

NOI



del rione Pertini

Marzo 2017 - Numero 2



Carissimi socie e soci,

siamo arrivati al secondo appuntamento del nostro giornalino.

Vorrei ricordare a chi non avesse ancora rinnovato la tessera del Circolo che le iscrizioni sono aperte.

Le iniziative che andremo a sviluppare nei prossimi mesi sono molte ed interessanti, e diventando soci avrete la possibilità di partecipare, divertirvi, socializzare.

Questo mese, l'8 marzo, ricorre la giornata internazionale della donna. A nome di tutto il Consiglio Direttivo porgo gli auguri alle nostre socie e a tutte le donne del quartiere: mogli, madri, sorelle, amiche, figure cardine delle nostre famiglie e della nostra Società.

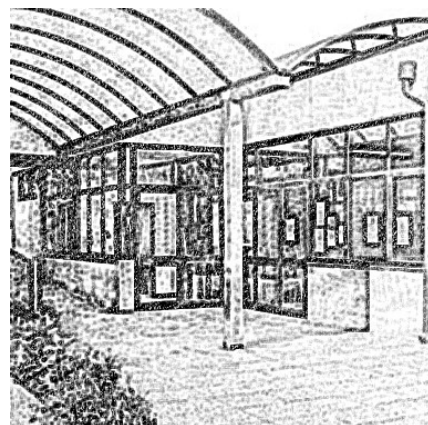
Per la serie "Incontri con l'Autore", in marzo, abbiamo in programma tre presentazioni di libri e un incontro a tema medico in collaborazione con la Farmacia.

In data da destinarsi stiamo organizzando uno spettacolo di Cabaret e la "grandiosa" festa di anniversario della biblioteca.

Festeggiare i vent'anni dalla fondazione ci riempie d'orgoglio, e ancora di più perché a festeggiare e suonare per noi ci saranno "GLI URAGANI", lo storico complesso musicale di Mestre dagli anni 60-70. Maggiori dettagli ve li daremo nei prossimi giornalini, nei manifesti che affiggeremo nei soliti posti in quartiere, nel sito dell'Auser Provinciale di Venezia, sulla pagina del nostro Circolo oppure su [Facebook Circolo Auser Insieme Quartiere Pertini](#).

Vi aspetto numerosi.

Il presidente Sergio Tagliapietra



Qualche anticipazione

- ⇒ Il giorno 16 marzo, alle ore 18.00, nella sala tonda del centro civico si terrà una conferenza organizzata con la nostra Farmacia in cui si parlerà di "Prevenzione Ictus e Fibrillazione Atriale". Relatore il dott. Corrado Andrea, cardiologo all'Ospedale dell'Angelo.
- ⇒ Il giorno 23 marzo, alle ore 18.00, nella sala antistante la biblioteca, Carlo Varagnolo presenterà il suo libro "Storia delle antiche Magistrature ed Istituzioni dello Stato della Serenissima Repubblica di Venezia"
- ⇒ Il giorno 30 marzo, alle ore 18,00, nella sala antistante la biblioteca, Tony Marra presenterà il suo libro "IDEE RIFLESSE" *Il lato comico della vita*.
- ⇒ Il giorno 6 aprile, alle ore 18,00, nella sala antistante la biblioteca, Carlo Varagnolo presenterà il suo opuscolo ITINERARI VENEZIANI 2017 3^a Edizione



Festa dei libri e della musica



Sono passati già vent'anni da quando sono stati raccolti i primi libri, donati da cittadini del Rione e posti nella stanzetta che, col tempo, sarebbe divenuta la nostra ben fornita "biblioteca".

Quanta dedizione, quanta determinazione da parte dei volontari nel cercare di realizzare il progetto, raccogliere libri usati e, possibilmente, acquistarne di nuovi per darli in prestito gratuitamente ai richiedenti!

Da allora ad oggi i volontari ci sono ancora. Diversi ogni mattina ma tutti egualmente competenti e disponibili, si occupano dei prestiti, delle restituzioni, di tenere in ordine quello che è diventato un vero e proprio patrimonio della cultura, e di tutti noi.

I libri della biblioteca sono di tutte le categorie per cercare di soddisfare il più possibile le preferenze dei lettori.

Per festeggiare questa ricorrenza, i 20 anni dalla costituzione della nostra biblioteca, che senz'altro ha contribuito a dare un po' di gioia, svago e cultura alle persone del quartiere, ci diamo appuntamento i primi giorni di maggio (giorno e orario da definire).

Festeggeranno con noi e per noi **niente po' po' di meno** che "GLI URAGANI" il famoso gruppo musicale di Mestre, che negli anni '60 fu una delle espressioni più genuine della musica *beat* nel nostro Paese.

Dopo un lungo intervallo di silenzio (30 anni circa) si sono riproposti, dagli anni 90 ai giorni nostri, con concerti in piazza, nei teatri del Veneto e del nord Italia riscuotendo notevoli successi.

La loro fama e il loro successo continuano nel tempo, essendo molto richiesti e seguiti dai loro fans, con lo stesso entusiasmo di quando erano giovani.

Sarà una bella festa, con altre piacevoli sorprese che sono in fase di definizione e che saranno comunicate al più presto.

Bruna Da Re



8 marzo Festa della Donna "La mimosa non basta"

Anche quest'anno l'**8 marzo** è arrivato.

Dal lontano 1908, in cui morirono in un incendio centinaia di donne ad oggi, la **condizione femminile** è migliorata e una donna che non faccia la casalinga o la maestra non stupisce più.

Le donne guidano camion, autobus, sono manager, non hanno nemmeno bisogno di quote rosa per affermarsi sul lavoro; tutto questo nonostante i mille ostacoli che pone una società che fa ancora poco per colmare il gap lavorativo tra i due sessi, nonostante le discriminazioni sui salari, sulla possibilità di carriera o le dimissioni in bianco, nonostante la mancanza di asili nelle aziende o di una vera ed efficace politica per la famiglia.

Passi in avanti si possono fare e anzi si devono fare, soprattutto contro gli abusi sessuali e la **violenza**

sulle donne.

Ma certi diritti si raggiungono soprattutto con un'educazione della società, che certo non si ottiene con le parole e le dimostrazioni di solidarietà una volta all'anno.

Insomma: la mimosa non basta, passiamo ai fatti!





DEDICATO ALLA DONNA DEDICATO A TUTTE LE DONNE

A tutte le donne

(di Alda Merini)

Fragile, opulenta donna, matrice del paradiso
 sei un granello di colpa
 anche agli occhi di Dio
 malgrado le tue sante guerre
 per l'emancipazione.
 Spaccarono la tua bellezza
 e rimane uno scheletro d'amore
 che però grida ancora vendetta
 e soltanto tu riesci
 ancora a piangere,
 poi ti volgi e vedi ancora i tuoi figli,
 poi ti volti e non sai ancora dire
 e taci meravigliata
 e allora diventi grande come la terra
 e innalzi il tuo canto d'amore.



Alda Merini



Alda Merini (1931 – 2009) è certamente una delle autrici più tormentate del panorama italiano degli ultimi cento anni e oltre.

Dopo aver esordito giovanissima, a soli 15 anni, sotto la guida di Giacinto Spagnoletti, la sua vita è stata punteggiata da ricoveri in case di cura e periodi di solitudine e silenzio.

Era il 1947 quando fu internata per la prima volta in una clinica, dopo l'incontro con "le prime ombre della sua mente".

Nonostante le difficoltà psichiche, la Merini è riuscita a lasciare ai posteri un'intensa e ricchissima produzione.

Non sono pochi le lettrici e i lettori che continuano a scoprire la sua opera poetica, a diversi anni dalla sua scomparsa.

E' un'artista che come poche è riuscita a far vibrare corde profonde della nostra anima.

LE RECENSIONI DEI NOSTRI LETTORI

Ho letto:

IL TEMPO MIGLIORE DELLA NOSTRA VITA di Antonio SCURATI

8 gennaio 1934: Leone Ginzburg, giovane professore di letteratura russa all'università di Torino, rifiuta di giurare fedeltà al fascismo. Con questo suo gesto di rottura in un'Italia dove il regime sta acquisendo sempre più consensi, Ginzburg inaugura il suo destino che lo porterà a diventare un eroe della Resistenza.

In questo libro Scurati ricostruisce la breve vita dell'ebreo russo Leone ripercorrendo le tappe principali della sua intensa attività di scrittore e traduttore (tra l'altro sarà tra i fondatori della casa editrice Einaudi), del suo impegno politico antifascista militante, della sua vita familiare (il matrimonio con Natalia Levi, la nascita dei figli). Ne emerge la figura di un intellettuale rigoroso, perseguitato perché ebreo ed antifascista, che continua a lavorare con tenacia nonostante le molte difficoltà durante gli anni di confino e di carcere. *"Una delle cose che più mi addolora è la facilità con cui le persone intorno a me perdono il gusto dei problemi generali dinanzi al pericolo imminente"*, così scrive a Natalia nel febbraio 1943, in quella che sarà la sua ultima lettera dal carcere di Regina Coeli.

Accanto alla vita ed alle vicende di Leone e Natalia, ricostruite in base a fonti scritte, scorrono nel libro le vite dei nonni dell'autore nati in quegli stessi anni e rievocate attraverso i ricordi familiari dell'autore: Peppino ed Ida Ferrieri, vissuti nei bassi di Napoli, Antonio ed Angelina Scurati, cresciuti alla periferia di Milano. Persone comuni, esistenze umili e dignitose che meritano comunque di essere raccontate con le loro passioni e la loro voglia di vivere.

Intrecciando storie private ad eventi della grande storia, con uno sguardo che spazia dal nord al sud della nostra penisola, Scurati, attraverso una scrittura appassionata ed equilibrata, è riuscito a farci rivivere, con gli occhi del presente, il nostro passato.

Giuliana



“NON SOLO NOI” SPAZIO DEDICATO AI GRUPPI E AI COLLABORATORI

GRUPPO BURRACO

Forse alcuni di voi sapranno che presso l'atrio della biblioteca del centro Auser A P S “Insieme, l'anziano con noi,” da tempo, al giovedì pomeriggio, si incontrano uomini e donne per giocare a Burraco.

Sempre più centri Auser aderiscono a tale iniziativa, anche con un notevole numero di partecipanti.

Si ritiene sia molto utile per aiutare a socializzare, distogliere dai problemi, e dalla voglia di rinchiudersi in casa con il pericolo di cadere in balia della depressione.

Inoltre la tecnica del gioco stimola la mente mantenendola in esercizio.

Sono tutte ottime ragioni per imparare, e poi partecipare attivamente.

Chi vorrà cimentarsi e frequentare un corso amatoriale di burraco, dovrà dare la propria adesione presso la nostra sede; al mattino troverà sempre qualcuno dei nostri volontari in ufficio, o presso la biblioteca.

Una volta valutato il numero degli aspiranti a partecipare destineremo giorno ed ora.

Il nostro gruppo è pensato anche per voi, vi aspettiamo numerosi.

Il corso e la partecipazione sono gratuiti.

Bruna Piccolo



PER NOI DALLA NOSTRA FARMACIA

PRENDI UN PO' DI VITAMINA “B”

L'IMPORTANZA DELLE VITAMINE B

Le vitamine B agiscono su 3 piani:

Funzione neurologica (B6, B9, B12)

Energia (B1, B2, B3, B5 e biotina)

Metilazione (B6, B9, B12 e colina)

Sono vitamine molto utili per tutti ma in particolar modo per sportivi, donne incinte e anziani.

La carenza di vitamine B si manifesta con alcuni principali sintomi: quelli più evidenti sono secchezza della pelle e salute dei capelli, poiché la vitamina B è alla base del loro metabolismo energetico, altri sintomi possono essere mancanza d'appetito, stitichezza, insonnia e acne.

E' consigliabile assumere queste vitamine attraverso la forma attiva, in quanto non vengono compromesse in caso di assunzione di farmaci o di carenza di altre vitamine. Inoltre il loro assorbimento è condizionato da alcuni fattori alimentari e psicologici: infatti è ridotto in presenza di stress, o dall'eccessivo consumo di alcuni alimenti quali caffè, zucchero e alcolici.

Al contrario, invece, l'assorbimento è favorito dalla presenza di altre vitamine, quali C ed E, nonché calcio e fosforo.

Le forme attive sono:



Vitamina B2, sostiene il sistema nervoso, la digestione e il metabolismo energetico; inoltre aiuta a proteggere le cellule dal danno ossidativo.

Vitamina B6, ha un ruolo molto importante nella riparazione cellulare, nei processi energetici, nella sintesi dei neurotrasmettitori.

Vitamina B9, ha un ruolo essenziale nella sintesi dei globuli rossi, nello sviluppo del feto, nella crescita e nella trasformazione degli amminoacidi.

Vitamina B12, basilare nel periodo dell'adolescenza, in gravidanza e allattamento; fondamentale integrarla nelle diete vegetariane e vegane in quanto tale gruppo di vitamina si trova in alimenti di origine animale.

Il farmacista sarà in grado di consigliare l'integratore più adatto alle diverse esigenze.

