

BERGAMO, VACANZE NEL VERDE (11a).

**VALLE DEL RISO****Parco:** Regionale delle Orobie.**Tennis:** Oneta.**Bocciodromo/bowling:** Oneta.**Pesca:** Torrente Riso.

---

La valle si apre all'imbocco dell'Alta Valle Seriana sulla sinistra, in località Ponte Riso, comune di Ponte Nossana. È percorsa dal torrente Riso, sempre ricco d'acqua, e guarda in faccia la parete est dell'Alben con le sue rocce drammatiche e strapiombanti.

La Valle del Riso s'innalza per un 15 km. fino al Colle di Zambla, un passo che a 1260 m. mette in comunicazione l'Alta Valle Seriana con la Val Serina che poi sfocia nella Val Brembana.

Il paesaggio della Val del Riso è incantevole, ricco di faggeti e abetaie.

Nella prima parte il paesaggio è abbastanza ampio e pianeggiante, poi dopo il bivio per Chignolo e Gorno, la strada sale decisamente, sebbene i pendii opposti restino distanti, dando così vasto respiro al panorama.

S'incontrano solamente due paesini, GORNO (475 m.-2.100 ab.) e ONETA (740 m.-800 ab.), e numerose frazioncine. Tutta la valle conta circa 3500, i nuclei di case sono graziosi, ben conservati. Ricordiamo la piazzetta della chiesa di Oneta con i suoi spazi ridotti, le sue armonie da paese di Lilliput.

Prima della scoperta del turismo, l'economia di questi luoghi era affidata in parte all'allevamento di bestiame, in parte all'emigrazione, ma soprattutto al duro lavoro della miniera.

Sin da epoca romana venivano sfruttate numerose miniere di zinco e piombo. Le gallerie esistono a tutt'oggi insieme alle discariche, ai resti di baracche minatori, forni e laverie del minerale.

In questa zona naturalmente è possibile rintracciare minerali interessanti e fossili, soprattutto verso l'Alben. In queste zone, per chi ama le passeggiate, è possibile l'incontro nei boschi con il capriolo o più in alto con il camoscio. Sono presenti anche ricci, volpi, tassi.

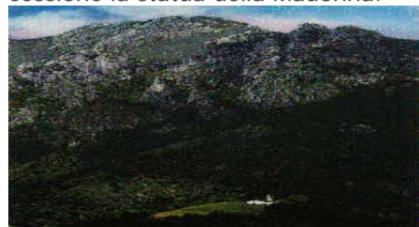
Per concludere l'affrettato ritratto di questa incantevole e intatta vallata, ricordiamo il santuario della Madonna del Frassino situato su un poggio alle pendici del Monte Alben. Venne costruito in seguito all'apparizione della Madonna il 2 luglio del 1501, nel punto ove si trovava un magnifico frassino.

La chiesetta è a tre navate e conserva numerose opere d'arte del Cinquecen-

**POTERE CIVICO**

to, tra cui un grande polittico di Gerolamo da Santa Croce.

Si svolgono nel corso dell'anno varie feste, la più importante è quella della Sagra, che si celebra la 3a domenica di luglio, durante la quale si procede all'incanto per potere portare in processione la statua della Madonna.



Santuario Madonna del Frassino.

**ALTA VALLE SERIANA (1a).****ALBERGHI:** 57/1269 camere, 2398 posti.**CAMPEGGI:** Onore, Valbondione.**RIFUGI:** Albani, Alpe Corte, Baita, Cernello, Brunone, Coca, Consoli, Curò, Flli Calvi, Magnolini, S. Maria in Leten.**GUARDIA MEDICA:** Gromo.**DISCOTECHE/NIGHT:** Gromo, Valbondione.**CINEMA:** Gromo, Valbondione.**VESTIGIA STORICHE:** Ardesio, Gromo.**OASI E AREE PROTETTE:** Valle Sedornia.**CURIOSITÀ:** cascate del Serio, le più alte d'Europa m. 315, visibili 2 volte l'anno.**MUSEI:** dei magli a Ponte Nossana; storico-etnografico-religioso di Ardesio.**GASTRONOMIA:** polenta e osèi, o capriolo, casonsei, formaggelle e salumi.

-----

L'Alta Valle inizia alla strozzatura del Ponte del Costone di Ponte Nossana e subito dopo il paese si dirama in due grandi parti all'altezza di Ponte Selva: a sinistra l'Alta Valle Seriana (1a) propriamente detta che segue il fiume Serio fino alle sorgenti e a destra l'altro ramo (2a) salendo una splendida pineta, l'altopiano di Clusone e poi la Conca della Presolana con la Val Borlezza.

Tra le due grandi zone, una doppia cresta di montagne culmina nel massiccio della Presolana, in questi due rami si passa da un tipo di villeggiatura collinare al turismo di montagna, sebbene i paesi e le frazioni non si trovino ad alta quota (sono collocati tra i 600 e i 1200 metri), il paesaggio risulta sovrastato da montagne e rocce dolomitiche che superano i 3000 metri.

Prima parte dell'Alta Valle è formata dalla Conca di PONTE NOSSA (550 m.-2.600 ab.), paese da sempre conosciuto per due attività industriali: tessile e altiforni per minerali, e per il paesaggio che presenta caratteristiche sia collinari che montane.

All'inizio dell'abitato sorge il santuario della Madonna delle Lacrime di sangue, famoso anche per il fatto che ap-

pena al suo interno a sinistra è appeso un cocodrillo imbalsamato, la sua presenza, quale ex voto, è legata alla leggenda di una grazia ricevuta.

La festa religiosa dell'Apparizione viene celebrata il 2 Giugno e coincide con quella di origine pagana detta del "mas", infatti nello stesso giorno sulla cima di una cresta che sovrasta il paese, viene bruciato un abete trascinato a braccia fin lassù nel mese di Marzo.

Belle passeggiate nelle pinete e lungo le sponde del Serio, pure caratteristica la chiesetta di S. Bernardino con il ponte romanico, sempre per il turista è da visitare la fredda sorgente della Nossana con i tipici magli, la cui attività è conservata nel museo posto lungo il corso del torrente.

In un ambiente verde e collinare a mezza costa è adagiato PREMOLO (630 m.-1.000 ab.), ridente contrada con numerose frazioncine, un tempo famosa con Parre per la parlata gergale dei pastori e mandriani detta "gai".

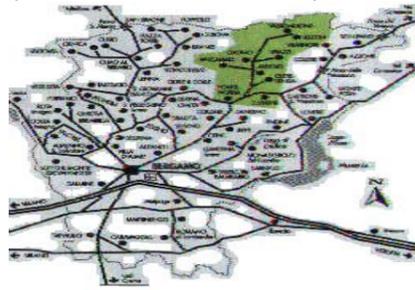
Poco più avanti si trova PARRE (640 m.-2.500 ab.), posto su un piccolo altopiano sempre battuto dal sole e che vanta un'economia piuttosto fiorente con artigianato e piccole industrie.

In passato fu il centro della pastorizia, tradizione che è ancora molto sentita in paese. **Importanti i costumi locali che si legano ad una radicata idea del passato, dando luogo ad attività di tipo folcloristico.**

Interessanti le scoperte fatte negli ultimi anni in località Castello: gli archeologi hanno rinvenuto numerosi reperti dell'età del bronzo e i muri perimetrali di un antichissimo insediamento, addirittura si ipotizza che Parre potesse costituire la capitale delle popolazioni celtiche dette degli Orobi.

Sopra il paese da segnalare la chiesetta dal caratteristico porticato e dedicata alla S. Trinità.

Lungo il Serio, che in questo punto è abbastanza ricco di acque e presenta scenari d'intensa bellezza con le rive lambite da boschi di abeti; a destra salendo si arriva al paesino di PIARIO (600 m.-850 ab.) con l'antico sanatorio-ospedale circondato da pinete, al confine con quella grande di Clusone.

(Continua: Alta Valle Seriana) **Rito**

Ediz.26

LEGGETE E DIFFONDETE:

Edizione n. 26

**POTERE CIVICO**

L'UOMO E I POTERI, PRINCIPI BASE DELLE LIBERTÀ INDIVIDUALI E DELLE DIGNITÀ DI CONVIVENZA: 1) SUSSIDIARIETÀ, 2) RAPPRESENTATIVITÀ, 3) SOLIDARIETÀ PATTUITA, 4) RESPONSABILITÀ, 5) PUNIBILITÀ,

6) DIRITTI E DOVERI, 7) DISTRIBUZIONE DELLA RICCHEZZA. Stampato in proprio. I COPIA  
Giornale di CULTURA CIVICA-Edit. Dir. Adriano Poli-Riproduzione con fonte citata SOVVENZIONE  
Proprietà, possesso, detenzione del Logo e del Nome sono protetti pure dall'uso originario/mensile Abbonamento  
www.poterecivico.it o org E-Mail: info@poterecivico.it o org-Autor. Trib. di Bg 12/05/98 n.21

Mensile d'informazione e attualità: economico, filosofico-sociale, storico-letterario, politico-sindacale, tecnico-scientifico.

**MAGGIORITARIO UNINOMINALE:  
SISTEMA ELETTORALE ABOMINEVOLE.  
di Adriano Poli**

**In demerito al maggioritario Bossianum et  
Mattarellum:** 1) doveva diminuire i partiti e dare governabilità, erano 7 sono diventati 64 e negli ultimi 7 anni ci hanno regalato 7 Governi; 2) avrebbe tolto il consociativismo e dato rappresentatività a noi cittadini, invece ci obbligano a votare un solo nome per lista, deciso dai capipartito e catapultato da fuori zona, e ci hanno fatto subire 3 ribaltoni e centinaia di transfughi da un Polo all'altro con ricatti a non finire; 3) esclusione quasi totale delle donne elette; nei collegi sicuri passano i più servili ruffiani e i loschi coinvolti nelle trame e perciò in possesso di armi ricattatorie; 4) desistenze, liste civette, scorpori e listini bloccati, ecc., significano solo: imbrogli; 5) tutto ciò crea confusione e disaffezione nell'elettorato, al quale si chiede solamente un voto di potere senza nulla in cambio.

In sostanza chi non vuole o non è rappresentato dal maggioritario e dai 2 falsi gruppi-partito non voterà, chi invece lo vuol rafforzare, nel proporzionale non darà il voto a: Di Pietro, Lega, Ccd.-Cdu., Ver-

**SOMMARIO: Editoriale del direttore.** Pag.1  
**Lettere dei lettori: consulenze gratis** per posta.  
**Rubrica consulenza (2a): urbanistica.** Pag.2  
**Rubrica fiscale(4a): detrazioni artigiani.** Pag.2  
**Aborto (2a): petizione Legge 194/78.** Pag.2  
**Alimentazione(1a), salute(20a): anoressia.** Pag.3  
**Curiosità (3a): ping-pong, palline=200/h.** Pag.3  
**Nutrizione (9a): trasparenza pesce (2a).** Pag.4  
**-"Avventura napoletano-araba".** (8a). Pag.5  
**Vita sicura in casa e sul camper (3a).** Pag.6  
**- Scienza laica e l'atto creativo** (8a). Pag.7  
**Pensioni di anzianità: falso problema.** Pag.7  
**Beni ambientali: Bergamo vacanze (11a).** Pag.8  
Abbonatevi e diffondete: **POTERE CIVICO**  
E-mail del direttore: [civpoter@tin.it](mailto:civpoter@tin.it)  
0335-6927227-0347-5500145-Lc.0341-644414  
Redaz.Mi 02-90840906-E-mail: [ranfo@tiscalinet.it](mailto:ranfo@tiscalinet.it)  
Redaz. Cz.: Cas.Post.aperta 88100 Catanzaro  
0961-701564-E-mail: [riccagua@tin.it](mailto:riccagua@tin.it) 0961-953394

di, Bonino, e neppure a R.c..

Ripartizione dei cittadini adulti per ogni collegio: al Sud tra 70 e 80.000 elettori, al Centro tra 80 e 100.000, mentre al Nord è tra 100 e 120.000 per la Camera, e doppi per il Senato; è ovvio che in tal modo la maggioranza dei Parlamentari eletti sarà espressione del Centro-Sud a discapito del Nord. **Cosa ha fatto la Lega quand'era al Governo? Niente!**

**Quando l'elettore moderato di centro-sinistra,** in specie della Margherita, giunto nel proprio collegio e guardando il simbolo dell'Ulivo s'imbatte in un candidato comunista doc o verde-rosso sconclusionato, avrà parecchie perplessità; ce la farà ad esprimere il suo voto?

**Quando l'elettore di A.N.** entrerà nella cabina elettorale del suo collegio e accanto all'emblema berlusconiano si troverà di fronte un candidato ex D.C. o, mal gliene colga, un leghista aizzato da anni di minacce e invettive antifasciste pronunciate dal "secessionista", pluricondannato per vilipendio alla Bandiera e Costituzione, per assegni a vuoto e tangenti; questo cittadino se la sentirà ancora di votare o no?

**Quando l'elettore forzista o nostalgico democristiano o socialista** si recherà nel seggio del suo collegio e scoprirà che assieme al simbolo in cui si riconosce, dovrà magari votare un fascista doc o molto peggio un leghista di sinistra, ammazzagoverni, forcaiolo e anticlericale, in base alle azioni imprevedibili e al linguaggio del suo fanatico capo; questo moderato votante riuscirà serenamente a dare la sua preferenza a chi rappresenta comunque delle idee e delle voglie estremiste anche pericolose?

**Quando l'elettore leghista** aprirà le schede elettorali del suo collegio e vedrà, sul marchio della Casa della Libertà, un ex D.c., un amico del mafioso di Arcore o peggio un vero fascista, dopo quello che Bossi ha detto per anni contro di loro, li voterà ancora oppure no?

La Lega scontenterà parecchi suoi elettori, dovendo correre, per salvarsi in corner, sotto l'ala ossia sotto il simbolo dell'odiato Berlusconi, piduista con tessera 1816 e mafioso, (in base alle accuse rivoltegli da Bossi e pubblicate pure sul suo "giornale" in perenne deficit, per scarsità di lettori e di vendite, nonostante i continui rifinanziamenti pubblici, più quelli frutto dei "ribaltoni").

*Tutti coloro che si sentono traditi o sbeffeggiati da Bossi, disinvoltato voltagabbana, potranno dimostrare il loro dissenso preferendo le liste autonomiste delle varie zone; in Lombardia votando il simbolo: LEGA ALLEANZA LOMBARDA.*

-----

**Per evitare le palesi e antidemocratiche incongruità segnaliamo le nostre proposte:** 1) riequilibrio dell'ingiusta disparità di elettori per collegio, 100.000 per gli On. e doppi per i Sen., e conseguente loro ridimensionamento, ma equamente distribuiti su tutto lo Stato; 2) ripristino di un più democratico e rappresentativo metodo proporzionale, migliorato con uno sbarramento del 5%, ma solo per l'entrata in un Governo, dove i matti non devono entrare e nessuno per il Parlamento, per rappresentare tutti i delegati di interessi collettivi anche estremisti per evitare che si estremizzino di più. **APi**

**POTERE CIVICO contro i soprusi.**

**RUBRICA CONSULENZE (2a).**

NOSTRA E-MAIL: [poterciv@tin.it](mailto:poterciv@tin.it)  
**Urbanistica.**

**Richiesta di Marydim del 24/02/01.**

Salve, mi chiamo Giuseppe ho bisogno di aiuto e vi scrivo per un chiarimento: poco più di un anno fa ho acquistato una casa nei pressi di un'attività commerciale (vendita di materiali edili), la quale per abitudine deposita da sempre i propri materiali inerti (sabbia, brecciolino), sotto le mie finestre ad una distanza inferiore a un metro.

È un anno, in pratica, che non apro le finestre degli ambienti che si affacciano sull'attività commerciale a causa della polvere che entrerebbe in casa.

A questo punto ho interpellato le autorità comunali (ente per l'ambiente e Vigili) confidando in un loro tempestivo intervento: invece, dopo un po' di tempo ho ricevuto un documento in cui si adduceva una regolarità di tutto senza che alcuno, rappresentativo delle autorità citate, fosse venuto in casa mia a verificare il mio reale disagio.

Oltre alla mancanza del reale controllo dell'autorità comunale devo pure pagare la tassa in funzione del Piano Regolatore che prevede che questa zona è considerata residenziale. Grazie, saluti.

**Risposta di Potere Civico del 18/04/01:**

Ci siamo informati presso vari Comuni e l'Asl di nostra competenza prima di risponderle quanto segue:

1) Non ha specificato a che distanza si trova la sua casa dal confine di sua proprietà, oppure se detto confine è rappresentato dal muro esterno della sua abitazione, se così fosse essa deve essere molto vecchia, perché già oltre 30 anni fa si doveva costruire ad almeno mt. 1,5 dal proprio confine, per poter aprire delle finestre.

Oggi la distanza edificabile obbligatoria tra un fabbricato e il proprio confine è di 5 mt., cosippure per il fondo limitrofo, o in alternativa di 10 mt. di distanza tra i due fabbricati (salvo conferma del Regolamento Edilizio).

2) Comunque, di norma i materiali edili di cui all'oggetto devono essere posti a una distanza di almeno mt. 3 dal confine verso la proprietà commerciale (salvo dati Regolamento Edilizio).

3) Quindi si faccia rilasciare dal suo Comune il Regolamento Edilizio e controlla se prevede a quale distanza si possono depositare tali materiali edili.

4) Dopodiché, se non riuscirà a venirne a capo, secondo il nostro parere, l'unico ente che può tutelarla è l'Asl, quindi si rivolga a quella competente della sua

**POTERE CIVICO**

zona e denunci il fatto per scritto, chiedendo l'intervento di verifica di un loro ispettore, sia per quanto riguarda le polveri (in base alle normative d'igiene e salute ambientale), sia per gli eventuali rumori prodotti dalla ditta commerciale, che non debbono superare i parametri previsti dai Codici Civile e Penale, e magari dal Piano Regolatore del suo Comune, per le zone residenziali o miste (come di fatto sembra che sia la sua). Distinti saluti. [www.potercivico.it](http://www.potercivico.it)

**RUBRICA FISCALE (4a).**

NOSTRA E-MAIL: [poterciv@tin.it](mailto:poterciv@tin.it)

**Artigiani: costi detraibili.**

**Richiesta fax di A.R. -Bg- del 12/4/01.**

Vi chiedo delle informazioni su cosa si può detrarre dal reddito di un artigiano del settore produttivo. Grazie, saluti.

**Risposta di Potere Civico di fine aprile:**

Per furgoni-autocarri-veicoli di trasporto merci e attrezzi, con 2 posti (autista + passeggero), intestati alla ditta, l'Iva è detraibile e il costo ammortizzabile.

(Vale pure per imbianchini, idraulici, etc.).

1) Carburanti, lubrificanti e antigelo.

2) Materiali di consumo: a) dell'ufficio, ovvero carta fotocopie, stampanti, calcolatrici, fax, bollettari, buste, valori bollati, etc.; b) degli automezzi, ovvero batteria, gomme, candeole, filtri, etc..

3) Manutenzioni e riparazioni ordinarie e straordinarie automezzi e altro ([vedasi ns/ Ediz. n. 25 del Marzo scorso](#)).

4) Acquisto cellulare (intestato alla ditta), schede o canoni compresi scatti.

5) Bollo e polizza assicurazione auto.

6) Pedaggi autostradali, scontrini dei propri pranzi fuori sede (Iva indetraibile).

7) Acquisto mobili e macchine ufficio, antifurti, computer portatili, etc., quelli di costo superiore al milione con ammortamento pluriennale, in base alle aliquote annue di legge ([allegate, n/Ediz.27 elenco intero](#)), mentre quelli inferiori al milione sono detraibili nell'esercizio.

8) Costi elettricità, telefono, fax, riscaldamento, condizionamento, acqua.

9) Tasse e licenze varie per l'esercizio dell'attività, comprese quelle Camerali, tessere sindacali di categoria; [escluse](#): Ici, Irap, Irpef e multe.

10) Spese Consulenza, Legali ed eventuali perizie per incidenti stradali.

11) Regalie ([ns/ Ediz.23 Gen. 01](#)).

12) Cene e pranzi di lavoro con clienti o fornitori ([ns/ Ediz.23 Gen. 01](#)).

13) Polizze infortuni, ospedaliera e vita: fino a £. 2.500.000/annue, se stipulate con la vecchia legge, restano in vigore sino alla loro scadenza ([se nuove, vedasi ultima finanziaria, ns/ Ediz.23 Gen. 01](#)).

14) Contributi propri di legge: Inps, Inail.

15) Oneri e interessi bancari su portafoglio, fido di cassa e mutui.

16) Affitti passivi e canoni leasing.

17) Costi di eventuali dipendenti.

18) Possibili prestazioni d'opera occasionali. Saluti. [www.potercivico.it](http://www.potercivico.it)

**ABORTO (2A): MODIFICHE LEGGE 194/78.**

BREVE PREMessa tratta da dei brani della: "Evangelium Vitae - Il valore e l'inviolabilità della vita umana", lettera Enciclica di Giovanni Paolo II.

"Ma lo stesso porsi della questione dello statuto giuridico dell'embrione non può non riproporre la questione dell'aborto, per la semplice ragione che altrimenti si verrebbe ad accertare una diversità di trattamento, quanto a tutela giuridica, tra individui umani prodotti artificialmente e quelli prodotti naturalmente, a tutto vantaggio dei primi rispetto ai secondi e con palese contraddizione col principio di eguaglianza senza distinzione, fra l'altro di condizioni personali e sociali (e tali sono le modalità del concepimento), che costituisce caposaldo delle diverse democrazie (22)."

(Nota 22-Sui dati scientifici che militano a favore della parità di trattamento giuridico tra concepito e già nato, in ordine all'invulnerabilità del diritto alla vita, cfr. A.Serra:Pari dignità all'embrione umano nell'Enciclica "Evangelium Vitae", in Medicina e Morale, 1995, 4, p.793 ss.).

"Nel caso, quando non fosse possibile scongiurare o abrogare completamente una legge abortista, un **PARLAMENTARE**, la cui personale opposizione all'aborto fosse chiara e a tutti nota, potrebbe lecitamente offrire il proprio sostegno a proposte mirate a limitare i danni di una tale legge e a diminuirne gli effetti negativi sul piano della cultura e della moralità pubblica. Così facendo, infatti, non si attua una collaborazione illecita a una legge ingiusta; ma si compie un legittimo e doveroso tentativo di limitarne gli aspetti iniqui".

Da un volantino

**Petizione da spedire al Vs/ Parlamentare preferito:**

Mitt..... Egr. On.....  
 Oggetto: adozione prenatale nell'ambito della legge 194/78.

Visto che oggi la medicina consente di recuperare l'embrione senza danneggiarlo ed è possibile l'impianto in altro utero, Le chiedo gentilmente di prodigarsi per dare anche la possibilità alla donna di donare il proprio embrione in modo anonimo e gratuito a coppie sterili per terminare la gravidanza.

Grazie per quanto potrà fare, distinti saluti.  
 Data: Firma:

**ATTO CREATIVO SCIENTIFICO: IDENTIFICATO NELLA LUCE E LA FIDES ET RATIO (8a).**

A questo punto, ripresi sistematicamente lo Studio della Ricerca Scientifica, dedicandomi alla sperimentazione in vari settori. E osservando che, tra la scienza applicata e quella teorica esistevano forti contrasti, poi le mie idee si chiarirono in parte passando alla Storia della Filosofia, proprio nelle riflessioni dei primi filosofi greci.

Già allora espresse seguendo dei ragionamenti basati su una logica induttiva e deduttiva primitiva, ma in quei pensieri si sentiva la volontà di un'indagine sincera, non condotta a fini equivoci, e i fatti del mondo fisico e metafisico venivano vagliati in chiave comparativa e metodologica.

Comprendendo così l'importanza dello studio sistematico, che divenne la mia principale passione; salvo che dialogavo con tutti: persone impegnate nelle varie scienze, legate a diverse religioni o correnti filosofiche, con ciò mi accorsi che ognuno crede in ciò che gli hanno imposto di credere: seguendo una logica ristretta alle sue conoscenze; per cui chi non conosce certe situazioni o fatti specifici, non può compararli con i dati a lui conosciuti.

Nelle scuole italiane, ad es., s'insegna una sola religione: quella cattolica, e in modo frammentario, mentre sarebbe utile capire come e perché i vari credi esistono, per quali scopi le religioni sono state imposte ai vari popoli: nei rispettivi contesti storici e culturali.

Ora mi si accapona la pelle nel leggere certe affermazioni di Giov. Paolo II, che ripropone con veemenza il concetto di evangelizzazione che equivale al solito "imperialismo", sia in campo economico che in campo ideologico.

Giovanni Paolo II, da capo del Vaticano, uno Stato straniero che, ritenendosi "arbitrariamente" il centro del mondo, e con i Patti Lateranensi riebbe indipendenza e sovranità, ma ciò non dà il diritto di "pretendere" che in Italia si diano pari opportunità a una scuola privata, volta a un oscurantismo culturale, a creare degli "ignoranti dotti", perché indottrinati in modo parziale e inappropriato, per il tempo storico in cui viviamo, sia in campo religioso che in quello scientifico: ridicolizzando l'evoluzionismo per imporre un anacronistico creazionismo arcaico.

A costoro non interessa una società adeguata ai tempi, ma solo l'egemonia di una fede legata ai loro privilegi.

**POTERE CIVICO**

La Storia c'insegna che la Chiesa si è macchiata di crimini tra i peggiori, paragonabili a quelli di Hitler, Stalin, Mao, Mussolini e molti altri; milioni di persone furono arse vive, dopo torture tremende e questa ISTITUZIONE, FIGLIA DELLA "SANTA INQUISIZIONE", vorrebbe elevarsi a moralista, a madre del sapere divino, a capo della scienza e della filosofia, a benefattrice dell'umanità.

Quando poi, da leggi vaticane, il 70% dei proventi raccolti per i poveri sono usati dal clero per finanziare i loro piani di predominio dittatoriale, anche se tra i singoli preti c'è chi dà tutto ai poveri, ma coloro che stanno nel Vaticano meritano ben poca clemenza!

Nell'ultima lettera di Fatima, si parla anche di questo, ma chi ha aiutato Giov. Paolo II a redigere la **FIDES ET RATIO**, di quella lettera inviata dalla Madonna, non ne ha tenuto conto, né ha suggerito al Santo Padre "infallibile" di rammentarsene quando, terminando l'enciclica ha voluto dedicare alla Madonna la sua stima ..., per scongiurare che si avveri il contenuto della terza lettera?

Se potessi, chiederei a Giov. XXIII e a Giov. Paolo I, cosa pensano di Sua "Santità" Giovanni Paolo II e di coloro che gestiscono la Chiesa di Roma!

Io questo potere, purtroppo, non lo possiedo e non essendo né santo né profeta, posso dire, in base all'esperienza terrena acquisita, che chi racconta menzogne e cerca di far ricadere su altri le proprie colpe, finirà per pagarle qui in Terra, e senza tribunali speciali.

A me, Giovanni Paolo II, appare come l'ennesima persona eletta papa a fini ambigui. Una figura posta su un'altalena per poter oscillare avanti e indietro come meglio crede.

Il 29 ottobre 1998, la Chiesa ha chiesto pubblicamente scusa per i roghi e le torture inflitte agli eretici: e questo è un evento degno di plauso, ma quando deciderà di lasciar libera (in Italia) la stampa scientifica dalla censura oscurantistica che ancora l'opprime???

Nessuno può pubblicare nulla di scientifico senza il suo controllo: affidato a custodi esterni bene ammaestrati come: Antonino Zichici, Tullio Regge, ecc.

Poi, la scuola italiana dev'essere libera, indipendente e padrona d'insegnare ciò che ritiene migliore, anche se è già stata penalizzata da 50 anni di regime democristiano, che in campo scientifico ha dovuto seguire direttive occulte molto ambigue, facendola regredire al 36° posto a livello internazionale, mentre dovrebbe ricoprire i primi posti.

(Continua) **Mario Agrifoglio**

**(-N.d.dir.:** tutte le Chiese degenerano quando il potere temporale si somma o si appropria di quello religioso, vedi i Borgia o i Medici, Riccardo VIII, etc., per l'Islam lo è ancora oggi, in Afghanistan, Iran, Iraq, Algeria, in Asia e così fu in passato quando ci salvò la Chiesa Cattolica, in Spagna e a Lepanto.

Secondo me, tutti coloro che vogliono scegliere un tipo di scuola privata più vicina al loro sentire, hanno il diritto di poterlo fare, basta che sia a parità di costo per lo Stato e che il programma ideologico e scientifico sia identico e che spazi pure sulla storia delle varie religioni, anche se la preminente per la nostra cultura sia quella Cattolica.

Caro Prof., presto, e come è giusto che sia, ma per colpa della miopia di una parte della Chiesa, alleata della sinistra che cerca voti, si dovrà dare lo stesso diritto alle scuole dell'Islam e altre, e senza reciprocità alcuna.

Speriamo che il prossimo mea culpa non sia quello di chiedere scusa per questa stolta cecità, non memore la Chiesa delle migrazioni da lei stessa create ai fini di conquista, sia nel Sud-America che in Europa, specie in Svizzera.

Già 20 anni fa, parlando con gl'immigrati musulmani più sinceri, emergeva l'obiettivo della conquista dell'Europa con ogni mezzo, anche mafioso e soprattutto con la loro alta natalità e proliferazione migratoria. Il tutto, comprese le Moschee, scuole e cimiteri Islamici, furono oggetto di una mia mozione nel consiglio comunale di Ponte S. Pietro, nel lontano 1989 e nel 1991 in quello provinciale di Bergamo).

(Senza responsabilità sulle persone).

**PENSIONI DI VECCHIAIA E ANZIANITÀ.**

Nel 2000 le nuove pensioni di vecchiaia erogate dall'Inps si sono ridotte di oltre il 51%, scendendo a 100 mila unità dalle oltre 200 mila dell'anno precedente, e nel 2001 scenderanno di altre 20 mila, pari a un altro 10%.

La riduzione è dovuta all'innalzamento dell'età per la pensione a 65 anni per gli uomini e 60 per le donne, come previsto dalla riforma Amato del 1992.

Ricordando anche la riduzione di 40 mila pensioni di anzianità nel '99 rispetto alle previsioni, sottolinea "l'interessante stabilizzazione del numero dei due tipi di pensioni. Quindi pure la riforma del 1995, voluta anche dai sindacati, funziona. Lo conferma il Presidente Inps.

Come mai tutti continuano a dire che le pensioni vanno abbassate? SEMMAI VANNO TOLTE QUELLE AL DI SOTTO DEI 35 ANNI E DIMINuite QUELLE SOPRA AI 2,5 MILIONI AL MESE. Dal ns/ servizio informazioni

PER UNA VITA SICURA IN CASA (3a).

### SERRAMENTI

Porte e finestre lasciate aperte, in specie su lati opposti, possono creare delle correnti d'aria pericolose per la salute, e magari chiudersi violentemente creando delle condizioni di pericolo, soprattutto per i bambini, per la rottura e caduta di vetri o per lo schiacciamento di mani e arti fra stipiti e battenti.

**FISSARE QUINDI LE PORTE E FINESTRE.**

**Non** effettuare lavori chinati sotto le finestre se prima non le si sono chiuse completamente, **nell'alzarsi ci si può sbattere la schiena con violenza.**

### PAVIMENTI

I pavimenti e gli eventuali rivestimenti devono essere sempre puliti, ma **non scivolosi** e risultare privi di irregolarità o dislivelli pericolosi, e liberi da oggetti fuori posto, **specie se tondi o con ruote.**

**Non** camminare su pavimenti lisci indossando solo le calze, si scivola.

I tappeti **non** devono presentare ondulazioni o bordi ripiegati che possono causare dannosi inciampi, **se non aderiscono bene al pavimento possono provocare gravi e dolorose cadute.**

Può essere utile l'impiego di sottotappeti antiscivolo o nastri adesivi.

### CASSETTI E ARMADI

**Non** utilizzare sgabelli o sedie sovrapposti per raggiungere la sommità di un armadio, geneffe, finestra o porta.

Usare solo scalette mobili, ma che siano munite di **dispositivi antisdrucciolo** alle estremità inferiori e di catena o piastrina bloccante nella parte alta.

**Non** salire sui cassetti inferiori aperti per accedere alle parti alte degli armadi.

**Non** estrarre mai completamente i cassetti: l'eventuale mancanza di sistemi di arresto ne permetterebbe la caduta.

**Non** lasciare mai i cassetti aperti. Ne possono far le spese le vostre gambe o la testa dei bambini.

### SCALE MOVIBILI

**Non** fare uso di scale semplici o doppie sprovviste di zoccoli antisdrucciolo o non assicurate contro gli spostamenti.

**Non** collocare le scale semplici contro appoggi non sicuri (spigoli, colonne tonde, ecc.) o in corrispondenza di porte. **Salire e scendere con il viso rivolto verso la scala e con le mai libere per potersi tenere.**

**Non** salire sugli ultimi pioli e **non** spostarsi eccessivamente di lato, e **non** usare calzature (pantofole, ciabatte) che non diano sicuro appoggio al piede.

### USTIONI

Le ustioni in casa sono molto frequenti

## POTERE CIVICO

e spesso volte hanno conseguenze tragiche. Quasi sempre sono dovute a incuria e disattenzione degli adulti. Nella quasi totalità dei casi chi è coinvolto è un/a bambino/a che poi ne porta i segni per sempre.

**Non** sistemare sul fornello padelle con manico sporgente, **comunque posizionarle sempre verso il muro e non verso l'interno del locale, non** lasciare nelle vicinanze sgabelli o altri oggetti con i quali il bimbo possa raggiungerle.

**Non** lasciare aperto il forno quando è caldo per farlo raffreddare in fretta. Questo può avere una temperatura anche di 300° C, cioè 3 volte la temperatura dell'acqua bollente.

**IMMAGINATE SE UN BAMBINO METTE UNA MANO SULLA PARETE INTERNA!**

**Non** deporre a terra pentole o altri recipienti con acqua bollente e **neppure** su lavandini, mobili, **RIPIANI O DAVANZALI**, ove possono essere rovesciati.

**Non** lasciare mai il ferro da stiro incustodito. Se siete chiamati al telefono togliete la spina e chiudete la porta del locale impedendo al bambino di entrare. Dopo l'uso riporre il ferro in luogo sicuro per i piccini. Evitare però di metterlo su parti che possano sciogliersi, es. il suo cavo o chiuderlo ancora caldo in un armadio contenente biancheria o roba infiammabile.

**NON LASCIARE MAI SOLO UN BAMBINO SE VI È LA MINIMA POSSIBILITÀ CHE INCIDENTI DEL GENERE SI VERIFICINO.**

**Non** alimentate mai le fiamme con liquidi infiammabili. Questo può originare una fiammata violenta e imprevedibile che può provocare gravi ustioni anche al viso o addirittura incendi. **(Es.: per facilitare l'accensione del barbecue, o per pulire il box con la benzina)**

### RISCHI D'INCENDIO

**PROVOCARE UN INCENDIO, A VOLTE, È DI ESTREMA SEMPLICITÀ. BASTA UNA SBADATAGGINE O IL TRASCURARE UN'ELEMENTARE NORMA DI SICUREZZA.**

**RICORDIAMOCI PERÒ CHE UN INCENDIO IN CASA CON PIÙ INQUILINI PUÒ COINVOLGERE TUTTI E NON SOLO CHI L'HA PROVOCATO. VEDIAMO BREVEMENTE QUALI SONO IN GENERALE LE CAUSE PRINCIPALI.**

**Non** accostate a tende o drappaggi, paralumi e oggetti ornamentali di carta, fiammiferi accesi o altre fiamme. Durante l'infuriare di temporali staccare la spina del cavo d'antenna e quella di corrente del televisore.

Un fulmine, anche se non colpisce direttamente il televisore, può comunque entrare attraverso i cavi e provocare lo scoppio dell'apparecchio.

**Non** incassate l'apparecchio Tv in mo-

bili dove non vi è circolazione d'aria, è certo che prima o poi s'incendierà assieme al mobile.

In alcune case è d'uso coprire il televisore con un panno. Ricordarsi di toglierlo **completamente** quando lo si accende per evitare che scoppi.

Le fessure nel coperchio posteriore del televisore servono per far uscire il calore prodotto dal funzionamento.

**Non** coprire queste aperture, anzi cercare di tenerle aperte asportando la polvere con un pennello.

**Non** appoggiate il televisore ai drappaggi o tendaggi perché possono essere una fonte di incendio.

**MUNIRE LA CASA DI APPOSITI ESTINTORI E AVVISATORI DI GAS E INCENDI.**

### ALTRE FONTI DI PERICOLO

Se usate termocoperte, scaldaletti, ecc. da infilare nel letto, osservate che siano munite del marchio di sicurezza, **togliere la spina prima di coricarsi.**

**Non** fumate quando siete a letto. Potreste addormentarvi senza accorgervene e non svegliarvi più, tenendo presente che potreste essere causa di disgrazie anche per altre persone.

Un altro grave errore che il più delle volte costa caro è quello di coprire le lampade con indumenti. Ci si può addormentare con il rischio che la lampada s'incendi. Ricordarsi che esistono dispositivi appositi, detti potenziometri per regolare la luminosità, **altrimenti utilizzate lampadine più basse.**

Impiegare gli utensili con attenzione e per l'uso cui sono destinati (es. coltello e forbici vanno tenuti e dati dalla parte del manico e non dalla lama).

Usare solo coltelli in buone condizioni, adatti alla materia da tagliare, che si adattino bene alla mano e le impediscano di scivolare sulla lama.

Per coltelli da utilizzare con una certa forza la parte estrema dell'impugnatura deve essere conformata, in modo da bloccare le dita evitando che sotto sforzo la mano scivoli sulla lama.

Utilizzare completamente la superficie di lavoro per pulire la verdura e piegare le dita della mano con la quale si tiene la verdura stessa: in tal modo è quasi impossibile ferirsi.

**Ricordiamoci che il pericolo è sempre in agguato, si può "risparmiare" qualche minuto nelle faccende domestiche, ma in caso di errore, causato dalla fretta, potremmo noi o altri rimpiangerlo per tutta la vita, rimanendo su una sedia a rotelle o con lutti. Quindi rifacciamoci al vecchio e saggio proverbio: "prevenire è meglio che curare".**

(Continua) Dal ns/servizio informazioni

## POTERE CIVICO

**A TUTTI I LETTORI:** le informazioni fiscali, consulenze, etc., sono e saranno gratuite.

Se sarete soddisfatti, aiutateci a tenere, in vita la testata che appartenendo a una associazione culturale, scientifica, economica, senza scopi di lucro, anche perché in termini politici quello che noi pubblichiamo per fare opinione molte volte nessun giornale italiano lo pubblica, pertanto se riterrete opportuno fare un'offerta libera per vaglia, sarà senz'altro gradita. Grazie.

### ALIMENTAZIONE (1A).

**UOMINI E DONNE DIVERSI ANCHE A TAVOLA? SALUTE (20A): ANORESSIA E BULIMIA.**

Per il 56,2% dei ragazzi di età compresa tra i 6 e i 23 anni, il cibo è un piacere, mentre per ben il 64,8% delle ragazze della stessa età alimentarsi è semplicemente una necessità fisiologica che viene vissuta come un dovere.

Questo è il dato più rilevante di una indagine internazionale che ha coinvolto undici Paesi, tra cui Italia, Germania, Gran Bretagna, Svezia, Stati Uniti e Canada. Una buona parte delle ragazze intervistate, a proposito dell'alimentazione quotidiana, ha anzi affermato che uno dei loro obiettivi principali è quello di cercare di ridurre il numero delle calorie introdotte.

Sono molte anche quelle che si autoimpingono di diminuire il numero di portate e di privilegiare un pasto considerato marginale come la colazione anziché il pranzo o la cena. È sempre il sesso femminile a sostenere a gran voce la predilezione per i cibi "light" come yogurt, frutta, verdura e pesce.

I loro coetanei, invece hanno dichiarato di andare pazzi soprattutto per la carne, la pizza, la pasta, i formaggi, i sandwich e panini, insomma per alimenti molto nutrienti e ipercalorici.

Resta da chiedersi quali siano le ragioni di una spaccatura così netta tra ragazzi e ragazze nell'ambito dell'alimentazione, si tratta forse di una questione di papille gustative oppure scelte del genere sono dettate dalla società?

Gli esperti che hanno raccolto e analizzato tutti i dati sono concordi nell'affermare che non si tratta di una questione di gusti diversi. In realtà, le scelte femminili sono imposte, involontariamente, dalla società, che vuole l'uomo forte e virile, e la donna magra, esile, quasi al limite dell'anoressia.

Pertanto, le ragazze imparano da subito a modificare le proprie scelte die-

tetiche in modo tale da riuscire, almeno in parte, ad inseguire i modelli di magrezza imposti dall'opinione pubblica corrente, ma soprattutto dagli ambienti dello spettacolo, della moda e dalla voglia di fare la modella, l'attrice, la conduttrice, la cubista, di farsi vedere di mettersi in mostra, quindi di "vendarsi" per diventare famose e arricchirsi con il minimo sforzo.

Certamente spinte in questo da una pubblicità ossessiva e interessata fatta da tutti quelli che ne traggono un loro tornaconto, dalle industrie produttrici di prodotti alimentari e dietetici, a basso contenuto di costi, ma ad elevato valore di vendita, cosippure di lassativi e purganti o peggio da coloro, e sono molti, che ci sguazzano, illudendole con promesse di facili guadagni e carriere, e si divertono utilizzandole anche sessualmente e poi rendendole merce di scambio in vari concorsi di bellezza e perfino in alcuni talk-show.

**Intanto decine e decine di migliaia di giovani ragazze suggestionate da ogni forma di propaganda martellante, si rovinano cadendo preda dell'anoressia, bulimia e depressione, a volte fino a morire, e i cui costi economici e sociali per le loro famiglie e per la collettività stanno diventando insostenibili, come hanno recentemente affermato il ministro della sanità e altri eminenti studiosi psicologi, sociologi e psichiatri.**

È giusto che tutti noi si cerchi di essere o diventare belli e di mantenersi in ottima salute, per piacersi e per piacere, ma occorre che ciò non ci porti alla pazzia o alla morte, alla rovina fisica e mentale anche di chi ci ama.

### NOSTRI CONSIGLI PRATICI.

**Appena notate che un vostro figlio o figlia adolescente o no, si isola, si rinchioda nella propria stanza, sta troppo tempo in bagno, specialmente se incomincia ad abusare dei lassativi, usa parecchia carta igienica e dentifrici, se ha strani rapporti col cibo o peggio se mangia solo una volta al dì, se scambia il giorno per la notte, se ama il buio e non esce di casa, se non studia o non lavora più (ricordatevi che l'ozio è il padre dei vizi e che chi non lavora non mangia), intervenite immediatamente, siate forti e severi, non aspettate.**

**Se da soli non riuscite a risolvere la situazione, in specie se il vostro familiare non riesce più a lavarsi, rivolgetevi senza indugi o vergogne al vs me-**

dico e al C.p.s. (Centro psico-sociale) dell'Asl della vostra zona, prima che sia tardi.

Se la situazione è già precipitata e la ragazza/o, purtroppo non riesce più a compiere le normali azioni quotidiane, ha diritto ad un assegno d'invalidità civile dalla Prefettura, e se ha lavorato almeno 20 anni anche alla pensione minima Inps, inoltre nei casi più gravi pure a un assegno di accompagnamento e, se è senza familiari, all'assistenza domiciliare gratuita.

**Milly**

### CURIOSITÀ (3A):

**PING-PONG, PALLINE A 200 KM./ORA.**

Non sarà famoso come il calcio e non possiederà neppure gli idoli dell'hockey e tennis, ma il ping pong rimane un gioco fra i più praticati ed uno sport fra i più spettacolari.

Sulla distinzione gioco-sport riportiamo il parere dei tecnici delle società agonistiche di tennis da tavolo:

"l'approccio a questa disciplina avviene per piacere, poi ci si appassiona, trasformandola da esclusiva fonte di divertimento a qualcosa di più importante e di agonistico; semplificando, il ping-pong è un gioco, il tennis da tavolo la sua evoluzione, il passo non è affatto scontato perché si tratta di uno sport apparentemente semplice, ma dotato invece di numerose peculiarità, sia tecniche (movimenti e posizionamenti particolari) sia per i materiali usati (solo per le facce delle racchette esistono ben 200 tipi di gomma); per questo, per apprezzarlo appieno andrebbe conosciuto a fondo, cosa che al momento accade raramente".

Quali sono le caratteristiche del perfetto pongista? "In ordine d'importanza: 1) capacità tecnica; 2) condizione atletica e prestanza fisica; 3) velocità e prontezza di riflessi; 4) freddezza e solidità psichica; 5) doti naturali come la coordinazione.

SONO LE QUALITÀ NECESSARIE PER AFFRONTARE UN AVVERSARIO CHE SI TROVA A POCHI PASSI DA TE E CHE TI SPARA A RITMO INCESANTE PALLINE CHE CORRONO ANCHE A 200 CHILOMETRI ORARI".

In Italia operano migliaia di società pongistiche, nelle quali militano decine di migliaia di appassionati e professionisti, quasi ogni oratorio o palestra comunale ha almeno un tavolo da ping-pong, cosippure in moltissimi alberghi e ritrovi di altre discipline sportive.

Solo nel 2000, nel nostro paese sono stati venduti più di 50.000 ping-pong.

Dalla nostra redazione.

### NUTRIZIONE (9a): OPERAZIONE PESCE TRASPARENTE (2a).

#### LA FRESCHEZZA

1) Per pesci, molluschi e crostacei un indicatore è la **LUCENTEZZA** dell'aspetto esteriore. Colori brillanti indicano che il pesce è stato pescato da 1-2 giorni; **occorre fare attenzione che il pesce non venga mantenuto lucido più a lungo con dei frequenti lavaggi.**

2) L'**OCCHIO** è un indicatore; nei pesci esso al momento della pesca è convesso. Con il passare dei giorni vi è una lenta perdita di tensione interna per cui l'occhio diviene gradatamente concavo. **Non acquistate del pesce con gli occhi troppo curvati verso l'interno.**

A volte pesci che vivono a profondità oltre 100-200 metri, ove vi sono pressioni elevate, risentono della diversa pressione quando sono portati rapidamente in superficie, per cui gli occhi e, a volte, i visceri escono dalla loro normale sede. **Sono forse brutti da vedere ma sono freschi fino a che l'occhio è molto sporgente.**

3) Altro segnale è dato dal **COLORE DELLE BRANCHE**, che devono essere rosate, **con il passare del tempo il colore si attenua fino a divenire avorio.**

4) La **CONSISTENZA DELLA CARNE** è un elemento importante. Un pesce fresco ha i tessuti molto elastici e sodi e non rimane alcuna fossetta premendolo sul fianco con un dito. **Se rimane l'impronta del dito conviene non comprarlo.**

Se non siete convinti delle notevoli differenze che vi sono tra prodotti ittici freschi o meno, acquistate alcuni pesci della stessa specie e taglia e mangiateli lessi, cuocendoli in giorni successivi; il risultato vi convincerà delle differenze, ma vi potrà anche indicare il grado di "frollatura" da voi preferito.

#### ALTRE INFORMAZIONI

- **L'alimentazione** per tutti gli animali è importante perché il gusto di una specie viene determinato dalla qualità e quantità di cibo che ingerisce. Questo aspetto influenza in maniera diversa le singole specie; alcune cambiano il tipo e la qualità dell'alimento nel corso della crescita, altre compiono spostamenti ampi, più o meno periodici, ed hanno un'alimentazione diversa da una zona all'altra.

Anche i pesci che vivono sempre nella stessa zona cambiano a volte alimentazione in relazione ai cicli biologici delle loro prede o quando alcune di quelle abituali sono scarse.

Una diversa alimentazione spesso è all'origine di differenti caratteristiche organolettiche di una stessa specie pescata in aree diverse.

Ad esempio il nasello cambia alimentazione con il passare del tempo, da giovane si nutre di piccoli crostacei, poi si alimenta di pesci e da adulto preferisce i cefalopodi: il sapore della sua carne è diverso in relazione alla taglia.

- **La quantità di cibo** disponibile determina anche l'intensità dell'alimentazione, cioè la velocità di accrescimento ed il tenore di grassi. Un organismo che mangia di più tenderà ad essere più grasso, ad avere carni meno compatte ed un sapore più marcato.

Nei mari italiani ci sono zone più produttive, ad esempio l'Adriatico, dove gli organismi, trovando più cibo, si accrescono rapidamente, sono più grassi e le carni sono più morbide. Questo è il caso delle sogliole o delle triglie adriatiche.

- **L'età di un organismo** è importante nel determinare le qualità organolettiche. **Nei pesci, crostacei e molluschi vi è una proporzionalità all'interno di una stessa specie, tra dimensioni ed età, per cui gli organismi più grandi sono anche quelli più vecchi.**

- **Nel corso dello sviluppo** si hanno variazioni nella **compattezza** e nel **gusto**. Un'alice giovane di 1 anno, di 10 cm., ha un sapore molto diverso da una di 3 o più anni (16-18 cm.) che mostra un sapore delle carni più deciso ed una diversa consistenza.

- **La qualità dell'ambiente** è molto importante perché gli organismi acquatici vivono nell'acqua, con la quale stabiliscono una serie di relazioni. La loro sapidità è strettamente collegata alla salinità dell'acqua, cosicché i pesci di acqua dolce a bassa concentrazione salina, sono meno saporiti di quelli di mare. Ciò avviene perché la pressione osmotica tende ad equilibrare il sale interno agli organismi con quello dell'acqua. Il fatto determina anche il sapore più dolce degli organismi lagunari o più saporiti per gli animali che vivono in stagni salati. Le acque pulite evitano sapori sgradevoli, che possono essere assunti in ambienti contaminati.

- **Altro elemento riguarda le lavorazioni** a cui sono sottoposti i prodotti ittici dalla pesca fino all'acquisto. Se i pescatori alla cattura del pesce, ol-

tre alla cernita e lavaggio in mare aperto, eseguono l'eviscerazione, si ha una migliore conservazione muscolare; così dicasi se il pesce viene conservato subito in frigo a temperatura appropriata o se, ad es. il pesce azzurro, viene immesso appena pescato in acqua e ghiaccio. Le tecniche di pesca, i passaggi dalla barca al consumatore e le modalità con cui avvengono possono contribuire alla qualità del prodotto.

#### GUIDA ALL'ACQUISTO: I MOLLUSCHI

A tutela della salute del consumatore, ci sono delle **norme igienico-sanitarie** che con la difesa della qualità del prodotto ittico ne garantiscono la salubrità. Tali norme prevedono la catalogazione delle acque dove i bivalvi vivono, - per i molluschi provenienti da zone di produzione con particolari requisiti - e l'obbligo di depurazione in appositi Centri alimentati con acque marine pulite. La normativa prevede, inoltre, l'obbligo di confezionamento del prodotto in contenitori adeguati, resistenti, e sigillati e la certificazione della qualità dei passaggi dalla produzione fino alla vendita.

I molluschi vengono venduti in apposite confezioni, in retine di plastica di circa 1 kg. cadauna, spesso, contenute in scatole di plastica o di legno.

La confezione deve indicare la provenienza, la specie e i Centri di spedizione e depurazione, le date di confezionamento e scadenza.

Si consiglia l'acquisto dei molluschi in confezione e non sfusi e di maneggiare il sacchetto con cura per evitare la rottura delle valve e la fuoriuscita del liquido racchiuso tra le stesse.

**Il bivalve deve essere acquistato vivo.** Dopo il prelievo dall'ambiente in cui vive, esso può, in condizioni corrette, restare vivo per 4-5 giorni. Per riconoscere se è vivo si deve iniziare dall'esame delle valve che devono essere ben chiuse, se socchiuse toccandole devono chiudersi.

Se i bivalvi non vengono consumati subito si deve mettere il sacchetto in frigo e avvolto in un panno bagnato. Prima di consumarli si consiglia di metterli a bagno in acqua salata con sale grosso e cambiare più volte l'acqua per eliminare la sabbia.

È buona norma cuocere sempre i bivalvi e non mangiarli crudi. Una volta cotti e tolti dal guscio possono anche essere congelati in appositi barattoli con il loro liquido di cottura.

(Continua nutrizione)

Milly

### AVVENTURA NAPOLETANO-ARABA. (8a):

- Ho con le mie credenziali di Ambasciatore presso la vostra Repubblica una lettera del mio Re. Le une e l'altra saranno presentate al ricevimento del vostro Presidente, che accetterà con la mia nomina, il real desiderio di avere lei quale Ambasciatore d'Italia nel nostro paese...questa sera festa in casa, mi passi Mariannina al telefono. -

- Mariannina è dal parrucchiere, la farò chiamare all'Ambasciata non appena rientra. -

- D'accordo, ma le preannunci la mia visita ... un pranzo coi fiocchi e le solite farfalline coccolone che mi portino al più delizioso e ristoratore sono possibile. -

Pensò a tutto Mariannina, e la festa fu degna del nuovo Ambasciatore.

---

Due settimane dopo arrivarono al Quirinale: Ambasciatore, credenziali e missiva del Re ... e qualche giorno dopo la telefonata di mio padre che mi annunciava d'esser convocato al Ministero degli Esteri.

Era preoccupato, ansioso, pensava a qualche mia malefatta.

- Ma scusa papà - gli dissi - se ci fosse qualche guaio non sarebbe certamente il Ministro degli Esteri a convocarmi ma il maresciallo dei carabinieri e questi, più che mandarmi a chiamare, mi verrebbe a prendere, ti pare babbo mio? -

- È giusto, è vero, ma fammi avere notizie il più presto possibile. -

- D'accordo, - conclusi ed appesi il cornetto. Raggiunsi Mariannina. Era stesa sul letto. Non dormiva e non vegliava. Era in stato di delizioso torpore psico-sessuale, come se la sua mente sfogliasse un fumetto porno.

- Vieni, amami, sono tua. -

Così mi disse e come al solito finì.

---

Nel pomeriggio telefonai al segretario del Ministro che mi fissò un appuntamento per il giorno successivo.

Mi ricevette con gran riguardo. Sapeva tutto di me e della mia famiglia.

- Dottor Pucillo, complimenti per la simpatia che la lega al Sovrano di Kamait, ed auguri affinché i rapporti di commercio ed amicizia possano, con la sua mediazione, rafforzarsi e crescere. -

- Sì Eccellenza, ho saputo dal nuovo Ambasciatore del desiderio di Sua Altezza, ma in verità non mi è possibile

accettare un tale incarico. Non ne sono preparato, né penso di avere i requisiti adatti all'incarico. -

- Dottor Pucillo, per i requisiti non si discute. Voi siete figlio di Don Domenico, di cui tutta Napoli conosce saggezza e onestà. Mai un capello torto a nessuno. Una società seria ed onorata alla quale molti parteciperebbero ben volentieri, se i capitali sociali venissero adeguati alle richieste, ma vostro padre è puro e quel che ha basta alla sua famiglia e non chiede di più. In quanto a preparazione, non capisco cosa vorreste fare. Forse conoscete una scuola che laurei ambasciatori o ministri? Sono queste vocazioni che nascono con vita e che la vita dà ai migliori dei suoi figli. Voi siete tra questi, anch'io sono tra questi. -

- Eccellenza se lo dite voi, a che servirebbe il mio replicare o ricusare. -

- Bene dottor Pucillo. Obbedienza e saggezza. Il vostro operato è al vaglio del nostro paese. L'Italia non è più degli italiani. L'Italia è dei partiti italiani, uno di questi partiti vi sostiene e voi contraccambierete in modo ragionevole e generoso. Il petrolio sarà il vostro denaro, usatelo con tanto senno da meritarmi il nostro consenso. Sì, dottore, l'Italia è dei partiti. È l'inequivocabile susseguirsi dei corsi e ricorsi storici del compianto Vico Gianbattista. È chiaro e semplice: metti ogni partito in una porzione del suolo italico e tornerai ai tempi dello Stato Pontificio, del Regno delle Due Sicilie, del Lombardo-Veneto e così via. Voi che dite? -

- Io nulla, ma mi sembra un passo indietro nella storia, un arretrare il progresso e la civiltà. -

- Se non volete che questo avvenga, eccovi la chiave. -

E così dicendo mi porge una tessera d'iscrizione al suo partito. La prendo, la guardo, la leggo e gli sorrido:

- Questa tessera è il progresso e la civiltà. -

- Siete molto chiaro, Eccellenza, ma un errore od una concepibile inesperienza, mi procurerebbero certo gravi sanzioni e questo mi preoccupa. -

- Dottor Pucillo, la nostra Costituzione sorge dalle rovine fasciste. La nostra Repubblica ha posto fine al fascismo ed ai suoi capi ... l'esempio insegna, non penserete quindi che le nostre responsabilità possano avere giudizi dalla Magistratura o dal furor di popolo. La precedente esperienza ci è stata di monito. L'immunità parlamentare, l'accurato e scrupoloso ser-

vizio di polizia per le nostre persone fisiche ... sì, sì, capisco; ma non è certo un rimpasto di Governo che possa preoccupare un Ministro perché vien passato da un Ministero all'altro, od un cambiamento di sede diplomatica che possa preoccupare un Ambasciatore. Il mio consiglio è che partiate il più presto possibile, che raggiungete, seppur in visita privata la vostra futura sede d'ambasciata, che assicuriate Sua Altezza Reale del suo desiderio appagato e che stabiliate i primi contatti economico-commerciali. Dottor Pucillo, che la sede d'ambasciata sia degna del paese che rappresentate, poi, al vostro rientro, tra un paio di mesi, avrete nomina e credenziali da deporre nelle mani del Re. -

- Farò quel che desiderate in nome del nostro partito. -

- Arrivederci dunque. Tra due mesi qui per la nomina e l'onore che meritate ... auguri, Signor Ambasciatore. -

---

Riferii del colloquio a Mariannina.

Pianse di gioia prima, poi per l'ardor con cui l'amai.

La stessa sera feci ritorno a Napoli. Mio padre allibi, Don Cataldo Ciaccio esultò.

Il mattino dopo mi ritenni in dovere di far visita al Vescovo. Mi ricevette nel suo studio, gli dissi di me e si commosse.

- Pasquale, ogni giorno ho pregato per te. Vieni, ringrazia Lei. -

E così dicendo, un po' a tastoni per la grave miopia, mi sospinge nella sua camera e qui mi fa inginocchiare dinanzi all'immagine della Madonna

- Ringrazia Lei - ripete - È un altro miracolo il tuo. Una fabbrica di miracoli è la Madonna mia bella. -

E così dicendo le manda uno schioccante bacio con la mano.

Chiesi congedo e tornai a casa. Pensavo e riflettevo. Forse era la prima volta in vita mia che ci provavo a farlo. Pensavo a quanto mi era accaduto in quei pochi mesi. Riflettevo sulle parole del Vescovo circa il miracolo della Madonna.

Io da buon napoletano non conosco che il miracolo di San Gennaro, però alle parole del Vescovo ci pensavo. D'accordo: la tela di Raffaello, d'accordo: la complicità di Mariannina, d'accordo: l'intesa con l'arabo, ma se la Madonna ci avesse messo lo zampino per davvero in futuro come l'avrei messa? Per guadagnare tempo lasciai il corso ed imboccai un vicolo nel mezzo dei bassi che mi avrebbe riportato all'inizio della strada di casa mia.

(Continua)

Pietro Fossati