



la **NOTIZIA**



PRO LOCO GUIDIZZOLO
in collaborazione con il
CENTRO CULTURALE SAN LORENZO

LIBERA *la* MENTE

Sintesi degli incontri tenuti nella Sala Consiliare
del Comune di Guidizzolo nei mesi di settembre e ottobre 2013

Gli organizzatori ringraziano quanti hanno collaborato, in diversa maniera, per la buona riuscita degli incontri, in particolare: i relatori delle serate che con la loro professionalità hanno saputo trattare in modo preciso e chiaro gli argomenti prescelti. Inoltre per la loro disponibilità: Amministrazione Comunale Guidizzolo, Norberto Badini, Az. Agricola Gianfranco Bertagna - Cavriana, Ernesto Bulgarini, Annalisa Cappa, Centro Computer - Cremona, Casali Ernesto Fiorista, Gruppo Alpini Guidizzolo, Gruppo Micologico Naturalistico Guidizzolo, Fabio Nosari Forneria, Benedetto Scalari e Tomasi Auto.

Introduzione

Con il concetto moderno di cultura si intende quel bagaglio di conoscenze e di pratiche trasmesse di generazione in generazione. Naturalmente non tutto può essere considerato 'cultura'. Alla base della vera espressione culturale deve esserci l'uomo e la sua centralità: mai contro ma sempre 'per l'uomo'.

Ecco allora che i momenti culturali, se finalizzati alla crescita, possono essere, e sono, diversi per espressione e intensità.

È quindi fonte di soddisfazione quando una comunità promuove appuntamenti volti alla crescita della conoscenza. Pillole di storia passata o recente che ci aiutano a capire l'evoluzione del pensiero come delle attività messe in campo per la salvaguardia ed il benessere dell'uomo, per il rispetto delle differenze, per la consapevolezza che nessuno vive da solo o unicamente per se stesso ma per il bene di tutta la società.

Nel mondo in cui viviamo, attratti da mille distrazioni, dal seguirsi vertiginoso degli avvenimenti ci possiamo distrarre e rimanere "incastrati" in un vortice dove la nostra mente può finire col perdere la propria identità. Abbiamo chiesto a otto professionisti, collaboratori de "la Notizia", la disponibilità a valutare insieme alcuni comportamenti da tenere nella quotidianità e quindi "liberarci" la mente.

Con questa presentazione, questo spirito e questi obiettivi abbiamo promosso la serie di incontri gratuiti, aperti a tutti, dal titolo "Libera la Mente".

Ringraziamo il Centro Culturale San Lorenzo per la pronta disponibilità e collaborazione e tutti i relatori, che con competenza e semplicità hanno intrattenuto i tanti amici che hanno partecipato assiduamente agli incontri, esternando ogni volta il proprio gradimento per l'iniziativa. Anche a loro va il nostro grazie più sentito.

Il Centro Culturale San Lorenzo ha come scopo statutario il favorire l'incontro e il dialogo fra tutti coloro che sentono il problema della cultura come stimolo ed elevazione dello spirito.

Con questa intenzione è stato accolto, con immediatezza e con passione, l'invito rivoltoci dalla Pro Loco di Guidizzolo a collaborare nell'organizzazione di una serie di incontri pubblici su temi di varia natura, mettendo a disposizione i nostri "esperti" collaboratori de "La Notizia".

Non lezioni cattedratiche, ma conversazioni su temi e argomenti che appartengono alla vita di ciascuno di noi, affrontati "liberando la mente" per un istante dagli affanni della quotidianità.

La nutrita e attiva partecipazione ci ha dato conforto e conferma del valore dell'iniziativa, senz'altro da ripetere.

Il Sindaco
Sergio Desiderati

Il Presidente Pro Loco
Sivio Tarchini

Centro Culturale San Lorenzo
Graziano Pelizzaro

La sicurezza in casa

Come prevenire i piccoli e grandi rischi della vita quotidiana nella propria abitazione

6 settembre 2013

Michele Galli



Seppur non sempre applicate, esistono in Italia leggi per la prevenzione degli infortuni in ambiente di lavoro che sono da molto tempo oggetto di attenta analisi in merito. Per quanto sia ancora utile e doveroso il miglioramento delle condizioni di tutti i lavoratori, gli aspetti della prevenzione sono tuttavia disciplinati da un ampio impianto legislativo italiano e comunitario (spesso di non facile applicazione).

Purtroppo non si può affermare la stessa cosa per quanto riguarda gli eventi infortunistici che interessano la persona nel proprio ambiente di vita, in particolare in ambito domestico. La nostra casa, che ancora non è considerata alla pari di un luogo di lavoro, non sembra avere l'aspetto di un luogo pericoloso. Eppure le situazioni più insospettabili sono talvolta le più rischiose.

Gli infortuni domestici rappresentano, indubbiamente, una tematica sociale cui bisogna prestare la massima attenzione, soprattutto se si considera il frequente coinvolgimento di

donne, bambini e anziani.

L'infortunio domestico è un incidente che comporta la compromissione temporanea o definitiva delle condizioni di salute di una persona, a causa di lesioni di vario tipo. Per essere tale deve essere accidentale, si verifica cioè indipendentemente dalla volontà umana e si deve verificare in un'abitazione, intesa come l'insieme dell'appartamento e di eventuali estensioni esterne (balconi, garage, cantina, scala, ecc).

Di seguito sono stati presi in esame tre temi fondamentali: l'elettricità, i gas e i prodotti chimici e detersivi.

Elettricità

L'elettricità è elemento essenziale dell'elettronica e dell'elettrostatica ed è il più diffuso mezzo di trasporto dell'energia. Toccando un filo elettrico in tensione o inserendo un dito o un oggetto in una presa, il corpo umano viene sottoposto al passaggio di una corrente elettrica che produce una sensazione di dolore. A volte anche la morte.

Il fenomeno della scossa

avviene quando il corpo umano è in collegamento (diretto o indiretto) con il terreno e viene a contatto con uno o più elementi in tensione. La corrente elettrica si scarica a terra attraversando i piedi ed è più o meno elevata - quindi più o meno pericolosa - in base alla resistenza che il corpo offre.

Minore è la resistenza, maggiore è l'intensità di corrente. La resistenza è minima quando si hanno contatti diretti o quando si è in presenza di umidità. Si possono avere anche contatti indiretti: infatti un pericolo si ha quando la carcassa metallica esterna di un qualsiasi apparecchio elettrico entra in contatto con un elemento in tensione, venendo in tal modo attraversata da una corrente elettrica. Toccando l'apparecchio il nostro corpo è a sua volta sottoposto al passaggio di corrente verso terra.

Le conseguenze per il corpo umano sono le seguenti:

1) tetanizzazione che è la contrazione involontaria dei muscoli interessati al passaggio della corrente elettrica. Questo

è il motivo per cui l'infortunato, se attraversato da corrente elettrica, può rimanere attaccato alla parte in tensione. Il contatto perdura nel tempo e produce svenimenti, asfissia, collasso, stato di incoscienza;

2) arresto della respirazione che accade quando il passaggio della corrente determina una contrazione dei muscoli addetti alla respirazione ed una paralisi dei centri nervosi. Circa il 6% delle morti per folgorazione è dovuto ad asfissia;

3) fibrillazione ventricolare cioè quando giungono segnali elettrici eccessivi ed irregolari, il cuore viene sovra stimolato in maniera caotica ed inizia a contrarsi in modo disordinato. La fibrillazione ventricolare è responsabile di oltre il 90% delle morti per folgorazione.

Buona norma, a questo punto è sapere riconoscere gli apparecchi elettrici sicuri, tra i tanti presenti sul mercato, che recano simboli ed elementi che ne accertano le caratteristiche di sicurezza.

Il simbolo IMQ (fig.1) che si trova



fig. 1



fig. 2

non solo sui materiali elettrici ma anche su quelli a gas, attesta che quel prodotto ha superato una serie di controlli finalizzati alla verifica della sua qualità e sicurezza.

Il simbolo della fig. 2 è posto sugli apparecchi di classe II, detti anche a doppio isolamento, che sono progettati in modo da non richiedere (e pertanto non devono avere) la connessione delle masse a terra. Oltre all'acquisto di apparecchi elettrici a norma, è necessari assicurarsi che sia installato (da professionisti autorizzati) l'interruttore differenziale (fig.3),

strumento posto all'inizio dell'impianto elettrico di una abitazione, che interviene automaticamente interrompendo la corrente dell'impianto quando si verificano delle dispersioni dell'impianto stesso causate da apparecchiature elettriche difettose o dal contatto accidentale del corpo umano con un elemento in tensione.

Inoltre ogni apparecchio deve essere collegato a terra con una spina a tre spinotti (fig.4), di cui solo quello centrale è collegato a terra.



fig. 3

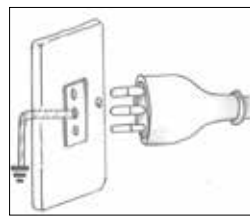


fig. 4

Ecco alcune buone prassi:

1) staccare sempre l'interruttore generale prima di eseguire qualsiasi intervento sull'impianto elettrico;

2) non lasciare mai i portalampade privi di lampade per evitare rischi di contatti con parti in tensione;

3) quando si vuole pulire o riparare un elettrodomestico bisogna sempre staccarlo dall'impianto elettrico estraendo la spina dalla presa;

4) quando si usa il phon o altri piccoli elettrodomestici in bagno o in altri locali umidi è indispensabile sempre che mani e piedi siano ben asciutti e che questi ultimi non siano a contatto diretto con il pavimento;

5) limitare all'indispensabile l'uso di riduttori e spine multiple (fig.5). Infatti, alimentare contemporaneamente più apparecchi con una sola presa può provocare un forte riscaldamento dei conduttori della presa stessa con pericolo di incendi e di deterioramento dell'impianto;

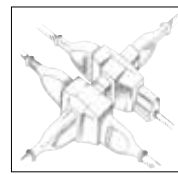


fig. 5

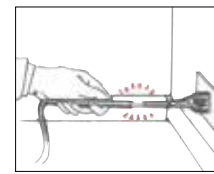


fig. 6

6) la presa di corrente dovrà essere del tipo con i fori protetti contro l'introduzione di oggetti che non siano spine;

7) nell'estrarre la spina dalla presa non si deve mai tirare il cavo (fig.6): si rischia di staccare la spina o addirittura di staccare la presa dal muro, con il conseguente pericolo che i fili si tocchino o generino un cortocircuito.

Gas

I gas impiegati per uso domestico sono prevalentemente metano (93% del consumo nazionale) ed il g.p.l. (gas di petrolio liquefatto). Tutti i gas sono inodore, per questo motivo vengono "odorizzati" a segnalarne la presenza.

Gli "odorizzanti" sono in genere dei solfuri organici e mercaptani.

Il metano è un gas naturale che viene estratto dal sottosuolo e distribuito tramite le condotte cittadine, passando per un contatore installato all'esterno dell'abitazione (fig.7).

Il g.p.l. è composto prevalentemente da due gas: il butano e il propano, entrambi ottenuti dalla raffinazione del petrolio, e viene commercializzato in bombole mobili (fig.8), di diverse dimensioni o distribuito da serbatoi fissi. Il metano è più leggero dell'aria con la quale si miscela facilmente.

Il g.p.l. ha una densità superiore

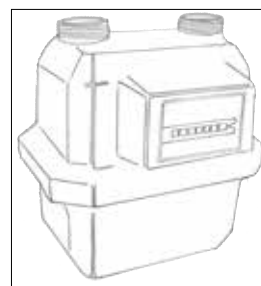


fig. 7



fig. 8

a quella dell'aria e quindi tende a stratificare in basso, rendendone difficile la dispersione.

Ecco alcune buone prassi:

1) le bombole di g.p.l. non vanno tenute all'interno dell'abitazione, ma all'esterno, opportunamente protette dal calore dei raggi del sole e non interrate;

2) non bisogna tenere depositi di bombole piene o vuote, in cucine o in caldaie, in scantinati, nei sottoscala e nei seminterrati: in caso di fuga il g.p.l. ristagnerebbe sul pavimento senza poter defluire;

3) controllare periodicamente il tubo di gomma che collega la bombola (se si tratta di g.p.l.) o il tubo metallico (se si tratta di metano) perché con il tempo tende a seccare e a rompersi. In ogni caso bisogna sostituirlo almeno ogni 4 anni. Per essere sicuri bisogna usare solo tubi con il marchio IMQ-UNI-CIG recanti data di scadenza;

4) per intercettare il gas è consigliabile far installare un rubinetto che consenta il controllo visivo della chiusura. A tale scopo sono utili anche i rubinetti posti sulla bombola o sul contatore. È buona regola chiudere rubinetto ogni volta che si esce di casa (fig.9);

5) quando si cucina vanno sempre controllate le pentole lasciate sul fuoco, specie se ci sono liquidi in ebollizione. Questi potrebbero traboccare, spegnere la fiamma e provocare di conseguenza fughe di gas (fig.10).



fig. 9

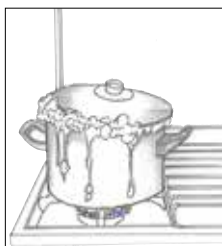


fig. 10

Se si avvertisse odore di gas:

1) non accendere nessun tipo di fiamma e non azionare nessun

oggetto che possa produrre scintille come interruttori elettrici, campanelli o il telefono;

2) aprire subito porte e finestre in modo da fare entrare l'aria ed uscire il gas;

3) chiudere immediatamente il rubinetto del gas al contatore o quello della bombola (fig. 9);

4) rientrare in casa quando si è sicuri di non avvertire più odore di gas;

5) per sicurezza è comunque consigliato contattare i vigili del fuoco al numero 115.

Prodotti chimici e detersivi

Si è vittime del fascino, delle promesse pubblicitarie, dei colori e dei profumi di detersivi per la pulizia della casa. Un uso non corretto di questi può essere origine di infortuni domestici e anche danneggiare l'ambiente. Bisogna quindi leggere sempre le istruzioni d'uso prestando attenzione ai simboli di pericolo riportati sulle confezioni ed evitando di miscelare diversi detersivi.

La confezione o il contenitore riportano un'etichetta di pericolosità per la manipolazione che contiene i simboli di pericolo. Eccoli di seguito.



Infiammabili

Sono sostanze solide o liquide che si infiammano facilmente dopo breve contatto con fonti di accensione.

Precauzione: conservare lontano da qualsiasi fonte di accensione (innesco).



Irritanti

Sono sostanze o preparazioni non corrosive che, al contatto immediato, prolungato o ripetuto con la pelle o le mucose possono espletare un'azione irritante. Precauzioni: i vapori non devono essere inalati e il contatto con la pelle deve essere evitato.



Nocivi

Sono sostanze o preparazioni che, per inalazione, ingestione o assorbimento cutaneo, possono implicare rischi per la salute non mortali o reazione asmatiche. Precauzioni: i vapori non devono essere inalati e il contatto con la pelle deve essere evitato.



Corrosivi

Questi prodotti chimici causano la distruzione di tessuti viventi e/o materiali inerti. Precauzioni: non inalare ed evitare il contatto con la pelle, gli occhi e gli abiti.



Tossici

Sono sostanze o preparazioni che, per inalazione, ingestione o penetrazione nella pelle, possono implicare rischi gravi, acuti o cronici, e anche la morte. Precauzioni: deve essere evitato il contatto con il corpo.



Nocivo per l'ambiente

Il contatto dell'ambiente con queste sostanze o preparazioni può provocare danni all'ecosistema a corto o a lungo periodo. Precauzioni: le sostanze non devono essere disperse nell'ambiente.

Ecco alcune buone prassi:

1) Ogni prodotto chimico deve essere oggetto di una specifica attenzione e di completa conoscenza da parte del consumatore;

2) è indispensabile attenersi scrupolosamente alle istruzioni fornite dalla casa produttrice per quanto attiene alle dosi ed alle modalità di impiego;

3) il luogo di conservazione deve essere assolutamente fuori dalla portata dei bambini e chiuso a chiave;

4) i prodotti devono essere immediatamente riposti negli idonei spazi non lasciandoli incustoditi e fuori posto;

5) ogni sostanza deve essere conservata nella sua confezione originale;

6) preferire contenitori dotati di tappo di sicurezza a prova di bambino.

Alcune regole generali

In casa:

- non affrontare le scale in fretta o saltando gradini;
- non affrontare le scale con pacchi in mano che ostacolano la vista dei gradini;
- lasciare i gradini liberi;
- provvedere ad una sufficiente illuminazione;
- utilizzare i corrimano per appoggiarsi;
- provvedere ad apporre sui gradini strisce antidrucciolo ove assenti;
- non correre sul pavimento;
- lasciare asciugare sia scale che pavimenti a seguito di pulizie;
- pulire le finestre e i vetri utilizzando una scaletta a norma posta all'interno della stanza;
- utilizzare manici telescopici per raggiungere punti alti;
- per interventi di installazione, manutenzione e ampliamento bisogna avvalersi dell'intervento solo di tecnici specializzati.

In cucina

- riporre i coltelli, forbici o utensili taglienti con la lama verso il basso sia nel cestello della lavastoviglie sia nel portaposate;
- tenere questi utensili lontano dalla portata dei bambini;
- lavare o pulire gli elettrodomestici dopo aver staccato la spina dalla presa;
- acquistare utensili di qualità;
- è indispensabile che nei locali nei quali è installato l'apparecchio a gas ci sia aerazione necessaria;
- i sistemi di scarico dei fumi devono essere efficienti e periodicamente controllati;
- non abbandonare accesi gli

apparecchi di cottura quando non si è presenti in casa;

- il forno e la cucina non devono essere utilizzati per riscaldare la casa.

In camera

- non fumare mai a letto;
- prima di svuotare il portacenere, controllare che la cenere non sia più calda, perché può rimanere calda per ore ed incendiare quello che si trova intorno, anche nella spazzatura;
- è bene far controllare anche le valvole di chiusura dei termosifoni prima dell'inizio della stagione fredda;
- far aderire stabilmente al pavimento gli "scendiletto" e i tappeti.

In bagno

- controllare periodicamente le confezioni dei medicinali integrando quelle consumate o mancanti ed eliminando le confezioni scadute o aperte da molto tempo;
- non trasferire mai un farmaco dalla sua confezione originale ad un altro contenitore;
- per evitare di scivolare e di cadere nella vasca da bagno o nella doccia, fissate sul fondo dei sanitari un tappettino di gomma;
- la doccia deve avere vetri infrangibili o pannelli di plastica per evitare gravissimi incidenti;
- togliere la chiave dalla serratura per evitare difficoltà in eventuali operazioni di soccorso;
- se ci sono bambini piccoli, non lasciate incustoditi in bagno forbicine e rasoi;
- per la pulizia dei sanitari si usano prodotti chimici molto attivi: leggere bene le istruzioni e utilizzateli con cautela e senza miscelarli tra di loro per non dar luogo a combinazioni tossiche.

Allertare i soccorsi

La buona riuscita di un intervento di soccorso (sanitario o antincendio) dipende non solo dalla tempestività dell'allarme

ma anche dalla chiarezza con la quale si comunicano le proprie generalità e le notizie agli operatori.

Prima regola

Mantenere la calma perchè farsi prendere dal panico può portare a conseguenze peggiori. Se si riesce a mantenere la calma le decisioni prese saranno più corrette e si avrà migliore capacità di valutazione e di comunicazione con i soccorritori.

Seconda regola

Valutare la gravità dell'accaduto, le condizioni dell'infortunato, lo stato della sua coscienza, capacità cardiorespiratoria, etc.

Terza regola

Chiamare i soccorsi (118 soccorso sanitario - 115 emergenza incendio) e prepararsi a rispondere a queste domande:

- nome di chi chiama?
- dove ci si trova?
- che cosa è successo? (infortunio o incendio)
- l'infortunato respira e risponde?
- quanti sono i feriti?

Lasciare in ogni caso un recapito telefonico.h

La nostra casa rappresenta uno degli elementi più importanti della nostra vita: in essa ci si trova rifugio, ci si trascorre buona parte dell'esistenza. Quindi l'ambito domestico, oltre che rispecchiare il nostro gusto, deve risultare confortevole, funzionale e sicuro.

"Che gli incidenti sono dovuti a errori umani è come dire che le cadute sono dovute alla forza di gravità è vero, ma ciò non ci aiuta ad evitarle"

{Trevor Kletz 1922-1980 - ingegnere chimico}

Come invecchiare bene con la mente

Anzianità e vecchiaia fortune di vita che ogni giorno rappresentano la somma di tutte le età della nostra esistenza

13 settembre 2013
Dr. Elodio Perani



Noi non siamo vecchi, noi siamo anziani. Vecchio e anziano sono aggettivi, non sono sostantivi. E' vecchia la macchina, è vecchio il tavolo.

Noi consideriamo le persone anziane solo da 30, 40 anni. Prima nessuno parlava di anziani o di vecchi.

Stasera qui dovrebbero esserci i ragazzi. La nostra vita è la somma di tutte le vite. Bisognerebbe cominciare a parlare a chi comincia la vita, non a chi è già un po' avanti.

Una caratteristica degli anziani è la sedentarietà, oltre che una minore reattività.

Un giovane, quando sente una cosa, sia che gli interessi, sia che sia contraria ai propri interessi, ha una certa reattività, l'anziano meno.

Poi un'altra caratteristica dell'anziano è la decadenza della muscolatura e della attività aerobica. Noi abbiamo tutti una decadenza muscolare, anche chi sta bene. E anche una decadenza dell'attività respira-

toria, caratteristica degli anziani.

Poi tutte queste cose negative si riassumono in un vertice,

che è la fragilità

e la vulnerabilità.

Il vecchio è

più fragile e vulnerabile.

Tant'è

vero che i latini

dicevano "ipse

senectus morbus",

la stessa

vecchiaia è malattia.

Non è proprio

vero, perché

ci sono molti

anziani che pur

essendo avanti

con gli anni non

sono ammalati,

diciamo che

sono persone le

cui facoltà stanno

decadendo

per l'età.

E così arriviamo

a dire qualcosa

sugli anziani.

Parliamo del-

le case di riposo, o residenze sanitarie e assistenziali. E' un argomento da prendere molto seriamente e con le pinze. So



che anche qui a Guidizzolo ne esiste una organizzatissima, bella e con tutti i migliori confort.

Se la famiglia veramente non può tenere i nonni in casa, ma deve essere una verità **vera**, sia perchè siamo tutti fuori al lavoro sia perchè in casa non c'è nessuno tutto il giorno, solo allora possiamo portarli alla Casa di riposo. Dove c'è una vera famiglia tutto questo si può evitare. Vi assicuro che dopo il mio lavoro di ortopedico fisiatra ho fatto altri 10 anni di attività in case di riposo ed ho visto cose che fanno veramente male.

Le persone se sono semincoscienti stanno benissimo e si sentono ben accudite, ma se hanno la testa a posto vivono in uno stato di quasi abbandono che può portare a situazioni depressive.

Allora abbiamo detto che la vecchiaia non è una malattia, però più si invecchia, più si va verso le malattie, come le possiamo classificare? O risveglio di malattie congenite, o malattie che acquisiamo durante la vita, oppure malattie che vengono dal cielo, che non sappiamo, che sono impensabili.

Poi la cosa più importante da dire sulle malattie è questa, e parto anche qui da una frase ormai storica: "non c'è nessun sano che sa di essere ammalato". I sani non sanno di avere delle malattie, perché tutte le malattie non si manifestano chiaramente, né a noi stessi, né al nostro medico, sono in disparte e poi a un certo momento saltano fuori e allora forse è troppo tardi.

Allora cosa dobbiamo fare per riconoscerle?

I sani e i presunti sani devono andare a cercare la malattia, perché molte malattie acquisite noi non le conosciamo; per esempio, l'ipertensione, l'innalzamento oltre norma della



pressione arteriosa, se non è grave, nessuno la sente. Il diabete, se non è grave nessuno lo avverte.

Allora cosa dobbiamo fare? Non essere maniaci così da andare tutti i giorni dal medico, ma ogni tanto invogliare anche il nostro medico di famiglia perché ogni tanto ci faccia fare degli esami per vedere se abbiamo delle malattie, perché anticipandole si possono curare meglio.

Quali sono le malattie più importanti?

Sono per esempio le malattie cardiovascolari, del cuore e del nostro sistema venoso e arterioso.

Anche le malattie articolari vanno interpretate, perché quando uno ha dei dolori, non deve andare subito a prendere

le medicine per il dolore, anche perché i farmaci per i diversi tipi di dolore variano tra loro.

Abbiamo per esempio i cosiddetti FANS (farmaci antinfiammatori non steroidei) per i dolori di tipo articolare, ma anche qui nel dolore articolare dobbiamo distinguere il dolore di esordio di una artrosi dal dolore reumatico, perché il dolore articolare può anche essere un dolore reumatico, che non va



curato con l'antidolorifico ma va curato con l'antibiotico adatto per quel tipo di reumatismo. Quindi non bisogna essere maniaci, come alcuni tipi di persone, ma neanche avere quasi una ripugnanza nel prendere i farmaci.

I medici dicono: per l'influenza, malattia virale, cortisonici, mai l'antibiotico.

Solo se ci sono delle complicazioni brocopolmonari, come spesso accade negli anziani, si deve ricorrere ad una cura antibiotica.

Parlando di malattie, ho lasciato per ultime il morbo di Parkinson, la sclerosi laterale amiotrofica e l'Alzheimer. Cose di cui si sente parlare tanto che bisogna fare una certa distinzione.

La sclerosi laterale amiotrofica

Che cos'è la sclerosi laterale amiotrofica? È una paralisi che prende il midollo spinale, che è quello da cui partono tutti i nervi che vanno al nostro corpo, nervi che partono e nervi che arrivano, che vengono intaccati da questa malattia per cui si perde completamente la muscolatura. Purtroppo abbiamo visto recentemente in televisione quel povero calciatore che è morto in seguito ad una S. L. A.

Il morbo di Parkinson

Il morbo di Parkinson, invece, è una malattia neurovegetativa che coinvolge alcune funzioni come il movimento e l'equilibrio.

Nel Parkinson tutto è scoordinato, abbiamo tremore, rigidità e i movimenti sono lenti.

L'Alzheimer

Nell'Alzheimer invece uno si muove benissimo, cammina, corre, va di qua e di là, ma per il ragionamento ci sono grossi problemi. Ci sono deficit di memoria anche nei ricordi recenti, ci sono cose che si imparano, poi ogni tanto un pezzo si dimentica, poi si riprende con la mente, si ripensa, e poi tutto va nel dimenticatoio. Si diventa iritabili, aggressivi con sbalzi di umore.

Oltre alle medicine di cui abbiamo parlato e che devono essere appropriate, abbiamo anche un sistema nostro di difesa che è il sistema immunitario fatto di cellule (linfociti, globuli bianchi) che sono i nostri soldati e che ci difendono da agenti aggressivi.

Questi soldati non sempre combattono il nemico ma si rivoltano contro noi stessi creando malattie autoimmunitarie; malattie gravi bisognose di cure particolarmente specifiche.

La Particella di Dio

In natura l'entità più piccola che vive, muore e si riproduce è la cellula, la quale forma i tessuti e gli organi. Le cellule sono diverse in base alla loro funzione. Si è scoperto che c'è qualcosa di più piccolo della cellula: si chiama "Particella di Dio" che è la quantità infinitesimale di un corpo che crea la materia, è chiamato anche "Bosone di Higgs" in natura l'hanno già riprodotto. Come potete ben capire stiamo andando verso una situazione o meravigliosa, perchè ci avviciniamo a Dio, o a una situazione di sfida a Dio, credenti o non credenti che siamo.

Allo stato attuale non sappiamo dove la scienza potrà arrivare: ai posteri l'ardua sentenza.

In conclusione per ben invecchiare con la mente, bisogna godere di un buono stato di salute: mens sana in corpore sano. Importante per l'anziano è mantenere, in base alle proprie possibilità, un ottimo allenamento fisico (camminare), avere cura della motricità e vivere il più possibile assieme ai propri simili: in una parola, fare "filos".

Deve coltivare le attività manuali ed esercitare il proprio intelletto con la lettura dei quotidiani e dei settimanali, non disdegnare anche la lettura di qualche buon libro senza dimenticare quel meraviglioso bimestrale che è il nostro "la Notizia".

Spero di essere stato esauriente: ho semplificato il più possibile gli argomenti trattati; vi ringrazio per l'attenzione e saluto tutti calorosamente.



Storia risorgimentale dell'Alto Mantovano

L'unità d'Italia è iniziata a Rebecco?

20 settembre 2013

Prof. Giovanni Zangobbi



La tematica è molto accattivante, specialmente nel sottotitolo, e ci permette di affrontare l'argomento secondo una triplice sfaccettatura o, meglio, a cerchi concentrici: Risorgimento, Risorgimento e Alto Mantovano, il ruolo di Rebecco nel processo verso l'Unità nazionale.

Dopo secoli, durante i quali si poteva parlare di nazione italiana ma non di stato italiano, nei primi decenni di quello XIX iniziò a formarsi, seppur lentamente, una nuova sensibilità culturale e politica che spingeva verso il superamento dei confini usciti dal Congresso di Vienna del 1815.

Il cancelliere austriaco Metternich, proprio durante quell'assise, affermò: "L'Italia non è altro che un'espressione geografica". Dal suo punto di vista aveva indubbiamente ragione, in quanto appariva chiarissimo a tutti che solo pochi collegavano Italia a Stato. Da noi era imperante il municipalismo; basti pensare che quando, nel 1848, gli insorti veneziani costrinsero gli Austriaci a lasciare la città, per

prima cosa proclamarono rinata la serenissima Repubblica di San Marco, eleggendo doge Daniele Manin.

E', però, dal Congresso di Vienna che nella nostra Penisola cominciarono ad affacciarsi pensatori, idee, movimenti che portarono l'attenzione, nazionale e internazionale, sul problema dell'unificazione. A far luogo dai fallimentari moti carbonari del 1820 (Napoli) e 1821 (Torino), senza tralasciare il maldestro tentativo di Ciro Menotti, così come pensatori del calibro di Mazzini, Gioberti e Cattaneo, si pervenne al 1848/49, con le rivolte di Milano e Venezia e la prima Guerra d'Indipendenza, dall'esito fallimentare per il Regno Sardo e Carlo Alberto. Bisognò aspettare che in Piemonte il

nuovo primo ministro Cavour preparasse le condizioni interne e internazionali per



L'Italia nel 1815, dopo il Congresso di Vienna



Loggia dell'ex sede municipale di Guidizzolo: lapide con i nomi dei Caduti del Comune nella guerra di Libia e nella Prima Guerra Mondiale



Municipio di Volta Mantovana: lapide che ricorda il Decreto di re Carlo Alberto

porre le basi della ripresa delle ostilità, cosa che avvenne nel 1859, con la seconda Guerra d'Indipendenza, che aprì una fase di gravi turbolenze e insurrezioni con l'annessione dei Ducati, la spedizione dei Mille, l'occupazione dello Stato della Chiesa, tranne il Lazio, per pervenire alla proclamazione del Regno d'Italia nel 1861. E poi, la terza Guerra d'Indipendenza (la prima del nuovo Regno appena formato, una catastrofe sul piano militare ma un successo su quello politico, perché, grazie all'alleanza con la Prussia, riuscimmo ugualmente a ottenere il Veneto con il Friuli e Mantova).

La breccia di porta Pia, il 20 settembre 1870, ponendo termine al secolare Stato della Chiesa, fece in modo che Roma diventasse la capitale d'Italia e, secondo molti, questo può essere considerato l'atto finale del Risorgimento. Secondo altri, invece, fu la vittoria del 1918 (la prima Guerra Mondiale come quarta Guerra d'Indipendenza), che chiuse, con il Trentino e la Venezia Giulia, il processo di unificazione nazionale.

In questo contesto, un ruolo di primo piano è stato svolto dal nostro territorio mantovano.

L'Impero d'Austria era perfettamente consapevole che, nonostante il tentativo di spostare indietro le lancette della storia messo in atto nel 1815, la situazione politica era totalmente cambiata. La Rivoluzione Francese prima e Napoleone poi avevano rovesciato un ordine settecentesco che non si sarebbe mai più potuto ripristinare. L'Austria felix era finita e non ci sarebbe più stata una materna e tollerante Maria Teresa, così come non sarebbero più saliti al trono sovrani riformatori come Giuseppe II e Pietro Leopoldo.

Ora c'era un ordine da mantenere a qualsiasi costo. Troppa era la paura delle rivoluzioni e di nuove sanguinosissime guerre.

La militarizzazione del Regno Lombardo-Veneto, incentrato su un sistema di fortezze, il Quadrilatero, poste al centro



Torre di San Martino della Battaglia



Medaglia francese, commemorativa della vittoria "di Cavriana" del 24 giugno 1859

della pianura padana, e che aveva il perno nelle città di Mantova, Peschiera, Verona e Legnago, rispondeva a questa esigenza di ordine e sicurezza.

Tutto questo ha fatto sì che il nostro territorio sia stato teatro di importanti e, talvolta, decisivi eventi bellici sia nella prima Guerra d'Indipendenza (le due battaglie di Goito, Curtatone e Montanara; Custoza, nel 1848 e 1866, poi, è a un passo da noi), che nella seconda (Solferino e San Martino) e nella Terza, quando il confine di stato

tagliava in due la nostra attuale provincia, per cui l'Alto Mantovano era Italia e Mantova impero austriaco.

La famiglia Rizzini, a causa del patriottismo mazziniano ebbe i propri beni espropriati e messi all'asta.

A Volta Mantovana, una lapide posta sulla facciata dell'attuale municipio ce lo rammenta, re Carlo Alberto volle che il Tricolore diventasse la bandiera della marina da guerra e di quella mercantile sarda. Il 24 giugno 1859 vide non solo la carneficina di Solferino e San Martino ma proprio nella piana tra Medole, Solferino, Rebecco e Guidizzolo avvennero gli scontri più sanguinosi. In quell'occasione Henry Dunant, che non fu mai a Solferino, vedendo i soccorsi portati indistintamente a tutti i soldati da parte della popolazione civile, specialmente castiglionesi, ebbe la geniale ispirazione di fondare, qualche

anno dopo, a Ginevra, la Croce Rossa.

Non va nemmeno dimenticato che l'Alto Mantovano partecipò attivamente anche alla terza Guerra d'Indipendenza: il guidizzolese Vincenzo Mutti e il castiglionesi Giovanni Chiassi caddero tra le montagne del Trentino, a Bezzecca, combattendo agli ordini di Garibaldi nell'unico scontro vinto contro gli austriaci in quella guerra.

La battaglia di Solferino, che i piemontesi chiamarono di San



re Vittorio Emanuele II



Imperatore Francesco Giuseppe



Imperatore Napoleone III



Chiesa di Rebecco



Croce commemorativa dei Caduti del 24 giugno 1859

Martino e i francesi inizialmente di Cavriana, ha visto la località di Rebecco al centro dei combattimenti più cruenti. E' indubbio che se si è pervenuti all'Unità nazionale questo è stato anche merito di quanto lì è avvenuto nel 1859. Altri, però, potrebbero avanzare, sempre portando ottime motivazioni, differenti candidature. Questo ci porta, allora, a ricordare che, nella storia tutto, anche quello che sembra più insignificante, è importante e che un fatto è sempre causa e conseguenza di altri. La storia è fatta di accadimenti che ricordano le rotelline di un orologio meccanico: tutte sono importanti tanto che, se ne mancasse una, anche piccola, il meccanismo si fermerebbe.

I documenti, sui quali si fa la storia, hanno voluto che il nome di altre località prevalesse, magari per motivazioni politiche e non sempre a ragione; basti ricordare la polemica mai sopita, e che periodicamente riemerge, tra Castiglione delle Stiviere e Solferino riguardo la Croce Rossa. Chi studia la storia, però, sa dare il giusto valore e peso alle cose e questo nei libri c'è. Basta solo andarlo a leggere nelle fonti. Scopriremmo, magari, ragionando con gli occhi di quell'epoca e non con quelli di oggi, che papa Pio IX aveva probabilmente ragione a protestare per l'attacco italiano che portò alla scomparsa dello stato pontificio.

Usciremmo, allora, da quella che, talvolta, specialmente in un passato non molto lontano, è stata la retorica del Risorgimento; valorizzeremmo meglio il ruolo di Rebecco; affronteremmo i fatti in maniera più oggettiva e vera, meno propagandistica; comprenderemmo meglio, studiando quel periodo, la storia dei nostri giorni.

Allestimento e preparazione della tavola

Come prepararla e decorarla con semplici accorgimenti, nelle diverse occasioni

27 settembre 2013

Prof.ssa Donatella Lusenti



Come apparecchiare una tavola elegante

Se volete organizzare una bella tavola per una cena importante dovete cominciare dal mollettone, oggetto immancabile nelle case delle nostre madri e nonne e da noi spesso ritenuto insulso ed inutile. Ci siamo sbagliate, la candida tovaglia di lino, per rendere al meglio e non scivolare, deve avere sotto lo spessore del mollettone.

Per creare l'atmosfera elegante non bisogna per forza strafare con i luccichii ma magari osare con l'effetto colore, in questo caso bianco e nero, giocato anche con le vere protagoniste che sono le collane e le rose. Per le collane di plastica colorata, basta affacciarsi su qualsiasi



bancarella del mercato e la rosa nera si crea con una rosa rossa che sarà colorata con la vernice spray al massimo mezz'ora prima dell'arrivo degli ospiti, perché l'effetto duri di più.

Noi abbiamo usato anche una bella caraffa di acciaio battuto per l'acqua, ma può andare bene anche in ceramica bianca o in vetro.

Tovaglia

Se la tovaglia è molto grande e cade sui lati, aggiungerete sicuramente una nota di stile, ma se volete strafare basta appuntare con degli spilli le pieghe della tovaglia e fermarle



con delle belle rose bianche.

Tovaglioli

I tovaglioli vanno a sinistra, mentre a sinistra in alto pogerete il piccolo cestino per il pane, che se volete potete



sostituire con un piccolo piattino d'argento o bianco.

Piatti

I sottopiatti in realtà sono dei semplici vassoietti di vetro, che



insieme ai piccoli cestini da pane si possono trovare anche nei negozi di oggettistica etnica e non. I piatti sono rigorosamente bianchi e dalla forma lineare, che normalmente è il servizio più accessibile a tutte.

Posate

Le posate d'argento sono il tocco di classe che ci vuole, ed è più facile trovarle in casa di una mamma o di una zia che magari le ha usate anche poco. Se non sapete a chi chiedere provate a farvi un giro in un mercatino dell'antiquariato o buttatevi sul semplice acciaio, l'importante è che ci siano per tutte le portate. Le forchette sono a sinistra, i coltelli e l'eventuale cucchiaio a destra. La lama del coltello deve essere sempre rivolta verso l'interno (piatto). Si mette sempre almeno la doppia posata, ma molto dipende dal menù. Ricordate che all'esterno ci deve essere quella che si usa per prima. Nel caso quindi del coltello del pesce, ricordatevi che si serve sempre prima delle possibili portate di carne.

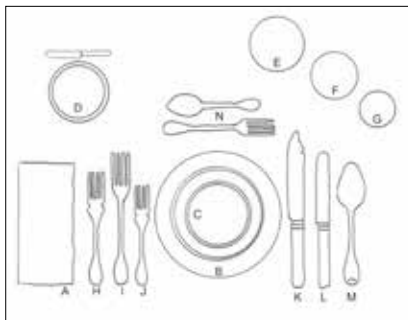


La cosa più facile, che mette a proprio agio anche gli ospiti, per evitare anche la classica scena delle 10 posate a tavola dove ci si trova ad aspettare che qualcuno cominci per osservare quale posata prende, è quella di cambiare le posate con la nuova portata. Togli la posata, togli l'imbarazzo!

Le posate per il dolce o l'eventuale sorbetto vanno "a nord" del piatto. Per poter servire al meglio tutte le portate di un menù, secondo le

regole del Galateo, sarebbero necessari:

- un mestolo, una pinza per spaghetti, coppie di posate di servizio (cucchiaino e forchettone), una paletta da torta, un coltello da torta, un cucchiaino da risotto.



- A = tovagliolo
- B = sottopiatto
- C = tazza da brodo
- D = piatto da pane con coltello per il burro
- E = bicchiere acqua
- F = calice vino bianco
- G = calice vino rosso
- H = forchetta pesce
- I = forchetta pasto
- J = forchetta insalata
- K = coltello di servizio
- L = coltello pesce
- M = cucchiaino da brodo
- N = cucchiaino dessert e forchetta torta

Bicchieri

I bicchieri sono sempre disposti sulla destra e la regola del galateo suggerisce che il bicchiere più alto sia quello più lontano, così che non ci si inciampi per prendere quello più basso. Normalmente quello dell'acqua è anche il più basso e quindi va all'esterno perché di regola è quello che si usa di più. Per il vino rosso e invecchiato cercate di usare dei calici più bombati e per i bianchi quelli più bassi e più stretti.



Decanter

Se osate con un vino importante è fondamentale farlo decantare, ovvero ossigenarsi e versarlo in un apposito decanter prima di essere servito a tavola. Per un vino mediamente giovane può bastare una mezz'ora, che può salire anche a un'ora con un vino più invecchiato.

La tavola armoniosa

Il Galateo prescrive che l'armonia della tavola sia completata ed esaltata



attraverso una decorazione centrale, il centrotavola, che deve essere:ogni volta adeguato all'occasione,in tono con i colori e lo stile della tavola, in linea per colori o significati con il menù, per potersi definire ancora più raffinato.

Il centrotavola è necessario perché la tavola sia completa ma non deve ostacolare in nessun modo la visuale o i movimenti degli ospiti.

La base floreale è la più diffusa e si accompagna spesso all'utilizzo di candele. Nel comporre il centrotavola ecco cosa non bisogna fare: scegliere rami e candele troppo alti, usare fiori e candele profumate per non interferire con i profumi e gli aromi del cibo e sovraccaricare la composizione, perché nel corso della serata potrebbe stancare gli ospiti risultando pacchiana.

Per un migliore effetto scenografico ponete la composizione floreale in un contenitore che si mimetizzi con la componente floreale: con questo accorgimento sembrerà che i fiori "sorgano"



dalla tovaglia. In alternativa al tradizionale centrotavola floreale, statue, cristalli, candelabri e oggetti di modernariato possono ispirare composizioni originali.

Conoscere la propria provincia

Il Po e i paesi rivieraschi. Immagini di un ambiente da esplorare, a due passi da noi

4 ottobre 2013

Rag. Daniele Guerra



La Provincia di Mantova, anche se si trova al centro della Pianura Padana, è sempre stato un territorio di confine (nel Rinascimento, ricordiamolo, era territorio cuscinetto tra Repubblica Veneta, Ducato di Milano, Impero Austro Ungarico, e stato della Chiesa).

Fino all'Unità d'Italia era da confine con l'Impero Austro Ungarico (Ricordo che Mantova fu annessa allo Stato Italiano non nel 1861 ma nel 1866 e pertanto Mantova festeggerà il suo 150° di Unità d'Italia nel

2016). La provincia di Mantova è poco conosciuta non solo a livello nazionale (spesso è confusa con Modena o si pensa che sia una Provincia dell'Emilia) ma anche da parte degli stessi mantovani.

La Provincia di Mantova ha un territorio molto diversificato: va dalle pianure verdissime del sud e oltre il Po, al territorio industriale e densamente abitato del centro, alle colline del nord con coltivazioni e piante che in altre zone non potrebbero esistere (Ulivi-

Palme-Pini marittimi ecc.), così come i boschi di pioppi che si vedono per decine e decine di km lungo il Po, qua non esistono.

La Provincia di Mantova è un territorio ricco d'acqua, attraversata

da una fitta rete idrografica composta da fiumi, canali, ecc: si dice che la provincia di Mantova galleggi sulle acque. Tra i vari corsi che attraversano in tutti i sensi la provincia di Mantova, il fiume Po è senz'altro il più importante.

Il fiume Po, che per molti abitanti dell'alto mantovano è ancora oggi un mistero, in quanto o non lo hanno mai visto o lo hanno visto di sfuggita attraversando il ponte dell'autostrada del Brennero. Eppure navigare il Po su una barca da pesca o su piccoli motoscafi sarebbe un'esperienza veramente unica. Camminando d'estate sulle immense spiagge bianche, su isole che si ricongiungono alla riva, sembra di essere un novello Robinson Crusoe.

Ci sono paesi lungo il corso del Po che andrebbero scoperti perché ognuno ha piccoli tesori che sono ignoti al grande pubblico. Ci sono le pievi matildiche, ci sono i paesini rivieraschi (adagiati lungo il Po) che pur nella loro silenziosità



e semi abbandono hanno storie da raccontare e da far vedere. Ci sono palazzotti caratteristici, piccole chiese, oratori, cascine sparse per le campagne che non aspettano altro di essere visitate.

All'inizio la Pianura Padana era un golfo dell'attuale Mare Adriatico. Con le ultime glaciazioni (tra i 70.000 ed i 10.000 anni fa) i mari si erano talmente ridotti che il Po sfociava nei pressi dell'attuale città di Ancona.

Poi con il ritiro dei ghiacciai il Mare Adriatico cominciò ad aumentare di volume ed il Po sfociò più o meno nell'attuale posizione.

Fino al X secolo a.C. la linea di costa era arretrata di circa 10 Km rispetto all'attuale ed il Po non aveva il delta come lo vediamo oggi, ma sfociava nel mare con due grossi estuari: uno a nord verso l'attuale Chioggia ed uno a sud in un punto equidistante tra le attuali Ferrara e Ravenna.

Poco alla volta il ramo del Po verso Adria perse consistenza e si interrò, sviluppando invece il ramo meridionale dove poco alla volta si formò l'attuale delta.

Il Delta del Po, attualmente, ha un'ampiezza di circa 380 km quadrati ed è stato dichiarato Patrimonio dell'Umanità dall'Unesco.

Ritornando ora al Po che scorre nella provincia di Mantova, vorrei prendere in considerazione solo una piccola striscia del suo corso (circa 20/30 chilometri) che vanno da Borgoforte a Governolo (Roncoferraro).

Fino alla fine degli anni '60 del secolo scorso il Po era un fiume pulito, sano, molto usato e sfruttato dagli abitanti dei paesi rivieraschi. Era pienamente navigabile ed era facilissimo vedere passare delle enormi chiatte per il trasporto di merci di qualsiasi genere. Le donne





usavano la sabbia del Po per pulire tutte le loro pentole e tegami.

Gli uomini invece (nei tempi liberi) andavano a pescare soprattutto i "gobbi", carpe, pesci gatto, anguille e anche storioni.

Oggi il Po è poco navigabile. I pesci sono quasi completamente scomparsi, se non per i siluri che sembrano pesci gatto extra galattici e si comportano come i coccodrilli e pescati per i paesi dell'est europeo- possono arrivare a 2,60 metri di lunghezza e a pesare circa 120 kg e possono vivere fino a 18 anni.



Le piene del Po ancora oggi sono sempre da tenere sotto controllo. In epoca moderna dopo la disastrosa alluvione del 1951 ci sono state altre alluvioni importanti nel 1968- 1976-1977-1984. Poi nel 1994 ci fu una piena che superò per volume quella del 1951 ma che gli argini rialzati riuscirono a tenere a bada; poi nel 2000 ed infine nel 2013.

Tra i paesi che andremo ad esaminare con le fotografie, vorrei farvi presente che in questo tratto di Po esistono tre tipologie di paesi: il paese adagiato proprio ai lati da una parte e dall'altra dell'argine (Boccadiganda) , il paese adagiato orizzontalmente al corso del Po (San Nicolò Po) ed il paese che si avvicina al Po verticalmente (San Giacomo Po). Di questi paesi mi fermerò principalmente su San Nicolò Po (che è stata la frazione più importante del Comune di Bagnolo S.Vito fino alla fine degli anni '60 e totalmente autosufficiente e quella con più storia) e su Governolo -che però si trova alla foce del fiume Mincio nel Po.



Partendo da Borgoforte, si prende l'argine che costeggia il Po e si arriva a Boccadiganda, paese con le case "appiccate" all'argine.

Dopo pochi chilometri si arriva a San Nicolò Po.

San Nicolò Po è una frazione divisa tra il Comune di Bagnolo San Vito ed il Comune di Borgoforte: per esempio la chiesa si trova nel Comune di Borgoforte mentre il cimitero a 100 mt di distanza è nel Comune di Bagnolo San Vito.

La chiesa benedettina fu elevata a parrocchia nel 1600. Dista inoltre, caso raro, a circa 1 km dal paese: probabilmente negli anni 1000/1100, intorno alla chiesetta, che dipendeva dall' Abbazia di San Benedetto Po, sorgeva un villaggio che era difeso dal Po solo da argini molto bassi ed una violenta piena distrusse il paese ma non la chiesa. Gli abitanti superstiti, pertanto, si spostarono ad un km di distanza su una piccola altura, mentre la chiesa intatta, rimase dove si trova ora.

Di San Nicolò Po si ha notizia ufficialmente nel 1260 con un contratto di canoni di terreni tra veronesi e ferraresi, poi nel 1271 per opere di imbrigliamento delle acque del Po. In seguito, nel 1382 S. Nicolò fu un paese di confine dove si pagavano dei dazi (ancora oggi, ricordo, il Paese è diviso tra i due comuni di Bagnolo San Vito e Borgoforte). Infine nel 1734 durante la guerra tra le più importanti nazioni europee dell'epoca: Francia e Spagna da una parte e Austria e Prussia dall'altra per la successione Polacca, S. Nicolò Po torna ad essere citato in quanto l'esercito imperiale asburgico getta un ponte di barche per attraversare il Po nel suo punto più sicuro e stretto, dove oggi praticamente c'è il ponte dell'autostrada del Brennero.

Il paese, ebbe storicamente poche centinaia di abitanti fino al suo massimo storico di popolazione all'inizio del '900 con 1.200 abitanti. Era il centro più importante del Comune.

S. Nicolò Po è famoso per aver





dato i natali a Learco Guerra (campione del mondo di ciclismo negli anni '30) a Giuseppe Amari (Vescovo di Cremona e Verona negli anni '80) a Orfeo Pianelli presidente del Torino calcio che vinse lo scudetto nel 1976, ed infine per aver ospitato il 25 novembre 1526 Giovanni dalle Bande nere ferito a morte. Su una casa del paese vi è un simbolo cristiano (JHS Gesù salvatore degli uomini) per ricordare che in quel luogo giacque ferito in una battaglia contro i lanzicheneccchi.

Appena fuori paese sorge anche un oratorio del 1700 facente parte della corte dei conti Beffa. Vicino all'oratorio vi è un'edicola votiva recentemente restaurata con un bel mosaico raffigurante S.Nicola. L'oratorio era in completo stato di abbandono e negli anni '90 fu ristrutturato gratuitamente da operai, muratori, geometri nei loro tempi liberi.



A restauro terminato fu inaugurato da Mons. Amari nell'Aprile 2004 che, nonostante la malattia, volle essere presente all'inaugurazione. Morì, infatti, nell'agosto dello stesso anno

Proseguendo sull'argine dopo il sottopasso del ponte dell'autostrada del Brennero si arriva al paese di San Giacomo Po che si estende perpendicolarmente al fiume. S. Giacomo è famoso perché vi sono state girate molte scene dei film di Ermanno Olmi "Il mestiere delle armi" e soprattutto "Cento chiodi". Seguendo l'argine si intravedono bellissime ed immense spiagge.



Prima di arrivare a Governolo si arriva al paese di Correggio Micheli, dove esistono ancora diverse case che si trovano nell'area golenale e quando vi sono le piene gli abitanti di queste case si trasferiscono al primo piano e con un ponticello arrivano alla strada.



Prima di entrare a Governolo, dove il fiume Mincio affluisce nel Po, si passa attraverso la cosiddetta "isola Matildica" dove si trova la torre Galliani, residuo di una antica fortezza appartenente alla contessa Matilde di Canossa. Oggi questa porzione di terreno non è più un'isola, in quanto il corso del Mincio è stato deviato circa una trentina d'anni fa per salvaguardare l'abitato di Governolo che era difeso dalle piene del Mincio da un sottile muro di pietra.

Ora, dove prima vi era la conca di San Leone di Governolo (così denominata perché la tradizione vuole che nel 452 il

Papa Leone I abbia fermato Attila re degli Unni che si stava dirigendo verso Roma), si trova un bel parco.

Le prime chiuse erano state realizzate dall'ing. Alberto Pitentino tra il 1188 ed il 1199. Durante i successivi secoli furono naturalmente restaurate e rafforzate (ultimo intervento dello Stato nel 1886), fino ad arrivare all'attuale e più sicura sistemazione della conca che era custodita e mantenuta efficiente dai concari.

Con queste indicazioni anche i guidizzolesi, in una bella giornata di primavera o d'estate, potrebbero fare una

gita rilassante e distensiva, fermandosi magari per fare dei picnic tra le ombre dei pioppi ed i salici o sulle bianche spiagge o nei numerosi agriturismi o nelle piccole trattorie in riva al Po. In estate si è circondati completamente dal verde, in autunno è veramente uno spettacolo vedere il colore giallo intenso dei pioppi che circondano i vari paesi. E sempre, in qualsiasi stagione, per liberare la propria mente, il rumore predominante è... il silenzio.



Astri e civiltà: conoscere il firmamento

Tra astrofili, astronomi e astrologi, l'osservazione del cielo dall'antichità ai giorni nostri



11 ottobre 2013

Dott.ssa Mariavittoria Spina

In questo approfondimento, le varie tematiche affrontate nella rubrica Astri e civiltà si intersecano per indagare in che modo i contemporanei, specialmente i non professionisti del settore, possono avvicinarsi allo studio degli astri, inteso come osservazione dei fenomeni celesti e comprensione delle loro caratteristiche fisiche (ambito scientifico astronomico),

ricerca sulla lunga e variegata tradizione astronomica di civiltà antiche e contemporanee (ambito astronomico culturale) e verifica delle possibilità di applicazione di queste conoscenze alla vita quotidiana, ambito che potremmo definire "consapevolezza astrologica", ben diverso dall'astrologia così come viene intesa comunemente.

Le origini dell'astronomia

Astronomia è un termine derivante dal greco che letteralmente significa "legge delle stelle"; se consideriamo questa disciplina coincidente con l'osservazione del cielo, probabilmente l'essere umano si è sempre occupato di tematiche astronomiche. Sin dalla preistoria, il cielo è stato oggetto di speculazioni, spesso considerato specchio e dimora del divino: culti riferibili all'asterisma della Grande Orsa risalgono agli uomini paleolitici, vissuti quando i ghiacci univano ancora gran parte dei continenti.

Il più antico testo astronomico conosciuto è noto come Mulapin (1000 a.C. circa), un compendio babilonese di conoscenze molto più antiche (sumere) poiché costituito da due tavolette che in alcune parti riportano degli eventi astronomici riferiti al 2048 a.C. L'astronomia mesopotamica influenzò egizi, indiani e



Eclissi lunare penombrante

greci non solo nei metodi utilizzati, che consentivano di effettuare rilevamenti precisi e previsioni attendibili, ma anche nel sistema ideologico sottostante: una teologia astrale che riteneva l'universo retto da divinità immanenti, manifeste nei corpi celesti. Osservare il cielo per questi popoli significava poter disporre di accurati strumenti pratici (ad es. un calendario preciso ad uso agricolo) e soprattutto esprimeva la volontà di accordarsi ai ritmi e alle logiche dell'universo all'interno di un sistema simpatetico di sinergie tra uomo e cosmo.

Astronomia culturale

La consapevolezza dell'approccio metafisico all'osservazione del cielo da parte dei popoli antichi ha inaugurato una nuova stagione dell'archeostronomia, che grazie al suo carattere fortemente interdisciplinare può fornire interessanti spunti di ricerca in ambiti altrimenti pressoché inesplorabili facendo uso esclusivo delle consuete prassi scientifiche. Una volta acquisita familiarità con i movimenti apparenti degli astri sulla volta celeste, anche il semplice astrofilo potrà meglio apprezzare la simbologia di imponenti opere dell'umanità (ad es. Stonehenge, le Grandi Piramidi, le mura di Alatri...), di antichi strumenti astronomici (sfere armillari, orologi astronomici, orologi solari...) ancora funzionanti in molte città e soprattutto di alcuni elementi della quotidianità (il calendario, le festività, lo zodiaco...) di cui si tende ad ignorare l'origine e forse perfino il significato autentico.

Scienza astronomica

Al giorno d'oggi, le strumentazioni astronomiche consentono di sondare lo spazio ben oltre la sfera celeste, per indagare l'universo al di là di ciò che è normalmente visibile dall'occhio umano. Basti pensare allo studio della materia oscura, al centro delle nuove teorie cosmologiche. In questo senso, l'astronomia è diventata sempre più sinonimo di astrofisica, la branca astronomica più rappresentativa delle aspirazioni alla comprensione scientifica dell'universo. Ai fini dell'osservazione amatoriale del cielo, i dati astrofisici, come magnitudine e classe spettrale, ci forniscono informazioni sulle caratteristiche dei corpi celesti.



Orologio astronomico di Praga



Antica sfera armillare cinese



La Terra vista dalla superficie lunare



Osservatorio maya di Chichen Itza

Il rapporto spazio-tempo

L'anno luce è un'unità di misura spaziale, non temporale, e intende una distanza enorme, difficilmente immaginabile in termini umani (circa 9461 miliardi di chilometri); ma ai fini dell'osservazione astronomica è corretto affermare che si riferisce all'età dell'immagine che stiamo osservando. Occuparsi di astronomia significa quindi "ricercare nello spazio attraverso il tempo",

non solo ricostruendo la storia dell'osservazione dei cieli e le relative scoperte da parte delle civiltà antiche, ma anche tramite l'osservazione diretta dei corpi celesti.

L'astronomia culturale può aiutarci a ricontestualizzare il ruolo della nostra civiltà, permettendoci di comprendere l'operato dei popoli che ci hanno preceduto con rinnovato interesse per le loro conoscenze e finalità, d'altro

canto la scienza astronomica attraverso le sue rilevazioni è in grado di ridimensionare l'uomo in rapporto all'immensità dello spazio che lo circonda. Entrambe possono essere utili all'osservatore del cielo per riscoprire il legame tra microcosmo e macrocosmo, tra uomo e civiltà, così come tra uomo e universo, contribuendo a fargli acquisire nuovi elementi per orientarsi e ricondurre passato e futuro ad un presente unitario.

Lo studio amatoriale degli astri è un passatempo adatto a tutti, si pratica in ogni stagione e ha costi contenuti, specialmente per chi si avvale di alcuni semplici accorgimenti (visione distolta, misurazione angolare manuale...) e di strumenti che da sempre sono a disposizione dell'uomo: impegno, ingegno, pazienza e il meraviglioso potenziale di chi desidera esplorare i vasti orizzonti della realtà.

Consigli di lettura

Tre spunti per approfondire gli argomenti introdotti durante questo breve excursus:

- Astronomia culturale:

MAGLI Giulio, *Misteri e scoperte dell'archeostronomia*. Il potere delle stelle, dalla preistoria all'Isola di Pasqua. Newton & Compton 2005.

- Osservazione (amatoriale) dei fenomeni celesti:

MILTON D. Heifetz, TIRION Wil, *Due passi tra le stelle*. Come riconoscere costellazioni, stelle e pianeti in ogni stagione dell'anno. Mondadori 2004.

- Consapevolezza astrologica:

PAUNGER Johanna, POPPE Thomas, *Servirsi della Luna*. Il suo influsso positivo su natura, salute e vita quotidiana. Tea 2004.



Rappresentazione grafica dello zodiaco di Dendera

Pensioni sì, pensioni no, pensioni forse

Tutto ciò che conviene sapere sulla propria pensione

18 ottobre 2013

Paolo Zani



Quadro generale

Le pensioni in pagamento in Italia nel 2012 (dato ricavato dal rapporto annuale INPS) sono 21 milioni e 100 mila; questo numero comprende anche le pensioni ex INPDAP (pubblici dipendenti) ed ex ENPALS (lavoratori dello spettacolo).

Le pensioni previdenziali, che derivano cioè da un rapporto assicurativo e per le quali sono stati versati contributi, sono 17 milioni e 500 mila; quelle assistenziali (Assegni sociale invalidità civile e accompagnamento) sono 3 milioni e 600 mila.

I pensionati sono invece pari a 15 milioni e 900 mila in quanto un pensionato può essere titolare di più pensioni.

L'importo medio in pagamento delle pensioni è pari a 881,00 € mensili.

- Il 14,3 % delle pensioni in pagamento non supera i 500,00 € mensili;
- Il 30,9% delle pensioni in pagamento non supera i 999,00 € mensili;
- Il 25% delle pensioni in pagamento non supera i 1.500,00 € mensili;
- Il 14,6% delle pensioni in pagamento non supera i 1.999,00 € mensili.

Pensioni sì : quadro generale anno 2012

- **Pensioni totali in pagamento** 21 milioni e 100 mila
 - INPS
 - ENPALS
 - INPDAP
- **Pensioni previdenziali** 17 milioni e 500 mila
- **Pensioni assistenziali** 3 milioni e 600 mila
 - Invalidità civili
 - Assegni sociali

- **I pensionati in Italia sono circa**

15 milioni e 900 mila

Un pensionato può essere titolare di due o più pensioni

- **Spesa complessiva** 261,3 miliardi di €

di cui

- 235,9 miliardi di € per pensioni previdenziali
- 25,4 miliardi di € per pensioni assistenziali

PENSIONI PREVIDENZIALI INPS IN ESSERE AL 31/12/2012

| | NUMERO | IMPORTO MESE PREVIDENZIALE (media) |
|------------------------------------|------------|------------------------------------|
| Totale pensioni previdenziali INPS | 14.635.669 | 881 |
| pensioni di anzianità | 4.002.693 | 1.527 |
| pensioni di vecchiaia | 5.517.832 | 695 |
| pensioni invalidità/inabilità | 1.297.651 | 406 |
| pensioni ai superstiti | 3.817.503 | 565 |

LE PRESTAZIONI ASSISTENZIALI INPS IN ESSERE AL 31/12/2012

| | NUMERO | IMPORTO MESE PREVIDENZIALE (media) |
|---------------------------|-----------|------------------------------------|
| Prestazioni assistenziali | 140.337 | 428 |
| pensioni/assegni sociali | 848.718 | 433 |
| pensioni invalidi civili | 2.781.621 | 427 |

Fonte: INPS



Pensioni sì, come sopravvivere

Come si sarà notato con le pensioni “medie” non c'è certo da scialare. Vediamo come si può tentare di sopravvivere.

Perequazione automatica

E' il meccanismo previsto dalla legge per adeguare le pensioni all'aumento del costo della vita; per i lavoratori “più anziani” ed ormai pensionati si tratta di una sorta di “scala mobile” ; questi lavoratori ricorderanno bene che fino al 1992 gli stipendi o salari subivano un adeguamento automatico per effetto dell'aumento del costo della vita e questo aumento era indipendente dagli aumenti previsti dai contratti di lavoro (da qui il nome “scala mobile” o indennità di contingenza).

Ora, questo meccanismo di aumenti automatici, non esiste per i lavoratori dipendenti in quanto sostituito dalla contrattazione collettiva che ad ogni rinnovo di contratto stabilisce un tasso di inflazione programmato e sulla base di questo prevede gli aumenti contrattuali, mentre è rimasto per i pensionati, appunto perché, per questi ultimi, non esiste un “rinnovo del contratto” con il quale adeguare gli importi di pensione all'aumentare del costo della vita.

In pratica come si stabilisce la variazione dell'aumento del costo della vita?

Calcolo indice di aumento

Sono calcoli abbastanza complessi sulla base della variazione degli indici dei prezzi al consumo per le famiglie di operai ed impiegati rilevati e recepiti in apposito decreto del Ministero dell'economia e delle finanze.

Le variazioni vengono rilevate su un numero di prodotti che formano il cosiddetto “paniere”; attualmente il paniere è costituito da più di 1.429 prodotti raggruppati in 603 categorie merceologiche tra cui: alimentari, trasporti, ortaggi, frutta.

Il paniere non è statico ma dinamico in quanto alcuni prodotti non vengono più considerati come significativi mentre altri vengono considerati ex novo.

Tanto per fare un esempio e per capire come possa essere a volte assurdo il sistema, nel 2013 sono usciti dal paniere i fichi freschi, l'agenda cartacea e il net book mentre ne entrano a far parte il reintegratore energetico, il gas da autotrazione e i tablet trasformabili.

Una volta stabilite le variazioni “ponderate” (medie) di prezzo si stabilisce l'indice dell'aumento dei prezzi al consumo.

Quello che manca è un paniere “pensionati” in cui vengano introdotti elementi vicini alle spese effettive dei pensionati (medicine, trasporti, pannoloni ecc.ecc.).

Perequazione automatica

- Aumento automatico che scatta al 1 gennaio di ogni anno;
- Basato sull'aumento dei prezzi al consumo;
- Stabilito dall'ISTAT sulla base di rilevazioni su ben 1.429 prodotti raggruppati in 603 categorie merceologiche:
 - Alimentari
 - Apparecchiature elettroniche
 - Trasporti ecc. ecc.

Curiosità nel 2013:

| Scompiono dal paniere.: | Vengono aggiunti al paniere.: |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Fichi freschi• Net book• Diario/agenda | <ul style="list-style-type: none">• Reintegratore energetico• Gas autotrazione• Tablet trasformabili |

Questo per sottolineare quanto il paniere sia vicino alle problematiche dei pensionati

La perequazione automatica scatta automaticamente Per il 2014:

- 100% dell'aumento alle pensioni fino a tre volte il trattamento minimo (1.487,00 € mensili)
- 90% per le pensioni tra 3 volte e 4 volte il trattamento minimo (1.983,00 € e 2.479, 00 €)
- 75% per le pensioni tra 4 volte e 5 volte il trattamento minimo (1.983,00 € e 2.479, 00 €)
- 0,50% per le pensioni fino a 6 volte il trattamento minimo (2.973,00 €)

Per il 2014, ipotizzando un aumento pari al 1,5%:

- 1° fascia (max 3 volte il T.M.) = + 1,5%
- 2° fascia (max 4 volte il T.M.) = + 1,35% (90% di 1,5%)
- 3° fascia = (max 5 volte il T.M.) = + 1,15% (75% di 1,5%)
- 4° fascia = (max 6 volte il T.M.) = + 0,75% (50% di 1,5)

In soldoni

- una pensione minima (495 € al mese) percepirà un aumento di 7,5 € mensili.
- Una pensione superiore a 6 volte il T.M (2.973,00 €) percepirà un aumento di 22,00 € mensili.

- Nel 2012 e 2013 vi è stato il blocco totale della perequazione per le pensioni di importo superiore a tre volte il trattamento minimo;
- Nel 2014 il blocco opererà solo sugli importi superiori a sei volte il T.M. ma verrà concesso l'aumento spettante fino a sei volte il T.M.

Assegno al nucleo familiare

L'assegno al nucleo familiare è una somma aggiuntiva alla pensione che viene erogata solo sulle pensioni liquidate a carico della gestione dei lavoratori dipendenti.

L'importo dell'ANF (assegno al nucleo familiare) viene determinato con riferimento al reddito del nucleo familiare e di particolari situazioni oggettive (presenza di inabili, orfani, vedovi ecc.ecc.)

Sono previste 13 diverse tipologie di nucleo familiare e ben 150 tabelle reddituali.

L'importo può variare da 20 € mensili a 2.000 e più euro al mese.

| | | |
|---|--|---|
| <p>Curiosità</p> <ul style="list-style-type: none"> L'ANF può essere concesso anche al titolare di pensione di reversibilità solo (vedovo/a) a condizione che sia stato riconosciuto inabile al 100% La richiesta di ANF può essere fatta nell'ambito della prescrizione quinquennale | <p>A.N.F = viene concesso sulle pensioni liquidate dal FPLD (lavoratori dipendenti) ed è legato:</p> <ul style="list-style-type: none"> Al reddito del nucleo familiare; Al n° dei componenti il nucleo A situazioni particolari del nucleo (presenza inabili, vedovi, orfani ecc. ecc.) <ul style="list-style-type: none"> 13 tipologie diverse: ca. 150 tabelle complessive importi che possono variare da 20 € a 2.000 e + € al mese | <p>Esempio: Nucleo familiare con:</p> <ul style="list-style-type: none"> marito titolare di VO/Com (ex lavoratore autonomo) la moglie di Vo (ex lavoratrice dipendente) <p>Se il marito percepisce l'assegno familiare potrebbe essere conveniente rinunciare all'AF e far chiedere l'ANF alla moglie.</p> <p>L'ANF è di importo più alto.</p> <p>Si possono recuperare fino a 5 anni di arretrati</p> |
| <p>A.F = viene concesso sulle pensioni liquidate dalle gestioni dei lavoratori autonomi (art. comm. Coltivatori diretti) ed è legato:</p> <ul style="list-style-type: none"> Al n° dei componenti il nucleo familiare a carico del richiedente Non si deve superare una soglia di reddito <p>Viene erogato in misura fissa pari a 10,21 € per ogni persona a carico</p> | | |

Quattordicesima mensilità

Dal 2007 è stata introdotta una mensilità aggiuntiva per le pensioni di basso reddito.

Giornalisticamente è stata impropriamente definita la "quattordicesima mensilità".

Requisiti essenziali per avere diritto a questa mensilità aggiuntiva sono l'aver compiuto i 64 anni di età e non possedere redditi personali al di sopra di un determinato limite; non si contano i redditi del coniuge.

La prestazione è concessa a domanda compilando il modello RED INPS.

| <ul style="list-style-type: none"> Dal 2007 è stata introdotta la 14^a anche sulle pensioni. In realtà si tratta di una maggiorazione sulle pensioni «basse» E' di importo variabile e stabilito a seconda dei contributi versati E' previsto un limite di reddito personale non si conta il reddito del coniuge Età = 64 anni | <p>Anno 2013</p> <p>Limite di reddito personale = 9.660,89 € annui</p> <p>Pari a 743,15 € mensili</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="3">Avanti diritto e modalità di erogazione del beneficio</th> </tr> <tr> <th>Lavoratori dipendenti (anni di contribuzione)</th> <th>Lavoratori autonomi (anni di contribuzione)</th> <th>Somma aggiuntiva</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Rino a 25</td> <td>Fino a 28</td> <td>336 €</td> </tr> <tr> <td>Sopra i 25 e fino a 28</td> <td>Sopra i 28 e fino a 28</td> <td>420 €</td> </tr> <tr> <td>Oltre i 25</td> <td>Oltre i 28</td> <td>504 €</td> </tr> </tbody> </table> | Avanti diritto e modalità di erogazione del beneficio | | | Lavoratori dipendenti (anni di contribuzione) | Lavoratori autonomi (anni di contribuzione) | Somma aggiuntiva | Rino a 25 | Fino a 28 | 336 € | Sopra i 25 e fino a 28 | Sopra i 28 e fino a 28 | 420 € | Oltre i 25 | Oltre i 28 | 504 € | <p>I redditi rilevanti sono quelli di seguito elencati:</p> <p>Redditi da pensione, comprese quelle erogate da Stati esteri</p> <p>Redditi di lavoro dipendente e assimilati</p> <p>Redditi di lavoro autonomo, professionale, parasubordinato e d'impresa in Italia e all'estero</p> <p>Interessi bancari, postali, BOT, CCT titoli di Stato, proventi di quote di investimento, vincite al lotto e lotterie</p> <p>Redditi di partecipazione in società e imprese</p> <p>Redditi di terreni e fabbricati in Italia e all'estero (esclusa la casa di abitazione)</p> <p>Altri redditi assoggettabili all'IRPEF</p> <p>Rendite vitalizie o a tempo determinato costituite a titolo oneroso in Italia e all'estero</p> <p>Altri redditi non assoggettabili all'IRPEF</p> <p>Prestazioni assistenziali in danaro erogate dallo Stato o altri Enti pubblici o Stati esteri</p> <p>Ammontare dell'IRPEF pagata nell'anno in relazione ai redditi indicati in precedenza</p> <p>Lavoro dipendente prestato all'estero</p> <p>Quote di pensione trattenute dal datore di lavoro</p> <p>Assegno di mantenimento corrisposto dal coniuge separato</p> <p>Redditi da capitali prodotti all'estero</p> |
|---|---|---|--|--|---|---|------------------|-----------|-----------|-------|------------------------|------------------------|-------|------------|------------|-------|---|
| Avanti diritto e modalità di erogazione del beneficio | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Lavoratori dipendenti (anni di contribuzione) | Lavoratori autonomi (anni di contribuzione) | Somma aggiuntiva | | | | | | | | | | | | | | | |
| Rino a 25 | Fino a 28 | 336 € | | | | | | | | | | | | | | | |
| Sopra i 25 e fino a 28 | Sopra i 28 e fino a 28 | 420 € | | | | | | | | | | | | | | | |
| Oltre i 25 | Oltre i 28 | 504 € | | | | | | | | | | | | | | | |
| <p>con la sola esclusione dei redditi derivanti:</p> <ul style="list-style-type: none"> dalla rendita della casa di abitazione; dalla percezione degli assegni al nucleo familiare da indennità di accompagnamento da redditi derivanti dal pagamento dei trattamenti di fine rapporto di lavoro da redditi soggetti a tassazione separata. | <ul style="list-style-type: none"> La richiesta va fatta all'INPS compilando il modello RED; Basta fare la domanda al compimento del 64° anno di età; Si deve presentare poi il modello RED tutti gli anni successivi; La 14^a viene generalmente pagata a luglio salvo nei casi di compimento dei 64 anni in data successiva; | <ul style="list-style-type: none"> Se il soggetto è titolare solo di pensione ai superstiti, l'anzianità contributiva complessiva è computata al 60 % Se il limite di reddito è superato di poco c'è un meccanismo di compensazione | | | | | | | | | | | | | | | |

Maggiorazioni sociali

La legge prevede alcune maggiorazioni sociali.

Per aver diritto a queste maggiorazioni bisogna rispettare limiti di età che variano a seconda delle pensioni e limiti reddituali.

A differenza della "mensilità aggiuntiva o quattordicesima" in questo caso si tiene conto anche del reddito dell'eventuale coniuge

La normativa prevede una **maggiorazione sociale** della pensione, nel caso in cui il cittadino non possieda redditi o ne disponga in misura limitatissima. Dal 1° gennaio 2002, la Finanziaria ha stabilito un incremento di tale maggiorazione, così da garantire un reddito pari a **516,46 euro** al mese per tredici mensilità.

Nel 2013 la maggiorazione è pari a 136,44 € che aggiunta al T.M. porta ad un importo di 631,87 €.

Limiti di reddito anno 2013

- Personale = 8,214,31 €
- Coniugale = 13,964,21 €

Limiti di età

- 60 anni per inabili
- 70 anni per tutti gli altri
- Da 65 a 70 a seconda degli anni di contributi versati secondo la tabella seguente:

Tabella riduzione età

| settimane di contribuzione | anni di riduzione età | Età dalla quale spetta l'aumento |
|----------------------------|-----------------------|----------------------------------|
| Totale 120 | 0 | 65 |
| Da 120 fino a 100 | 1 | 66 |
| Da 100 fino a 80 | 2 | 67 |
| Da 80 fino a 60 | 3 | 68 |
| Da 60 fino a 40 | 4 | 69 |
| Da 40 fino a 20 | 5 | 70 |
| Da 20 fino a 0 | 6 | 71 |

Per ottenere la maggiorazione sociale si deve presentare all'INPS il modello RED.

Detrazioni fiscali

Sulle pensioni si ha diritto a godere delle "detrazioni fiscali".

Le detrazioni sono "tasse che non si pagano".

Per ogni persona fiscalmente a carico spetta una detrazione (tasse che non si pagano).

- Limite di reddito per essere considerati a carico fiscalmente = 2.840,51 €
- Richiesta la convivenza
- Chi può essere considerato a carico?

- il coniuge convivente
- il coniuge legalmente ed effettivamente separato;
- i discendenti dei figli;
- i genitori (compresi i genitori naturali e quelli adottivi);
- i generi e le nuore;
- il suocero e la suocera;
- i fratelli e le sorelle, anche unilaterali;
- i nonni e le nonne (compresi quelli naturali).

- L'importo della detrazione varia a seconda della persona a carico e del reddito imponibile
- Controllare che sulla pensione vi siano, se il caso, le detrazioni per familiari a carico
- Generalmente tutto si sistema in sede di dichiarazione dei redditi (per chi è tenuto a farla)

Pensioni no

La riforma delle pensioni introdotta dalla legge n° 214/2011, la cosiddetta "riforma Fornero", ha cambiato radicalmente il sistema pensionistico introducendo un allungamento dell'età di vecchiaia per aver diritto alla pensione e, in alternativa, per le pensioni anticipate ha fissato in più di quarant'anni di contributi il limite minimo per poter richiedere la pensione svincolata dall'età.

La riforma ha inoltre introdotto il sistema di calcolo contributivo per tutti per la contribuzione versata dal 2012 in poi.

Maggiormente penalizzate da questo nuovo sistema sono le donne.

- La riforma Fornero ha allungato l'attesa della pensione di vecchiaia innalzando l'età pensionabile a 67 anni per l'uomo e per la donna.
- Per la donna l'innalzamento è graduale ma più pesante;
- L'uomo di fatto accedeva alla pensione di vecchiaia già a 66 anni

Anni di nascita 1952-1954
Pensione anticipata donna nuove norme Decreto Miur

| Età nascita | Contribuzione età pensionabile | Età |
|-------------|--------------------------------|-------------------|
| 1952 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1953 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1954 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1955 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1956 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1957 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1958 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1959 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1960 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1961 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1962 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1963 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1964 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1965 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1966 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1967 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1968 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1969 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1970 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1971 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1972 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1973 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1974 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1975 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1976 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1977 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1978 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1979 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1980 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1981 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1982 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1983 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1984 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1985 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1986 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1987 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1988 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1989 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1990 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1991 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1992 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1993 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1994 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1995 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1996 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1997 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1998 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 1999 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2000 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2001 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2002 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2003 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2004 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2005 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2006 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2007 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2008 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2009 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2010 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2011 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2012 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2013 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2014 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2015 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2016 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2017 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2018 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2019 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2020 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2021 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2022 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2023 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2024 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2025 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2026 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2027 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2028 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2029 | 40 | 60 anni e 10 mesi |
| 2030 | 40 | 60 anni e 10 mesi |

- La riforma Fornero non ha fatto alcuna differenza tra chi stava lavorando e chi invece era senza lavoro.
- Penalizzate soprattutto le donne

Pensioni forse...

Il problema tocca soprattutto ai più giovani.

I giovani andranno in pensione sempre più tardi e con pensioni di importo più basso.

L'unica possibilità concreta al di là di un risparmio personale difficile da metter in atto è quello di attivare il , cosiddetto, "secondo pilastro" o meglio la previdenza complementare.

| | | |
|--|---|--|
| <p>Sistemi di calcolo delle pensioni</p> <p><u>Retributivo:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Tiene conto della media delle retribuzioni percepite/ redditi dichiarati negli ultimi anni di lavoro <p><u>Contributivo:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Si basa sulla sommatoria di tutti i contributi versati con una rivalutazione nel tempo | <p>Differenza tra i due sistemi:</p> <ul style="list-style-type: none">• A parità di contributi versati il sistema contributivo garantisce un trattamento pensionistico inferiore del 25/30 % rispetto a quello retributivo | <p>Cosa è possibile fare??</p> <p>Pensare sin dall'inizio dell'attività lavorativa ad una forma di previdenza complementare aderendo ad un fondo:</p> <ul style="list-style-type: none">• Fondi chiusi = contrattuali• Fondi aperti = compagnie private di assicurazione• Piani di previdenza individuali = assicurazioni |
| <p>Fondi chiusi</p> <p><u>Vantaggi</u></p> <ul style="list-style-type: none">• si ha il contributo del datore di lavoro• molto controllati - si rischia poco <p><u>Svantaggi</u></p> <ul style="list-style-type: none">• rendimento sicuro ma abbastanza limitato• Si deve lasciare al fondo il TFR | <p>Fondi aperti</p> <p><u>Vantaggi</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Maggior possibilità di scelta• Rendimenti più elevati ma più a rischio• Non si deve necessariamente versare il TFR <p><u>Svantaggi</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Rischi sul rendimento• Si deve lasciare al fondo il TFR | <p>Piani di previdenza individuali</p> <ul style="list-style-type: none">• Gestiti esclusivamente dalle assicurazioni• Rapporto fiduciario con l'assicuratore• Molte possibilità di scelta del piano individuale |



Riusciranno i nostri giovani a vivere serenamente quando andranno in pensione?

Commemorare i defunti?

Come cambia il lutto. Usi, costumi e tradizioni funerarie da tutto il mondo

25 ottobre 2013

Graziano Pelizzaro



La morte fa paura. Anche il solo parlarne da fastidio. In genere non se ne parla volentieri, quasi che il solo parlarne equivalga ad evocarla. Forse perchè ogni giorno la cronaca ed i media ci propinano immagini e notizie di morte, che inevitabilmente generano una pietà istintiva, che ci richiedono uno sforzo emotivo di cui faremmo volentieri a meno.

Magari alcune volte si riesce a parlarne senza sentirci emotivamente coianvolti, ma solamente in alcuni contesti. Quando se ne parla in termini scientifici, come conseguenza ineluttabile delle malattie, oppure in un contesto di ironia e di paradosso, nelle barzellette. Ma prima o poi tutti siamo costretti a confrontarci con la morte, non tanto perchè non siamo immortali, quanto per il fatto che ciascuno di noi ha purtroppo avuto modo di incrociarla.

E quando la morte ci coinvolge emotivamente, più o meno intensamente, allora possiamo parlare di lutto.

Un tempo il lutto si manifestava

non solo come condizione interiore, ma si associava ad atteggiamenti ed espressioni esteriori. Si avvertiva il bisogno di partecipare i propri sentimenti alla comunità in cui si viveva.

Se vogliamo, anche oggi, pur se certi segni esteriori sono venuti meno, la condivisione del lutto con gli altri componenti della famiglia, della cerchia delle amicizie e conoscenze.

Questa condivisione del venir meno di un componente del

gruppo sociale è presente un po' in tutte le culture del mondo, pur con qualche eccezione, come nel caso degli Inuit nella regione artica.

Senza voler arrivare a scomodare gli esquimesi o le tribù dell'Amazzonia ed i riti funebri primordiali di quest'ultimi, venendo a popolazioni più vicine a noi, forse ci risultano più familiari le orazioni funebri che talvolta vediamo nei film o telefilm americani.



Cimitero di Saint Peter (Val Gardena)

Sale del commiato, o funeral home, più o meno grandi, più o meno sontuose, dove si tengono cerimonie caratterizzate da orazioni funebri, espressioni di commiato per il caro estinto.

Quasi sempre, in tutto il mondo, nelle orazioni come nei commenti, della persona defunta vengono esaltate solo le doti positive. E questo non va preso come espressioni di circostanza, quasi di ipocrisia, ma secondo alcuni studiosi ha radici antiche, che si riscontrano ancora in alcuni popoli poco evoluti. Il ricordare del defunto solo la buone azioni equivale a conservare attorno al defunto solo gli spiriti buoni, positivi, allontanando da lui e dalla sua casa gli spiriti negativi.

La casa: anche il morire a casa, nel proprio letto, era un sentimento che oggi si va affievolendo.

Oggi buona parte dei decessi avvengono in ospedale e fino a qualche tempo fa chi moriva in ospedale poteva essere portato a casa solo a cassa chiusa. Le esequie potevano svolgersi nelle camere mortuarie dell'ospedale, spesso fredde e impersonali, poco adatte al raccoglimento ed alla pietà.

Da qualche anno anche la legge regionale lombarda permette di portare a casa il caro estinto ancora a cassa aperta, così che possa ricevere la visita ed il commiato di amici e parenti in un ambiente familiare più confacente.

Nello stesso tempo è possibile anche portare il defunto in nuove strutture denominate "sale del commiato" o case funerarie. Ne stanno sorgendo un po' ovunque in Italia, ma una delle primissime ce l'abbiamo vicina, a Castiglione delle Stiviere, presso le O. F. Marchetti.

La scelta di celebrare le esequie presso la sala del commiato

non risponde solo ad esigenze logistiche, ma anche ad una nuova cultura e ad un nuovo e diverso approccio al lutto, garantendo spazi, accoglienza ed assistenza adeguati al particolare momento.

Da noi la celebrazione delle esequie mantiene ancora differenziazioni territoriali, specie tra Nord e Sud, ma anche tra città e campagna. Lentamente, ma sempre più, il lutto diventa una questione privata, sta lentamente perdendo la sua componente collettiva.

Basta guardare alcuni funerali che si tengono nelle città, dove il corteo funebre è composto dai familiari, qualche conoscente e poco più.

Laddove invece la funzione di commiato vede una partecipazione numerosa, il lutto è riservato ai pochi intimi, mentre i più vi partecipano quasi per dovere sociale.

Ma l'evoluzione del lutto si manifesta in tanti modi. Basti guardare i carri funebri. Una volta erano carri trainati da cavalli, oggi è più appropriato chiamarle autofunebri, anzi, fuoriserie funebri. D'altronde, vuoi mettere l'emozione di fare l'ultimo viaggio al cimitero con

una Rolls Royce?

Già, i cimiteri. Furono imposti da Napoleone Buonaparte, che li volle lontani dall'abitato.

Ancora oggi i cimiteri sono in genere contornati da un'area di rispetto, ma non dappertutto è così, specie dove non arrivò Napoleone. In Alto Adige, come in molte città straniere sono presenti cimiteri urbani, addossati alle chiese ed alle case.

Ben presto i cimiteri divennero luogo privilegiato dove si realizza la memoria collettiva che trova la sua massima espressione nella Giornata dei Defunti.

La commemorazione di tutti i defunti risale al principio dell'XI secolo quando venne istituita dall'abate di Cluny, Odilone, che la fissò al 2 novembre collegandola alle festa di tutti i santi del giorno precedente. L'usanza si diffuse subito in Europa e poi in Italia, nel secolo successivo. Il 2 novembre divenne così il giorno della pietà e i cristiani lo dedicarono alla visita dei cimiteri, e il mese di novembre al suffragio delle anime. I cimiteri con le tombe ornate da fiori e lumini divennero un momentaneo centro di



Sala del Commiato di O.F. Marchetti - Castiglione delle Stiviere (esterno)



New York : cimitero annesso a Trinity Church, di fronte a Wall Street

ritrovo per parenti e amici che tristemente sospiravano sulla figura del caro estinto. Ora lo sono sempre meno.

Staprendendo sempre più piede la scelta della cremazione e, di conseguenza, l'affidamento dell'urna cineraria. Possibile, ma meno praticata da noi, la dispersione delle ceneri.

Tutto questo contribuisce a diminuire la frequentazione dei cimiteri.

Con diverse modalità, ma in genere quelle scelte devono essere espresse dal defunto, quand'era in vita. Per quanto riguarda la cremazione e l'affidamento dell'urna cineraria ad un familiare, è possibile manifestare la propria volontà sia nella forma scritta, come il testamento o l'iscrizione ad associazione cremazionista, sia nella forma

verbale, cioè basta lasciarlo detto ai propri familiari.

Per la dispersione, invece, la legge regionale lombarda esige che il defunto abbia manifestato questa scelta per iscritto.

Il defunto deve indicare anche dove vuole che le sue ceneri siano disperse e chi le deve disperdere.

La dispersione può avvenire in una apposita area all'interno del cimitero oppure in natura, sia in aree pubbliche che private, purchè al di fuori del centro abitato. Per le aree private è necessario il consenso, gratuito, del proprietario dell'area.

La Chiesa cattolica sin dal 1968 ha ammesso la cremazione, ma oggi è fortemente critica sulla conservazione delle ceneri a casa e ancor di più sulla loro dispersione.

La dispersione o l'affidamento a un'unica persona sottraggono il defunto al ricordo della comunità, a un gruppo di persone con cui è entrato in relazione nel corso della vita.

Se la dispersione delle ceneri in genere risponde ad una precisa e rispettabile scelta culturale, in genere laica, l'affidamento all'urna cineraria si sta rivelando come una scelta discutibile, che rasenta l'egoismo, dal momento che impedisce o limita l'accesso a coloro che vorrebbero esercitare il loro lutto con la visita al caro estinto, costringendoli a sottostare alla volontà e disponibilità dell'affidatario.

Alcuni Paesi, ma sarebbe meglio dire alcune confessioni religiose, non ammettono la cremazione e, di conseguenza nemmeno si pone il problema della dispersione.

Tra queste ricordiamo la religione cristiana ortodossa, così come la dottrina islamica. Per l'Islam, il corpo non è tuo,

è di Allah, quindi non puoi farne quello che vuoi.

Per quanto riguarda il rito funebre, gli islamici praticano solo la sepoltura in terra ed il seppellimento col solo lenzuolo.

Il rito funebre protestante di solito si svolge in modo molto semplice, non esiste il sacramento dell'estrema unzione né il culto dei morti, per cui non si celebrano funzioni di suffragio dopo un certo periodo dalla morte.

Per quanto riguarda i Rom, il funerale viene eseguito secondo le credenze del gruppo di appartenenza; ci sono Rom musulmani, ortodossi, evangelici, non è presente un rito specifico. In genere il funerale viene eseguito tre giorni dopo la morte. L'espressione del dolore non è affatto limitata, non c'è timore a dar libero sfogo a tutta la sofferenza con pianti ed urla.

Ogni comunità ebraica ha una propria società di sepoltura che si occupa di preparare il corpo e assisterlo fino al momento della sepoltura. Un gruppo di donne si occupa del corpo di una donna, un gruppo di uomini di quello di un uomo. Far parte di questa società è considerato un grande onore dal momento che è un servizio non retribuito.

Il defunto non può essere mai lasciato solo fino al momento della sepoltura, è una forma di rispetto mentre passa da questo mondo all'altro. Gli occhi e la bocca devono essere chiusi e un foglio viene messo sul suo volto, i suoi piedi vanno posizionati di fronte alla porta.

In conclusione, si può dire che anche per il lutto... tutto il mondo è paese.

Indice

| | | |
|------------------------------|--|---------|
| Michele Galli | La sicurezza in casa | Pag. 4 |
| Dr. Elodio Perani | Come invecchiare bene con la mente | Pag. 8 |
| Prof. Giovanni Zangobbi | Storia risorgimentale dell'Alto Mantovano | Pag. 11 |
| Prof.ssa Donatella Lusenti | Allestimento e preparazione della tavola | Pag. 15 |
| Rag. Daniele Guerra | Conoscere la propria provincia | Pag. 18 |
| Dott.ssa Mariavittoria Spina | Astri e civiltà: conoscere il firmamento | Pag. 24 |
| Paolo Zani | Pensioni sì, pensioni no, pensioni forse | Pag. 27 |
| Graziano Pelizzaro | Commemorare i defunti? | Pag. 32 |

