

Il Giornale del Sud

Organo d'informazione dell'Università della Terza Età di Messina



"La Vucciria" di Renato Guttuso

DIRETTORE RESPONSABILE

Nino Bisazza

DIRETTORE EDITORIALE

Basilio Maniaci

COMITATO di REDAZIONE

Lorenza Mazzeo,

Nino Genovese, Michele Palamara,

Grazia Alibrandi, Grazia Arena,

Giuseppa Armeri, Candida Carteri,

Carmen Carteri, Ella Imbalzano,

Paola Lucchesi, don Antonio Meli,

Antonino Micali, Salvatore Musumeci,

Orazio Nastasi, Rosalinda Panarello,

Teresa Passaniti, Arduino Pluchino,

Giovanni Prestopino, Antonina Rianò,

Teresa Rizzo, Antonio Romeo,

Santa Schepis, Giovanna Sciabà,

Maria Urbino, Antonino Algeri, Rita Amato,

Giusy De Francesco Casagrande

COMITATO SCIENTIFICO**I Docenti Universitari**

Giuseppe Amoroso - Giuseppe Campione

Giovanna Coppola - Rosita Guardiola

Rosamaria Lentini - Giovanni Moschella

Vittorio Nicita Mauro - Giuseppe Rando

Il Prefetto Emerito

Giancarlo Ingraio

Il Critico e Storico del cinema

Nino Genovese

Il Garante del lettore

Corrado Carretti

Membri di diritto

Il Presidente dell'UNITRE

con facoltà di delega

Responsabili del progetto Grafico

Antonino Famà

Teresa Rosaria Molica Colella

Editrice UNITRE MESSINA

Reg. Tribunale Messina n° 1/2014

dell'8/01/2014

Stampa Grafiche Scuderi s.a.s.

Sommario

L'Editoriale sul Presidente della Repubblica

di **Giovanni Moschella** - *Ordinario istituzioni Diritto Pubblico - Università di Messina* pag. 3Nutrire la mente per nutrire la vita - di **Basilio Maniaci** - *Presidente Unitre di Messina* pag. 4L'ospite d'onore: Francesco, il Papa venuto da lontano - di **Nino Bisazza** pag. 5La storia infinita del Porto di Tremestieri - di **Michele Limosani** - *Pro Rettore - Univ. di Messina* pag. 6Testimonianze ebraiche a Messina - di **Franco Chillemi** - *Magistrato Storico dell'arte* pag. 7

Un ricettario medico inedito della Messina garibaldina

di **Rosa M. Lentini** - *Docente di Storia della Medicina - Policlinico "Gaetano Martino"* pag. 8L'impegno del Rettore Pietro Navarra - di **Giacomo Pace Gravina** *Delegato del Rettore Univ Me* pag. 9La città di Messina all'EXPO di Milano - di **Michele Palamara** - *Architetto* pag. 10La terza età va vissuta impegnandosi - **Maria Urbino** - *Segretaria Unitre di Messina* pag. 10Vivi il cibo e ascolta chi urla per fame di **Corrado Carretti** - *Primario Emerito Medicina* pag. 11

Importanza dell'invecchiamento attivo in una Italia sempre più longeva

di **Vittorio Nicita Mauro** - *Geriatra Messina* pag. 12L'Università della Terza Età sta con EXPO - di **Andrea Smith** - *Direttore Comunicazione Provv.* pag. 13Tutte le strade portano in Lombardina - di **Assuntina Licata** - *Socio-studente* pag. 13Milano rappresenta la rinascita del nostro tempo - di **Teresa Rizzo** - *Direttrice Corsi Unitre* pag. 14Le massaie come preparavano il pane in casa - di **Nino Algeri** - *Socio-studente* pag. 15Messinesi di ieri e di oggi - a cura della **Redazione** pag. 16Angelo Falzea - di **Raffaele Tommasini** - *Civilista Università di Messina* pag. 17La cipolla - **Rosaria Mantineo** - *Socio-studente* pag. 18Il carrello della spesa - **Silvia Morgante** - *Socio-studente* pag. 18Il pranzo di Ferragosto - **Nicola Miller** - *Socio-studente* pag. 18Il Miele dono celeste e cibo degli dei - del Professore **Antonino Micali** pag. 19La tematica della fame nel cinema italiano - di **Nino Genovese** - *Critico e storico del Cinema* pag. 20Sofia Loren ha nel cuore Papa Francesco - di **Domenico Bisazza** pag. 21La sfida dell'uomo per una vita migliore - di **Pino De Lorenzo** - *Socio-studente* pag. 22Note dolenti di una città da recuperare - **Rita Amato** - *Socio-studente* pag. 22Lettere al giornale a cura - di **Giusy De Francesco Casagrande** - *Socio-studente* pag. 23Zibaldone - di **Domenico Ferraro** - *Socio-studente* pag. 23Nella Capitale dell'industria lavoro per i giovani - di **Laura Labocetta** - *Socio-studente* pag. 23**CONSIGLIO DIRETTIVO UNITRE****Presidente:** Basilio Maniaci**Vice Presidente Vicario:** Nino Bisazza**Vice Presidente:** Santa Schepis**Direttrice dei Corsi:** Teresa Rizzo**Consiglieri:** Corrado Carretti, Antonino Micali, Vittorio Nicita Mauro**Segretaria:** Maria Urbino**Tesoriere:** Mario Falletti**Revisori:** Antonino De Francisci, Marisa Passaniti, Giovanni Prestopino**Rappresentanti degli Studenti:** Nino Algeri, Rita Amato, Giusy De Francesco Casagrande**Rapporti Esterni:** Andrea Smith**5 X MILLE**

Codice Fiscale dell'Unitre di Messina:

97107240836

Editoriale

La figura del Presidente della Repubblica nella prospettiva della riforma costituzionale



Il Presidente della Repubblica
Sergio Mattarella

La recente elezione di Sergio Mattarella alla Presidenza della Repubblica, avvenuta a maggioranza di quasi due terzi dei voti, ripropone al centro della riflessione non solo giuridica, ma anche politica e istituzionale, la figura del Capo dello Stato nell'ambito della forma di governo italiana. Sebbene la Carta del 1948 delinei con precisione poteri e compiti del Presidente, nel quadro della funzione ad esso attribuitagli di rappresentante dell'unità nazionale e di garante della Costituzione, il suo ruolo, nel corso dell'esperienza repubblicana, si è configurato e modulato diversamente, a seconda delle condizioni storiche, l'equilibrio del sistema politico-partitico, il rapporto tra poteri costituzionali e, last but not least, la stessa personalità dei diversi Presidenti.

Così, se i primi mandati presidenziali si sono caratterizzati per un profilo quasi notarile, che hanno consolidato la posizione del Presidente quale organo espressione di un "potere neutro", che non concorre alla definizione dell'indirizzo politico, successivamente si è assistito ad una funzione di supplenza e alla trasformazione non sempre costante, ma progressiva della figura del Capo del-

lo Stato che ne ha esaltato, soprattutto nelle fasi più gravi di crisi del sistema politico-istituzionale, il ruolo di organo garante della Costituzione e dell'unità nazionale.

Tale centralità della figura del Presidente della Repubblica è emersa in particolare durante i due mandati di Giorgio Napolitano che, nella fase più acuta della crisi economico-finanziaria e di delegittimazione delle istituzioni politiche e rappresentative, ha costituito il punto di riferimento più alto e il centro di propulsione dell'intero sistema politico-costituzionale, garantendo l'Italia a livello internazionale e dando un contributo determinante alla stabilità del nostro Paese. Tuttavia, non può sottacersi, come tale tendenza abbia per certi versi modificato la configurazione della forma di governo parlamentare segnando, sul piano della "Costituzione materiale", l'introduzione di alcuni elementi di stampo presidenzialista, tanto da indurre alcuni osservatori a parlare, forse con toni esagerati, di "monarchia repubblicana".

L'elezione del nuovo Presidente della Repubblica può segnare senza dubbio una soluzione di continuità rispetto al modello prevalso negli ultimi anni, anche se al momento non appare chiaro quale può essere la possibile direzione.

Certamente l'ascesa al Quirinale di un siciliano come Sergio Mattarella, in ragione della sua storia politica e personale, garantirà un altissimo livello di autorevolezza e prestigio alla Presidenza della Repubblica, contribuendo - come è emerso anche dal discorso di insediamento innanzi al Parlamento in seduta comune - a porre al centro dell'attenzione un rinnovato e più efficace impegno dello Stato per affrontare la questione meridionale, la lotta alla criminalità mafiosa ed alla corruzione, la riforma dell'assetto costituzionale. Tuttavia, da un lato, la maggiore stabilità del quadro politico e dell'Esecutivo, il miglioramento della situazione economica e finanziaria a livello internazionale, dovrebbero favorire, in sintonia forse con la stessa indole del Presidente Mattarella, un ri-

torno ad un profilo più istituzionale e meno interventista della Presidenza della Repubblica, nell'alveo di una più stretta interpretazione della previsione costituzionale.

Dall'altro, la combinazione dei contenuti del progetto di riforma del sistema elettorale e di quello di riforma costituzionale, entrambi in fase di definitiva approvazione da parte del Parlamento, ridisegna la forma di governo incentran-

*Un Presidente che
assicura autorevolezza,
prestigio e un corretto
funzionamento del
sistema politico
istituzionale, secondo
la volontà popolare*

dola sul ruolo del Governo e della maggioranza parlamentare che, privando di fatto il Capo dello Stato del potere di nomina del Presidente del Consiglio e del Governo, nonché di quello di scioglimento delle Camere, rischia di svuotarne il ruolo, fino a svilirne la funzione più rilevante ed insostituibile riconosciutagli in Assemblea Costituente, quella di impulso e di regolazione del corretto funzionamento del sistema politico-costituzionale in uniformità alla volontà popolare.



IL PROGETTO DELL'UNITREXPO 2015

"NUTRIRE LA MENTE PER NUTRIRE LA VITA"



Prof. Gustavo Cuccini
Presidente Unitre Nazionale

Il tema della mostra internazionale Expo 2015 di Milano, che ha per titolo "Nutrire il Pianeta: Energie per la vita", pone al centro dell'attenzione, senz'altro, un problema che sta rischiando di tramutarsi in un'emergenza per il genere umano. La popolazione mondiale e l'inquinamento della terra sono in continuo aumento. Si stanno riducendo le possibilità di produrre il cibo necessario al fabbisogno dell'umanità intera. I 184 giorni (dall'1 maggio al 31 ottobre) dell'Expo di Milano, pertanto, dovrebbero rappresentare l'occasione giusta perché tutte le Nazioni, e ogni singola persona, ci si riunisca per prendere coscienza dei rischi che minacciano il nostro pianeta e si programmino le necessarie misure da mettere in atto per la salvaguardia della natura e per la costruzione di una filiera alimentare in grado di raggiungere tutti gli abitanti del mondo, in particolare le fasce più esposte: bambini, anziani, poveri. L'Expo di Milano, sicuramente, sarà un evento destinato a richiamare decine di milioni di persone in terra meneghina, e i cui stand molte Nazioni si contenderanno a suon di grosse cifre, per esporre i loro prodotti alimentari "made in China", "made in Italy", "made in Sicily", etc. stante le grosse aspettative che esso riesce a generare. Data l'ubiquità mediatica e la logica del profitto ad ogni costo che, ormai, ci omologano a un conformismo generale che ci fa essere altri da noi, può darsi che alla fine le conclusioni si trarranno, in misura saliente, sul numero dei visitatori e sul vo-

lume degli affari che gli espositori riusciranno a portare a casa dall'esposizione delle loro "eccellenze". Per questo motivo l'Università della Terza Età di Messina – che condivide il tema ufficiale dell'Expo di Milano e, ancor di più, si rispecchia nel Progetto UnitreXpo 2015 "Nutrire la mente per nutrire la vita: Alimentazione della Cultura e Cultura dell'Alimentazione" lanciato dall'Associazione nazionale delle Unitre con la pubblicazione contestuale del libro "Il pasto giusto" di notevole levatura scientifica –, ha deciso di dedicare all'argomento un numero intero del suo organo d'informazione che è "Il Giornale del Sud". L'Unitre già sin dal lontano 1975, anno della sua fondazione ad opera della Presidente onoraria Irma Maria Re, si ritrova sostanzialmente impegnata a "educare, formare, informare, fare prevenzione nell'ottica di una educazione permanente, ricorrente e rinnovata per un benessere e invec-



Irma Maria Re
Presidente Onoraria Unitre Nazionale

chiamento attivo", così come recita l'art. 2 del suo Statuto. Si può dire, quindi, che c'è una perfetta specularità tra la vocazione sociale dell'Unitre che si prefigge di educare gli anziani a una corretta nutrizione per un benessere e invecchiamento attivo con il tema dell'alimentazione compatibile che l'Expo 2015 intende divulgare. In armonia con le suddette considerazioni, di conseguenza, abbiamo scelto di dedicare la copertina del nostro giornale alla "cultura dell'alimentazione", delegando il compito di veicolare tale messaggio al celebre dipinto "La Vucciria" del pittore bagherese Renato Guttuso, che, come

si sa, sarà presente all'Expo 2015 sia in versione originale e sia in quella digitale, e raffigura circa ottanta alimenti sicilianissimi, che vanno dalle rossissime arance della Sicilia ai messinesissimi pescispada che si pescano nello Stretto di Messina. Mentre, all'interno, saranno ospitati saggi di Soci-docenti e Soci-studenti dell'Unitre ed altri partner prestigiosi, ciascuno dei quali tratterà aspetti diversi dell'"alimentazione della cultura". "Nutrire la mente per nutrire la vita", infatti, ci sembra il percorso più idoneo da seguire nella ricerca di un rapporto dialettico equilibrato con i beni della Terra. Una terra da addomesticare e far fruttificare soprattutto secondo le indicazioni dei grandi studiosi di botanica del passato, quali, per esempio, i messinesi Pietro Castelli, Marcello Malpighi, Pietro Cuppari. Quest'ultimo, in particolar modo, si distinse per aver sostenuto all'interno della scienza agraria una netta differenza tra "scienza" e "arte": "mentre l'arte è strettamente legata alla tradizione e all'esperienza diretta, la scienza, sulla base dello studio dei fatti, guida a trovare quelle proporzioni le quali ... abilitano in altri casi particolari a dedurre dal visto il non veduto". Un po' simile al pensiero del neo presidente dell'Associazione nazionale delle Unitre, Gustavo Cuccini, il quale nelle sue proposte per un programma di rinnovamento dell'Unitre, ha scritto: "Dobbiamo fortemente ripensare il concetto di educazione permanente, ricorrente e rinnovata all'interno delle Unitre... per una cultura di valori anche etici che si sostituiscano ai valori, spesso effimeri, proposti come unici dai modelli ricorrenti e di moda. E' necessario recuperare il passato mediante la memoria e la citazione, progettare il futuro con la speranza assistita dalla sana conoscenza del passato".



Basilio Maniaci

L'ospite d'onore

Il 266. Vescovo di Roma

FRANCESCO, IL PAPA VENUTO DA LONTANO

CHE IL SIGNORE LO BENEDICA E LA MADONNA LO CUSTODISCA NEL CAMMINO

DI FRATELLANZA, DI AMORE, DI PACE TRA I POPOLI

La sera del 13 marzo 2013, al quinto scrutinio, Jorge Mario Bergoglio viene eletto Papa assumendo il nome di Francesco in onore di S. Francesco d'Assisi. E' il primo gesuita a diventare Papa ed il primo Pontefice proveniente dal continente americano, nonché extraeuropeo dai tempi di Gregorio III. Nel suo primo discorso pubblico, come Papa, dopo aver salutato la folla in piazza S. Pietro, con un inaspettato, cordiale e semplice "buona sera", ha chiesto di pregare per Benedetto XVI, recitando insieme a tutti i fedeli la preghiera del Padre Nostro, dell'Ave Maria e del Gloria al Padre. Ha quindi espresso il desiderio di pregare anche per lui. Il giorno seguente, Padre Federico Lombardi ha raccontato ai giornalisti che il neo Pontefice, nel ricevere l'omaggio di tutti i Cardinali nella Cappella Sistina, ha preferito stare in piedi piuttosto che utilizzare la poltrona. E' tornato nella Domus Sanctae Marthae sul pulmino con gli altri Cardinali, invece di utilizzare l'automobile papale. Si è poi recato alla Casa del Clero, dove aveva soggiornato nei giorni precedenti al Conclave, ha preso i suoi bagagli e ha voluto pagare il conto. Nel suo primo Angelus ha precisato che, scegliendo il nome del Patrono d'Italia, ha rafforzato il suo legame spirituale con il nostro Paese. Si è infine congedato dai pellegrini con la formula "buona domenica e buon pranzo", che diventerà per questo straordinario Pontefice una costante. Nato in una famiglia d'origine italiana, per l'esattezza piemontese, decide di entrare nel seminario di Villa Devoto nel 1958. Laureatosi in Filosofia a Buenos Aires nel 1963, dopo alcune esperienze d'insegnamento e di un dottorato di ricerca in Germania, ritorna in patria e diventa Confessore della Chiesa Compagnia di Gesù di Cordoba. Nel maggio del 1992 Papa Giovanni Paolo II lo nomina Vescovo ausiliare di Buenos Aires. Dopo la morte del Cardinale Antonio Quarracino diventa primate d'Argentina. Nel febbraio del 2001 Papa Wojtyla lo crea Cardinale. In quest'ultima veste ha confermato il suo stile di grande semplicità. Bergoglio è stato il primo Pontefice ad assumere il nome di France-

sco, scegliendo, dopo 11 secoli, un nome mai utilizzato da un predecessore (se si esclude Giovanni Paolo I, il quale unì i nomi dei due precedenti Papi, Giovanni XXIII e Paolo VI). In questi due anni di pontificato sono stati tanti i temi che Sua Santità ha evidenziato e affrontato: sulle posizioni teologiche, morali, sociali e po-

Papa Francesco



266° papa della Chiesa cattolica



Elezione	13 marzo 2013
Insedimento	19 marzo 2013
Motto	<i>Miserando atque eligendo</i>
Predecessore	papa Benedetto XVI
Nome	Jorge Mario Bergoglio
Nascita	Buenos Aires, 17 dicembre 1936
Firma	

litiche. La teologia della liberazione - l'amministrazione dei Sacramenti - l'aborto - l'eutanasia e pratiche anticoncezionali - le unioni omosessuali - l'ideologia di genere - la povertà e la disuguaglianza economica - una maggiore attenzione verso gli emarginati. Le moderne città sono viste dal Santo Padre come luoghi di scambio, dove i legami di razza, cultura, storia, non sono omogenei e al tempo stesso i diritti civili sono distribuiti in modo diseguale. Per il Papa il cristiano deve

agire da buon cittadino, migliorare la fede e non abbandonare la speranza. Nell'aprile del 2014, Bergoglio, rivolgendosi alla delegazione dell'Ufficio Internazionale Cattolico dell'Infanzia, ha denunciato la pericolosità dell'ideologia di genere, paragonandola ai regimi totalitari del '900. Ha ribadito anche il diritto dei bambini a crescere in una famiglia, con un papà e una mamma capaci di creare un ambiente idoneo al suo sviluppo e alla sua maturazione affettiva. Nel gennaio del 2015, nella conferenza stampa, durante il volo di ritorno dalle Filippine, ha detto: con i bambini e i giovani non si può sperimentare. Non sono cavie da laboratorio. Ciò comporta il diritto e il dovere dei genitori all'educazione morale e religiosa dei propri figli. A febbraio del 2015, in occasione del megaconvegno all'Expo delle idee di Milano, al quale hanno partecipato esponenti e rappresentanti di tutto il mondo, oltre al premier Matteo Renzi e i ministri italiani, papa Francesco ha lanciato un messaggio: occorre avere uno sguardo e un cuore orientati con decisione a risolvere le cause strutturali della povertà. E' necessario passare dalle urgenze alla priorità ed essere testimoni di carità. Basta con l'economia dell'esclusività. Il paradosso dell'abbondanza, secondo Sua Santità, è che c'è cibo per tutti, ma non tutti possono mangiare. Dobbiamo avere, ha concluso il Pontefice, cura di noi stessi, ma anche degli altri e coltivare la terra con tenerezza, giustizia, altruismo, in pace con tutti. Ecco il nostro Papa, l'uomo che, come Francesco d'Assisi, ama i poveri e gli esclusi, e progetta una Chiesa povera per i poveri. Intanto il Santo Padre ha annunciato un Concilio straordinario dall'8 dicembre.



Nino Bisazza

La storia infinita del porto di Tremestieri



La riflessione sulla localizzazione del nuovo approdo a Tremestieri inizia ufficialmente il suo tormentato iter nel maggio del 1999 quando il Sindaco Leonardi costituiva una commissione di esperti con l'obiettivo (ahime ancora attuale!!!) del risanamento dell'ecosistema urbano compromesso dai notevoli flussi di traffico su gomma che attraversavano la città. La Commissione presieduta dal Prof. Misiti, Presidente del Consiglio Superiore dei Lavori Pubblici, e composta da autorevoli esponenti del mondo istituzionale ed universitario nazionale, aveva il compito, tra le altre cose, di individuare il sito in cui realizzare un nuovo approdo per il traghettamento. Le ipotesi localizzative dell'approdo si distribuivano su un vasto arco costiero che dall'abitato di Mili Marina a Sud perveniva a Contrada Guardia a Nord.

La Commissione, in particolare, sottoponeva a valutazione comparativa i siti di Tremestieri, Capo S. Ranieri, Foce del Torrente Annunziata, Contrada Guardia e, dopo attente analisi e considerazioni di natura tecnica, proponeva di separare il traffico gommato pesante da quello leggero e individuava il sito di Tremestieri per il traffico pesante e quello di Annunziata per il traffico leggero.

Per quanto riguarda poi l'individuazione dell'approdo di Tremestieri la Commissione, pur riconoscendo la peculiare struttura del fondale e dei flussi dei sedimenti,

sosteneva che un nuovo approdo potesse essere reso compatibile con il mantenimento della stabilità della costa e con la praticabilità dell'imboccatura (insabbiamento) attraverso accorgimenti progettuali finalizzati alla "cattura" della deriva litoranea. La Commissione, ancora, individuava provvisoriamente nel porto di Reggio Calabria l'attracco corrispondente a quello di Tremestieri, presso il quale suggeriva, comunque, di realizzare opportune migliorie e potenziamenti, in attesa di una collocazione definitiva in zone prossime a quella portuale. Non si trattava tanto, almeno nelle intenzioni della Commissione, della semplice individuazione di un paio di scivoli da realizzare nel porto di Reggio, quanto piuttosto quello di definire e condividere un piano della portualità che fosse in linea con i progetti di sviluppo di Reggio Calabria e soprattutto un progetto legato a considerazioni che riguardavano i nuovi settori dell'economia locale, come quello della logistica, a cui lo studio faceva spesso riferimento. Ora, la questione dell'insabbiamento dell'approdo di Tremestieri è dannatamente attuale. E' ormai evidente che qualcosa in fase di previsione, di studio o di realizzazione non è andata per il verso giusto. Il nuovo porto di Tremestieri, però, si dice, risolverà il problema in modo definitivo. Sono passati 15 anni dall'insediamento della Commissione Misiti e altri 3 ne passeranno per la realizzazione

del completamento dei lavori, ma, alla fine vedremo la luce.

Sulla seconda questione, invece, l'approdo a Reggio, la partita non si è forse mai aperta. Così mentre si pensa a dare attuazione a Tremestieri si corre il rischio, molto concreto a sentire le ultime dichiarazioni dei sindaci di Villa S. Giovanni e di Reggio Calabria, di non completare il sistema con ciò che, alla Commissione sembrava, e per la verità sembra ancora oggi a molti studiosi ed esperti del settore, una soluzione ovvia, efficiente, razionale e cioè quella di considerare Reggio Calabria interfaccia naturale di Tremestieri. Manca ancora, in questa prospettiva, la condivisione di un disegno complessivo di sviluppo e di investimenti tra i due territori, una visione condivisa delle infrastrutture strategiche per quest'area che passa non soltanto per un'intesa tra le due città metropolitane ma soprattutto per le decisioni delle due Regioni, assenti di fatto da troppo tempo sulle questioni che riguardano lo Stretto.



Michele Limosani

Testimonianze ebraiche a Messina

Un'immagine più equilibrata e credibile della Sicilia

Testimonianze ebraiche a Messina è il giusto omaggio a tutti coloro che per secoli hanno affrontato umiliazioni e persecuzioni per affermare la propria libertà di coscienza. La solidarietà, purtroppo ancora non scontata, per martiri della "soluzione finale" che ha travolto milioni di esseri umani con le loro storie personali e centinaia di comunità, al completo, compresi molti discendenti di Ebrei siciliani rastrellati in Grecia, a Trieste e Roma. La necessità di risalire alle origini del profondo malessere che ha minato la coscienza dei Siciliani, spettatori delle feroci persecuzioni perpetrate dalla Santa Inquisizione ai danni dei convertiti all'indomani di quell'antica "soluzione finale", che danneggiò seriamente le coscienze degli Ebrei costretti a convertirsi per sopravvivere e dei cattolici che assistevano allo scempio perpetrato ai danni dei loro concittadini. Queste ed altre potrebbero essere le motivazioni attualizzanti di uno studio sugli Ebrei nel territorio di Messina, sezione rappresentativa della più ampia realtà siciliana. Personalmente non crediamo molto alla necessità di trovare agganci attuali al lavoro di ricerca che deve, semmai, avere una sua logica interna dettata dalla coerente e completa utilizzazione delle fonti scelte come materiale di studio. Tuttavia

non è certo possibile negare che la passione civile abbia motivato in passato importanti ricerche creando addirittura filoni privilegiati di studio. Difficilmente potremmo trovare altra spiegazione per il grande interesse suscitato nell'Ottocento dalla vicenda dei Vespri e da tutta la storiografia su Normanni e Svevi, non immune da mitizzazioni e deformazioni prospettive giustificate dall'intento risorgimentale degli autori che ricostruivano quelle remote vicende cercandovi appigli per l'auspicata risposta nazionale. Riteniamo sia innegabile che la scelta dei filoni privilegiati di ricerca, forse inevitabile e comunque utile per porre a fuoco i temi da trattare nel quadro generale siciliano, abbia contribuito non poco a falsare l'immagine generale della storia isolana,

lasciando in ombra importanti sezioni delle sue vicende storiche e culturali. L'immagine oggi comunemente accettata a livello di cultura popolare dà troppa importanza a determinate sequenze storiche e alle reliquie monumentali e artistiche relative: abbiamo così una Sicilia dei templi greci, basiliche normanne sfavillanti di mosaici, castelli medioevali e città barocche. Certo tutto questo esiste ed è parte importante della cultura isolana ma non la esaurisce né spiega gli snodi che hanno fatto la storia delle nostre città. La vita dei ceti subalter-

il patrimonio architettonico e artistico, la vita culturale che li animò, senza trascurare i precedenti relativi agli insediamenti romani e sparse tracce di vita ebraica successive all'espulsione. Affrontando questi argomenti abbiamo voluto almeno tentare di colmare un vuoto di prospettiva storica rievocando la secolare esistenza di parecchie comunità ebraiche svoltesi all'ombra di castelli e cattedrali: la distruzione di gran parte del retaggio artistico e culturale della gente ebraica non rende certo meno importante la trattazione di questa materia anche

se, in concreto, è risultato molto difficile raggiungere un risultato accettabile. Letteratura locale, studi archivistici, toponomastica, storia dell'arte e folklore sono stati chiamati in causa per fornire i dati superstiti dell'eredità ebraica, con un risultato che non consideriamo certo definitivo ma speriamo almeno utile per ulteriori approfondimenti. Certamente per lo storico dell'arte è particolarmente arduo trattare materiali attestati soltanto da tracce documentali ma lo sforzo va comunque fatto se non si vuole restare prigionieri dell'avvio. Cultura e arte non sono mai state appannaggio dei soli potenti e anche le classi deboli, per motivi economici politici o religiosi, hanno prodotto materiali meritevoli di essere considerati. Peraltro

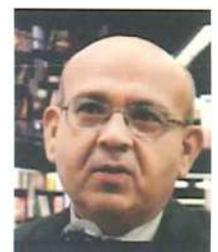
l'archeologia medioevale oggi lascia sperare nella possibilità di recuperare concreti e non solo documentali aprendo nuove prospettive di studio. La giusta considerazione degli ambiti marginali può dunque contribuire a dare una immagine complessiva più equilibrata e credibile della Sicilia e in questa direzione riteniamo di potere iscrivere la nostra ricostruzione.



Girolamo Alibrandi.

Presentazione al Tempio (1519) particolare del Bimah

ni, la realtà dei centri privi di grandi presenze artistiche ma che costituiscono il tessuto connettivo dell'insediamento umano nell'isola, le vicende dei vinti e delle loro culture di volta in volta cancellate o assimilate, tutto ciò è di capitale importanza per capire la Sicilia nella sua realtà andando oltre lo sfavillare dell'oro dei potenti e di quanto costoro hanno realizzato per autocelebrarsi. Certo già molto si è fatto per orientare la ricerca in questo senso, specie nel settore storico, e noi intendiamo inserirci in questo particolare filone di studi. Scopo della trattazione relativa alle comunità ebraiche del territorio di Messina è dunque tentare di ricostruire quei particolari ambienti urbani, le giudecche, abitate dai Giudei restituendone il disegno urbanistico,



Franco Chillemi

UN RICETTARIO MEDICO INEDITO NELLA MESSINA GARIBALDINA

Qualche anno fa ho trovato, presso l'Archivio di Stato di Messina, un ricettario inedito della seconda metà del 1800, che ci presenta un aspetto non ancora esplorato dell'organizzazione sanitaria della Comunità benedettina insediata e ben radicata nel territorio messinese sin dal 1500. Si tratta di una sorta di registro di piccole dimensioni (cm. 16 per 30) in carta comune (di marchio La Briglia) con impressa una filigrana intrecciata con un cerchio dove è circoscritta un'ancora: sulla copertina bianca, ingiallita dal tempo, si legge "Ricettario del Monastero della Maddalena". Ho contato 162 pagine.

Le ricette, databili dal 1851 al 1866, sono scritte per i monaci che vivevano nel Convento, oppure per personale che operava in quella stessa struttura. Nella parte centrale interna (p. 81) è stilato il regolamento che doveva essere rigorosamente rispettato dal Farmacista del Monastero di "San Placido Calonerò sotto il titolo della Maddalena in Messina".

Il suddetto regolamento, datato 1 gennaio 1859, discute sei punti importanti riguardanti i rapporti fra i pazienti, i medici, e la retribuzione da parte del Monastero dei medici e dei farmacisti. In calce alle varie norme elencate, è ben visibile la firma dell' Abate Cassinese Onofrio Granata, mentre nei rendiconti contabili si notano le firme dei farmacisti Francesco e Gioacchino Arrosto, appartenenti alla nota famiglia di scienziati illustri messinesi.

Le ricette, compilate e sottoscritte dal medico Giuseppe Crisafulli oppure da Gaetano Caracciolo, da Miceli, padre Liberati, padre Gruccione e dal padre cellerario Funari, non risultano generalmente datate e sono destinate a monaci, educandi e persone che vivevano e lavoravano nel convento: padre Funari, il priore Proto, il priore Don Maurizio, padre Abbate D'amico, padre Giambertone, frate Giuseppe La Rosa, il padre cellerario,

mastro Paolo, lo Messo etc.

Vario il sistema di classificazione di pesi come la libra, l'oncia, il dramma, lo scropulo, il grano, e misure come il bicchiere, il cucchiaino e cucchiaino, il fascetto, il manipolo, il pupillo.

In generale, la maggior parte delle prescrizioni è orientata alla cura di turbe digestive per la prevalenza di estratti e decotti ricchi di principi attivi con proprietà eupeptiche, coleretiche e purgative, (cremore di tartaro, bicarbonato di sodio, olio di ricino, rabarbaro, lattuga, etc). Sono impiegate sostanze disintossicanti per il controllo della diuresi e della corret-



ta funzionalità epatica. La presenza della gramigna giustifica l'azione antinfiammatoria e diuretica. Il sulphur, paragonato nell'antica alchimia al fuoco e considerato il rimedio più importante di tutta la materia medica, viene impiegato nel trattamento di malattie croniche e di forme acute (reumatismi, dermatosi, cefalea, asma, emorroidi). Non mancano, unguenti, empiastri, olii, spiriti, sciroppi, polveri e tanti altri medicamenti semplici e composti, compatibili con i manuali di farmacopea messinesi allora vigenti. Si possono infine aggiungere a questo sommario elenco le droghe (oppio, morfina etc.), i veleni come la stricnina, che in piccole dosi, veniva impiegata per le paralisi periferiche e la radice di ipecacuana, ad intensa azione emetica.

Padre Abate Granata, apparteneva all'ordine Cassinese ed era il Superiore del Convento: il suo successore

fu padre don Maurizio, come si legge nel rendiconto contabile del 15 ottobre 1866, dove sono apposte oltre che la firma del medico Giuseppe Crisafulli, anche quelle del delegato demaniale G. Macrì, e del delegato comunale Musolino.

Con questa data è segnata l'ultima pagina del nostro ricettario ed è importante concludere che proprio nel 1866, con la soppressione dei corpi religiosi, il Monastero veniva abbandonato dalla comunità ecclesiastica per i nuovi orientamenti dell'Amministrazione demaniale.

In questo ricettario abbiamo aperto uno squarcio sulla quotidianità del Monastero di S. Placido, sulla gestione dell'attività sanitaria da parte di medici, speciali e Farmacisti, ma soprattutto uno specimen vivo e un quadro dettagliato dei farmaci prescritti e, di conseguenza, delle malattie che affliggevano i monaci di quel tempo, che senza dubbio erano le stesse che colpivano la gente comune di tutta la città di Messina, escluso ovviamente le donne, per le loro precipue patologie. Questa mia sommaria e sintetica descrizione vuole confermare come attraverso ricerche su documenti d'archivio, spesso dimenticati per l'incuria e la superficialità di chi non ne ha capito l'importanza, può riaffiorare la testimonianza vivente di una società conosciuta nella sua staticità e non nella sua dinamicità.



Rosa Maria Lentini

L'Università di Messina tra Arte e Scienza L'IMPEGNO DEL RETTORE PIETRO NAVARRA

L'illuminata attività e sensibilità artistica anche di Salvatore Pugliatti e Guglielmo Stagno d'Alcontres

Un Ateneo è per sua natura un importante centro di produzione culturale e intellettuale, che si esprime in studi, ricerche, convegni: generalmente i frutti di questa attività si traducono in volumi e pubblicazioni che arricchiscono le biblioteche scientifiche, ma che spesso non sono 'visibili' e fruibili per un pubblico ampio o per il territorio su cui insiste l'Università. Una fortunata eccezione è rappresentata dall'Università degli Studi di Messina, che possiede anche importanti collezioni artistiche e scientifiche.

Tra i nuclei principali alcune importanti donazioni di Professori del nostro Ateneo, come quella di Bartolo Baldanza, che ha lasciato una ricca collezione numismatica; quella del prof. Cambria, che ha arricchito le collezioni con una importante raccolta naturalistica, comprendente esemplari di animali rari e fossili; il Museo storico della Farmacia donato da Antonio Imbesi; il lascito di Cesare Zipelli, che ha devoluto all'Università una ricca collezione di reperti archeologici, maioliche di varie fabbriche italiane e spagnole, tra cui si segnala un ricco nucleo di ceramiche di Caltagirone, oltre ad una raccolta di vedute di Messina.

Altre importanti collezioni sono il frutto dell'illuminata attività di alcuni Rettori, tra cui si segnala Salvatore Pugliatti, la cui sensibilità artistica è a tutti nota: a lui si deve principalmente una pinacoteca di arte contemporanea, con dipinti di grande interesse; mentre Guglielmo Stagno d'Alcontres ha arricchito la pinacoteca con opere dei secoli XVII e XVIII, nonché con una splendida e antica Iconostasi.

Altre collezioni sono invece il frutto dell'impegno scientifico e didattico di

numerosi docenti, che in lunghi anni di ricerche hanno raccolto un imponente assortimento di fossili, minerali, campioni vegetali, a partire da un antico Erbario che documenta un notevole interesse per la botanica.

L'impegno del Magnifico Rettore Pietro Navarra, volto a consentire ad un pubblico più vasto la fruizione di così ricche collezioni d'arte e scienza, ha permesso già nei primi mesi di governo dell'Ateneo di poter allestire un Antiquarium, ove ha trovato colloca-



Le Ceramiche di Cesare e Doris Zipelli

zione la collezione di ceramiche 'Cesare e Doris Zipelli', esposizione curata da me e dalla dr.ssa Giusy Larinà, e inaugurata dalla prof.ssa Isabella Impellizzieri, congiunta dei Donatori, l'11 marzo 2014. La esposizione, permanente, è visitabile su appuntamento.

In occasione della inaugurazione dell'Anno Accademico, il 17 novembre 2014, nella Galleria dei Busti antistante l'Aula Magna, sono state allestite cinque vetrine che hanno proposto un 'assaggio' delle diverse collezioni dell'Ateneo: nella prima erano esposti alcuni importanti reperti ceramici d'età classica; nella seconda esemplari della collezione numismatica Baldanza; la terza presentava documenti riguardanti la storia della nostra Università, come un antico diploma di laurea, la quarta esponeva significativi esemplari della collezione di maioliche 'Cesare

e Doris Zipelli'; infine nell'ultima facevano bella mostra un Tramonto di Renato Guttuso e una veduta di Messina di Gaspar Adriaensz van Wittel. Una recente occasione in cui l'Università ha esposto parte delle proprie collezioni è stata offerta da una serie di incontri di studio dedicati ai rapporti tra Messina e la Spagna: insieme a Un alma común. Arquitectura sículo-aragonesa, mostra fotografica dedicata all'architettura sículo-aragonesa, ospitata anche in altri centri della Sicilia, l'ambasciatore spagnolo in Italia, S.E. Francisco Javier Elorza Cavengt, ha inaugurato il 6 febbraio scorso l'esposizione La penisola di San Raineri vista con gli occhi di Gaspar van Wittel e di altri artisti: la collezione dell'Università degli Studi di Messina, con dipinti dei secoli XVIII-XIX, tra cui la già menzionata veduta della Cittadella dipinta dal van Wittel. Si tratta naturalmente solo di alcuni primi passi, ma certamente significativi, nel percorso di apertura dell'Università verso la Città che la ospita e più in generale verso il più ampio contesto siciliano. Il programma è quello di proseguire nel recupero e nell'esposizione delle altre collezioni, grazie soprattutto a numerosi colleghi, studiosi di valore, che ringrazio tutti per il forte impegno profuso nella cura delle collezioni universitarie.



LA CITTÀ DI MESSINA ALL'EXPO

Un progetto promozionale del Consiglio Nazionale degli Architetti

"Città d'Italia" è una mostra itinerante che partirà dall'Expo di Milano, per poi fare scalo nelle principali capitali orientali e nei prossimi anni nelle altre capitali europee, in Nord America e Sud America.

L'iniziativa è del Consiglio Nazionale degli Architetti, ed ovviamente è stato l'Ordine degli Architetti provinciale ad occuparsi della città di Messina che, insieme a Bari, Bologna, Catania, Firenze, Genova, Milano, Napoli, Palermo, Reggio Calabria, Roma, Torino e Venezia, è stata invitata a partecipare.

Il titolo completo della mostra è: "Città d'Italia, studi urbani, rigenerazioni urbane ed occasioni progettuali", un progetto che risponde alla volontà di promuovere sistemi di rete partendo dalle potenzialità presenti all'interno del mondo della professione e degli organismi rappresentativi attraverso la creazione di occasioni per la realizzazione di rapporti positivi con partners ed investitori esteri. L'Ordine degli Architetti di Messina si è attivato con entusiasmo stipulando un protocollo d'intesa con il Comune di Messina, ottenendo il patrocinio dell'U-



niversità di Messina, dell'Autorità Portuale e del Museo Regionale, e costituendo un gruppo di lavoro composto da: l'arch. Giuseppe De Domenico (delegato del consiglio e responsabile); la prof. arch. Elena La Spada e gli architetti Marina Arena e Francesca Passalacqua (coordinatori scientifici); l'arch. i. conservatore Giuseppe Cannetti e l'arch. Fabrizio Ciappina (per il progetto grafico e l'impaginazione).

Sono stati prodotti tre pannelli in formato A1.

Il primo è un'analisi storica rappresentante le peculiarità paesaggistiche dello stretto di Messina.

Il secondo contiene alcuni esempi di architettura contemporanea come: i Poli Universitari di Sperone e Annunziata; il Museo; il Polo Sportivo di San Filippo e

il Palacultura.

Il terzo pannello evidenzia l'orientamento della città allo sviluppo della portualità ed al rafforzamento della continuità territoriale quali fattori cardine per la riconquista della naturale vocazione marinara attorno alla quale ridisegnare la nuova Messina.

A completare il materiale prodotto dall'Ordine degli Architetti di Messina c'è un video promozionale, uno sguardo complessivo sul carattere urbano e sulle potenzialità di trasformazione, che verrà proiettato durante l'Expo 2015 e durante gli altri eventi internazionali in programma.



Michele Palamara

LA TERZA ETÀ VA VISSUTA IMPEGNANDOSI

A Messina, come in molte città del nostro Paese e dell'Europa, c'è l'Università della Terza Età, con una organizzazione del tutto simile a quella tradizionale universitaria, nella quale si prevedono cicli di lezioni, corsi e relativi diplomi di laurea nelle diverse Facoltà, oggi Dipartimenti. La terminologia che indica la "Terza Età", è volta a sottolineare un momento dell'esistenza umana che esprime una condizione dello stato fisico e psicologico della persona. Detta definizione si riferisce a coloro che hanno superato i sessantacinque anni, anche se molto dipende da come si invecchia. Naturalmente, vanno considerate una serie di passaggi della vita di ciascuno: lo stato di salute, l'attività lavorativa, l'indipendenza, la sensazione di riuscire o meno a stare al passo con i tempi che cambiano velocemente, e che, se non affrontata adeguatamente, procura disagi e, soprattutto, isolamento.

Una volta la figura e i compiti dell'anziano, nella società e nell'ambito della fa-

miglia in particolare, erano ben diversi. Ogni componente della stessa ricopriva ruoli più chiusi, più rigidi. I contatti con l'esterno erano meno frequenti, anche se più rispettati. Ecco che la terza età aveva un suo ruolo e si percepiva la sua importanza. Oggi, invece, i compiti nella famiglia sono cambiati. Nella maggior parte dei casi entrambi i coniugi lavorano e sono anche assorbiti da attività collaterali, personali o dei figli. Quindi, il tempo che dedicano ai "vecchi" si assottiglia sempre di più. Ed ecco che loro si organizzano in sintonia con la nuova realtà. Infatti, ci sono i gruppi degli anziani che, in quanto entità collettiva, chiedono attenzione e tutela per la loro condizione. Cercano di integrarsi nel contesto sociale e colgono l'opportunità per mantenere in allenamento la mente e il fisico.

Guardando più da vicino la nostra realtà messinese, si ha l'impressione che prevalga la scelta individuale. E così, alcuni decidono di prestare servizio di volontariato presso associazioni di beneficenza,

di assistenza agli ammalati, o se soli, si rivolgono al "telefono amico", o, se indigenti, alle mense per i poveri e ai servizi sociali. Altri finiscono, a tempo pieno, a badare ai propri nipotini. Ed infine rimangono coloro che intraprendono corsi di studio, che riguardano il ballo, la musica, il teatro o iscrivendosi all'Unire che, nella città peloritana, è stata istituita da oltre un trentennio da Carmelo Garofalo il quale, col suo operato l'ha resa prestigiosa. Oggi, la stessa, è presieduta da Basilio Maniaci, con apprezzabili risultati.



Maria Urbino

Vivi il cibo nei suoi colori e aromi ma ascolta chi urla per fame

Nutrire il pianeta, energia per la vita, sarà il tema centrale dell'Expo 2015 e l'occasione di profonde riflessioni sul paradosso esistente in questo mondo che vede sempre più avanzare lo spettro della fame nelle aree più povere e l'eccesso di cibo in quelle più industrializzate.

Oggi si producono quattro miliardi di tonnellate di cibo di cui un terzo viene sprecato a fronte di oltre ottocento milioni di individui malnutriti e affamati e con due milioni e ottocentomila decessi per malattie legate al troppo cibo.

Da qui la necessità di trovare strate-



gie comuni per individuare strumenti innovativi a partire dalle biotecnologie, senza dimenticare le tradizioni alimentari, per assicurare un'alimentazione sana di qualità ma soprattutto sufficiente per tutti gli esseri umani onde eliminare la malnutrizione la fame e la mortalità infantile.

Certamente al centro di questa tematica c'è l'uomo tant'è che il logo dell'Expo 2015 è il disegno di Leonardo Da Vinci "L'uomo di Vitruvio".

L'essere umano è da considerarsi una unità biologica che deve imparare a conoscere le risorse personali per esprimerle a beneficio proprio e della collettività; sensibilizzandosi al concetto di salute attraverso la prevenzione delle malattie e di un sano stile di vita, tenendo conto della ecosostenibilità.

Secondo l'ultimo rapporto del Global footprint network, stiamo mangiando le risorse di un pianeta grande 1,3 volte la Terra e non esiste un pianeta di riserva.

Quindi evitare lo spreco di risorse e ritornare all'antica virtù della frugalità

ponendo dei freni al consumismo sfrenato.

Peraltro il nostro corpo deve rispettare i meccanismi metabolici e fisiologici con un apporto nutrizionale equilibrato per raggiungere una buona forma corporea con effetti positivi per la salute e la psiche.

Oggi sul cibo leggiamo di tutto e il

suo esatto contrario ma qualcosa per rimanere in salute possiamo farlo e gli aspetti su cui agire sono quello alimentare (dieta sana) fisico (movimento) psicologico il tutto con moderazione e rispettando 55-60% di carboidrati complessi e pochissimi i semplici, 10-15% proteine, 25-30% grassi.

Oggi la dieta occidentale moderna (zuccheri niente legumi molta carne cereali raffinati ecc.) sta rovinando la nostra società.

Bisogna ritornare alla dieta mediterranea termine coniugato dall'americano Keys, considerata la migliore al mondo tant'è che l'Unesco l'ha elevata a patrimonio culturale immateriale dell'umanità.

Essa è onnivora ed equilibrata e prevede abbondanza di verdura (cruda), frutta, cereali integrali, molti legumi, semi-oleosi, e secondo della zona, pesce (preferibile azzurro) e latticini, pochissima carne, senza rinunciare a un buon bicchiere di vino (preferibile rosso) e qualche dolce. Il merito di questa dieta e il notevole contenuto di sostanze antiossidanti che rallentano il processo di invecchiamento.

Socrate diceva "Fa che il cibo sia la tua medicina".

La piramide alimentare è l'espressione più significativa della dieta mediterranea.

Peraltro il cibo non deve essere un nutrimento assaporato solo dalle papille gustative ma anche attraverso



gli altri sensi.

Bisogna imparare a saziarsi della sensazione cromatica (colori di frutta e ortaggi), di quella olfattiva con l'aroma che la fragranza dei piatti dalle narici espande a tutto il corpo come un fluido di piacere.

Esercitare il tatto mangiando ogni tanto con le mani per risvegliare l'istinto. Così facendo l'atto alimentare non è più solo atto automatico e la bocca non predomina negli altri sensi, garantendo effetto positivo per l'umore e inibendo la fame nervosa.

Non dimentichiamo altresì che il cibo è espressione di significati affettivi e relazionali ed è influenzato da fattori sociali, culturali e psicologici.

Di fatti è noto il rapporto fra cibo e psiche. C'è chi mangia per rabbia, per noia, per carenze affettive, per solitudine e perché è l'unico modo che ci è rimasto per trasgredire.

"Dimmi cosa mangi e ti dirò chi sei" è la massima del pensatore e gastronomo francese Savarin.

Il cibo è anche arte, tutte le arti dal cinema alla letteratura, al teatro alla pittura hanno affrontato con estro la rappresentazione del cibo.

Concludo con un doveroso messaggio:

partecipiamo tutti attivamente a questa tematica planetaria evitando gli sprechi, rispettando l'ambiente, il territorio e contribuendo nelle politiche sociali per una più equa distribuzione del cibo evitando che la lotta alla denutrizione e alla fame venga baipassata dalla logica di mercato che vede il cibo solo come merce speculativa e quindi di lucro lasciando le briciole ai poveri affamati ma soprattutto dimenticati da questa società industrializzata e ricca che considera la dignità dell'uomo una vecchia scoria lessicale. Certamente nessuno di noi può evitare siccità, inondazioni e guerre cause principali della fame nel mondo, ma può fare la sua piccola parte per costruire un sistema equo, fatto di libertà giustizia e soprattutto di solidarietà evitando come dice Papa Francesco "La globalizzazione dell'indifferenza", dove prevale l'individuo e dove la carità viene esercitata per un piacere personale e non per un atto di amore. "L'elemosina senza amore è un bel niente" lo pensava Raoul Follereau sostenitore della battaglia contro la lebbra. Per Follereau la civiltà non coincide con tecnologia, denaro o benessere ma è solo il desiderio incessante di poter vivere in una società senza ingiustizie, sofferenze, mortificazioni e senza bambini affamati e privi di amore che bisogna sapere ascoltare oltre il rumore del mondo.

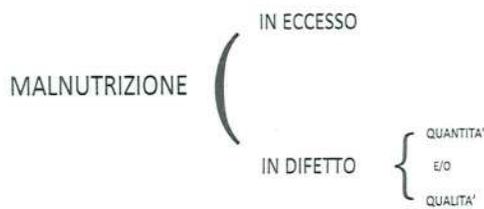
"La civiltà è AMARSI"



Importanza dell'invecchiamento attivo in una Italia sempre più longeva

La fame nel mondo è maggiormente concentrata (98% circa) nei paesi in via di sviluppo, in particolare Africa, Asia, America Latina e Caraibi. Secondo la FAO (Food and Agriculture Organization) ci sono attualmente circa 800 milioni di persone che soffrono la fame, di cui 165 milioni sono bambini. Bisogna perciò mettere in evidenza che nel mondo una persona su nove non è in grado di alimentarsi a sufficienza. Ma la fame non colpisce soltanto i paesi in via di sviluppo perché, sempre secondo la FAO, ci sono circa 14 milioni di affamati nei paesi sviluppati, cifra destinata ad aumentare in conseguenza della crisi economica. I difetti dell'apporto alimentare comportano malnutrizione, cioè un'alterazione dello stato di nutrizione conseguente ad una insufficiente soddisfazione dei bisogni alimentari non solo dal punto di vista quantitativo ma anche o soltanto qualitativo. A questo tipo di malnutrizione in difetto caratteristico dei paesi poveri si contrappone la malnutrizione in eccesso dei paesi ricchi (Fig. 1).

Mentre i soggetti malnutriti per difetto vanno incontro a tutta una serie di danni organici



con compromissione anche delle difese immunitarie e quindi con maggiore facilità alla comparsa di malattie a carico di vari organi ed apparati ed infine alla morte prematura, i soggetti malnutriti per eccesso sono invece predisposti a sovrappeso ed obesità ed alle cosiddette "malattie del benessere" (aterosclerosi, cardiopatia ischemica, ipertensione arteriosa, vasculopatie cerebrali, diabete

mellito tipo 2, gotta, sindrome metabolica). Nei paesi ricchi bisogna anche evidenziare che è molto diffuso lo spreco del cibo: per quanto riguarda l'Italia è stato rilevato che in media ogni cittadino butta nella spazzatura ogni anno 49 kg di cibo non consumato per un valore di 316 euro (Virtuani, 2014). Di fronte al grave problema della fame nel mondo può risultare notevolmente vantaggiosa la maggiore diffusione possibile della dieta mediterranea, prototipo di alimentazione sana, equilibrata e varia, studiata dallo scienziato statunitense Ancel Keys negli anni sessanta e successivamente confermata da numerose ricerche internazionali. Gli alimenti principali della dieta mediterranea sono rappresentati dai cereali preferibilmente integrali fonte di carboidrati complessi, frutta fresca e secca (noci in particolare), verdure e ortaggi ricchi di fibre e sostanze antiossidanti, olio extravergine d'oliva, latte e derivati. Questi alimenti, insieme al pane e alla pasta, vanno consumati giornalmente, mentre più volte alla settimana vanno consumati i legumi, il pesce in specie l'azzurro ricco di omega 3, le carni bianche, le uova. La carne rossa va assunta non più di una volta la settimana e così pure i dolci. Il vino, preferibilmente rosso perché ricco di resveratrolo antiossidante, può essere assunto in quantità moderata (mezzo - un bicchiere a pranzo e a cena). È opportuno sottolineare che nella dieta mediterranea non ci sono alimenti proibiti, ma soltanto cibi che vanno assunti più o meno spesso; è però importante rispettare la quantità di calorie necessarie per il singolo soggetto, in maniera che la dieta non risulti in eccesso (pericolo di sovrappeso o obesità) o in difetto (pericolo di dimagrimento). Dopo gli studi di Keys, numerose altre ricerche hanno confermato la validità della dieta mediterranea dimostrandone l'utilità nella prevenzione non solo delle malattie cardiovascolari, ma anche dei tumori, della sindrome metabolica, del diabete mellito

tipo 2, della demenza in particolare dell'Alzheimer e della malattia di Parkinson. Tra l'altro è opportuno sottolineare che è stato di recente dimostrato che in soggetti che seguono la dieta mediterranea, in confronto a chi non la segue, si riscontra una più alta attività della telomerasi e maggiore lunghezza dei telomeri con conseguente rallentamento dell'invecchiamento cellulare (Boccardi et al, 2013). In sintesi la dieta mediterranea permette (Fig. 2) di contrastare l'eccesso di radicali liberi ed il conseguente stress ossi-



dativo, di rallentare l'accorciamento dei telomeri, di riequilibrare la bilancia tra sostanze proinfiammatorie e antiinfiammatorie, di ostacolare la comparsa di varie patologie (in particolare cardiovascolari e neoplastiche), di ritardare l'invecchiamento e di favorire la longevità, soprattutto quando la corretta alimentazione, condensata in dieci consigli (Fig. 3), si inserisce nel contesto di uno stile di vita "mediterraneo" ottimale. Purtroppo secondo dati recenti quasi la metà degli italiani non segue la dieta mediterranea. Invece è importante ribadire che seguendo la dieta mediterranea, possibilmente sin da giovani, si possono ottenere molteplici effetti favorevoli, in particolare la prevenzione di processi patologici caratteristici dei paesi industrializzati con conseguente notevole risparmio economico determinato da un minore consumo di farmaci, da una riduzione di visite, indagini diagnostiche, ricoveri ospedalieri, interventi chirurgici e pensioni di invalidità. L'elevato risparmio economico ottenuto (Saulle et al, 2013) può permettere, tra l'altro, di aiutare i paesi del mondo in cui è più diffusa la fame.

Decalogo della Sana Alimentazione

OBIETTIVO: NUTRIRSI BENE PER VIVERE MEGLIO

1. Considera l'alimentazione importante per il tuo benessere psicofisico;
2. Segui sin dall'infanzia un'alimentazione equilibrata e varia;
3. Cerca di mantenere un peso vicino a quello ideale considerando la bilancia un ottimo dietologo e l'attività fisica un alleato di prim'ordine;
4. Un peso eccessivo o molto ridotto è di sicuro danno per la tua salute;
5. Distribuisci le giuste calorie in cinque pasti al giorno: colazione, pranzo, cena e due spuntini uno a metà mattina e uno nel pomeriggio;
6. Adotta un'alimentazione ricca in cereali integrali, legumi, frutta, verdure, pesce e povera in grassi animali variando spesso i cibi;
7. Bevi molta acqua ma limita il consumo di sale e di alcolici;
8. Mangia seduto, masticando bene, senza fretta, evitando le fonti di stress e, se possibile, staccando il telefono;
9. Tieni presente che non si vive per mangiare ma una corretta alimentazione fa vivere meglio e più a lungo;
10. Ricorda infine che è importante nell'alimentazione, ma anche nella vita, assaporare di tutto senza abusare di nulla.



Vittorio Nicita Mauro

L'Università della Terza Età sta con EXPO 2015

Sarà un work in progress fino alla chiusura, il 31 ottobre 2015, e non solo, l'EXPO 2015 - Nutrire il pianeta, energia per la vita - perché progetti, studi e proposte elaborati, prima e durante, saranno successivamente occasione di analisi e verifiche con piani esecutivi che possano essere occasione di salvataggio di un pianeta già al massimo grado di sfruttamento delle proprie risorse e ormai in fase di esaurimento delle riserve disponibili. L'EXPO 2015 è ritenuta dal Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca (Miur) un'opportunità unica per la conoscenza e il rafforzamento di quei diritti sociali connessi alla salvaguardia e alla tutela del territorio e dei doveri che ne conseguono per i cittadini.

Alla Scuola, luogo per autonomia educativa e formativo, è data la possibilità di sensibilizzare le giovani generazioni alle tematiche sociali legate all'alimentazione e all'ambiente, per renderle protagoniste del proprio benessere di una cultura della sicurezza alimentare e della crescita sostenibile. Per questo il Miur ha promosso due bandi per gli studenti delle scuole dei vari ordini, "La Scuola per EXPO 2015" - con vari sottotemi - e "Together in EXPO 2015" - con una piattaforma multimediale in lingua italiana, inglese e francese per le scuole di tutto il mondo ed ha realizzato, con l'Ambasciata di Svizzera in Italia e il sostegno didattico del Liceo Niccolò Machiavelli di Roma, un progetto quadrilingue (italiano, tedesco, francese e inglese) per ragazzi nella fascia di età 14-18 anni per sensibilizzarli sulle nuove sfide alle quali il nostro mondo deve e dovrà far fronte negli ambiti proposti dall'EXPO. In questo contesto, ambizioso e interessante è il modello organizzativo preparato dall'Ufficio Scolastico Regionale per la Lombardia per rendere efficace e significativa la partecipazione delle scuole lombarde, valorizzando

le eccellenze. Infatti, tra gli obiettivi dichiarati vi sono quelli del coinvolgimento del 100% degli studenti e degli insegnanti della Lombardia nei temi dell'EXPO 2015 e della realizzazione di iniziative e eventi in tutto il



semestre della prossima Esposizione Universale sia nel sito, sia nei territori interessati. Un ruolo significativo è svolto anche dalle Università, che a Milano discuteranno e si confronteranno con studenti, docenti e ricercatori, sui percorsi, progetti scientifici e culturali elaborati. Essenziale al riguardo è il coordinamento assicurato dal Comitato Scientifico del comune di Milano che, tra l'altro, ha patrocinato sia progetti realizzati dalle università che ne fanno parte, nonché quelli realizzati da altre università, centri di ricerca nazionali ed internazionali. In tema di università, però, non bisogna dimenticare dell'Università della Terza Età, perché per gli obiettivi di questo importante evento EXPO 2015 possono, anzi devono, assumere un importante ruolo che va ad integrarsi con quello svolto dalla scuola. L'UNITRE agisce in un vasto bacino di utenti, i Senior, che, ben informati e ben preparati, possono fungere da grande volano per altre fasce sociali e di età. È notorio infatti che i nipoti hanno un particolare, privilegiato rap-

porto con i loro nonni, anche perché - anche per le esigenze e stili di vita che nel tempo si sono venuti a creare in forza dell'esigenza di permettere ad ambedue i genitori di svolgere la loro attività lavorativa - trascorrono con loro più tempo che con il padre e la madre; a loro volta i nonni sanno di avere un ascendente sui nipoti. Un bambino, un ragazzo ben informato ed educato al rispetto dell'ambiente, alla scelta di cibi sani, di un'alimentazione corretta per favorire nuovi stili con l'attenzione ad eliminare gli sprechi, è un traguardo raggiungibile con un'azione indiretta, rispetto a quella diretta operata dalla scuola sui giovani, dall'UNITRE.

Nelle sue attività formative, di approfondimento e di aggiornamento svolte nella variegate modalità di incontri, lezioni, seminari, dibattiti, ha il compito e la responsabilità di comprendere tra le tematiche trattate quelle sull'alimentazione e la nutrizione, nel rispetto del Pianeta e dei suoi equilibri. Il tutto inquadrato anche nell'ambito istituzionale della "comunicazione intergenerazionale", filo conduttore per tramandare il patrimonio raccolto alle generazioni future.



Andrea Smith

Tutte le strade portano a Milano

Fin dalla sua prima edizione, tenutasi a Londra nel 1851 e ospitata all'interno del Crystal Palace, l'Esposizione Universale è stata il palcoscenico ideale dei traguardi più ambiziosi raggiunti dall'Uomo e dai popoli nel corso del tempo, l'occasione per condividere innovazione, avanzamenti tecnologici e scoperte di grande ispirazione, progetti architettonici o movimenti artistici, ma anche per creare luoghi e spazi che si sono trasformati in veri e propri simboli della cultura e della storia dell'epoca. Basti pensare alla Torre Eiffel, eretta a Parigi per l'Esposizione del 1889.

Questa manifestazione, nata da una intuizione del Principe Alberto, marito della Regina Vittoria e divenuta il riferimento per tutte le successive, ha influenzato numerosi aspetti della società quali le arti, l'educazione, il commercio e le relazioni internazionali. È un avvenimento di natura non commerciale, mirata a creare una piattaforma per un dialogo internazionale tra i cittadini.

Nutrire il Pianeta, energia per la vita, è stato scelto dall'Italia, candidando Milano per Expo 2015. L'intera area dedicata al progetto Expo è costruita in totale armonia con la natura. Ma tutto all'Expo richiama il rapporto dell'uomo con l'ambiente. Ci si concentra sull'uomo che contribuisce alla trasformazione dell'ambiente in cui vive. Si mira a rendere il più possibile il visitatore

attivo, far sì che possa conoscere, approfondire e prendere consapevolezza dei segni che l'uomo ha lasciato sul pianeta, e del rapporto che ogni popolo ha con il proprio territorio, i suoi frutti e l'alimentazione. L'obiettivo di conoscere e prendere consapevolezza non lo troviamo solo nel progetto di Expo Milano 2015, ma lo ritroviamo in tutte le edizioni precedenti delle esposizioni Universali, da quella di Londra del 1851, alla prossima che si terrà a Dubai. Expo Milano 2015 vede protagonisti i Paesi di tutto il mondo.

La corsa accelerata di ognuno verso mete



American Food 2.0: Uniti per nutrire il Pianeta

non ben definite, in vista di un accrescimento delle risorse economiche private, a discapito di qualsivoglia ordine e rispetto per se stessi prima che per gli altri; lo smodato rinvolver-

si nella quotidianità, in vista del successo e della notorietà personale; il mito di un'America da raggiungere, sia pur idealmente.

Questo è il mondo dei disvalori: il nulla e la contraddizione senza giustificazione; svuotamento del senso e della domanda fondante sul senso; corsa accelerata ed impazzita al profitto, al traguardo sociale; noncuranza dimentica dell'altro. Il rappresentante di questa categoria pensa «la vita vale nulla». L'aggancio all'infinito è stato spezzato, l'uomo è precipitato nel suo abbandono, e la solitudine che ne discende è solo un suo insignificante corollario.

La risalita è davvero faticosa, ma val la pena di tentare!



Assuntina Licata

Milano rappresenta la rinascita globale dell'Uomo del nostro tempo

Le condizioni di vita dell'uomo moderno, sotto ogni aspetto sociale e culturale, sono oggi cambiate così velocemente che è lecito parlare di un'epoca nuova della Storia Umana. Qualsiasi cambiamento, generativo di "progresso umano e spirituale", appare più facilmente attuabile, giacché accelerato dall'utilizzo straordinario di moderne tecnologie, dal perfezionarsi continuo degli strumenti della comunicazione sociale e dell'informatica; invece in passato, ogni diversità di rapporto umano e sociale, modi di vivere e di costumi, di tutti e di ciascuno, si tramandava molto lentamente e consentiva poco a poco il passaggio non preordinato da una forma di cultura naturale ad una appena più ampia; tanto che aspirare ad acquisire l'accesso ad una Cultura globalizzata ed Universale, ... solo ipotizzarlo era difficile! È nell'ottica, di questo cambiamento della "cultus civilis hominum" appunto, che bisogna inserire il mega Expo 2015 di Milano, per comprenderne al meglio la portata mondiale che assumerà nel prossimo futuro e nella storia di tutto il genere umano. Milano sarà, infatti, la città metropolitana, che dovrà rappresentare, già da adesso, la Rinascita globale dell'Uomo del nostro tempo. Sarà l'Immagine eletta che dovrà proporre la creatività moderna, in tutti i settori dello scibile umano, con le bellezze artistiche e le vetustà monumentali, con le vicende gloriose, storiche e tradizionali. E soprattutto, sarà la città che dovrà risvegliare la coscienza di ogni singolo individuo e la consapevolezza di ogni singolo Stato, capace di rimuovere qualsiasi ostacolo, disagio, violenza, sofferenza e stato di crisi, a tutti i livelli: politico, sociale, economico, morale e spirituale, al fine di poter promettere e assicurare, in questo nostro martoriato e sempre più affollato pianeta, "Cibo e Pace" per tutta la gente, sempre più povera, misera ed affamata. Il Cibo, nome privilegiato e scelto certamente non a caso, costituirà il tema di base per ogni dibattito e iniziativa de "l'Evento degli eventi". Sarà di certo, il nome gettonato, più urgente e il più attuale, quantunque abbia sin dall'origine attraversato e caratterizzato Civiltà e Culture, che ha legato ogni creatura all'obbligo di nutrirsi, e nel contempo a sopravvivere. Quello stesso Cibo, che elevato al rango di Arte, ha corrisposto alla necessità di attrarre l'Uomo, inducendolo a lasciare traccia di Sé, che ancor oggi, lo accompagna nella fatica del lavoro e nella gioia di un attimo di vita. Il Cibo di sempre, che durante tutte le attività e le manifestazioni programmate dall'Expo, sarà l'Input che magicamente riuscirà ad accendere le menti di milioni di visitatori, mettendoli in comunicazione tra loro, richiamandoli tutti e ciascuno, al nostro comune senso

di responsabilità verso le generazioni future, allertandoci alla parsimonia ed alla ricerca di nuove risorse, principalmente ecosostenibili, in difesa della natura e dell'ambiente. Infatti, per la vivibilità del nostro pianeta, è necessario comprendere che il nostro Cibo quotidiano è benedizione di vita, è rispetto della natura, è fonte di energia per ogni creatura. Ecco l'asserzione del Cibo come valore intrinseco, giacché apportatore di progresso umano! Il progresso della "gens nova", la cui Rinascita si arricchisce nel segno di fondamentali e concreti ideali, come: Orgoglio, speranza e fiducia che, propugnati dall'Expo Milano 2015, dovranno albergare ed essere pasto quotidiano nell'animo di uomini saggi, creativi e prudenti, coinvolti in questo processo socio-culturale di universale cambiamento. Cambiamento che sarà appunto cibo e motivo di "voglia di fare", per ripensare ad un nuovo mondo di persone, senza disagi ed emergenze, affrancato da ingiustizie, violenze, divisioni, disuguaglianze e discriminazioni: religiose, razziali, culturali, psicologiche e fisiche di ogni tipo. Un mondo libero dall'infamia di ogni lotta, lontano dalle guerre e dai condizionamenti di qualsiasi zona grigia e che, all'insegna della legalità sotto la vigilante autorità degli Stati-Membri della grande Europa, dovrà riconsegnarci una nuova Umanità, intesa come specchio della nostra società in cammino! Umanità che dovrà riflettersi essenzialmente, come occhio magico del mondo, senza disparità fra gli uomini, non più poveri o deboli, soprattutto tra i giovani, che affamati a perseguire la pace e la giustizia dovranno essere i punti di riferimento più forti per le generazioni future. È nella proposta di un buon Cibo, sano e puro da ogni contaminazione, che possiamo riscoprirci di essere più Persone, non solo uomini partecipi e solidali fra la gente, senza differenze di razza, né di religione..., al fine di godere assieme ed in toto della bellezza infinita del Creato. Per tutti ci sarà lo stesso Cibo? Fonte di energia che passa dall'Universalità dell'Expo- Milano 2015, per non dimenticare neanche gli esiti di due guerre mondiali, l'olocausto di Auschwitz, l'atomica di Hiroshima, i gulag di Stalin, i fenomeni dell'immigrazione e gli esodi, che ancora oggi pesano come macigni tra l'indifferenza di buona parte dell'Umanità. Il Cibo di Milano riuscirà a trasformarsi in Pietas, anche per coloro che ancora non sono riluttanti all'odio delle armi, delle lotte e delle sofferenze? Certamente dovrà rappresentarsi, come una grande "Tavola imbandita", pronta a ospitare per sempre la "gens nova". Quella gente che, anche per un breve futuro nella spicciola quotidianità, ambisce con la forza della propria creatività, a consumare attorno alla suddetta Tavo-

la, per distruggere ogni logica nefasta, e che, pur di rinnovarsi dalle scorie del passato, vuole condividere liberamente momenti di universale convivialità e di rilassanti scambi di secoli di storia, di cultura e arte, di usi e costumi, e di "saper fare". Con l'Expo- Milano 2015, attraverso l'Arte e la Cultura forse riusciremo ancora ad incantarci di fronte al Cibo sia rustico che raffinato, festivo o frugale; quello stesso che ha ispirato per secoli, grandi pittori: Leonardo ne "L'Ultima Cena"; S. Dalì ne "Le Bacchanali"; Veronese ne "Le nozze di Cana"... Ricorderemo i sapori e gli aromi piacevoli ai sensi e che tuttora occupano, con tante evocazioni gran parte della nostra vita quotidiana. Quel Cibo semplice delle nostre nonne, che è giunto fino a noi attraverso lo scandire degli avvenimenti, delle feste paesane di taverna e di picnic sull'erba, che tanto ha attirato artisti e cultori, come quello delle "nature morte" con frutti di mare o prodotti della terra, dei raccolti o delle vendemmie; tutti espressione di ricercati o popolari temi della tradizione, di lavoro e di esperienza, ricco di colori e di sostanze, in cui anche il vino rappresenta un importante posto, sia in tavola che nell'arte culinaria e gastronomica. Il Cibo...e con quale vino? Il vino bianco o rosso delle nostre colline, specie quello della nostra terra di Sicilia, che nell'ambientazione del pasto, ricrea l'atmosfera del gusto con i tanti prodotti alimentari, comunicando la scenografia delle nostre meravigliose contrade. Nel riflesso di argenti e di cristalli, sopra umili o pregiati tovagliati, il cibo è stato raffigurato nei secoli da numerosi artisti: Arcimboldo, Cézane, Caravaggio, Guttuso, Artese... così come non possiamo non menzionare le belle descrizioni che la letteratura ci ha tramandato di: Casanova, Balzac, Hemingway, Dante, Nievo... Il cibo dell'Expo MI 2015, ci richiama alla memoria tante altre opere della "Creatività", che nei secoli hanno rappresentato l'eccellenza della gastronomia fra buoni amici o in famiglia. Accogliere i valori dell'Expo Universale 2015 è come "cogliere" lo spirito di quest'occasione unica al mondo, segno di speranza e di progresso di una società costantemente in viaggio.



Teresa Rizzo

Come si panificava un tempo

LE MASSAIE PREPARAVANO IL PANE IN CASA

Una volta la settimana con il lievito naturale

Negli anni 40 e 50, nei piccoli paesi non esisteva ancora il panificio, perciò ogni massaiia panificava in casa.

La preparazione del pane era un lavoro lungo e laborioso e, spesso, richiedeva la collaborazione di tutta la famiglia. Per questo il pane in casa si faceva solo una volta la settimana e veniva conservato per vari giorni avvolto in panni per mantenerlo morbido e fragrante.

Ogni volta che si faceva il pane, si utilizzava "u ripigghiaturi", che consisteva in un panetto d'impasto crudo della precedente panificazione, che veniva conservato dentro un recipiente di terracotta o vetro. La sera prima della giornata in cui si doveva nuovamente panificare, si impastava quel panetto con farina ed acqua tiepida e lo si metteva in un recipiente più grande ben coperto e riparato: era "u levutu", lievito naturale, e l'indomani veniva utilizzato per l'impasto del pane.

Per prima cosa la farina di grano veniva stacciata in un setaccio molto sottile per separarla dalla crusca, cioè veniva "cirnuta cu 'u crivu di sita" e poi veniva messa nella madia: "majidda", formando una piccola montagna.

A questo punto si procedeva all'impasto: veniva fatto un cratere al centro della montagna in cui veniva adagiato il lievito, preparato la sera prima. Poi si cominciava a versare piano piano acqua tiepida, cercando di fare sciogliere "u levutu" fino a ridurlo in poltiglia, senza far fuoriuscire il liquido contenuto nel cratere. Quindi, si andava aggiungendo la farina. Quando il liquido veniva assorbito, si versava dell'altra acqua fino ad inzuppare tutta la farina ed ottenere un composto omogeneo e solido, che, la persona più forte della famiglia, cominciava a lavorare con i pugni girandolo spesso. A questo punto si metteva un poco d'acqua nella quale era stato sciolto del sale, (20 g per ogni chilo di

farina) e si continuava a lavorare il composto con i pugni fino a quando veniva ottenuto un impasto liscio ed elastico "scanari 'u pani o scavatatura". Appena la pasta per il pane era pronta, bisognava prenderne un pezzo per volta per fare il pane di diverse forme e dimensioni. Di questo composto il primo pezzettino veniva conservato come "ripigghiaturi" per la prossima panificazione. Le forme di pane più comuni erano: "u minnu", il classico sfilatino di pane, "u minnitu", uno sfilatino più piccolo, "a guastedda", la classica pagnotta e "a cuddura" la ciambella.

Le forme così fatte venivano coperte e messe a riposare fino a quando ben lievitate si procedeva alla loro cottura.

Quest'ultima operazione veniva fatta nei tipici



forni siciliani a forma di emisfero con una apertura "a vacca d'u furnu" a semicerchio.

Il forno era costruito con mattoni pieni di terracotta e murati con gesso. "A vacca du furnu", era normalmente fatta in pietra arenaria a forma di ferro di cavallo e chiusa da una porta in lamiera detta "ciappa"; su un lato del forno c'era

una piccola apertura chiusa da uno sportellino di lamiera, dove veniva posto un lumino "a lumiricchia" ad olio di creta o metallico, il quale veniva acceso quando si doveva ispezionare la cottura del pane.

Dentro il forno venivano messi dei rami secchi e della legna per riscaldarlo fino a che le sue pareti diventavano bianche. Fatto questo, il forno veniva pulito, con il rastrello "u rasteddu" per togliere la brace e con una scopa umida "u scupazzu", per raccogliere eventuale cenere rimasta, in modo che l'impasto del pane venisse posato sulla base del forno ben pulito. Questa operazione doveva essere fatta nel più breve tempo possibile, affinché il calore del forno non si disperdesse. Con un coltello appuntito venivano fatti dei tagli sulla faccia superiore del pane, "signatura", affinché si potesse aprire durante la cottura. Le varie forme venivano poste ad una ad una, su una pala "a pala" di legno ed adagiati sul pavimento del forno; le più grandi poste in fondo, i panini, vicini all'apertura, avendo cura di distanziarli tra loro e dalle pareti del forno per dar loro lo spazio di gonfiare senza attaccarsi gli uni agli altri ovvero "ncugnarisi" o "mpiccarisi". Finita questa operazione il forno veniva chiuso in gran fretta e la "ciappa" veniva sigillata per non disperdere il calore. Dopo una mezza ora circa, si accendeva il lumino "a lumiricchia"; si socchiudeva la "ciappa" e si controllava la cottura: se non c'erano problemi, si sigillava nuovamente e, controllando di tanto in tanto, si attendeva la cottura completa. Se i panini piccoli, situati appositamente vicino all'uscita, erano già cotti si tiravano fuori in tutta fretta e si lasciava cuocere il resto dell'infornata.

Alla fine le pagnotte venivano sfornate (sempre con "a pala" di legno) e adagate in ceste o messe su un'asse o su un tavolo a raffreddarsi.

'U MINNU

Di tavvuli fattu c'è un sularu 'nto 'na vecchia casa di campagna vicimu a 'na cascia e a un tilaru c'è un rasteddu e 'na sò cumpagna.

E' una pala e pi tantu tempu assemi hannu datu bon'esempiu.

Senza malizia parlanu fra iddi ricordannu fatti di dda casa.

Dici 'a pala: <ricordi 'i picciriddi 'u sabbutu curriunu casa casa 'nta cucina vulevunu lu minnu, 'a mamma lu niscia d'u furnu supra a mia pala fatta 'i lignu.>

'U rasteddu naculiannu 'a testa <nun ti vantari pi chiddu chi facisti pirchi sulu 'u minnu tu pigghiasti 'a brascia nun fusti tu chi la livasti e mancu un gran caluri ti cughisti.>

Si senti 'na vuci in lontananza chi dumanna 'u permessu cu crianza 'u scupazzu di 'nto 'na cantunera fa prisenti chi puru iddi c'era:

<tu tirasti 'a brascia e tu 'u minnu, iò mi brusciai pi nittari 'u furnu, fu pi mia, pi tia e p'u rasteddu chi ddu minnu vinni accusi beddu.>

IL PANINO

Fatto di tavole vi è un solaio in una vecchia casa di campagna vicino a una cassa e a un telaio c'è un rastrello e una sua compagna-

E' una pala e per tanto tempo insieme hanno dato il buon esempio

senza malizia parlano fra loro ricordando i fatti di quella casa.

Dice la pala: <ricordi i bambini il sabato correvano per la casa, nella cucina volevano il panino, la mamma lo usciva dal forno su di me, pala fatta di legno.>

Il rastrello muovendo la testa: <non ti vantare per quello che hai fatto

perché solo il panino tu ha preso, la brace non sei stata tu a levarla e non hai preso neanche molto calore.>

In lontananza si sente una voce Che con educazione chiede il permesso

è la scopa che da un angolo fa presente che c'era pure lei: <Tu togliesti la brace e tu il panino. io mi sono scottato per pulire il forno. fu per la collaborazione mia, tua e del rastrello

Che il panino è venuto così buono.>



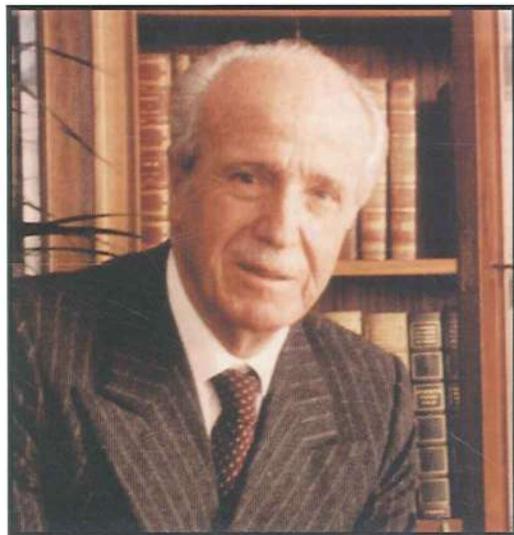
Nino Algeri

MESSINESI DI IERI E DI OGGI



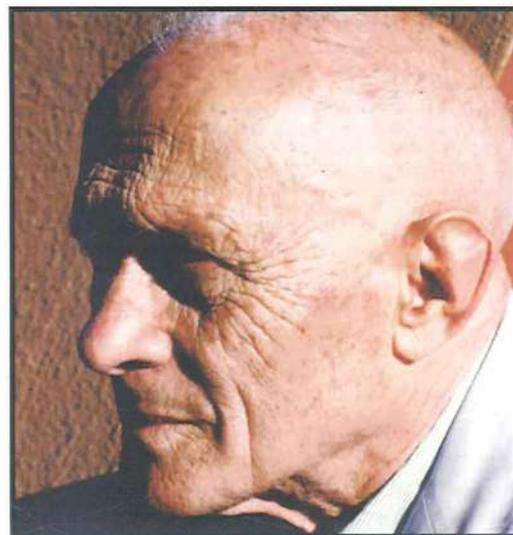
Eustochia Calafato (1434/1485)

Santa di Messina. Vergine badessa dell'ordine di S. Chiara, ha promosso le sequele di Cristo sul modello di S. Francesco. Nel 1782 Pio VI ha approvato il culto "ab immemorabili". Nel 1988, lo stesso anno della visita a Messina, Giovanni Paolo II ha proclamato Eustochia Calafato Santa, come da cinque secoli è stata ritenuta dai messinesi e dalle Clarisse, dove è entrata a 15 anni. Ancora oggi si può vedere il Suo corpo, intatto, nella Chiesa di Montevergine. In tante comunità oggi secolarizzate, la prima urgenza per i credenti è quella di rafforzare la fede della gente e delle nuove generazioni in particolare. Auspichiamo che la Santa di Messina vegli sulla città.



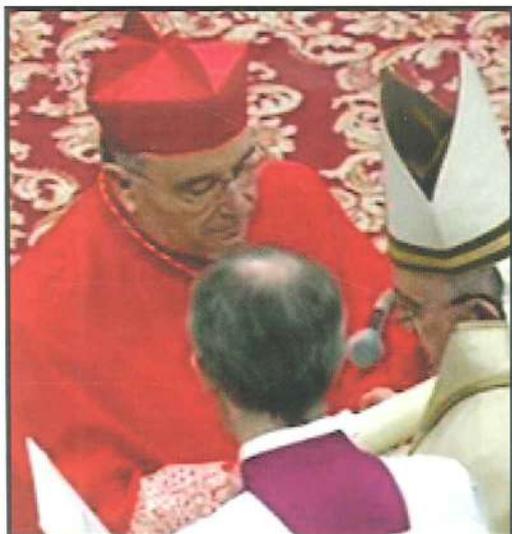
Guglielmo Stagno d'Alcontres (1917/2003)

Chimico e farmacologo di fama internazionale. E' stato Rettore dell'Università di Messina dal 1983 al 1992. Alla prestigiosa carriera accademica, costellata di pubblicazioni di elevato spessore scientifico, si associano una serie di importanti incarichi istituzionali, sociali, sportivi. Infatti è stato Console onorario di Spagna a Messina, con alti riconoscimenti del Governo spagnolo - Governatore dell'Arciconfraternita S. Basilio degli Azzurri - presidente provinciale del Coni - insignito della Stella d'oro al merito sportivo - presidente del circolo della Vela e del Tennis. Tra le opere seguite durante il suo rettorato, i Poli di Papardo e Annunziata e la Cittadella dello Sport.



Antonio Saitta (1903/1987)

Poeta e saggista. E' stato motore della vita intellettuale messinese. L'Ospe, la sua libreria, ma anche un'efficiente galleria d'arte: il Fondaco, luogo privilegiato dove si sono incontrati intellettuali e accademici di prestigio internazionale: La Pira, Pugliatti, Migneco, Longo, Iannelli e molti altri. La sua mitezza umana e poetica ne hanno caratterizzato indole, sentimenti, struttura letteraria, percezioni. Dell'intensa attività storico-saggistica ricordiamo: Messina artistica (1963), Messina antispannola (1974), Donne di Messina (1982). Ha saputo coniugare l'intensa attività intellettuale con una presenza costante nella famiglia, alla quale ha sempre creduto.



Francesco Montenegro (1946)

Cardinale - la sua nomina è stata annunciata da papa Francesco all'Angelus del 31 gennaio di quest'anno ed è stata formalizzata in S. Pietro nel Concistoro del 14 febbraio u.s. Una lieta sorpresa anche per la sua città natale: Messina. La presenza a Messina di sua Eminenza Francesco Montenegro e di sua Eccellenza Giovanni Marra, è stata caratterizzata da una fattiva collaborazione che ha lasciato in città un bel ricordo. Ha ricoperto la carica di Presidente regionale e nazionale della Caritas fino al 2008 e dallo stesso anno ha svolto le funzioni di Arcivescovo metropolitana di Agrigento. Il neo cardinale Montenegro ha accolto Sua Santità Bergoglio nel primo viaggio ufficiale a Lampedusa nel 2013. Sua eminenza Montenegro è stato, tra l'altro, sempre impegnato in prima linea nel gestire con umanità e spirito cristiano gli sbarchi dei migranti in Sicilia.



Giulio Filippo Tarro (1938)

Studio di fama internazionale. Si è iscritto nel 1956 alla facoltà di Medicina dell'Università degli Studi di Messina. Due anni dopo si è trasferito all'Università di Napoli, dove nel 1962 si è laureato in Medicina e Chirurgia con 110 su 110 e la Lode accademica. Nel 1965 il Professore Alber Sabin, lo ha chiamato in America dove ha fatto una notevole esperienza medico-scientifica. Successivamente è stato chiamato alla Clinica di Patologia Generale di Napoli. Nel 1973 ha vinto il Concorso di Primario Urologo all'ospedale Cotugno della città partenopea. Il Professore Tarro, ha viaggiato moltissimo. Infatti è stato in America, Russia, Cina, Svizzera, Canada, dove ha avuto modo di arricchire notevolmente il suo spessore medico-scientifico. Molti riconoscimenti avuti dall'illustre Studio, tra i quali il conferimento della Medaglia d'Oro a Messina, per il cinquantennio di laurea.



Lino Morgante (1961)

Laureato in Giurisprudenza. Dopo una breve esperienza come avvocato è stato assunto dalla Gazzetta del Sud. Ha cominciato la carriera di giornalista occupandosi delle pagine di Ragusa, Siracusa e Catania. Dopo dieci anni è stato nominato caposervizio della Cronaca di Messina, qualche anno dopo caporedattore responsabile delle cronache locali di Sicilia e Calabria. Dal 2012 è direttore editoriale e amministratore delegato della Ses Spa-Gazzetta del Sud, testata che dispone anche di una radio e di una televisione. E' anche vicepresidente della Fondazione Bonino Pulejo, azionista di riferimento della Ses Spa, che grazie ai dividendi editoriali (ma anche finanziari) e a un "robusto" patrimonio immobiliare valorizza i giovani laureati del Meridione. Oltre alle borse di studio, la Fondazione organizza attività culturali con le Università calabresi e siciliane.

In esclusiva

Il Decano dei civilisti italiani e accademico dei Lincei

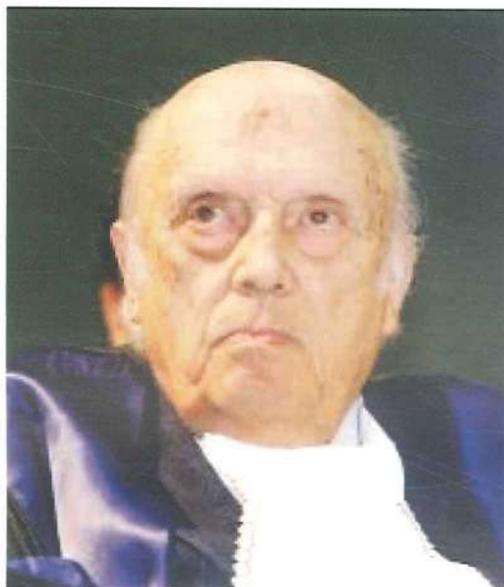
ANGELO FALZEA

Il Maestro, tra nostalgie e ricordi, per decenni insieme

Sarà l'età che avanza impietosamente, ma ormai i flash-back sono sempre più frequenti, vivissimi e ritornano in mente momenti, vicende, fatti anche sicuramente non sempre decisivi ed importanti, ma che hanno caratterizzato cinquanta anni di vita. E soprattutto i ricordi più significativi per la vita professionale si intrecciano con la vicinanza con il Maestro, prof. Falzea, del quale sono stato (e mi reputo ancora) allievo e collaboratore nel suo studio professionale ed al quale dunque sono debitore per quanto sono riuscito ad apprendere (con le mie capacità) sia sul piano scientifico che sul piano pratico dell'attività di legale. Un rapporto continuo, mai interrotto, e per me sempre esaltante. Angelo Falzea era ed è uno studioso di doti eccelse, come tale riconosciuto sul piano anche internazionale, di vastissima cultura e capace di intuizioni interpretative e ricostruttive che hanno proiettato il suo pensiero sempre nel "futuro" scientifico, se è vero che i suoi contributi sono oggi costantemente citati nei diversi settori della Teoria generale del diritto e del Diritto civile come presupposti per le più attuali problematiche. Autore di numerose monografie (Soggetto, Condizione, Offerta reale, Introduzione alle scienze giuridiche), e di illuminanti saggi raccolti in volumi sempre per i caratteri della Casa editrice Giuffrè, ha contribuito in modo determinante alla evoluzione del pensiero giuridico ed alla sua attualizzazione con le nuove frontiere della scienza e delle fenomenologie sociali.

La sua concezione assiologica del diritto, in funzione degli interessi reali della società, ha consentito di intuire già oltre trent'anni or sono, i problemi collegati alle unioni di fatto ed alle tematiche della inseminazione artificiale. In questi ultimi anni della sua lunga e prolifica

esistenza non è rimasto insensibile alle nuove sfide della globalizzazione e con capacità sorprendente ha costruito una voce sulla Complessità giuridica nella quale evidenzia come il diritto positivo concorra con gli altri sistemi normativi della cultura sociale ad assolvere al compito ordinativo della complessità sociale come disciplina della libertà. Studioso dunque attento e sensibile alla evoluzione della vita sociale e consapevole



Il Professore Angelo Falzea

della necessità che il sistema giuridico debba tenere conto delle trasformazioni e dettare le regole più idonee per orientare la vita della collettività nel quadro dei "valori fondamentali" che devono illuminare la esistenza della collettività. Ma anche studioso di multiforme ingegno e capace di discutere ai più alti livelli di arte, di filosofia, di archeologia era ed è sempre aggiornatissimo, al punto di sbalordire l'ascoltatore per le informazioni che riusciva a trasmettere. Negli ultimi anni le frequentazioni erano più rade, ma la vigilia di Natale l'incontro allo studio per gli auguri era un appuntamento che consentiva di rivivere momenti del passato, ma ricordati insieme al Maestro con la freschezza dell'attualità e senza nostalgia, e

talora con grande ironia.

Il rapporto con gli studenti è stato sempre dettato da grande soggezione e da profonda ammirazione. Ritengo siano pochi i cittadini messinesi che hanno conseguito la laurea in giurisprudenza a non ricordarlo ed a non esprimere giudizi lusinghieri. E' significativo che tre anni or sono con altri Colleghi lo abbiamo invitato a tenere una lezione a Priolo (sede distaccata di Messina). Ha accettato con entusiasmo ed è pressochè impossibile esprimere la soddisfazione e la ammirazione che traspariva nei giovani studenti durante e dopo la lezione.

Il 26 agosto 2014 - come ogni anno - gli ho telefonato per i consueti auguri del compleanno (compiva 100 anni) ed il Maestro, come sempre, mi ha chiesto che cosa facessi e cosa stessi studiando. Nel corso della discussione poi mi chiedeva della Facoltà di Giurisprudenza e si meravigliò non poco quando gli dissi che non avevo notizie dirette perché anch'io ero ormai in pensione.

I saluti sono stati calorosi e si sono conclusi, come sempre, con "ci vediamo", "si faccia vedere".

Per un rapporto che idealmente non si è mai interrotto.

Angelo Falzea per queste sue caratteristiche, per la qualità di uomo e di studioso, insigne componente dell'Accademia dei Lincei fin da giovane, è e rimane una "icona" per l'Università di Messina e per la nostra città.



L'USO DELLA CIPOLLA AL TEMPO DEGLI EGIZI

"Non vendete nostra Madre Terra... la Terra non perdona mai..." questo appello - atto di accusa di Papa Francesco spero arresti l'insana opera dell'uomo che ha prodotto inquinamento di falde acquifere, di terreni agricoli e, con frodi alimentari e sofisticazioni dannose, ha causato il dilagarsi di gravi malattie. Ci è stato donato un mondo perfetto in cui ogni essere vivente, sia animale che vegetale, ha un fine precipuo nel formare la catena alimentare il cui ultimo utilizzatore è l'Uomo. Ogni alimento, che la Madre Terra ci offre, contiene principi alimentari utili a formare in un organismo: materiale energetico, plastico e regolatore. Anche alimenti semplici e di facile reperibilità possono fornire sostanze importanti. Considerando, per esempio, l'umile cipolla, questo è l'ortaggio più antico e si

dice che gli Egizi ne abbiano usato grandissime quantità per alimentare gli schiavi durante la costruzione delle piramidi; la cipolla, infatti, fornisce: acqua (80%), carboidrati, proteine, fibre, vitamine del gruppo B - D - E, molti sali minerali quali magnesio, fosforo, potassio, sodio, ferro, calcio e selenio.

Per vivere, dunque, bisogna mangiare, ma è importante saper mangiare usando innanzi tutto moderazione, scegliendo con criterio gli alimenti, tenendo anche conto dell'età, del sesso e del lavoro che si fa. Ottima è la dieta mediterranea.

Purtroppo, però, il benessere e la pubblicità di prodotti sofisticati hanno apportato nuove e dannose scelte alimentari che hanno causato obesità soprattutto nei bambini.

Pertanto, se si vuole rimediare all'oltraggio fatto alla Natura e all'umanità, bisogna tornare all'Agricoltura di una volta, quando si usava il letame e si irrigavano i campi con acqua non inquinata e si faceva tutto con onestà.



Rosaria Mantineo

LA SALUTE PARTE DAL CARRELLO DELLA SPESA

Il Belpaese, custode di una tradizione culinaria da fare invidia al mondo, ha anch'esso ceduto, in quest'epoca "mordi e fuggi", alle lusinghe del cibo-spazzatura. Non bisogna, tuttavia, cadere nella falsa percezione che, scartando i fast food, si possa gridare allo scampato pericolo!

L'argomento è serio e non riguarda solo le giovani generazioni. "Siamo quello che mangiamo", diceva Feuerbach, ed è innegabile che l'alimentazione sia "benzina" per il nostro corpo. Siamo onesti, però: quanti di noi sono realmente capaci di leggere correttamente le etichette alimentari? Quante volte, con fare svogliato, afferriamo un prodotto dagli scaffali del supermercato e lo gettiamo distrattamente nel carrello?

L'Unione europea fissa norme relative all'etichettatura dei prodotti alimentari per aiutare i consumatori a effettuare una scelta consapevole. La successione con cui compaiono gli ingredienti, dunque, non è casuale ma regolata per legge. Tutti gli ingredienti devono essere elencati in ordine decrescente di peso, compresi quelli che possono provocare reazioni allergiche (frutta secca, latte, uova, crostacei). Se un additivo alimentare è dotato di una sigla E seguita da un numero, significa che ha superato dei test ed è stato approvato. Purtroppo, i dubbi sulla dannosità di alcuni additivi sono ancora molti. Nonostante la legge fissi i livelli massimi consentiti, questi fanno riferimento a un consumo moderato di alimenti, cioè non

considerano la somma di tutti i cibi consumati in un pasto o in un giorno. Spesso, l'uso massiccio di additivi rileva la scarsa qualità dell'alimento, perché queste sostanze potrebbero essere usate per mascherare l'assenza di alcuni ingredienti costosi o per compensare la scarsa



qualità delle materie prime.

Un espediente molto usato per fuorviarci, consiste nel gonfiare la lista ingredienti con prodotti "salutari" (bacche, erbe) ma che sono presenti in quantità irrilevanti per apportare reali effetti sulla salute. E che dire della farina? La 00, raffinatissima, fa aumentare troppo velocemente la glicemia. Il consiglio quindi è di sceglierla integrale, ma attenzione! A volte, viene soltanto aggiunta una crusca devitalizzata, ossia un residuo della lavorazione di raffinazione.

Nei prodotti confezionati, poi, solitamente si trovano economici grassi aggiunti, solidi o tendenti al solido, ricchi di acidi grassi saturi, che vengono trasformati per diventare solidi attraverso un procedimento noto come "transidrogenazione". Per di più, non sono solo i grassi animali a essere dannosi per la salute, ma anche alcuni grassi vegetali, perché ricchi di acidi grassi saturi o di grassi transidrogenati.

La costruzione di un mondo migliore parte anche da piccole cose come questa, proviamo solo a considerare la cosa da un punto di vista "sociale". Migliore alimentazione significa spese sanitarie più contenute per la collettività. Inoltre, tenendo conto che la produzione di olio di palma ha danneggiato tantissimi ecosistemi naturali e creato ampie zone di deforestazione, acquistando prodotti che ne sono privi, possiamo dare una grossa mano all'ambiente... vi sembra poco?



Silvia Morgante

C'ERA UNA VOLTA IL PRANZO DI FERRAGOSTO

Nelle famiglie popolari messinesi si usava festeggiare il ferragosto a tavola con un menù particolarmente casereccio.

Allora il frigorifero non aveva fatto il suo ingresso trionfale nelle abitazioni. Quindi, per tenere al fresco le bevande, la frutta, le verdure e quant'altro, veniva usata la "bagnarola" del bucato, dove si metteva la tradizionale lastra di ghiaccio.

Si iniziava il pranzo con gli antipasti a base di formaggi del pecoraio, di salame nostrano, di olive "consate" in casa.

Si proseguiva con il piatto forte, che era la pasta "ncaciata", cioè, dei maccheroni fatti in casa, cucinati con sugo di pomodoro o conserva, tritato di carne, preferibilmente di maiale, uova sode e melanzane fritte. Si cucinava su un fornello a carbone e una pentola particolare, sul

coperchio della quale, per avere una cottura uniforme e un gusto particolare, si mettevano dei tizzoni ardenti.

Per il secondo, la tradizione consigliava di consumare il pollo, che di solito veniva cucinato sulla griglia o a spezzatino con l'aggiunta di "stigliole" che erano le budella del pollo attorcigliate con prezzemolo. All'epoca il pollo non si vendeva nelle macellerie già spennato e pulito come oggi; si doveva prenotare vivo ai campagnoli con qualche giorno di anticipo. Le massaie dovevano provvedere a tirargli il collo e spennarlo.

Quando arrivava il momento dei dolci si portavano a tavola i "cannoli" fatti in casa. Le massaie del tempo tenevano in casa delle forme adatte, fatte con delle canne tagliate all'uopo, che venivano foderate con un impasto di farina, strutto

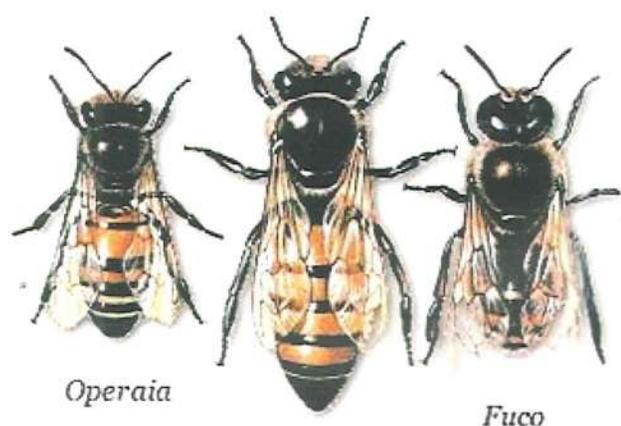
e vino bianco, messe poi a friggere in padella, in modo da ottenere dei croccanti gusci color marrone, che venivano riempiti con della ricotta infarcita di pezzettini di mandorle e noccioline. La tavolata si concludeva col bere mezzo bicchiere di dolce e profumato vino zibibbo.



Nicola Miller

Il miele dono celeste e cibo degli dei

Il miele è prodotto dall'ape domestica, insetto appartenente all'ordine Imenotteri, famiglia Apidi. La specie più diffusa in Italia per il suo carattere mansueto, non incline al saccheggio e alla sciamatura, per le sue capacità di adattamento, pascolative e la qualità del prodotto è l'*Apis mellifica ligustica*. L'ape, quale insetto sociale, vive in colonie formate da moltissimi individui (fino a 50 mila e più) divisi in caste, diverse per compiti, caratteri morfologici e biologia. All'apice della gerarchia sta l'ape regina, la più longeva, che durante i suoi 3 - 4 anni di vita depone circa un migliaio di uova al giorno. Da essa dipende la



fortuna dell'alveare; infatti determina il numero ed il sesso della prole facendo nascere femmine o maschi a seconda se feconda oppure no le uova. Si distingue per le maggiori dimensioni soprattutto dell'addome, ha un apparato boccale incapace di succhiare il nettare dai fiori ed è sempre contornata da altre api che la nutrono con pappa reale; esce dall'arnia soltanto nei primi giorni di vita per il volo nuziale e poi quando la popolazione, divenuta numerosa, accompagna lo sciame alla ricerca di altra dimora. I maschi, detti fuchi, hanno solo funzione riproduttiva e vengono allevati in numero limitato dalle operaie. Queste ultime sono femmine sterili, rappresentano la casta più numerosa e, a seconda l'età, svolgono compiti diversi distinguendosi nelle seguenti categorie: spazzine, nutrici, ventilatrici, architette, bottinatrici. Le bottinatrici si allontanano dall'alveare anche 3 - 4 Km alla ricerca del

nettare, del polline e della melata prodotta da alcuni insetti parassiti delle piante. Il nettare ingerito va a finire nella borsa melaria dell'insetto nella quale si trasforma in miele. Le api raccolgono anche la propoli presente in alcuni alberi, una sostanza resinosa, scura, appiccaticcia, che utilizzano per chiudere le fessure dell'arnia, fissare e lucidare i favi e imbalsamare i corpi estranei. Oltre al miele le api producono cera, propoli, pappa reale e, quali insetti pronubi, svolgono un ruolo importantissimo nella fecondazione dei fiori. Non appena estratto dai melari, parte dell'arnia posta al di sopra del nido, il miele contiene circa il 20 - 30% di acqua, il resto è

rappresentato prevalentemente da fruttosio e glucosio. Altri componenti sono: saccarosio, amido, destrine, polifenoli, sostanze aromatiche e coloranti; proteine, tracce di polline e cera; vitamine A - E - C - K complesso B; Sali minerali di sodio, potassio, calcio, magnesio; oligoelementi (Fe - Mn - Cu - Zn - I - Cr); fattori ormonali (acetilcolina - steroidi); antibiotici (GERMICIDINA - INIBINA); enzimi (catalasi - glucosidasi, diastasi - invertasi - saccarasi - fosfatasi). Si presenta più o meno fluido o cristallizzato, vischioso, colore vario, dalle tinte chiare a quelle scure, e di vario aroma, a seconda la provenienza del nettare. In commercio se ne trovano diverse specie: di agrumi, acacia, tiglio, robinia, eucalipto, castagno, ecc. L'uso del miele è di antichissima origine: lo stesso nome sembra derivare dalla parola ittita MELIT; dai geroglifici si conoscono le ricette a base di miele per uso alimentare e medico. I Sumeri lo impiegavano in creme preparate con argilla, acqua e olio di cedro. La medicina Ayurvedica, già tremila anni fa, considerava il miele: purificante, afrodisiaco, vermifugo, antitossico, stomachico e cicatrizzante. Cleopatra soleva farsi il bagno nel latte e miele. Nel mito l'ape è elevata a simbolo di fecondità, di lavoro, di parsimonia ed il miele

considerato dono celeste e cibo degli Dei. L'apicoltura era floridissima presso i Greci ed i Romani ed alcuni scrittori latini come Virgilio, Columella, Plinio, ne descrivevano le tecniche più usate. I Romani inoltre usavano tavolette di cera per la scrittura. Fino alla scoperta dell'America il miele era l'unico dolcificante usato, poi la sua importanza cominciò a scemare con l'introduzione dello zucchero di canna e poi con la coltivazione della barbabietola. Negli ultimi anni, grazie alle proprietà attribuite al miele, l'apicoltura ha subito una notevole razionalizzazione ed espansione. Il miele, quale elemento energetico (100 g. contengono 300 cal.), viene usato per dolcificare bevande, spalmato su fette biscottate e nelle merende. Una bevanda a base di latte, miele e cacao viene consigliata agli atleti per resistere agli sforzi fisici. In cucina si usano molte ricette a base di miele. Sulla pelle svolge un'azione nutriente, ammorbidente, protettiva e antirughe, pertanto lo si usa nella preparazione di cosmetici e creme solari. Una miscela di yogurt, miele ed olio di oliva, usata prima dello shampoo, rinforza il cuoio capelluto, ostacola la caduta dei capelli rendendoli più morbidi e lucenti. In farmacia è consigliato come emolliente, decongestionante e calmante per la tosse e mal di gola, come integratore alimentare energetico, come regolatore intestinale e rimedio contro stipsi ed emorroidi. Comune è pure l'uso della pappa reale come integratore alimentare e la propoli per la sua azione benefica nelle infiammazioni delle prime vie respiratorie. Il miele, ancora, diluito con acqua, con l'innesto di appropriati lieviti, fermenta dando origine ad una bevanda alcolica in uso presso alcuni popoli.



Antonino Micali

«C'HO FAAAME!»

LA TEMATICA DELLA FAME NEL CINEMA ITALIANO

Un gruppo di strani personaggi intraprende un viaggio verso il Nord Italia, alla ricerca disperata di cibo e all'insegna di un irrisolto grido di dolore: «C'ho faaame!»: sono gli sgangherati protagonisti (Roberto Benigni, Franco Citti, Ninetto Davoli, Giorgio Gaber) del film **Il Minestrone** (1981) di Sergio Citti, apologo feroce sulla "Fame", intesa non solo nelle sue componenti fisiologiche, sociali ed economiche, ma anche come categoria antropologica, esistenziale e filosofica (come non pensare alla "teoria degli alimenti" in Ludwig Feuerbach?)... E questi "morti di fame", alla ricerca costante di quel cibo che non riescono a trovare, possono rappresentare emblematicamente il complesso rapporto che la gente - nel corso del tempo - ha avuto con il cibo, costituendo parte integrante dell'immaginario collettivo ed attraversando tutta la storia del cinema (e, in questo caso, ci limitiamo solo all'Italia, in cui, peraltro, i riferimenti ai film incentrati su questa tematica sono talmente numerosi che indicheremo soltanto quelli più significativi): dalla fame vera e propria degli anni del conflitto e dell'immediato dopoguerra all'abbondanza degli anni del "boom" economico (un'evoluzione che si può seguire nel film **Una vita difficile** diretto da Dino Risi nel 1961); dal "rifiuto" e dalla "nausea" del cibo degli anni Settanta alla ricerca della genuinità, della natura e delle tradizioni gastronomiche locali.



Ma se volessimo accostarci al tema della fame nel cinema attraverso una serie di "flash", ecco alcune immagini che ci balzano subito in mente, colpendoci con la loro fulgida vividezza e rappresentatività iconica. Ad esempio, le due famiglie di poveretti, tra i quali spicca la figura di Totò, che - in **Miseria e nobiltà** (1954) di Mario Mat-

tòli - si trovano di fronte ad una tavola riccamente imbandita e piena di leccornie, a cui si accostano prima con timidezza, poi con sempre maggior sicurezza, fino a che la loro fame atavica esplose in una irrefrenabile, liberatoria abbuffata, a base di spaghetti, mangiati in piedi sul tavolo e, perfino, infilati nelle tasche. Ed è proprio Totò, con la sua "maschera" popolare (che può anche rimandare all'affamato Pulcinella), a rappresentare meglio di altri il tema della fame, tanto che moltissimi suoi film sono pieni di espedienti da lui messi in atto per procurarsi il cibo: pensiamo alla gag dell'enorme sfilatino, all'interno del quale è contenuto un pranzo completo, in **Napoli milionaria** (1956) di Eduardo De Filippo; o a **Fifa e arena** (1948) di Mario



Mattòli, in cui Totò, preso dai morsi della fame, si prepara una sorta di panino, con spugna, dentifricio, sapone e schiuma da barba (e ciò ci fa venire in mente la celebre scena di Charlot che, ne **La febbre dell'oro** del 1925, dopo aver bollito una vecchia scarpa, ne taglia la suola e la mangia insieme con i lacci, arrivando perfino a succhiarne i chiodi, uno per uno). Nel citato **Napoli milionaria** sono presenti anche il contrabbando e la "borsa nera", e pure in **Roma città aperta** (1945) di Roberto Rossellini, dove Anna Magnani, insieme ad altre donne, dà l'assalto ad un forno, al grido «Fame e pane!», mentre, ne **L'onorevole Angelina** (1947) di Luigi Zampa, va alla ricerca della pasta; la fame dei bambini è ben descritta in **Sciucscì** (1946) di Vittorio De Sica; e sprazzi comici per l'affannosa ricerca del cibo da parte degli affamati protagonisti spuntano sovente nei film con Franchi ed Ingrassia: emblematico uno di essi, **Ultimo tango a Zagarol** (1973) di Nando Cicero, parodia del celebre **Ultimo tango a Parigi** di Bernardo Bertolucci, in cui il famoso burro (di Marlon Brando), con grande delusione della partner, finisce nella pa-

gnotta di un affamato Franco Franchi!... In **Un americano a Roma** (1954) di Steno, ecco la vivida raffigurazione che Alberto Sordi fa del giovane passio-



nato di cibo "americano", che, però, alla fine, non riesce a resistere di fronte a un piatto di spaghetti, che aggredisce con la celebre battuta: «Maccarone, m'hai provocato e io te distruggo; adesso, maccarone, io me te magno!». O, ancora, la figura del poveraccio Stracci, tipico esemplare del sottoproletariato romano, che - nell'episodio **La ricotta** di Pier Paolo Pasolini, inserito nel film del 1963 **Ro.Go.Pa.G.** - essendo perennemente affamato, divora con avidità un'intera forma di ricotta, fino a morire per indigestione. Vale a dire, la morte per il "troppo mangiare": come avviene ai protagonisti de **La grande abbuffata** (1973) di Marco Ferreri, metafora di una società ricca ed opulenta, che ha perso il vero significato e valore delle cose. Ed infatti, la fame ha come contrappunto l'abbondanza; come i due personaggi (Paolo Villaggio e Roberto Benigni) de **La voce della luna** (1990) di Federico Fellini, che si trovano in una sorta di "Paese della Cuccagna", in cui il cibo (in questo caso gli gnocchi) sono inesauribili, non finiscono mai: utopistica visione di una società in cui il bisogno del cibo e la fame (nelle cui dinamiche economiche sono riscontrabili le cause principali dei conflitti tra persone o delle guerre tra intere Nazioni) sono superati: ma, purtroppo, è solo una gran "bella fantasia", in stridente contrasto con la realtà dei nostri tempi!...



Nino Genovese

L'ATTRICE ITALIANA CONOSCIUTA IN TUTTO IL MONDO SOFIA LOREN HA NEL CUORE PAPA FRANCESCO

I RICORDI DELLA SUA VITA E DI UNA CARRIERA AI MASSIMI LIVELLI
SI DEDICA ANCHE AL SOCIALE, CON PARTICOLARE ATTENZIONE AL TEMA DELLA FAME E DELLE DISUGUAGLIANZE



Sofia Loren alla Rassegna di Messina negli anni '50

Sofia Loren, una delle più grandi attrici del cinema italiano e internazionale, ottant'anni il venti settembre dello scorso anno, è una grande ammiratrice di Papa Francesco. Fa il possibile per seguirlo in televisione, soprattutto la domenica, all'Angelus di Piazza San Pietro, e si compiace, anzi, si commuove a vederlo e ad ascoltarlo di fronte alla folla di fedeli provenienti da ogni parte della Terra. Le farebbe tanto piacere ricevere un invito, una chiamata, dal Santo Padre. E chissà se questo, che Lei considera un regalo prezioso, prima o poi non avvenga. se nel frattempo non è già avvenuto riservatamente. L'attrice napoletana, di fama internazionale, è religiosa. Infatti prega spesso e qualche volta, presa dalla commozione, si fa scappare qualche lacrimuccia. Naturalmente, i ricordi del passato sono tanti, soprattutto di donna, di attrice, in particolare di moglie, di madre e di compagna di lavoro. Prova una nostalgia indescrivibile per coloro che non ci sono più: Carlo Ponti, l'uomo e il marito della sua vita, morto nel 2007, e Marcello Mastroianni, col quale ha girato tanti film di successo. Quest'ultimo, oltre ad essere bravo e generoso, le dava tanta serenità e molta allegria con le sue trova-

te spiritose. La diva parla delle sue esperienze nel mondo, non certo facile, del cinema. Non disdegna nemmeno un tuffo nel passato, quando era una povera ragazza di Pozzuoli, orfana di padre, in una realtà triste con tante privazioni procurate dalla guerra.

Le conoscenze importanti che si è procurata, grazie alla sua intraprendenza e alla sua tenacia, le hanno aperto le porte del cinema. La signora Loren racconta che sua madre aveva saputo che a Roma facevano provini per comparse del film *Quo vadis*, uno dei capolavori di quei tempi. Ha lasciato così la scuola, col consenso della madre, ed è partita in treno per la capitale. Una decisione rischiosa, coraggiosa, che le ha procurato le occasioni necessarie per assicurarsi piano piano un futuro nel campo cinematografico. A Roma, in una piccola stanza di una pensioncina, pagata con il ricavato della comparsa di *Quo vadis*, adibita anche a cucina (di nascosto della proprietaria), dormiva con la madre e, qualche volta, con la sorella.

La giovane e promettente Sofia aveva 16 anni quando ha conosciuto Carlo Ponti e subito dopo Vittorio De Sica. Quest'ultimo, inaspettatamente, l'ha

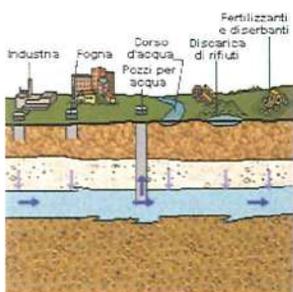
convocata durante la lavorazione dell'Oro di Napoli. Non avendo potuto frequentare un'Accademia di recitazione, nel momento in cui si è presentata al Centro sperimentale, non è stata ammessa: secondo la Commissione di allora, non era adatta a fare l'attrice.

Dei numerosi film, indistintamente tutti di successo, quelli che sente particolarmente vicini sono *La ciociara*, *Matrimonio all'italiana* e *Pane amore e ...*, quest'ultimo con il grande Vittorio De Sica. Sofia Loren aveva 27 anni e si trovava in Francia quando De Sica la chiamò per affidarle la parte nel film *La ciociara*, che le ha procurato l'assegnazione dell'Oscar. La ragazzina che ha recitato con lei nella parte della figlia è stata ospite recentemente di Bruno Vespa a "Porta a Porta".

La famiglia ha avuto una parte preponderante nella vita dell'attrice: il marito Carlo ed i figli Edoardo, regista, Carlo Junior, direttore d'orchestra, e i nipoti. Conserva ancora un bel ricordo anche di Cannes dove, non ancora maggiorenne, è stata accolta come una Diva. Tanti gli attori con i quali ha condiviso lavoro e successi. Ai già menzionati si aggiungono Gary Grant, il galante, Marlon Brando, il più sexy e il meno puntuale sul set. Anche gli ottant'anni sono un traguardo che la rendono felice ma non appagata: infatti pensa di continuare a lavorare e di dedicarsi anche al sociale. Considera infatti il tema della fame nel mondo di grande attualità e di notevole importanza, da non sottovalutare, per il quale occorre l'impegno di tutti, soprattutto dei Grandi del mondo.



La sfida dell'uomo per una vita migliore



L'uomo ha sviluppato in migliaia di secoli l'agricoltura per sua necessità di cibo e sopravvivenza naturale e nello stesso tempo, suo malgrado, ha reso possibile il fenomeno dell'inquinamento dell'ambiente che oggi, secondo molti dati di ricerca di scienziati di varia estrazione culturale, ha raggiunto limiti spesso irriducibili ed incontrollabili se non con immensi sforzi di volontà politica ed economica. Il concetto e la definizione stessa di agricoltura non possono nascere da soli. Per spiegare cosa significhi la parola agricoltura bisogna unirli al significato di un'altra parola: cibo. "agricoltura" e "cibo", o se si vuole "vita" e "mangiare", sono espressioni interconnesse che danno un significato alla realtà che circonda gli esseri viventi, animali e vegetali. Essi, in qualsiasi forma, per svolgere il loro ciclo di vita naturale debbono "cibarsi" di qualcosa e quindi la parola "cibo" diventa l'equivalente di "agricoltura", perché da essa deriva e di essa ne è la conseguenza. Secondo le più recenti stime gli esseri umani nell'ormai vicino 2050 sfioreranno i quasi 9 miliardi di abitanti del Pianeta Terra. Per non contare gli esseri animali, che vivono accanto e quasi in simbiosi con l'uomo. Circa 1,5 miliardi di persone ha e consuma cibo in abbondanza fino all'obesità conclamata. Mentre, altrettante persone e forse più soffrono gravemente di malnutrizione. Paradossi numerici ma reali. Basta uno sguardo attorno: opulenza e spreco di cibo nel mondo occidentale e malnutrizione e carestie e fame

in Africa e Asia. C'è stata quindi, insieme all'evoluzione biologica della vita umana ed animale, e forse contemporaneamente, una evoluzione dell'Agricoltura come strumento e mezzo per produrre sempre più cibo. Il fenomeno si potrebbe spiegare in termini semplici: se l'umanità tornasse a sfamarsi con le paleo-diete, così come i raccoglitori preistorici, l'aspettativa di vita dell'essere umano arriverebbe forse a 40 anni, mentre oggi si è già ad un'aspettativa di vita molto più lunga. Come si possono ottenere, d'altronde, maggiori rese senza concimi chimici, diserbanti, fertilizzanti, antiparassitari e, soprattutto, senza consumo di acqua? Tutti elementi che insieme determinano e definiscono poi il termine "inquinamento". Si sarebbe potuta avere crescita dell'Umanità se non si fosse scoperta e sintetizzata l'urea, da cui poi i sali di ammonio, principali fertilizzanti? Così come si sarebbe fatto, dopo la scoperta del motore a scoppio, se non ci fossero stati le macchine agricole automatiche come aratri, seminatrici, falciatrici e così via, tutte in movimento, ad alleggerire lo sforzo umano e tutte emittenti anidride carbonica? Qualcuno ha detto (Einstein) che senza le api non esisterebbe l'umanità. Per ottenere maggiori quantità di frutti, tutti uguali, tutti belli ed insapori, nell'agricoltura industrializzata si usano quantità immense di prodotti chimici: i famosi "lavaggi", nell'uso popolare, i "veleni", diventati necessari, come la luce del sole: altrimenti niente frutta per tutti. Pare che uno di questi insetticidi, irrorato a tonnellate, sia micidiale per le api, le quali continuano a svolazzare di albero in albero per cercare il loro cibo, il polline, che poi diventa miele, per essere "impollinato", fenomeno senza il quale non ci sarebbero i

frutti. Se mancheranno le api, chi le sostituirà? E, contemporaneamente, gli allevamenti di specie animali che forniscono cibo sotto forma di carni, latte, uova, cresceranno e per far ciò occorrerà più nutrizione e selezione di queste specie e più consumo di foraggi vari e soprattutto di acqua. Basta un dato: si è calcolato che per un chilogrammo di carne bovina servono in media oltre 100 litri di acqua e circa 10 chili di foraggio e mangimi vari. L'acqua è l'elemento che più preoccupa, perché se ne troverà sempre meno disponibilità. L'umanità, nella sua breve-lunga storia, ha manipolato il modo di produrre "cibo", ovvero ha manipolato l'agricoltura, imparando a seminare, irrigare, raccogliere, cuocere e poi conservare, congelare, essiccare il tutto in funzione della sua migliore fruizione. Il binomio cibo - agricoltura è diventato trionfo con l'inquinamento. Fino ad oggi questi tre elementi sembrerebbero concomitanti ed imprescindibili. In futuro, dovranno essere scissi, analizzati e differenziati in funzione di una vita più sana e naturale. Questa sarà l'immediata sfida dell'uomo, se vorrà sopravvivere su questo pianeta. L'ingegno umano ha dimostrato sempre inventiva ed intelligenza. L'importante è che non venga sopraffatto dall'ingordigia e dall'egoismo.



Pino De Lorenzo

NOTE DOLENTI DI UNA CITTÀ DA RECUPERARE

Da anni il cittadino messinese vive l'emergenza rifiuti. Cumuli di spazzatura stazionano, a volte anche per settimane, attorno ai cassonetti stracolmi di ogni ben di Dio. Persino le strade principali della città, attraversate anche da turisti provenienti da ogni parte del mondo, soffrono questo vergognoso degrado. Per non parlare delle discariche abusive dove si trova di tutto: dalle suppellettili agli elettrodomestici, dai cartoni a vario materiale di risulta. Non è il caso, quindi, di meravigliarsi se topi e scarafaggi la fanno da padroni. Tutto questo non è certamente tranquillizzante per la salute del cittadino che, comunque, è compromessa anche da altri fattori che riguardano pure lo stile di vita di ciascuno: il fumo, la mancanza di esercizio fisico, l'ambiente, l'alimentazione non genuina. Ed ecco il proliferare di malattie cardio-



vascolari, urologiche, dell'addome, delle vie respiratorie che, per curarle, pesano notevolmente sulla sanità pubblica. Una sanità che, certamente, non attraversa un momento felice, anche a causa del bilancio ridotto al lumicino. Peraltro, contribuisce in modo preoccupante, la persistente crisi economica delle famiglie a causa dell'aumento della perdita dei posti di lavoro, nei vari settori, e l'assoluta impossibilità, per le nuove generazioni, di trovare uno sbocco lavorativo, sia nel campo delle professioni che nei settori pubblico e priva-

to. A tutto questo va aggiunto l'aumento in città della presenza di extracomunitari, che girano senza alcun controllo cercando l'elemosina ai semafori e in ogni angolo cittadino. E' un fenomeno in notevole crescita che andrebbe affrontato prima che sia troppo tardi.



Rita Amato

LETTERE AL GIORNALERubrica a cura di **Giusy De Francesco Casagrande**

Cell. 345/7024274



Messina, una città con tanti problemi, dove arrivano tante navi, molte carrette del mare, dagli estremi Paesi del mondo. Una marea di extra comunitari, disperati qualche volta ammalati, con tante donne in stato di gravidanza, ma, soprattutto, con moltissimi affamati. Il Giornale del Sud si propone di affrontare le problematiche relative alle disuguaglianze sociali ed alla povertà così diffusa?

Mario e Antonietta Mavilia

Il Giornale, organo di informazione dell'Università della Terza Età, in occasione dell'Expo di Milano ha avuto ed ha in programma una serie di incontri nelle Sedi istituzionali, nelle scuole della Città, al fine di dibattere i temi da voi evidenziati. Naturalmente, gli incontri saranno pubblicizzati.

Sono un docente di Scuola media superiore in pensione. Vorrei iscrivermi, con altri colleghi, all'Università della Terza Età, anche al fine di socializzare e occupare il tempo libero.

Beniamino Lanzafame

Egregio professore, disponiamo di una segreteria con giornate di ricevimento. Pertanto, telefoni al 345.7024274. La segretaria, Maria Urbino, sarà lieta di darLe le necessarie informazioni.

Zibaldone

Abbiamo sempre da imparare.
 Il tempo è solo una misura umana.
 La vita: una corsa a tappe.
 La nostra vita avrà valore per quello che di noi saremo riusciti a trasmettere agli altri.
 La vita è una serie di incontri, in attesa del Grande Incontro.
 La vita è fatta di sogni: finchè si sogna, si vive.
 Nella vita, spesso, gli incontri finiscono sui piatti della bilancia.
 Ogni individuo è un mondo.
 Due mondi, pur incontrandosi, restano pur sempre due "mondi".
 Nella vita difficilmente ci si incontra al momento giusto: quasi sempre ci si incontra presto o tardi, l'importante è aver avuto il piacere di essersi incontrati
 Pur se inconsciamente, l'essere umano è condizionato dal mondo in cui vive.
 I figli, da piccoli, guardano il mondo attraverso gli occhi dei genitori, che, da anziani, guardano il mondo attraverso gli occhi dei figli.
 Il futuro dei genitori sono i figli, ma il futuro dei figli non sono i genitori.
 Non conoscendo le sofferenze morali, si ritiene che queste siano più lievi di quelle fisiche.
 Oggi si cerca di ridurre il previsto periodo di inabilità: non resta che cercare di essere super attivi, sperando che l'inabilità non... arrivi!
 Dio talvolta ci appare lontano, talvolta Lo sentiamo vicino: cerchiamoLo ogni giorno. Lo incontreremo forse all'improvviso.

**Domenico Ferraro****Nella Capitale dell'industria lavoro per i giovani**

Questo avvenimento tanto atteso, che ha suscitato interessi nel mondo, ma tante polemiche nel nostro Paese, è oggi una realtà. Su una estensione di un milione di chilometri e con la presenza di 151 Paesi, dà la possibilità di conoscere le tradizioni e la cultura di ognuno di essi. Questo evento ci dà credibilità in un momento difficile per l'Italia e riesce a creare nuove opportunità lavorative per i nostri giovani. Inoltre, premette il confronto con altri giovani venuti da altri Continenti, attingendo a nuove tecnologie e mettendo a frutto nuove metodologie nella filiera alimentare, nel campo dell'agricoltura biologica. E' possibile scoprire nuove tecniche di riciclaggio degli scarti alimentari, che possono essere riutilizzati per supportare il deficit alimentare nei Paesi dove ancora oggi si patisce la fame. Si ha modo di mettere in evidenza le nostre risorse territoriali e ambientali, facendo conoscere la peculiarità dei nostri prodotti. Si auspica che questo evento porti nuove iniziative e che possa essere di apertura a nuove esperienze con conseguenti benefici economici. L'Expo è un evento che mette in risalto anche il rispetto per l'ambiente e d il territorio, delle comunità coinvolte, con particolare riferimento al tema "Nutrire il Pianeta ed Energia per la vita". Gli Ambassador di Expo vengono dal mondo della cultura, dello sport, dello spettacolo. Uomini e donne, personalità eccellenti, sono i portavoce di quest'avvenimento. E' un momento per confrontarsi e mettere in evidenza il problema del nutrimento dell'uomo e della produzione di cibo, valorizzando le nostre produzioni, con l'intento di riuscire a garantire il rispetto del Pianeta e dei suoi equilibri.

Laura Labocetta

SEDI DELLE LEZIONI: Università degli Studi - Pza Pugliatti, 1 Aula "T. Cannizzaro"; Facoltà ex Economia Via dei Verdi, 75 - Aula n. 6.

SEDE SEGRETERIA: Palazzo Provinciale ex IAI - Via S. Paolo (dietro Palacultura)
 Cell.: 3457024274; Orario di ricevimento: Giovedì dalle ore 10:00 alle ore 12:00.

SEDE LEGALE: c/o Dott. Basilio Maniaci - Presidente Unire Messina
 Viale Europa, is. 57, sc. 10 - 98124 Messina.

DOCENTI - CORSI - LABORATORI - ATTIVITA' COLLATERALI DELL'UNIVERSITA' DELLA TERZA ETA' DI MESSINA

CORSI

- 1) Architettura siciliana
- 2) Botanica
- 3) Criminologia
- 4) Diritto civile
- 5) Diritto della Comunità Europea
- 6) Filosofia
- 7) Gastroenterologia
- 8) Letteratura italiana
""
- 9) Letteratura siciliana
- 10) Lingua Francese
- 11) Lingua Inglese
""
- 12) Medicina generale
- 13) Medicina per il benessere e l'invecchiamento attivo
- 14) Memoria collettiva
- 15) Psicologia
- 16) Psicologia della moda e del costume
- 17) Scrittura creativa
- 18) Storia dell'arte
- 19) Storia dei partiti e dei movimenti politici
- 20) Storia e critica del cinema
- 21) Storia locale
- 22) Teologia

LABORATORI

- 23) Ballo
- 24) Burraco
- 25) Ginnastica dolce
- 26) Informatica
- 27) Laboratorio Teatrale
- 28) Tecnica decorativa su stoffa, vetro, etc.
Pittura a olio

DOCENTI

Michele Palamara
Antonino Micali
Carmen Carteri
Candida Carteri
Giovanni Prestopino
Don Antonio Meli
Corrado Carretti
Giuseppe Rando
Orazio Nastasi
Teresa Passaniti
Grazia Arena
Paola Lucchesi
Giovanna Sciabà
Arduino Pluchino
Vittorio Nicita Mauro
Santa Schepis
Rosa Maria Lentini
Giuseppa Armei
Ella Imbalzano
Teresa Rizzo
Antonino Bisazza
Nino Genovese
Basilio Maniaci
Antonella Rianò

Rosalinda Panarello
Salvo Musumeci
Antonio Romeo
Sara Molica
Teresa Rizzo
Giuseppa Armeri
Grazia Alibrandi

ATTIVITA' COLLATERALI



Facciata Duomo di Messina
Scambio auguri natalizi 2014

Visita Istituto S. Placido Calonerò
Visita Castello di Caronia

