

# superba



**8 MARZO, FESTA  
DELLA DONNA**

**INCONTRO CON  
GLI ULTIMI**

# SOMMARIO

## SUPERBA DLF

Periodico mensile delle Associazioni  
Dopolavoro  
Ferroviano di Genova e Novi Ligure

Direttore editoriale  
Pierluigi Favareto

Direttore responsabile  
Stefano Secondino

Redattore capo  
Eros Amadei

Redattori  
Rosaria Augello  
Mario Dotti  
Sebastiano Lopes

foto di copertina  
Carnevale a Venezia  
(foto di Pierluigi Favareto)

Progetto grafico  
e impaginazione  
Luisa Luperini

Direzione - Redazione - Amministrazione  
via Andrea Doria, 9 - 16126 GENOVA  
tel.: 010 261627 / fax 010 261806

Aut.Trib. Genova N.12/1968  
Spedizione in a.p. 45% art.2 comma 20/b  
legge 662/96 - Filiale di Genova

Chiuso in redazione il 24 gennaio 2003

Stampa  
Tipografia Nuova Ata  
via G.Torti, 32 C r - 16143 GENOVA  
tel.: 010 513120 / e-mail: nuovaata@iol.it

Tiratura copie n.10.200  
www.genova.dlf.it  
e-mail: dlfgenoa@dlf.it



ASSOCIATO AGENZIA STAMPA NAZIONALE DLF

<b>2003: UN ANNO IMPEGNATIVO</b> di Alessandro Cabella .....	3
<b>8 MARZO IN COMPAGNIA</b> .....	5
<b>E' ARRIVATA LA BEFANA</b> a cura della redazione .....	6
<b>IL DLF E LA SOLIDARIETA'</b> di Rosaria Augello .....	8
<b>TEATRO ARCHIVOLTO</b> .....	11
<b>GRUPPO FERMODELLISTI</b> .....	13
<b>TEATRO ALBATROS</b> a cura di Pasquale Costa .....	13
<b>LOCOMOTIVE A VAPORE: LA 691</b> di Eros Amadei .....	14
<b>ESCURSIONISMO: BILANCIO DI UN ANNO</b> di Sebastiano Lopes .....	16
<b>TEATRO DELLA CORTE</b> .....	18
<b>LA LOCOMOTIVA</b> .....	19
<b>SHAKESPEARE IN PUNTA DI PIEDI</b> di Gianni Bartalini .....	20
<b>DLF NOVI LIGURE</b> .....	21
<b>L'AN MISSO IN TO MEZO</b> di Roberto Della Vedova .....	22
<b>1963: L'ANNO DEL POP - PARTE DUE</b> di Giancarlo Balduzzi .....	23
<b>TURISMO</b> .....	24
<b>GRUPPO PESCA</b> a cura di Carlo Niccoli .....	26
<b>CICLOTURISMO</b> di Alessandro Cabella .....	27
<b>UNO STRANO VIAGGIO</b> di Eros Amadei .....	28
<b>LA FARFARA</b> di Michela Calcagno .....	30

## 2003: UN ANNO IMPEGNATIVO di A. Cabella

Come molti nostri Soci avranno certamente notato il DLF in questi ultimi tempi ha attivato una politica di dismissione delle attività commerciali, liquidando o uscendo dalle Società Commerciali in cui era impegnato.

Si tratta di una precisa scelta, tesa ad indirizzare l'attenzione e le risorse del DLF verso quelli che sono i suoi compiti istituzionali: la cura e la promozione degli interessi e delle necessità dei nostri Soci. A questo scopo, nell'immediato futuro, è nostra intenzione sviluppare ulteriormente e creare ex novo una serie di iniziative che possano valorizzare e "coinvolgere" sempre più i nostri Associati (e, soprattutto, i Ferrovieri); tra questi progetti ricordo il potenziamento delle Borse di Studio per i figli dei Ferrovieri, il rilancio dei Circoli FS e, soprattutto, l'impostazione di una attività di "Turismo Sociale" che, a prezzi particolarmente contenuti, consenta a tutti i Ferrovieri (e specialmente ai Pensionati FS) di viaggiare, socializzare, conoscere le bellezze del nostro Paese.

Tutto questo è stato reso possibile (e lo sarà ancor più in futuro), grazie alla

compattezza e alla concordia all'interno del Consiglio del DLF; un bene prezioso che deve essere conservato ad ogni costo ed è più che mai necessario in questo anno 2003, in cui si svolgeranno le elezioni per i Consiglieri dei prossimi quattro anni, soprattutto in vista (oltre ai progetti dei quali abbiamo parlato) anche dei pressanti e pesanti problemi che attendono il DLF nell'immediato futuro.

Le imminenti elezioni non devono essere quindi (come andiamo da tempo ripetendo) occasione di contrapposizioni e discordie all'interno del gruppo dirigente del DLF.

E' per queste ragioni che noi auspichiamo (unicamente nell'interesse del Dopolavoro), per le prossime elezioni, una lista unica che comprenda tutte le espressioni sindacali e che esprima persone serie, competenti e disponibili.

Sarà questo un modo di affrontare serenamente il prossimo confronto elettorale, senza creare quelle fratture e quelle rivalità che non potrebbero poi non ripercuotersi sul Consiglio che risulterà eletto dalla libera scelta dei Ferrovieri.

# CENTRO OTTICO BURANELLO S.n.c.

Via Buranello, 184/186/188 r. - tel/fax 010 467068

è lieto di offrirvi

- VISITA COMPUTERIZZATA
- GARANZIA DI RIUSCITA LENTI VARIFOCALI
- LENTI DELLE MIGLIORI MARCHE
- LABORATORIO DI NOSTRA PRODUZIONE
- MONTATURE DELLE MIGLIORI MARCHE

## LINEA ECONOMICA

marchiata centro ottico Buranello

- MONTATURE VISTA (COB)+ LENTI(COB)
- LENTI DI SERIE (NON DI RICETTA) SFERICHE / ASTIGMATICHE euro 67,14

VISTA - SOLE - SPORT

linea vista completa di lenti sconto 30% - linea sole sconto 20%

## CENTRI DANZA IDEA

danza, ballo, gym & fitness



4

- |               |                                      |
|---------------|--------------------------------------|
| BRIGNOLE      | P.zza Verdi, 9 - tel. 010 532250     |
| PRINCIPE      | Via A.Doria, 5b - tel. 010 2743349   |
| SAMPIERDARENA | Via E.Porro, 4 bis - tel. 010 463220 |
| PONTEDECIMO   | Via P.Anfossi, 1 - tel. 010 713290   |

per informazioni tel. 010 26.16.27 - 010 27.43.349



**CONTO ARANCIO**

ING  DIRECT

**Conto Arancio: altri interessi, stessa banca**

Cristina Copello  
Promotore Finanziario ING  
Sviluppo Investimenti SIM SpA

è a disposizione, su appuntamento,  
presso la sede DLF di Via A.Doria, 9

**010 38.83.03 - 348 91.20.557**



8 MARZO  
in  
COMPAGNIA

5

*In occasione della ricorrenza dell'8 marzo, presso il salone del circolo di Rivarolo, il DLF organizza una giornata ricca di iniziative che spazieranno dalla poesia al teatro, dalla musica alla danza.*

**Alla manifestazione numerosi ospiti e rappresentanti delle istituzioni locali.**





## E' ARRIVATA LA BEFANA...

6 Come tradizione l'appuntamento con la Festa della Befana si è rinnovato, con la presenza di grandi e piccini in una festosa giornata al Teatro Albatros di Rivarolo. La partecipazione di Tino Fimiani si è confermata anche quest'anno come momento di grande attrazione, per le sua capacità di divertire e stupire il pubblico, che è stato a sua volta abilmente coinvolto nello spettacolo. Clownerie, cabaret e magia sono stati gli ingredienti sapientemente mescolati in un'ora circa di puro svago

e divertimento. Al termine dello spettacolo il nostro brillante presentatore Carlo Cambiaso ha annunciato l'arrivo tanto atteso da tutti i piccini: con sacco e bastone è salita sul palco la Befana (Tamara Dagnino), che ha distribuito calze a tutti i bimbi presenti, alcuni un po' intimoriti da questa misteriosa presenza.

Anche i più timidi però, vinta la prima riluttanza, hanno partecipato al saluto finale con una foto ricordo insieme alla Befana!!





• foto Bonelli

Superba n.2 - febbraio 2003



## IL DOPOLAVORO FERROVIARIO E LA SOLIDARIETA' di Rosaria Augello

8

La solidarietà per noi non è un “atteggiamento caritatevole” verso i poveri, ma una testimonianza e un radicato impegno civile. Essere solidali con i più deboli, i meno fortunati è infatti nel codice genetico del Dopolavoro Ferroviario: indicata all’articolo 3 dello Statuto tra le finalità dell’Associazione la solidarietà è al centro di numerose iniziative del DLF nazionale e delle sedi territoriali.

Dobbiamo anzitutto ricordare la raccolta di fondi a sostegno progetto “lotta all’AIDS in Mozambico” della Comunità di Sant’Egidio. Questa iniziativa si propone di finanziare la realizzazione di un ospedale a Matula (Mozambico) per curare le donne affette da HIV e il loro bambini, con interventi tempestivi sulla trasmissione della malattia da madre a figlio. Fino adesso, le sottoscrizioni del DLF hanno raccolto la significativa cifra di 180.000 euro, che permetteranno la

realizzazione della struttura, garantendone l’avvio!

All’interno della nostra sede di Genova l’impegno solidale è costante, soprattutto attraverso le iniziative del Gruppo “LA LOCOMOTIVA – Linee di solidarietà”, tra le quali ricordiamo il Progetto aiutiamo ad aiutarci (sui temi della salute e della famiglia) e il Progetto Tabagnè (raccolta di fondi per una struttura in Costa d’Avorio).

Anche quest’anno, in occasione delle festività natalizie abbiamo aderito all’iniziativa denominata “la festa degli ultimi”, momento di attenzione da parte dei Soci DLF nei confronti di persone in difficoltà e senza fissa dimora, che molto spesso trovano (o trovavano) rifugio nelle stazioni ferroviarie o nei loro pressi. Purtroppo le persone che vivono situazioni di grande disagio sociale, spesso accentuato dalla solitudine sono sempre di più e non solo anziani.



Nel 2001, il 29 dicembre, in collaborazione con la Comunità di Sant'Egidio avevamo organizzato una cena presso la mensa DLF di Genova Principe. Quest'anno, sempre in collaborazione con la Sant'Egidio abbiamo preferito spostare questo momento di attenzione subito dopo le feste. Così sabato 11 gennaio, presso il Circolo DLF di Rivarolo, abbiamo ospitato un'ottantina di persone (non ci piace assolutamente chiamarli barboni !!!), offrendo loro non solo una cena, ma speriamo anche un momento di serenità.

I nostri ospiti sono stati accolti dalle magnifiche voci del coro gospel "Spirituals & Folk", diretto dal Maestro Guido Ferrevoux; una volta a tavola, a servire insieme a noi ferrovieri e soci DLF e ai volontari della Comunità, Marta Vincenzi e il Presidente della V Circoscrizione Valpolcevera Gianni Crivello.

La presentazione di un menù ricco di portate è stato possibile grazie al con-

tributo del Centro Commerciale SOGEGROSS, al contributo di SALVATORE GALUPPO (Mercato Orientale), e di Gastronomia IL BORGO di Pontedecimo e soprattutto grazie all'impegno di MAURO BELLAGAMBA, chef di Ristoligur, che ha organizzato e preparato il menù.

L'atmosfera della serata è stata sin dall'inizio vivace, con numerosi scambi di battute fra i commensali e gli "improvvisati" camerieri, tra i quali il Presidente del DLF di Novi Ligure Giovanni Agapito e Pietrino Basso e Carmine Licciardi del DLF di Chiavari e si è ancor più rallegrata con il brindisi finale e la consegna dei doni (plaid, magliette e calzini) a ricordo dell'iniziativa. Coerenti con i nostri principi vogliamo che queste occasioni di incontro non si verifichino una sola volta all'anno in occasione delle feste, ma diventino piuttosto un percorso continuo e strutturato perché la solidarietà dura 365 giorni all'anno.



In occasione della **Festa di Natale** promossa dai **centri Danza Idea** il 21 dicembre u.s., presso il **Salone DLF di Rivarolo**, sono stati raccolti **356 Euro** a favore dell'**Istituto G. Gaslini**.

Un ringraziamento va pertanto a tutti i partecipanti che, pur coinvolti nell'euforia del ballo e della brillante animazione dei nostri maestri, hanno aderito numerosi a questo momento di solidarietà, non dimenticando quindi il vero spirito dell'iniziativa.

## Guida Soci 2003



## *Avete ricevuto la Guida Soci 2003?*

*Non mancate di usufruire  
delle opportunità di risparmio e  
qualità selezionata che Vi offre,  
presentandoVi negli esercizi  
commerciali convenzionati con la  
Tessera DLF 2003!*

*Essere Soci conviene!*


10

## *Fermodellismo*



Il Gruppo Fermodellistico Genovese organizza presso la Sala Blu del DLF di via A. Doria 9, Genova - Principe, ore 21,15, ingresso libero, i seguenti incontri:

- **21 febbraio**, “La ferrovia del Brennero”, 60 minuti tra il versante nord (ÖBB), la stazione di Brennero ed il versante sud (FS). Doppie e triple trazioni, locomotori austriaci, tedeschi ed italiani, treni merci, regionali ed Eurocity, contornati dal bel paesaggio alpino estivo ed autunnale. Molte le immagini di tratti di linea oggi abbandonati.
- **21 marzo 2003** : “I grandi valichi europei”. 90 minuti di video suddivisi tra il Frejus, il Gottardo, il Lötschberg e l’Alberg. Quattro valichi per tre amministrazioni ferroviarie: SNCF, SBB, BLS, ÖBB; paesaggi alpini tra neve, rocce e prati. Scene mozzafiato e situazioni “da plastico” per treni di ogni categoria. Sul Frejus immagini storiche dell’ultima CC7100 in servizio.



**ta** Teatro dell'Archivolto

Teatridithalia

# Mai morti

testo e regia **Renato Sarti**  
con **Bebo Storti**

**Teatro Gustavo Modena**  
**19.20.21.22 febbraio**  
ore 21

Il tragico ricordo del più terribile dei battaglioni della Decima Mas, denominato **Mai morti**, in un monologo ambientato nella Milano plumbea e xenofoba di oggi e magistralmente interpretato da un inedito **Bebo Storti**. Durante una notte il protagonista di questo monologo di **Renato Sarti**, basato esclusivamente su episodi della nostra storia ampiamente documentati, si sveglia e si abbandona ai ricordi: la **Ettore Muti**, la banda fascista che **Mussolini** elevò a legione autonoma per l'opera di repressione durante gli scioperi del marzo del 1944 a Milano; la strage della comunità copta di **Debrà Libanos**; l'uso indiscriminato e massiccio dei gas da parte dell'esercito italiano in Africa contro le popolazioni civili. Anche il nostro presente anima i suoi sogni a occhi aperti: siamo nella Milano incandescente del 1969 quando "ai funerali di piazza Fontana si doveva fare il gran botto finale: allora si che "si riusciva a scaraventare anarchici tranquillamente dalla finestra, raccontare frottole a destra e a manca e farla comunque sempre franca".



**biglietteria 010.412.135**  
**info 010.6592.220**

# **ISTITUTO SCOLASTICO PRINCIPE DOPOLAVORO FERROVIARIO GENOVA**

*Scuola Funzionante con assenso del Ministero della Pubblica Istruzione.*

P.zza Acquaverde, 4 (Atrio Stazione Principe)

Tel: 010-2743782 Fax: 010-2462644

Genova, febbraio 2003

## **OGGETTO: PROMOZIONE RIVOLTA AI SOCI DEL DLF ED AI LORO FAMILIARI.**

L'Istituto Scolastico Principe Dopolavoro Ferroviario è lieto di annunciare ai Soci del Dopolavoro Ferroviario ed ai loro familiari che potranno beneficiare di

### **UN CORSO GRATUITO**

per ogni iscrizione effettuata su TUTTI i corsi linguistici:  
Inglese, Francese, Tedesco, Spagnolo.

Informatici: MS-DOS, Windows 98, Word, Excel, Access, Programmazione C e C++, Autocad, Photoshop, Corel Draw, Flash, 3D Studio Max, Power Point, Web Master, Web Designer, Internet e di formazione professionale: Segretariato, Turismo, consegnando questo numero di Superba entro e non oltre 5 giorni dal ricevimento.

La data di inizio corso, i giorni e gli orari di frequenza saranno a scelta dello studente.

Possibilità di stage in aziende e agenzie turistiche.



*...un vagone di sogni e idee*

Continua con successo la stagione al Teatro Albatros e il mese di febbraio offre quattro spettacoli di genere diverso ma tutti di pregevole qualità.

**Sabato 1 e Domenica 2 febbraio**

**Teatro Mistral in *TERRE DI MARE***

liberamente ispirato a "Oceano Mare" di Alessandro Baricco, regia di Livia Carnignani.

In una scenografia che profuma di iuta e corde tirate, si muovono due personaggi, un pittore e una donna misteriosa. Essi si scrivono, si pensano, si desiderano, ma per diverse ragioni non si incontrano. Partiture musicali si intrecciano a poesie del mare, come le fantasie del mare si mescolano a miraggi terreni, per sfociare nella viva evocazione del fado portoghese. Le parole e la musica diventano il respiro dell'onda, un canto della vitale sacralità che unisce da sempre l'uomo al mare.

**Sabato 8 e Domenica 9 febbraio**

**Teatro Garage in *L'OMBRA DELL'ALTRO***

regia di Lorenzo Costa

Superfluo presentare una produzione del Teatro Garage, uno dei maggiori teatri cittadini che da oltre vent'anni produce e offre ospitalità a spettacoli di indiscussa qualità. "L'ombra dell'altro" appartiene a quel genere del teatro di situazione in cui tanto accade, a dispetto di un apparente immobilismo. Una giovane ricca vedova raccoglie dalla strada un barbone che somiglia incredibilmente al defunto marito. Gli chiede di interpretarne il "ruolo" per riscuotere una grossa somma di denaro. Pur non essendo un giallo nel senso tradizionale del termine, vi aleggia un clima di attesa e di mistero che cresce fino al colpo di scena finale.

**Sabato 15 e Domenica 16 febbraio**

**Compagnia do Mugugno in *E POLPETTE DA LALLA ANGELA***

testo e regia di Gualtiero Piccardo

Commedia in dialetto genovese, vincitrice alla rassegna del Premio Valpolcevera 2001, viene rappresentata da una compagnia che da quindici anni opera sul territorio della Valpocevera e non solo, per sostenere, con le proprie iniziative, la Scuola Materna Parrocchiale di Isoverde. Gualtiero Piccardo autore, regista e attore della compagnia, ha allestito una messa in scena intelligente e divertente capace di solleticare la curiosità di chi ama la commedia in genovese.

**Sabato 22 e Domenica 23 febbraio**

**Eventinmovimento in *TAVOLE E TAVOLOZZE***

la danza incontra la pittura a cura di Marina D'Agnano

L'originalità, la passione e l'alta professionalità sono gli elementi che contraddistinguono lo spettacolo ideato da Marina D'Agnano che vedrà avvicinarsi sul palcoscenico dell'Albatros, gruppi di danza, accuratamente selezionati, per realizzare un autentico "evento in movimento" che porterà lo spettatore contemporaneamente all'interno di due linguaggi, apparentemente diversi. La danza e la pittura sapranno interagire tra loro in un unico spazio creando immagini e sensazioni suggestive.

La sezione pittura sarà curata dagli Studenti dell'Accademia Ligustica di Belle Arti.

Vi aspettiamo perché pensiamo che dal teatro scaturiscono sogni e idee, e crediamo che concedersi una sera a teatro voglia dire lasciare, per un po', il peso della realtà (senza negarla), far respirare il cuore e il cervello, mettere in movimento la fantasia: solo così possiamo tornare in contatto con quella parte di noi che non ha mai smesso di provare emozioni.

*(a cura di Pasquale Costa)*

**Superba n.2 - febbraio 2003 - TEATRO**

## LOCOMOTIVE A VAPORE di Eros Amadei

*A partire da questo numero vorremmo ricordare alcune vecchie locomotive a vapore che hanno fatto la storia della Ferrovia e sono rimaste nel cuore e nel ricordo di molti Ferrovieri.*

*Vorremmo iniziare questa serie presentando la 691, una delle locomotive a vapore più potenti e più "belle" costruite dalle Ferrovie italiane.*

### ANNO 1928: NASCE LA 691



14 La "gloriosa" 691 appartiene ad una serie di locomotive a vapore, costruite a partire dagli anni venti, che si ispirava ad un modello americano e che, per questo, fu chiamata "PACIFIC".

Dopo una prima Pacific (la 690), le Officine Breda di Milano ne crearono una seconda più potente e veloce, la 691, che restò per lungo tempo uno dei gioielli del nostro parco locomotive.

Adibita per lungo tempo alla linea Milano/Bologna e poi alla Milano/Venezia, due tra le linee cruciali del nostro sistema ferroviario, essa era in grado di viaggiare tranquillamente a 130 Km/h e di raggiungere (nella tratta Verona/Vicenza) punte di 150Km/h.....e tutto questo negli anni trenta!

Complessivamente furono costruiti 33 esemplari di 691, la prima nel 1928 e l'ultima nel 1934, ma malgrado l'elettificazione e il progresso tecnologico essa restò in servizio fino ai primi anni sessanta; una prova della sua robustezza e della sua affidabilità.

Ora essa gode di una meritata "pensione" (presso il Museo della Scienza e della Tecnica di Milano) e forse qualcuno tra i nostri colleghi a riposo, guardando le foto qui sopra, riconoscerà la fedele compagna di lavoro di quegli anni lontani.



## **Locomotiva a vapore 691**

### **► DATI TECNICI**

Locomotiva a vapore surriscaldato e a semplice espansione dotata di quattro cilindri, due interni e due esterni, con distribuzione esterna tipo Walshaert, tre sale accoppiate, carrello anteriore a due sale e solo portante posteriore.

<b>Peso:</b>	94,6 t (in servizio)
<b>Potenza a 90 km/h:</b>	1.750 CV
<b>Velocità massima:</b>	130 km/h
<b>Diam. ruote motrici:</b>	2030 mm
<b>Capacità di acqua:</b>	29 t
<b>Capacità di carbone:</b>	5,5 t

*Se qualche collega avesse del materiale fotografico su vecchie locomotive a vapore, mi farebbe cosa gradita se potesse farcelo pervenire (ovviamente previa restituzione), al fine di arricchire questa rubrica; al caso contattare Eros Amadei, Tel. 010/261627 FS 2220.*

15



## **AIUTIAMO AD AIUTARCI**

### **Associazione Familiari contro i disturbi alimentari**

## **Seminari d'informazione**

*presso la Sala Blu DLF - Via A.Doria, 9*

- **Venerdì 28 Febbraio ore 20,30** Relatore Dott. D. Morando  
sui **problemi psicologici**
- **Venerdì 28 Marzo ore 20,30** Relatore Dott. A. Arata  
sul **trattamento dei disturbi**
- **Venerdì 09 Maggio ore 20,30** Relatore Dott. B. Masini  
sulle **strategie d'aiuto**



**48 escursioni** domenicali, **12 trekking** di più giorni (da due a sette, a seconda delle iniziative), **7 serate** con diapositive, film e video, **2 incontri tecnici**: queste sono le cifre del nostro 2002 escursionistico. Ma i numeri, già di per sé ragguardevoli, non rendono conto della qualità e della crescita del Gruppo, che ha ormai raggiunto la “maggior età”, grazie all’entusiasmo e all’impegno dei molti amici che organizzano le attività e alla partecipazione dei soci, sempre più numerosi.

16 Per celebrare l’**Anno Internazionale delle Montagne** abbiamo proiettato, con il patrocinio della Federazione Italiana Escursionismo (FIE), tre film di grande valore artistico, con trame e immagini che rappresentano approcci diversi al rapporto tra uomo e montagna in Himalaya e nel Caucaso.

Per il ciclo “**Camminare per conoscere**” abbiamo ospitato le immagini di Roberto Bixio e Mauro Traverso su archeo-speleologia nell’Armenia Turca e all’isola di Malta, le diapositive di Sebastiano Lopes su un trekking speleologico in Siria, l’esilarante video di Mario Dotti sulle escursioni del 2002. Tutte le serate anno visto una lusinghiera affluenza di appassionati e sono state occasione per far conoscere le nostre iniziative alla cittadinanza, anche attraverso la diffusione sulla stampa locale.

La nostra presenza nel **Comitato Ligure della FIE** si è consolidata con una sempre maggiore partecipazione, anche a livello istituzionale.

La collaborazione con i simpatici amici del **Circolo della Montagna Ansaldo** è proseguita in modo proficuo con la partecipazione reciproca a varie inizia-

tive e all’organizzazione della “tre giorni” nel gruppo montuoso del Cevedale.

Molti soci del Gruppo sono cresciuti tecnicamente, sia nel livello della loro attività personale, sia dimostrandosi affidabili direttori di gita. Un grande merito va attribuito a **Mario Dotti** che, oltre ad essersi impegnato come organizzatore di importanti e riusciti trekking (Sardegna, Abruzzo, Calanques, tanto per citarne alcuni), si è prodigato per trasmettere le sue conoscenze sull’escursionismo esperto, anche con attrezzature tecniche. Un vanto del Gruppo è l’aggiornatissimo **sito Internet** ([www.genova.dlf.it/escursionisti](http://www.genova.dlf.it/escursionisti)) curato da **Roberto Pratolongo**, che è uno dei soci più attivi, impegnato in molteplici attività escursionistiche e organizzatore delle iniziative di Pasqua all’isola di Capraia e Capodanno nel Parco dell’Argentera.

I soci **Marco Piana** e **Mauro Sicco** hanno scritto una serie di articoli di treno-escursionismo dall’accattivante titolo “**A fil di binario**”, pubblicati sulla rivista ferroviaria Amico Treno.

Per quanto riguarda le **gite domenicali**, che costituiscono l’ossatura della nostra attività, la partecipazione è stata ottima, con punte superiori alle cinquanta persone (non solo per il pranzo sociale!). Fra brevi e lunghe, vicine e lontane, quasi tutte le domeniche dell’anno abbiamo fatto delle escursioni.

La vera forza del nostro Gruppo è come sempre **l’integrazione di competenze e di ruoli**, che ci permette di gestire insieme la vita associativa senza essere condizionati da una struttura decisionale a piramide (soci-consiglio direttivo) che in alcuni casi può limitare le idee innovative.





DOMENICA 2 MARZO 2003



## VISITA A SAN ROSSORE

Ritrovo dei partecipanti alle ore 7,30 di fronte alla stazione Principe.  
Trasferimento a San Rossore (Pisa) in pullman gran turismo  
(linee Genova Rent).

Visite guidate, con accompagnamento di Guide Naturalistiche specializzate: sono possibili itinerari più o meno lunghi adatti a tutti.

INFORMAZIONI E PROGRAMMA DETTAGLIATO PRESSO IL DLF  
(Tel 010 26.16.27)

**Termine ultimo di iscrizione:** Venerdì 14 febbraio 2003  
(con caparra di 20 euro, quota pullman)

**Vi aspettiamo !**

***L'iniziativa è riservata ai Soci del Dopolavoro Ferroviario***



VENERDI' 28 FEBBRAIO - ORE 20.30

**IL VIOLINISTA SUL TETTO**

Musical di Joseph Stein

con

**MONI OVADIA****THEATER ORCHESTRA**

18

Uno dei capolavori del teatro musicale americano fra i più visti in assoluto con 3242 repliche a Broadway, due versioni cinematografiche e cinque edizioni discografiche. La vicenda tratta da una novella di Solomon J. Robinowitz, scrittore di origine ebraica, narra la storia di Tevye, simpatico lattaio di un ridente villaggio nella Russia zarista del primo Novecento, personaggio semplice e saggio, ricco di una sconfinata bontà e di una assoluta fiducia nel genere umano impegnato a pensare al matrimonio per le sue tre figlie. Alle vicende del protagonista si affianca la vita di tutto un villaggio, le profonde tradizioni della cultura e religione ebraica, le canzoni e le danze folkloristiche, le sofferenze storiche che questo popolo ha dovuto subire.

Moni Ovadia mette in scena per la prima volta in Italia questo bel racconto attraverso un allestimento di grande spettacolarità, con musica suonata dal vivo con i tradizionali elementi in uso nelle orchestre Klezmer dell'epoca (fisarmoniche, violini, clarini...) e un cast artistico di 25 ballerini acrobati provenienti dall'Est europeo impegnati in balletti e danze originali.

*Un'occasione per unire svago e cultura ed un grande omaggio alla tradizione ebraica, un lavoro di grande poesia e umanità che può ancora insegnare qualcosa ad una società oggi più che mai a rischio di imboccare la strada senza uscita del conflitto radicale tra i popoli e culture.*

**BIGLIETTO RIDOTTO SOCI DLF**

1° settore euro 17.50

2° settore euro 11.00

giovani (entro i 21 anni) euro 9.50 - universitari (entro i 28 anni) euro 11.00

**PRENOTAZIONI**

Entro lunedì 17 febbraio presso gli uffici DLF

# AIUTIAMO AD AIUTARCI



Continuano i contributi di associazioni con le quali collabora LA LOCOMOTIVA.

L'articolo che segue è un contributo di ALICE (Associazione contro l'ictus cerebrale).

## CHE COS'È UN ICTUS?



Il cervello, per lavorare in modo corretto, ha bisogno più di qualsiasi altro organo di un continuo apporto di ossigeno e di nutrimento tramite il sangue, del buon funzionamento dei vasi sanguigni e della normale contrazione del cuore. Se il sangue non arriva al cervello, il tessuto cerebrale va incontro a morte (necrosi) e si verifica il cosiddetto "infarto cerebrale".

L'ictus è un danno cerebrale, causato da un disturbo circolatorio a livello del sistema nervoso centrale, che avviene in seguito ad un'improvvisa interruzione del flusso sanguigno diretto ad una parte del cervello. Questo solitamente è dovuto al restringimento o chiusura (occlusione) di un vaso arterioso cerebrale da parte di un trombo oppure all'ostruzione di un vaso da parte di un coagulo che proviene dal cuore o dalle arterie di dimensioni maggiori (embolia). In entrambi i casi il sangue non riesce ad arrivare al cervello, causando un ictus ischemico: è il più frequente e costituisce circa l'85% di tutti gli ictus.

Quando invece si rompe un'arteria cerebrale, in

seguito all'aumento della pressione arteriosa o per una malformazione congenita o perché il sangue non coagula bene, si verifica un'emorragia cerebrale, che è più rara (costituisce il restante 15% dei casi), ma è usualmente più grave dell'infarto cerebrale e può comportare una mortalità fino al 50%.

## CHE COS'È UN ATTACCO ISCHEMICO TRANSITORIO O T.I.A.?

Ha gli stessi sintomi di un ictus, ma poiché il blocco transitorio del sangue nell'arteria regredisce da solo rapidamente, i disturbi neurologici o oculari che lo caratterizzano durano soltanto poche ore o pochi minuti e, per definizione, la loro completa remissione avviene entro le 24 ore dall'esordio.

Un T.I.A. è il campanello di allarme più importante perché la sua manifestazione può precedere di qualche ora o giorno l'insorgenza di un ictus definitivo e quindi riconoscerlo tempestivamente può significare scoprire le cause e curarle per tempo. Infatti il paziente che ha avuto un T.I.A. ha un rischio di sviluppare un ictus dieci volte maggiore rispetto agli altri.

ALICE  
**MERCOLEDÌ 19 FEBBRAIO**  
 ore 17.30, c/o SALA BLU  
 D.L.F. Via A. Doria, 9  
 Incontro con Sig.ra A. Ferrari  
 Clinica Neurologica Osp. san Martino

19

## LA LOCOMOTIVA

### PROGETTO AIUTIAMO AD AIUTARCI

#### PRESENIAMENTO ASSOCIAZIONI AL DOPOLAVORO FERROVIARIO

<p><u>AFASICI A.I.T.A. ALIAS</u>                      Fornisce supporto a persone con disturbi di linguaggio, dovute a malattie neurologiche.                      20 MARZO - 15 MAGGIO ORE 10/12</p>	<p><u>CENTRO RICERCHE CLINICHE PER LE MALATTIE RARE ISTITUTO MARIO NEGRI</u>                      E' in contatto con più di 400 Associazioni che seguono questo tema. L'ELENCO A DISPOSIZIONE LOCOMOTIVA</p>
<p><u>ASS. FAMILIARI CONTRO I DISTURBI ALIMENTARI</u>                      (anoressia, bulimia, ecc.)                      20 FEBBRAIO - 20 MARZO 10/12</p>	<p><u>ALZHEIMER</u>                      Informa sui problemi relativi ai disturbi legati alla memoria                      18 MARZO ORE 10/12 - 20 MAGGIO 15/17</p>
<p><u>A.Ge.D.O.</u>                      Tel. 3388509982 dopo le ore 22.00                      Supporto alle famiglie con figli/e omosessuali</p>	<p><u>ALICE</u>                      Informa sulle tematiche relative all'ictus celebrale                      19 FEBBRAIO - 16 APRILE - 11 GIUGNO ORE 17,30</p>
<p><u>AUTOAIUTO HANDICAP</u>                      Gruppo di autoaiuto per genitori con figli/e Portatori di handicap.                      14 Febbraio - 10 Marzo - 15 Aprile - 15 Maggio ORE 10/12</p>	<p><u>ASS. LIGURE FIBROSI CISTICA</u>                      Informa sui problemi della patologia                      19 FEBBRAIO - 18 MARZO ORE 15/17</p>
<p><u>ALCOLISTI ANONIMI</u>                      Informazioni e aiuto per i problemi di dipendenza dall'alcol.</p>	<p><u>ASS. MALATTIE RARE MAURO BASCHIROTTO</u>                      Sostiene la ricerca, offre consulenza medica diagnostica.                      14 Febbraio - 10Marzo-15 Aprile -15 Maggio ore 10/12</p>

*“Nella bella Verona, nostro luogo d’azione, due famiglie, entrambe di pari nobiltà, vengono a rinnovato diverbio, per vecchia ruggine, durante il quale sangue civile sporca le mani dei cittadini. Dai lombi fatali di questi due nemici discende una coppia di amanti, nati sotto cattiva stella, le cui sciagurate e pietose vicissitudini seppelliscono con la loro morte l’odio delle due famiglie. Il trascorrere terribile del loro amore segnato dalla morte e la rabbia reiterata dei loro parenti, cui nulla potrà porre fine, se non la morte dei figli, costituiscono la rappresentazione cui vi invitiamo; se Voi vorrete porgere attente orecchie, il nostro zelo cercherà di sopperire a quanto vi sarà di manchevole”.*

20

Così William Shakespeare — autore non appartenente soltanto ad un’epoca, ma a tutti i tempi — che innumerevoli volte ha ispirato la danza, questa volta le dona le ali della poesia pura, facendo scaturire gesti, immagini, movimenti filtrati dallo scorrere degli eventi, fra scene euforiche di piazza e feste a corte. Le sue parole paiono guizzare da ogni singola scena di questo balletto d’azione. Romeo e Giulietta sono eroi che il genio di Shakespeare ha reso senza tempo, e la loro vicenda assume contorni di ancor più drammatica fatalità grazie alla musica di Sergej Prokofiev; una musica atipica per un balletto, con frequenti cambi di ritmo, con una orchestrazione densa e complessa. La trasposizione in balletto è la più emozionante traduzione non verbale della storia dei giovani amanti veronesi; un semplice sguardo, un semplice sorriso, un semplice incontro di

venti dita che sfiorano due corpi uniti nella passione e separati e riuniti nella morte. Tra tutto il teatro scespiriano, Romeo e Giulietta è la tragedia che affascina maggiormente i creatori di passi, forse perché, ricca di metafore, ne offre una vasta gamma ad un mondo avido di metafore come quello del balletto narrativo. Romeo e Giulietta, balletto in un prologo, tre atti, tredici scene e un epilogo, su libretto di Radlov, Piotrkovski, Lavrovski e lo stesso Prokofiev, andò in scena, per la prima volta a Brno il 30 dicembre 1938, anche se spesso viene indicata, come prima rappresentazione de référence, quella del Teatro Kirov di Leningrado datata 11 gennaio 1940. Prossimo appuntamento al Teatro Carlo Felice, questa storia d’amore immortale nel sontuoso allestimento firmato da Ezio Frigerio (scene) e Franca Squarciapino (costumi), verrà proposta nella versione coreografica di Kenneth MacMillan creata nel 1965, ed avrà nelle étoiles del Teatro alla Scala di Milano, Roberto Bolle e Alessandra Ferri due interpreti d’eccezione nei ruoli che la prorompente personalità di Margot Fonteyn e Rudolf Nureyev resero immortali. Salirà sul podio lo specialista David Garforth.

Buon balletto a tutti, con l’augurio e la speranza che un pubblico poco educato e ritardatario non abbia a turbare questo capolavoro. (Rigoletto docet...)

### **Prima rappresentazione:**

22 febbraio 2003 ore 20,30

**Repliche:** 23 (15,30) — 25 (20,30) — 26 (20,30) — 27 (15,30 — 20,30) febbraio 2003.

*E' TORNATA LA BEFANA di Maurizio Bafurno*

Per il secondo anno consecutivo si è svolta nel nostro D.L.F. la "Festa della Befana". Come l'anno precedente la partecipazione, riservata ai figli dei nostri soci con età non superiore ad anni 10, è avvenuta mediante la compilazione di un modulo prestampato dove il genitore indicava le proprie generalità ed autocertificava i dati anagrafici del proprio figlio o figlia. Quest'anno l'affluenza è stata maggiore, alla manifestazione hanno partecipato 70 tra bambini e bambine, tra cui due di pochi mesi. La manifestazione si è svolta Lunedì 6 Gennaio alle ore 10,00 presso il salone del D.L.F. di Novi Ligure, in Piazza Falcone e Borsellino 16, con appuntamento nella stazione di Novi Ligure, ove sul 3° binario a bordo di una locomotiva di manovra è arrivata la "Befana", con la sua scopa e i suoi tantissimi doni, accolta, con tanto stupore e meraviglia, con un applauso e tanti evviva da tutti i bambini. Dopo gli auguri ed un breve saluto da parte del Presidente, la Befana ha iniziato il suo lavoro donando a tutti i bambini un giocattolo e un sacchetto di dolciumi. Una festa davvero molto bella, vissuta da tutti con il calore che la nostra Befana con il suo modo di fare e la sua simpatia ha lasciato in tutti noi, regalando momenti bellissimi ai bambini e ricevendo in cambio da loro tanti baci e un mazzo di fiori. La manifestazione si è conclusa con un rinfresco per tutti e un arrivederci all'edizione della "Befana 2004". Come organizzatore della manifestazione, sono l'ultima persona che può dare giudizi sulla sua riuscita, ma la cosa certa è che il lavoro svolto da tutti i soci ed i Consiglieri che ci hanno dato una mano è stato ampiamente ripagato nel vedere tutti i bambini entusiasti per un avvenimento che ricorderanno e che farà parte della loro vita, la loro e una delle età più belle e

siccome la vita non riserva solo momenti belli, spero che di questi momenti ne vivano tantissimi e noi abbiamo il compito e il dovere nell'ambito delle nostre possibilità di fargliene vivere il più possibile. Un ringraziamento particolare alla "Befana" che è stata disponibilissima ed è riuscita ad entrare nel ruolo garantendo una ottima riuscita della manifestazione, GRAZIE di cuore.

Il settore **Turismo** del D.L.F. di Novi Ligure ha preparato il Programma turistico per l'anno 2003 che prevede in linea di massima:

**Marzo:** 3 Giorni "Isola del Giglio – Tarquinia – Parco naturale della Maremma"

**Aprile:** "I castelli della Loira e la Camargue"

**Maggio:** "Soggiorno ad Agropoli"

**Giugno:** 3 giorni "Trieste e dintorni"

**Settembre:** "Tour della Puglia e Magna Grecia"

**Ottobre:** "Sicilia e Malta"

Ricordiamo che il Settore Turismo è a disposizione di tutti i soci per prenotare Soggiorni e Viaggi individuali.

Le nostre proposte turistiche sono organizzate con la collaborazione dell'Agenzia "Il Treno" del D.L.F. di Bologna.

Informiamo, anche, tutti i Soci che è aperta la **campagna Tesseramento 2003**.

La quota per associarsi è rimasta invariata, le iscrizioni si ricevono presso la Sede Sociale del D.L.F. in Novi Ligure, Piazza Falcone e Borsellino, 16.

Avvisiamo inoltre che la sede **Sportiva** di Via S.G.Bosco 44a osserverà per il periodo fino al 30 Aprile 2003 il seguente orario:

Dal Lunedì al Venerdì  
dalle ore 18,00 alle 24,00

Il Sabato e la Domenica  
dalle ore 11,00 alle 24,00

Lunedì: Riposo settimanale.

In genovese, essere messo nel mezzo, significa anche venir raggirato, gabbato. Se qualcuno promette di eseguire un lavoro o prende una caparra per procurare alcunché, e poi non mantiene l'impegno, il cliente è messo nel mezzo. E l'espressione può essere usata in qualsivoglia circostanza. Inoltre, come vedremo, essere messo nel mezzo, non porta bene.

22 Evidentemente, tale espressione, è da far risalire ad un fatto accaduto nel gennaio del 1667. Il signor Alessandro Montemerlo, dottore in legge, era uscito a fare una passeggiata, proprio nel cortile di Paxo (Palazzo Ducale). Durante il passeggio, incontrò due Magnifici di sua conoscenza, probabilmente in affari legali col Montemerlo. Evidentemente, i due nobili, dovevano avere le loro buone ragioni per trattare con tanta cortesia il dottore in legge, oppure volevano vedere il suo comportamento. Dopo i soliti salamelecchi e le dimostrazioni di cortesia, in quel secolo così spagnolescamente di moda, i due Magnifici vollero essere tanto deferenti da porsi uno a destra e uno a sinistra del Montemerlo, che si trovò, tanta degnazione, nel mezzo. I tre passeggiarono per un po', poi il dottore in legge tornò a casa propria soddisfattissimo di quell'incontro. Erano tempi in cui, essere ben visto da un nobile, era cosa importante. Ma i nobili stavano attenti a non esagerare con la liberalità e il dottor Montemerlo, che credeva di aver goduto gratuitamente di tanto onore da parte dei due Magnifici, dovette constatare, a sue spese, che la passeggiata era diventata un affare di Stato. La passeggiata infatti, era stata

notata, forse perché durante il deambulare, il dottore in legge si era troppo compiaciuto, s'era dato un po' troppe arie, fatto sta che l'oligarchia genovese, aveva i suoi informatori che facevano rapporto nella stanza dei magistrati inquisitori di Stato. Non era un'inquisizione terribile come quella veneziana, ma pur sempre attenta. Il fatto riprovevole era l'aver accettato, da parte del Montemerlo, il posto d'onore tra i due Magnifici. Il rapporto fece il suo iter. Dal piano terreno di Paxo, passò al piano nobile, quindi al salonetto d'inverno, dove si riunivano i Serenissimi Collegi. In quell'anno era Doge Cesare Durazzo, uomo piuttosto puntiglioso. Il 3 febbraio il segretario diede lettura del rapporto.

Dato che alla fin fine, l'oligarchia genovese fu sempre di polso piuttosto debole, fu deciso di far prendere al Montemerlo una panciata di paura. I sbìri, gli sbirri, andarono a prelevare il dottore. Il segretario, dopo una ramanzina coi fiocchi, lo redarguì minacciandolo che se la cosa si fossa ripetuta, sarebbe stato punito severamente. Il Montemerlo s'impaurì. La moglie scoppiò in lacrime. Il vicinato fece i suoi commenti: I sbìri àn portòu via o Sciò Montemerlo! Dopo qualche ora il dottore tornò a casa con tutt'altra faccia, cercando di minimizzare l'accaduto. I nobili avevano voluto dimostrare di tener a freno la categoria dei legulei. Si può supporre che il povero dottor Montemerlo non si sognò più di farsi mettere nel mezzo da chicchessia.

**Biblio:-***Archivio di Stato di Genova - e "L'occhio della Lanterna" di G. Ansaldo. (De Ferrari editore)*



## 1963: L'ANNO DEL POP di G.C. Balduzzi - parte due

Eccoci finalmente al 1963: l'anno dell'uscita del primo album dei Beatles. Inquadriamo questo avvenimento storicamente vedendo cosa succedeva contemporaneamente in Liguria, in Italia, nel mondo. Per la prima volta uno scienziato italiano vince il Nobel per la chimica: l'imperiese Giulio Natta. Questa è una delle poche note positive di quest'anno, per il resto veramente nefasto: muoiono il maestro Margutti, autore di "Ma se ghe penso", Edoardo Garrone, fondatore delle raffinerie di San Quirico, Papa Giovanni, al quale succede Montini col nome di Paolo VI, viene assassinato J.F.Kennedy, tenta il suicidio Gino Paoli, crolla la diga sul Vajont. Per fortuna succede anche qualcosa di più leggero: Mike Buongiorno presenta per la prima volta il Festival di Sanremo, che vede la vittoria di Tony Renis ed Emilio Pericoli con "Uno per tutte", canzone tanto nuova che nei giorni successivi alla fine della manifestazione si crea una vera e propria gara per scoprire da quale altra canzone, italiana o americana, è stata copiata. Nascono le prime riviste specializzate di musica giovanile "Ciao Amici" e "Giovani". Alla tv trionfa il teleromanzo "Il mulino del

Po", Mike Buongiorno (ancora lui) lancia "La fiera dei sogni", Marcello Marchesi "Il signore di mezza età" e il "Dottor Kildare" anticipa di quarant'anni i serial a sfondo ospedaliero. Nonostante i Beatles, gli americani riescono a dare il Grammy Awards come miglior album alla prima incisione di Barbra Streisand, come miglior singolo a "The days of wine and roses" di Henry Mancini e come miglior gruppo a Peter, Paul & Mary (tutti americani); almeno miglior artista emergente i Beatles? No, certi Ward Swingle mai più sentiti dopo.

Quante volte invece abbiamo sentito "Please Please Me", "Love Me Do", "P.S. I Love You" e "Twist And Shout", contenute in quel leggendario primo album. Non dimentichiamoci poi che quello stesso anno, il 22 novembre (lo stesso giorno dell'omicidio di Kennedy), esce il secondo lp "With The Beatles", con altre 14 gemme: tra le altre, due cover "Please Mr Postman" e "Roll Over Beethoven" e la loro "I Wanna Be Your Man". Ormai siamo in piena Beatlesmania. La musica pop era destinata a mutare completamente da quel giorno e nel varco aperto dai quattro di Liverpool l'anno successivo si avventureranno Rolling Stones, Animals, Kinks, Zombies per citare solo i più famosi.

Dall'altra parte dell'oceano, la bandiera dei giovani è tenuta alta dai cantori dell'insofferenza giovanile crescente in tutto il mondo: Joan Baez e soprattutto Bob Dylan col suo secondo stupendo album "Freewheelin'"; e in contrapposizione dagli alfieri di una filosofia di vita spensierata e basata sul divertimento: i profeti del surf, i Beach Boys, che in quello stesso anno pubblicano la bellezza di tre lp, che inondano (è proprio il caso di dirlo) il mercato discografico statunitense.

## IN VACANZA CON IL DLF

### LIGURSIND TOUR DLF - Via Andrea Doria, 13 - 16126 GENOVA



tel.: 010 2465880 - 010 2465869 - fax: 010 2465961 - tel. FS(958 - 858) 3784

e-mail: ligursind@dlf.it - sito web: www.ligursind.it - orario: lun-ven 9/12.30-15/18.30

BIGLIETTERIA AEREA MARITTIMA ED ETNICA PER TUTTE LE DESTINAZIONI

*Quotazioni gruppi per qualunque destinazione, su richiesta*

14 - 16 febbraio

### SAN VALENTINO A VIENNA...



1) Ballo di San Valentino, pernottamento 2 notti, dolce+bevanda in caffetteria viennese, cena, ingresso al Casinò con 25 € di gettoni .....da euro 307,00

2) Concerto di musica classica con cena al Palazzo di Schonbrunn, pernottamento 2 notti, passeggiata in Fiaker .....da euro 185,00

### CIOCCOLATIAMO

appuntamento con la golosità a Lugano, venerdì 18 aprile

viaggio in pullman GT, visita ad una fabbrica di cioccolato, al museo annesso e allo spaccio "Bottega del cioccolato". Nel pomeriggio visita della città di Lugano e mini-crociera fino a Morcote.



euro 29

### SPECIALE SETTIMANE BIANCHE

SCONTO  
10% SOCI  
DLF



#### HOTEL 3 AMIS \*\*\* - Limone (mt.1.400)

Camere con servizi, telefono, tv, frigorifero. L'hotel dispone di piscina coperta, sala giochi, solarium, bar, sala tv, sauna, tavernetta, discoteca, parcheggio. Gli impianti di Quota 1400 partono a pochi metri di distanza e sono collegati a 105 km di piste

**da euro 225 - PREZZI SPECIALI PER FAMIGLIE CON BAMBINI**



#### HOTEL EUROPA \*\*\* - Livigno (mt.1.816)

L'hotel è posto in posizione panoramica vicino agli impianti. Dispone di camere con servizi privati, telefono, radio, TV, frigobar. Tra i servizi dell'hotel figurano palestra, bar, ristorante tipico, sala TV e, a pagamento, solarium, sauna, idromassaggio.

**da euro 273 - OFFERTE SPECIALI PER FAMIGLIE**

**CASA ALPINA** - Dobbiaco (BZ) - Alta Pusteria (mt.1.240) - [www.casa-alpina-dobbiaco.it](http://www.casa-alpina-dobbiaco.it)  
Parcheggio privato, 50 mt. dalla stazione, ottima cucina, servizio al tavolo, stanze con TV color.

**da euro 216 a persona - pensione completa  
(quota d'iscrizione euro 28 a camera)**

**SOGGIORNO RISERVATO SOLO AI TESSERATI DLF CON SCONTO DEL 5%**



## LA FRECCIA DELLE NEVI



## PILA

viaggio a/r in pullman GT + skipass

da lunedì a venerdì  
sabato

euro 30,00  
euro 35,00

partenze Staglieno, p. Vittoria, via Dino Col

3 maggio 2003

## I FARAONI A VENEZIA

viaggio in pullman GT con accompagnatore,  
trasferimenti in battello, visita a Venezia e mostra. *Euro 51,00*



## 11-12 MARZO 2003 TREVISO E LA MOSTRA SULL'IMPRESSIONISMO

Viaggio in pullman GT, pensione completa  
in hotel \*\*\*\* situato in villa d'epoca, visita guidata  
di Asolo e Castelfranco Veneto, visita guidata alla mostra  
"L'impressionismo e l'età di Van Gogh"

**Euro 170,00**

25

## SPECIALE CARNEVALE

1 marzo

### Carnevale di Venezia

viaggio in pullman GT, biglietto battello, assicurazione,  
accompagnatore.

*Euro 56*

9 marzo

### Festa dei limoni - Mentone

viaggio in pullman GT, ingresso ai giardini Bioves,  
accompagnatore, assicurazione.

*Euro 38*

## SPECIALE NEVE

### PILA

3 giorni (da lunedì a mercoledì e da mercoledì a venerdì,  
da gennaio a marzo). Quota comprensiva di 2 gg. in hotel \*\*\*  
ad Aosta (trattamento 1/2 pensione) + 3 gg. ski pass + viaggio  
in pullman a/r da Genova ad Aosta e servizio navetta dall'hotel  
alla funivia e viceversa.

*Euro 185 sciatori  
Euro 125 non sciatori*

## Gruppo pesca

Come da consuetudine, l'anno pescatorio del 2002 ha avuto inizio con la gara pasquale ed è terminato con la Natalizia. Ambedue si sono svolte all'insegna degli auguri e la distribuzione delle uova di cioccolato per la prima e ovviamente di panettoni per la seconda a tutti i partecipanti.

Le otto manifestazioni programmate sulla diga foranea "CRISTOFORO COLOMBO", valide per il titolo di campione Sociale si sono concluse con la vittoria del Sig. Giuseppe MULTARI, al quale vanno i nostri più sinceri complimenti.

### ► CLASSIFICA GENERALE DEI PREMIATI - MARITTIME

MULTARI GIUSEPPE campione sociale  
 MAGNI GIULIANO  
 PUGGIONI PAOLO  
 MOLINARI GIUSEPPE  
 L'ABBATE VINCENZO  
 LIONETTO ROBERTO  
 UCA GIAN PIERO  
 BOZZANO ANGELO  
 SIFANNO MICHELE  
 DAMONTE GIOVANNI  
 VIGNOLA PAOLO  
 FOGLIA SAVERIO  
 MARAGLIANO WALTER  
 INNOCENTI RENZO  
 MARASCHIN ALESSANDRO

Grazie all'interessamento del consigliere Vincenzo L'ABBATE, vi è stato un significativo aumento di partecipanti. Si fa notare ai più scettici, che il nostro sistema, sperimentato già da molti anni, dà la possibilità anche ai meno bravi e ai principianti, di partecipare alle gare con profitto. Quattro sono i settori così suddivisi:

SETTORE A  
 fanno parte tutti i pescatori particolarmente bravi.  
 SETTORE B  
 bravi  
 SETTORE C  
 amatoriali  
 SETTORE D  
 pescatori anziani e principianti.

Vi aspettiamo quindi, numerosi a partecipare alle nostre manifestazioni nelle acque salse e nelle interne, vi troverete a vostro agio qualunque siano le vostre capacità pescherecce.

Il lago di VOBBIETTA, meta ambita da pescatori e familiari, per l'interessamento delle società che svolgono la loro attività nello stesso lago, ritornerà ad essere la meta preferita da moltissimi pescatori.

### ► CALENDARIO GARE E RADUNI ANNO 2003

- 6 aprile - *torrente scriveria*  
**raduno di pesca alla trota**
- 25 aprile - *lago di vobbietta*  
**gara di pesca alla trota**
- 11 maggio - *lago di vobbietta*  
**gara di pesca alla trota**
- 8 giugno - *lago di vobbietta*  
**gara a titolo di campione sociale**
- 28 sett.embre - *lago di vobbietta*  
**raduno a titolo di campione sociale**

Le iscrizioni si ricevono presso il DLF di Pontedecimo, tutti i giorni dalle ore 15 alle ore 18  
 Tel. 010/2743400.

### ► VENERDI' 28 FEBBRAIO 2003 ORE 20 PRESSO IL DLF DI PONTEDECIMO

### ASSEMBLEA GENERALE DEI SOCI PESCATORI

O.D.G.

Relazione morale e finanziaria  
 Attività 2003  
 Premiazione acque salse  
 Varie ed eventuali  
 Considerata l'importanza dell'assemblea, tutti i pescatori del gruppo sono pregati di intervenire.

Pubblicheremo il calendario delle gare marittime sul prossimo numero di "Superba".

(a cura di Carlo Niccoli)

### *Uno sport che mantiene giovani*

Ciclismo, uno sport popolarissimo, un modo per fare moto e stare all'aria aperta guadagnandoci in salute. Può essere uno sport oppure un hobby, dipende come si intraprende e dalle proprie condizioni fisiche, è un'attività salutistica e preventiva di primordine. Può essere sport vero e proprio, o attività ricreativa, un mezzo per fare gite, oppure addirittura un veicolo economico per spostarsi normalmente. Tanti sono i motivi; si pedala per fare un po' di fiato, per stare insieme; lasciare correre i pensieri nel tempo libero, consente il contatto con la campagna percorrendo stradine dove l'aria che si respira è migliore. Passare attraverso la natura non a velocità disumana ma ad un ritmo che permette di osservare i particolari delle sequenze di vita, guardare anche il cielo, le nuvole, respirando i profumi della campagna, viaggiando più calmi e più prudenti si possono gustare meglio i colori del paesaggio.

Il ciclismo è adatto a tutti e a tutte le età: impegnarsi di più o di meno dipende dalle proprie condizioni fisiche. Pedalando si può stare insieme, con gli amici, fare turismo assaporando il paesaggio, trascorrere ore in allegria:

momenti che lavano il corpo dalle tossine e la mente dalle preoccupazioni. Cicloturismo non richiede al fisico uno sforzo non necessariamente intenso, ma costante e prolungato che porta certamente dei vantaggi alla salute.

Pedalando c'è una maggior richiesta di ossigeno da parte dei muscoli, a cui devono provvedere i polmoni respirando più profondamente e il cuore pompando più velocemente. E' quello che si chiama esercizio aerobico. Tutto ciò è una ginnastica non solo per il cuore ed i muscoli ma per tutto il sistema circolatorio. Logicamente i muscoli più interessati sono soprattutto quelli delle gambe, il polpaccio, il bicipite ed il quadricipite femorali, quelli della schiena come il gran dorsale.

Il mezzo meccanico è importante ma principalmente è da curare l'abbigliamento e la sicurezza. Magliette che permettono di far evaporare il sudore e che proteggano dal vento; sono utili i guanti, scarpe specifiche anatomiche, indispensabile il casco, visto che cadere è sempre possibile; e poi il buon senso impone che è meglio portarsi dietro un K-way.

E....auguri di buona passeggiata in allegra compagnia.

Uno dei maggiori motivi di fascino della Storia Antica sono i “messaggi” che ci vengono da quelle epoche remote; accenni, leggende che ci parlano di fatti misteriosi dei quali gli Antichi ci mandano il ricordo, senza darci la chiave per interpretarli.

E' il caso, ad esempio, di uno strano racconto tratto da un libro (purtroppo andato perduto) dello storico latino Cornelio Nepote (vissuto all'epoca di Cesare); racconto che ci è stato tramandato da un erudito e scienziato, anch'esso latino, che si chiamava Pomponio Mela.

28 Si tratta di poche, enigmatiche righe, nelle quali si cela un mistero che vale la pena di raccontare.

Per maggiore precisione accompagneremo la traduzione di questo racconto (fatta dall'autore di questo articolo), con qualche parola del testo latino.

Cornelio Nepote ci narra, dunque, che nel I secolo Avanti Cristo il governatore della Gallia, Quinto Metello, raccontò di aver ricevuto in dono dal re dei Boti alcuni **Indi** (*Indos quosdam*).

Avendo chiesto loro da dove provenissero (*unde in eas terra devenissent*, letteralmente “da dove fossero giunti in quelle terre”), Metello apprese che essi dopo essere stati strappati dalla forza delle tempeste (*vi tempestatum*) dai mari indiani (*ex Indicis aequoribus*) e aver attraversato le distese che stavano in mezzo (*quae intererant*, letteral-

mente “ciò che stava in mezzo” ), alla fine erano giunti sulle coste della Germania (*in Germaniae litora exisse*). Il racconto di Metello finisce qui, come sospeso a mezz'aria e ci lascia con i nostri interrogativi: chi erano e da dove venivano questi **Indos**? Quali erano i loro mari (dai quali erano stati strappati dalla tempesta) e cosa erano le “**distese che stanno in mezzo**”, attraversando le quali erano giunti sulle coste germaniche? Ancora : dove sbarcarono realmente questi Indi? I Romani, infatti, chiamavano “**Germania**” tutte le terre che si stendevano ad est del Reno, fino alle steppe russe (e “**Germani**” i loro abitanti), per cui *Germaniae litora* può indicare un punto qualunque della costa del Nord Europa e non, necessariamente, le coste dell'attuale stato tedesco. Vediamo di fare, anzitutto, alcune considerazioni. Perché il re dei Boti aveva inviato queste persone, in dono, al governatore romano? Evidentemente perché esse non erano solo “strane”, ma apparivano a questo re sconosciute, “esotiche” (era uso, nell'antichità, inviare in dono ai potenti cose, o persone, fuori dal comune e inusuali). Da questo dobbiamo dedurre che non si trattasse di genti scandinave e siberiane (Lapponi, Samoiedi, e simili), che erano ben conosciute dai Germani. Ampliando il discorso, possiamo dire che non si trattava nemmeno di una

delle innumerevoli popolazioni inglobate nell'Impero Romano (Africani, Siriaci, Arabi, Traci, ecc..) o che vivevano subito al di là delle sue frontiere, come Daci, Parti, Persiani; tutte genti che sarebbero state subito riconosciute da Metello.

Noi vediamo che queste persone vengono chiamate **Indi** (cioè Indiani) e sappiamo che i Romani utilizzavano questo termine per indicare i popoli (come gli Afgani, gli Indiani) che abitavano nell'estremo Oriente, con i quali non avevano contatti diretti (ma dei quali, come sappiamo dalle fonti, avevano una certa conoscenza); oltre a ciò, per estensione, essi chiamavano "Indi" tutte quelle genti che ad essi risultavano sconosciute e apparivano, genericamente, di tipo orientale (cioè con capelli scuri, occhi scuri e colorito bruno).

A questo punto possiamo raccogliere le idee. Un gruppo di persone, di aspetto più o meno simile agli attuali Indiani, viene strappato da una tempesta dalle coste del loro Paese e trascinato al largo. Seguendo la spinta dei venti e delle correnti essi navigano attraverso acque sconosciute fino a giungere ad una terra : un punto imprecisato della costa del Nord Europa, dove sbarcano e vengono catturati da un re di quelle zone.

Qual è il mare che si interpone tra il Nord Europa ( la "Germania" dei Romani) ed il Paese d'origine di questi marinai?

Diamo un'occhiata alla carta geografica; escludendo l'Inghilterra, l'Irlanda, i Paesi Scandinavi (i cui abitanti erano conosciuti ai Romani) e l'Islanda (di cui non esiste prova che fosse abitata prima dell'arrivo dei Vichinghi, molti secoli dopo) esiste un'unica possibilità ..... la Groenlandia e la Costa Nord Americana dell'Alaska e del Canada Settentrionale, terre allora abitate dagli Eschimesi e dagli antenati degli attuali Pellerossa.

Poiché gli Eschimesi hanno caratteri più simili ai Mongoli che agli Indiani, possiamo restringere ancora le nostre alternative e giungere ad una ipotesi conclusiva: questi misteriosi Indi erano dei Pellerossa, cioè dei Nativi Nord Americani (della Groenlandia o del Continente vero e proprio).

Poco credibile? Ma noi sappiamo che alcune popolazioni costiere americane disponevano di grandi piroghe, in grado di affrontare anche il mare aperto; non è possibile che un gruppo di questi indigeni, travolto da una tempesta, sia sopravvissuto fortunatamente ai marosi del Nord Atlantico e sia stato spinto alla deriva fino a giungere sulle coste dell'Europa?

Certo, non esiste alcuna prova di questa ipotetica traversata, se non un antico testo latino di oltre duemila anni fa, eppure è difficile sottrarsi all'impressione che quelle poche righe conservino il ricordo di un avvenimento che avrebbe potuto rivoluzionare il mondo, ma che presto fu sepolto dall'oblio.

## LA FARFARA di Michela Calcagno

30

E' ancora inverno, eppure già dai primi di febbraio è quasi impossibile non accorgersi della fioritura della Farfara (*Tussilago farfara*): è in assoluto il primo fiore, precede persino crochi e primule. La si può osservare ai bordi delle strade, in alvei o sponde franose ma sempre su suoli argillosi umidi, come ai piedi delle sinuose formazioni calanchive dell'Appennino, dove ricopre vaste superfici, grazie ai rizomi striscianti. E' per questo un'ottima colonizzatrice di questo tipo di terreni e non è consigliabile tentarne la coltivazione in giardino: sarebbe difficile liberarsene, data la virulenza con cui invade i terreni appena vangati, eliminando senza problemi tutte le altre specie concorrenti! La farfara risulta inconfondibile rispetto ad altre composite, non solo per la precoce fioritura, ma anche per i capolini gialli portati da steli provvisti di piccole squame di color rossiccio, mentre le foglie cuoriformi, lanuginose e biancastre sulla pagina inferiore, compaiono più in là, verso l'estate e richiamano nella forma quelle della Bardana e del Farfaraccio di fiume, pur essendo molto più piccole.

Un altro nome volgare, più eloquente, di questa piantina è "tussilagine", che rivela la fondamentale proprietà di "agire sulla tosse", grazie alla ricchezza in mucillagini, mentre la specificazione "farfara" deriverebbe dalla presenza di una caratteristica farinosità bianca sulla pagina inferiore delle grandi foglie ("far fero", porto farina). Sia i fiori che le foglie sono un buon espettorante per tosse e catarri, da soli o associati ad altre specie pettorali come il Verbasco, il Papavero, la Malva.

Ifiori si colgono quando sono ancora in boccio e le foglie a inizio estate. E' meglio usarli essiccati filtrando i preparati per eliminare la peluria; l'infuso è un po' amarognolo, ma dolcificandolo con miele si potenzia l'azione emolliente, utile anche negli abbassamenti di voce. Se si desidera un preparato conservabile si può fare lo sciroppo da somministrare a cucchiaini in caso di laringite e bronchite. Basta infondere 150 gr. di fiori in un litro d'acqua bollente, poi si filtra e si sprema il residuo. Quindi si sciogliono nel composto circa 2 kg. di zucchero, riscaldando fino a soluzione.

Analogamente la farfara è decongestionante per uso esterno: secondo alcuni l'impacco di fiori applicato sul viso è un'ottima maschera antirughe, mentre quello fatto con le foglie fresche sminuzzate è efficace per pelli infiammate e acneiche. Foglie e fiori pestati nel mortaio danno un succo curativo che, diluito con olio di mandorle e applicato sul cuoio capelluto dei bambini piccoli può giovare in caso di crosta latteata. Antiche ricette consigliano la farfara agli accaniti fumatori per disintossicarsi, sotto forma di sigarette o trinciato da pipa, come i montanari facevano con le foglie dell'Arnica, il tabacco di montagna. A tale scopo si lasciano fermentare alcuni giorni le foglie, distese in mucchio le une sulle altre, poi si stendono in un luogo arieggiato per l'essiccamento. Si pressano le foglie essiccate le une sulle altre e si trinciano con un coltello affilato. Per i sigari basta arrotolare le foglie su se stesse, mentre agli asmatici può essere d'aiuto respirare i fumi prodotti dalle foglie secche gettate sulla brace.

Un antico rimedio per le distorsioni prevede di aggiungere una manciata di fiori e foglie di farfara in parti uguali d'acqua e aceto e un po' di sale. Si fa bollire per qualche minuto unendo poi crusca o farina. Tale preparato va messo in un grande asciugamano, bagnato con qualche goccia d'aceto e applicato tiepido sulla parte malata. Dopo poco tempo l'edema si riassorbe e il dolore passa.

Chi invece ama cucinare con le erbe selvatiche, non potendo ancora usufruire del meraviglioso Tarassaco,

può usare le foglie più tenere di Farfara per insalate miste e minestre, o una ricca vellutata con panna, latte e farina, o polpette che piaceranno un po' a tutti. Per prepararle vanno scottate le foglie in acqua bollente, poi tritate fini e passate in padella con poco burro. Si unisce qualche uovo, parmigiano e noce moscata, si passa in frigo per mezz'ora e se ne ricavano polpette da friggere dopo aver passato in uovo e pangrattato.

Un assaggio di primavera, in attesa della frittata di ortiche...





azienda  
servizi  
funebri



del Comune di Genova

Direzione: Via XX Settembre, 14/8 - 16121 Genova - Tel. 010 2915209

**TRASPORTI E ONORANZE FUNEBRI IN CITTÀ,  
FUORI COMUNE E ALL'ESTERO**

**VESTIZIONI CAMERE ARDENTI NECROLOGIE  
ADDOBBI FLOREALI MANIFESTI**

**AUTO DI ACCOMPAGNAMENTO**

**DISBRIGO PRATICHE CREMAZIONI**

**PAGAMENTI RATEALI**

***SERVIZIO NOTTURNO E FESTIVO***  
***010 2915104/05***



**AGENZIA DI VENDITA:**

**Corso Torino, 11 - 2° piano**

**Via Innocenzo Frugoni, 53 r.**

**Piazza della Meridiana, 5 r.**

**Ospedale S.Martino - p.le Marsano, 10**

**Ospedale Sampierdarena - Corso Scassi, 1**

**Corso Magellano, 13 r.**

**Via Biancheri, 8 r. (Sestri)**

**Ospedale Celesia - Via P.N. Cambiaso**

**Tel. 010.2915.501/02**

**Tel. 010.2915.104/05**

**Tel. 010.2915.301/02**

**Tel. 010.2915.401/02**

**Tel. 010.2915.601/02**

**Tel. 010.2915.601/02**

**Tel. 010.2915.901/02**

**Tel. 010.2915.701**