Sharon Tate, all'ottavo mese di gravidanza, uccisa assieme ad altre persone presenti. nonostante questi brutali eventi l'atmosfera politica oppressiva derivante dai bombardamenti della Cambogia e l'uso delle armi da parte della guardia nazionale alla Jackson State University e alla Kent State University ancora spingevano i giovani a riunirsi.

Molti dei costumi hippie nei primi anni settanta erano diventati molto diffusi. Gli affollati concerti rock, iniziati con il Monterey Pop Festival del 1967 e con l'isle of Wight ( in Gran Bretagna) nel 1968 erano diventati un'abitudine. Ad ogni modo, la cultura hippie non è mai del tutto scomparsa, dei movimenti Hippie si possono ancora trovare nei campus, nelle comunità e ai raduni musicali.

Un Hippie sarebbe ancora oggi riconoscibile?

Ebbene sì. Sia i maschi che le donne portavano i jeans e i capelli lunghi, come chi scrive che ha dovuto tagliarli per

andare alla scuola recluta con vero dispiacere, e indossavano sandali e andavano scalzi. I maschi spesso portavano la barba, mentre le donne limitavano al minimo o non utilizzavano il trucco e molte non portavano il reggiseno.

Gli Hippie spesso sceglievano vestiti con colori accesi e di taglio particolare, come pantaloni a zampa d'elefante, gilè, indumenti tie-dyed ( t-short con disegni e colori psichedelici) dashiki ( specie di mezzi mantelli provenienti dall'Africa) o camicette variopinte. Molto popolari erano anche gli indumenti di taglio non occidentali e con motivi ispirati ai modelli dei nativi americani, degli africani e dei latino americani. Gran parte di questi indumenti gli Hippie li acquistavano nei mercatini delle pulci o dell'usato.

Gli accessori, sia per gli uomini che per le donne, consistevano in oggetti di cultura indiana, copri capi,bandane e lunghe collane a grani.

Le case, i veicoli e gli altri oggetti appartenenti agli Hippie erano spesso decorati con motivi psichedelici.

Il viaggio, sia all'interno della nazione che all'estero, era uno degli elementi caratteristici della cultura Hippie, e viaggiare diventò un modo di sicuro per incontrare nuove persone. Gli Hippie erano pacifisti e presero parte a cortei politici non violenti, come le marce per i diritti civili, le marce a Washington, le dimostrazioni contro la Guerra nel Vietnam compreso a dar fuoco alle cartoline di

chiamata al servizio militare. Tra i movimenti politici sopportati dagli Hippy c'erano il movimento di ritorno alla terra degli anni sessanta, lo sviluppo dell'impresa cooperativa, l'attenzione all'energia alternativa, il movimento per una stampa libera e l'agricoltura biologica.

Oggi l'interesse del cibo naturale, il consumo di rimedi erbacei e vitamine si sono diffusi, ed i cibi salutari Hippy degli anni sessanta sono diventati di grande attualità.

Infine anche la televisione ha trattato ampiamente l'argomento facendo film che parlano e ritraggono la comunità Hippy Woostock, Easy River, The Doors ecc.

Negli anni '70' il fenomeno Hippy perse l'interesse della stampa parlata e scritta a favore di nuove tendenze giovanili che in qualche modo contraddicevano completamente la filosofia Hippy, diffuse in America e in Inghilterra, come gli Skinheads, i Punk e i Gots. La musica psichedelica si evolse in rock progressivo, hard rock, heavy metal e punk rock. Spesso questi movimenti giovanili come Punk e Skinheads disprezzavano e attaccavano gli Hippy.

Gradualmente il movimento Hippy si spense e le stesse persone cominciarono a cercare nuovi mezzi per esprimere la propria filosofia di vita come lo yoga, la meditazione, le escursioni, la difesa dell'ambiente e il cibo biologico.

Conclusione:

Molti aspetti della cultura Hippy sono stati assimilati dalla Società, come i grandi concerti musicali e i festival, la liberazione sessuale, i diritti di omosessuali, bisessuali e trans sessuali, le cooperative, l'interesse del cibo naturale e nella fitoterapia ( dal greco phyton-pianta) e therapia ( cura) e, in senso generale, quella pratica che prevede l'utilizzo di piante per la cura delle malattie o per il benessere psicofisico, ed anche la diffusione dei personal computer e di internet, la liberazione nel mondo nel modo di vestire e di tagliare capelli e barbe. Le filosofie asiatiche e i concetti spirituali hanno avuto maggior diffusione.

L' esperimento Hippy nato con le migliori ideologie e aspirazioni di riforma del mondo, finì nell'indifferenza e nel disprezzo, la sua ideologia minimizzata dall'uso di droghe che li aveva resi simili agli zombie, dai continui tafferugli con la polizia a causa degli stupefacenti, o dalle accuse di vivere in comunità in modo promiscuo e di essere portatori di malattie.

Il mondo è ancora diviso, come è ancora diviso l'uomo occidentale, che non ha la coscienza di se stesso.

Ma ci sarà mai un altro esperimento Hippy?

E questa volta non dimentichiamo la lezione.

Rudy

## GLI ANDROMEDI DI LOCARNO A TEATRO

Martedì 5 giugno, al Teatro di Locarno, il gruppo teatro del Club 74, dell' OSC di Mendrisio, ha aperto l'anno dei festeggiamenti per il trentesimo del Club Andromeda del Locarnese presentando l'ultimo suo lavoro intitolato : “ GRAZIE PER IL PARADISO” ispirato alla leggenda del Santo Bevitore. La stessa fu pubblicata per la prima volta nel 1939, pochi mesi dopo la morte dello scrittore e giornalista austriaco Joseph Roth ( 1894-1939) , esule a Parigi, e può essere considerato, per molti versi, il suo testamento, la parabola trasparente e misteriosa che racchiude la sua autobiografia. Oggi riscoperto come uno dei più straordinari narratori del ventesimo secolo.

Questo studio teatrale degli amici del Club 74, la cui preparazione è durata un anno, non è una fedele trasposizione della celebre novella, ma piuttosto, una sorta di libera divagazione attorno alle tematiche e alle situazioni presenti nel racconto.

Attraverso letture di poesie, canzoni, brevi dialoghi e coreografie, un gruppo di scalcinati senza tetto evoca la vicenda del vagabondo Andreas, mentre un ensemble di musicisti accompagna la performance sulle note di brani che vanno da “ Paint in Black” dei Rolling Stones ( un gruppo britannico degli anni sessanta) a “ Vita spericolata” del '83 di Vasco Rossi.

Oltre ad alcuni componimenti scritti dai partecipanti, lo spettacolo contiene testi del citato Roth, ma pure di autori destramente diversi fra loro, come il francese Antonin Artaud ( 1896-1948) che fu un dramma turco, attore, saggista e regista teatrale, e Stefano Benni ( 1947) scrittore e umorista italiano ma anche poeta, giornalista, sceneggiatore e dramma turco.

Una ventina gli interpreti di questa bella pièce che hanno paralizzato il pubblico presente grazie al dedalo dei gesti degli attori, atteggiamenti, musiche, racconti, evoluzioni che non hanno mai lasciato inutilizzato nessuna parte del palcoscenico.

Un plauso particolare, e non da ultimo, va a Daniel Bernardi, che ha perfettamente curato la drammaturgia e la regia.

Al termine della rappresentazione un'ovazione di applausi da parte del pubblico presente per sottolineare l'alto gradimento del lavoro presentato.

Noi Andromedini del Locarnese esprimiamo in queste righe il più vivo ringraziamento e plauso agli attori del Club Teatro del Club 74 di Mendrisio che hanno voluto onorarci con la loro presenza.

Un Andromedino



## Club Andromeda del Locarnese

### PRESENTAZIONE DEL CLUB ANDROMEDA DEL LOCARNESE

*L'Andromeda del Locarnese è nata 30 anni fa. Tra i soci fondatori cito la Dott.ssa Mornaghini, Fabrizio Dominoni, Pierangelo, Vittorio e altri.*

*La prima sede dell'Andromeda era a Minusio e dopo alcuni anni è approdata negli spazi del nascituro Centro Diurno del Locarnese.*

*La stessa è il Club dei pazienti, sin dalla sua nascita, e si diventa soci pagando la quota sociale annua. Al suo interno c'è un comitato direttivo che collabora con il Centro Diurno portando idee e soluzioni.*

*Il rapporto relazionale tra gli utenti è per eccellenza inter pares, ossia una relazione alla pari. L'utente è soggetto attivo alla ricerca di benessere istituzionale e sociale, portando, durante le diverse riunioni che vanno dalla redazione del suo organo informativo MIX, al Gruppo Giornale, oppure al Paiolo, dove confluiscono le idee per le diverse attività e le progettazioni di eventi e le proposte di animazioni ecc.*

*L'Andromeda, legata al Centro Diurno, creando un sistema di raggruppamento orizzontale; il suo scopo è di strutturarsi per facilitare gli scambi, la sua organizzazione risponde ai canoni democratici.*

*L'Andromeda inoltre, si pone come oggetto mediatore tra utente e istituzioni, diventando così una sorta di megafono degli utenti, i*

*quali, in questo spazio del CD, possono esprimere eventuali disagi, preoccupazioni, proposte, suggestioni col il fine di migliorare sia il contesto di vita, sia la propria situazione personale.*

*Il Club mira a ristabilire, attraverso scambi di comunicazione frequenti, l'agibilità di alcuni aspetti che caratterizzano la vita umana, come la responsabilità, la partecipazione, la condivisione, con l'obiettivo della realizzazione di progetti socioculturali e la socializzazioni tra utenti.*

*Valutare il senso di autoefficacia nel frequentare lo stesso, significa verificare se gli strumenti acquisiti possano realmente rafforzare la percezione dell'individuo circa la propria abilità di raggiungere un obiettivo; in questo senso si cerca altresì di ipotizzare se il tipo di approccio orizzontale possa favorire un'inclusione sociale, promuovendo una fiducia in sé fruibile a livello comunitario. Un ulteriore beneficio nel frequentare l'Andromeda e il CD risiede nella possibilità di una relazione costruttiva fra gli utenti, che possono trovare nell'altro uno stimolo alla riuscita del proprio percorso personale.*

*Attraverso una lettura trasversale emerge come le diverse attività proposte nel corso dell'anno, che vanno dalla collaborazione ai progetti e nel portarli a termine, nell'ottica della relazione, lo sviluppo dell'iniziativa, con diritto di parola, la riflessione su di sé e la messa in gioco di sé nei diversi momenti delle molteplici attività.*

*Come accennato il gruppo Giornale di dedica alla redazione dell'organo informativo MIX, che viene stampato 3 volte all'anno, in cui tutti gli utenti sono liberi di apportare i loro scritti, all'Happy Hour in cui è possibile sfoggiare durante il Karaoke le proprie capacità canore, al gruppo cinema in cui si visionano insieme delle pellicole e in seguito se ne discutono i contenuti, al gruppo Coro Andromedino sotto la direzione dell'artista Martha Duarte in cui gli utenti che partecipano danno il meglio delle proprie ugole, alle riunioni del Paiolo, vero catino in cui si propongono le diverse attività: sia in sede che fuori, come pure le diverse uscite sia gestite da operatori che autogestite, al gruppo Fiabe e non da ultimo ai pranzi terapeutici del mercoledì e venerdì e altro ancora. Tutto*

*quanto descritto valorizza le competenze del singolo, come arricchimento per tutti gli Andromedini. Questo tipo di relazione, promuove lo sviluppo di comunità che “punta” alla autodeterminazione, alla crescita, all'autonomia, alla competenza, di un collettivo di utenti.*

*Le persone che frequentano il Club Andromeda hanno un ruolo in se come persone, quello che è importante nell'ottica del Centro Diurno Psicosociale e del suo operato è che gli utenti possono sentirsi presenti e valorizzati e poter dire <<sono una persona, anche se in questo momento sto passando un periodo di crisi.>>*

*Nel corso di 30 anni del Club Andromeda del Locarnese si sono visti utenti che al termine del periodo di riintegrazione nel mondo “normale” fanno parte integrante ancora oggi dell'Associazione e della sua vita socioterapeutica. Questi utenti frequentando il Club permette loro di sentirsi attivi in qualcosa di socialmente valido, di utile, e sentirsi partecipi è un valore aggiunto, al semplice fatto di avere un'occupazione come rinforzo al proprio lavoro.*

*Essere in un collettivo, che favorisce l'espressione delle proprie potenzialità, la valorizzazione, la responsabilizzazione, la fiducia in se stessi, data dal fatto che nel gruppo da una parte non si è soli (...) ma tramite l'appoggio collettivo c'è una condivisione del lavoro, e nello stesso tempo nella buona riuscita che un progetto ognuno trova del proprio contributo.*

*Un altro lato che emerge frequentando l'Andromeda è una conditio sine qua non; senza la fiducia non c'è niente.*

*La fiducia da parte dei membri è un indicatore di un funzionamento del gruppo che permette di sviluppare un legame duraturo al suo interno, creando le condizioni entro cui un utente si senta accettato per la sua funzione e posizione relazionale. In un contesto in cui il sostegno del gruppo*

*è la forza vitale, la fiducia si tramuta nell'elemento per eccellenza. Il Club, attraverso i suoi spazi e attività, mira a sviluppare una micro-società capace di fornire apporto e funzionalità nell'ottica di una autoefficacia che porti i membri a credere concretamente di poter raggiungere degli obiettivi prefissati e rafforzare il sentimento di*

*presa a carico del proprio percorso, a strutturare una vita, che sotto alcuni aspetti ha subito una disorganizzazione più o meno dilatata nel tempo sotto il profilo psichico.*

*Perciò che concerne il ruolo dell'esperienza all'interno del Club Andromeda, è interessante osservare come l'operatrice lo sia un modello, ma sia percepito come un sostegno e mediatrice, benché i ruoli siano paritetici.*

*L'operatrice offre la possibilità di un confronto tra utenti, permettendo la costituzione di una identità personale e collettiva.*

*Il lavoro collettivo apporta sostegno, confronto e discussione, come nell'esempio nell'abbattimento del pregiudizio. I membri del Club, vivendo in situazioni simili, permettono ai nuovi utenti una maggior identificazione, eludendo parzialmente i sentimenti di emarginazione e solitudine, derivanti dalla condizione nella quale si trovano.*

*La persuasione verbale agisce in un'ottica di ripresa in considerazione delle proprie capacità e come stimolo al perseguimento dei propri obiettivi, mediante l'aumento della fiducia in se stessi e delle competenze relazionali.*

*Il senso dell'autoefficacia presente nelle diverse attività proposte settimanalmente dal Club, viene costantemente monitorato a favore di un percorso riabilitativo, terapeutico, e partendo da un lavoro collettivo possa preparare l'individuo all'inserimento alla vita sociale. Questo processo evolutivo fa parte dei cardini dell'Andromeda e personalmente mi auguro che sia ben recepito da parte dalle diverse istanze mediche nel campo della psichiatria regionale e cantonale, al fine di confluire i loro pazienti verso il CD del Locarnese e dell'Andromeda in Via Stefano Balestra 2, Locarno, telefono 091/815 84 11.*

*Rudy*