



# superba

*Associazioni Dopolavoro Ferroviario di Genova e Novi Ligure*



Contiene Inserto Promozionale

**SPECIALE ELEZIONI  
SUPERBA COMPIE 40 ANNI  
LA NUOVA GUIDA SOCI 2009**

# SOMMARIO

## SUPERBA DLF

Periodico bimestrale delle Associazioni  
Dopolavoro Ferroviario di Genova e Novi Ligure

Direttore responsabile: S. Secondino

Redazione: R. Augello - A. Cabella  
F. Di Blasi - M. Dotti - S. Lopes

Direzione - Redazione - Amministrazione  
via Andrea Doria, 9 - 16126 GENOVA  
tel.: 010 261627 / fax 010 261806  
www.genova.dlf.it - e-mail: dlfgenova@dlf.it

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 9 gennaio 2009

In Copertina: Genova sotto la neve

Progetto grafico impaginazione e stampa  
Tipolitografia Nuova ATA  
via G. Adamoli, 281 - 16138 GENOVA  
tel.: 010 513120 / fax 010 503320  
e-mail: info@nuovaata.com - www.nuovaata.com

Tiratura copie n. 6.500



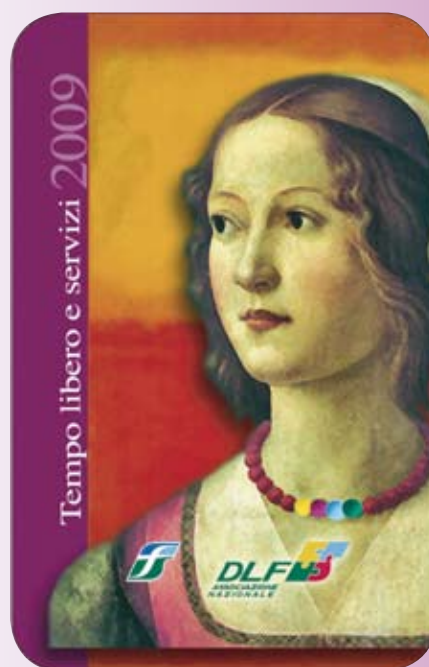
ASSOCIATO AGENZIA STAMPA NAZIONALE DLF

EDITORIALE di Rosaria Augello .....	3
SPECIALE ELEZIONI .....	3
IMMAGINI RADUNO PENSIONATI .....	4
OMAGGIO A PAOLO MANTOVANI .....	5
LA LOCOMOTIVA LINEE SOLIDARIETA' .....	6
LA NOSTRA SALUTE Di Guglielmo Valenti.....	8
A VOXE DE SUPERBA di Roberto Della Vedova.....	9
ESSERE E BENESSERE di Paola Azzolini.....	10
BUON COMPLEANNO SUPERBA di Alessandro Cabella.....	12
SUI SENTIERI LITORANEI di Marco Piana.....	14
IMMAGINI DELLA BEFANA 2009 foto Pino Bonelli.....	16
BORSE DI STUDIO CESARE POZZO di Filippo Di Blasi.....	17
DLF NOVI LIGURE di Giovanni Agapito .....	18
GRUPPO CICLISTI DLF a cura di Sergio Coppelotti.....	19
DOMENICA IN ROSA di Maura Dermidoff .....	20
SCI DLF.....	20
TEATRO ALBATROS.....	21
CORSI DI MUSICA.....	21
A.F.M.A. di Alfredo Sidotti e Angelo Traverso.....	22
SPETTACOLO MUSICALE AL TEATRO ALBATROS.....	22

E' in distribuzione presso l'ufficio soci  
del Dopolavoro Ferroviario di Genova  
la **Guida Servizi ai Soci 2009**.

Insieme a tutte le informazioni sulle  
attività del DLF (circoli, gruppi, strutture)  
contiene l'elenco di numerose attività  
commerciali convenzionate, dove  
i soci troveranno attenzione e  
condizioni economiche vantaggiose.

**ESSERE SOCI CONVIENE!**





# Rinnovato il Consiglio Direttivo del DLF Genovese

**A** I termine di una campagna elettorale faticosa, aspra ed a tratti anche leggermente assurda, credo sia il momento di dimenticare i toni che la hanno contraddistinta per ringraziare tutti coloro che, pur militando in diverse e talvolta opposte fazioni, hanno contribuito a fare di questo appuntamento, un vero grande esercizio di democrazia.

**Grazie** ai **1604** ferrovieri in servizio e in pensione che il 25, 26 e 27 Novembre 2008 si sono recati a votare per rinnovare il Consiglio Direttivo del DLF Genovese portando la partecipazione al voto ad oltre il **51%** degli aventi diritto.

Non succedeva da tantissimi anni! Non è un ringraziamento di circostanza e tantomeno manierismo politico ma qualcosa che sento nel profondo di dover rivolgere a tutti quei Soci che, in occasione del voto per il rinnovo del Consiglio Direttivo, hanno dimostrato un forte senso di appartenenza e di civile partecipazione alla vita democratica dell'Associazione D.L.F.

Ringrazio tutte le Candidate ed i Candidati per la loro ope-

ra quale simbolo di pluralismo ed espressione delle varie realtà nel mondo dei lavoratori e pensionati FS. Un particolare riconoscimento, peraltro condiviso da tutti, alla scrupolosa ed ineccepibile perizia organizzativa ed esecutiva dimostrata dal Presidente e dai Membri della Commissione Elettorale che, unitamente alle Scrutatrici, agli Scrutatori ed ai Rappresentanti di Lista dei vari seggi, hanno permesso una competizione elettorale dalla regolarità esemplare.

**Grazie** pure a tutti i ferrovieri in servizio e a quelli in pensione che, con la loro iscrizione al DLF, vorranno partecipare alle sue diverse e qualificate attività e iniziative per il tempo libero loro e dei loro famigliari.

Ed infine un grazie a tutte quelle persone che hanno voluto tributare alla Lista "D.L.F. per i servizi e la solidarietà" ed a chi scrive queste poche note, una

così forte espressione di stima e di consenso; sarà la forza che ci aiuterà a continuare nel percorso di chiarezza, onestà e trasparenza che abbiamo da tempo, intrapreso insieme!

Il Presidente del D.L.F. di Genova



## DLF - Genova ELEZIONI 2008

Il 25-26-27 di novembre si sono svolte le elezioni per il rinnovo dei Consigli Direttivi delle Associazioni territoriali. Per il DLF di Genova sono state presentate quattro liste.

La partecipazione al voto è stata ampia con 1604 votanti, pari a circa il 55% degli aventi diritto. Risultano eletti:

### LISTA N.3 - DLF PER I SERVIZI E LA SOLIDARIETA' VOTI 853

Augello Rosaria	Preferenze 615	CGIL
Anelli Gianpiero	Preferenze 168	CGIL
Fazzari Massimo	Preferenze 112	FAST
Longo Domenico	Preferenze 107	CGIL
Ficco Vincenzo	Preferenze 99	CGIL
Costa Pasquale	Preferenze 90	CGIL

### LISTA N. 4 - DLF FUTURO, IDEE, TRADIZIONE VOTI 294

Braggio Roberta	Preferenze 207	CISL
Morellini Pietro	Preferenze 72	CISL

### LISTA N. 1 - IL CORAGGIO DELLA CHIAREZZA VOTI 284

Cabella Alessandro	Preferenze 91	UIL
Dallicardillo Salvatore	Preferenze 47	UIL

### LISTA N. 2 - SPAZIO VITA VOTI 115

Battaglia Domenico	Preferenze 56	ORSA
--------------------	---------------	------



Durante il Consiglio Direttivo del 9/12/08, al quale hanno partecipato tutti i Consiglieri eletti, come previsto dalle norme elettorali è stata eletta Presidente la Sig. Rosaria Augello e vice presidente Alessandro Cabella.

Confermati nei loro incarichi il segretario Mario Merello e l'amministratore Luciana Leri.



# Immagini del Raduno Pensionati Over '70

Martedì 25 Novembre '08

**Ristorante 5 Maggio**

Genova Quarto



Le foto del pranzo sono disponibili gratuitamente presso gli uffici del Dopolavoro Ferroviario



# 15° edizione

a cura di Maurizio Lavagna

## Omaggio a Paolo Mantovani



Organizzata dal Sampdoria Club Gloriano Mugnaini D.L.F. Rivarolo si è svolta la 15° edizione dell'Omaggio a Paolo Mantovani. Nell'occasione è stato bandito un concorso per borse di studio in tutte le scuole di ordine e grado della Liguria.

I vincitori delle borse di studio del valore di 500,00 euro cadauno, consegnate dall'Assessore allo Sport della Provincia di Genova Giulio Torti, sono:

Lugari Francesco scuola Carducci di Genova  
Del Verme Chiara scuola Media Pastonchi di Arma di Taggia  
Istituto Alberghiero G. Casini di La Spezia.

L'appuntamento è stato come sempre al Teatro Albatros di Rivarolo nel polifunzionale centro socio-sportivo del Dopolavoro Ferroviario, per il giorno del ricordo di un grande Presidente e amico dei soci del locale Sampdoria Club "Gloriano Mugnaini" di Rivarolo. La sala è affollata come nelle migliori occasioni, di genitori e soprattutto di giovani di tutte le età che hanno partecipato al tradizionale concorso a premi "Omaggio a Paolo Mantovani", bandito in tutte le scuole di ogni ordine e grado della Liguria. Questa edizione, giunta al quindicesimo anno, ha visto protagonisti i disegni e gli slogan aventi come tema: Sport la mia passione, 400 circa gli elaborati pervenuti, tutti di ottima qualità ma soprattutto fedeli allo spirito dell'iniziativa che è sempre quello di diffondere i reali valori della pratica sportiva, cercando di educare i giovani a respingere ogni forma di violenza, facendo sport con lealtà e nel rispetto dell'avversario. Grande soddisfazione ha suscitato la mostra di tutti i lavori pervenuti, tenutasi eccezionalmente nel loggiato di Palazzo

Doria Spinola, sede della Prefettura di Genova, precedendo l'attesa premiazione avvenuta martedì 14 Ottobre u.s. alle ore 18,00 stesso giorno della prematura scomparsa del compianto Presidente Paolo Mantovani. Presenti alla bella e suggestiva serata, erano presenti le sorelle Francesca e Ludovica Mantovani, il testimonial del concorso l'ex giocatore Sandro Scanziani, capitano della Samp poi passato al Genoa, il giocatore blucerchiato Claudio Bellucci, il team manager Giorgio Aiazzone, Pinuccia Sardella e l'Ing Luigi Sinesi già valenti e fedeli collaboratori della Presidenza Mantovani. Le Istituzioni erano rappresentate dall'Assessore allo Sport della Provincia di Genova Giulio Torti, dal Presidente del Municipio V Valpolcevera Gianni Crivello e dai consiglieri del D.L.F. Sigg. Cabella e Costa. Gli interventi che si sono succeduti hanno voluto sottolineare l'intelligente opera educativa di un grande uomo di sport che ha saputo trasmettere ai giovani, segnali molto importanti per chi segue le manifestazioni sportive e il ruolo speciale svolto dal Club Mugnaini operante da anni nel sociale, uscendo dai soliti canoni che vedono i tifosi recarsi solamente allo stadio per assistere alla partita di calcio. Sono ormai conosciute a tutti le iniziative di beneficenza che durante l'anno lo storico Club blucerchiato rivarolese, porta avanti con sistematicità.

Voglio ricordarne una in particolare, molto sentita e attesa da tutti i soci, la Befana Blucerchiata al Gaslini che vede protagonista una vera e propria giovane vecchietta, in carne ed ossa, girare con la sua pesante gerla, colma di giocattoli e dolciumi, in visita ai bambini ricoverati nei reparti dell'Istituto Pediatrico.





## DOPOLAVORO FERROVIARIO - LA LOCOMOTIVA SERVIZI

### AUTOCERTIFICAZIONE

#### CHE COS'È

È una dichiarazione sottoscritta dal cittadino che sostituisce i tradizionali certificati e permette di semplificare i rapporti con la pubblica amministrazione. Consiste nella possibilità di presentare delle dichiarazioni sostitutive, relativamente allo stato, alle qualità personali e a fatti che siano certificabili o attestabili dalla pubblica amministrazione senza doversi recare negli appositi uffici. La legge ha previsto l'autocertificazione per: tutte le pubbliche amministrazioni; i gestori di servizi pubblici nei rapporti tra loro e in quelli con il cittadino; i privati consenzienti (per i privati la legge non prevede l'obbligo, ma la facoltà di accettare l'autocertificazione).

#### CHI LA PUÒ FARE

Possono fare l'autocertificazione:

i cittadini italiani; i cittadini dell'Unione Europea; i cittadini extracomunitari regolarmente soggiornanti in Italia limitatamente ai dati verificabili presso le pubbliche amministrazioni italiane.

#### COSA SI PUÒ AUTOCERTIFICARE

##### Dati anagrafici e di stato civile

Luogo e data di nascita; Residenza; Cittadinanza; Godimento dei diritti civili e politici; Stato civile (celibe/nubile, coniugato, vedovo, stato libero); Stato di famiglia; Esistenza in vita; Nascita del figlio e figlia; Morte del coniuge, del genitore, del figlio ecc.;

Tutti i dati contenuti nei registri di stato civile (ad esempio maternità, paternità, separazione o comunione di beni).

##### Qualifica professionale

Titolo di studio; Titolo di specializzazione; Titolo di aggiornamento; Titolo di abilitazione; Titolo di formazione; Titolo di qualificazione tecnica; Esami sostenuti.

##### Reddito

Situazione economica; Assolvimento obblighi contributivi; Possesso e numero del codice fiscale; Possesso e numero di partita Iva e qualsiasi dato contenuto nell'anagrafe tributaria; Carico familiare.

##### Posizione giuridica

Legale rappresentante di persone fisiche o giuridiche; Tutore; Curatore; Non aver riportato condanne penali; Non trovarsi in stato di liquidazione o di fallimento e non aver presentato domanda di concordato; Non essere destinatario di provvedimenti iscritti nel casellario giudiziale; Non essere a conoscenza di essere sottoposto a procedimenti penali.

##### Altri dati

Iscrizione in albi, registri o elenchi tenuti da pubbliche amministrazioni; Iscrizione ad associazioni o formazioni sociali; Posizione agli effetti degli obblighi militari, comprese le situazioni del foglio matricolare; Appartenenza a ordini professionali; Stato di disoccupazione;

Qualità di pensionato e categoria di pensione; Qualità di studente.

##### Dichiarazione sostitutiva di atto notorio

Il cittadino può rilasciare una dichiarazione sostitutiva di atto di notorietà per tutte quelle situazioni relative a stati, qualità personali e fatti a diretta conoscenza dell'interessato, non compresi nell'elenco di ciò che si può autocertificare.

Ad esempio, negli uffici dell'INPS si può effettuare la dichiarazione sostitutiva per:

situazioni inerenti alla propria attività lavorativa;

condizione di erede per riscuotere i ratei di pensione maturati e non riscossi;

stato vedovile e la non separazione legale col coniuge scomparso per la pensione di reversibilità;

Inoltre, con la dichiarazione sostitutiva di atto notorio il cittadino può attestare la conformità all'originale:

della copia di un atto o di un documento conservato o rilasciato da una pubblica amministrazione;

della copia di una pubblicazione o di titoli di studio o di servizio;

della copia di documenti fiscali che debbono essere obbligatoriamente conservati dai privati contribuenti.

Le dichiarazioni sostitutive di atto di notorietà devono essere firmate davanti al funzionario addetto. Se a consegnarle è una terza persona o sono inviate via fax, va allegata la fotocopia del documento di identità.

Se un dipendente di una pubblica amministrazione non accetta l'autocertificazione viola i doveri d'ufficio ed è passibile di azioni disciplinari.

Nel caso il cittadino fornisca una dichiarazione falsa può subire una condanna penale e decadere dagli eventuali benefici ottenuti con l'autocertificazione. L'amministrazione pubblica è pertanto tenuta a controllare la veridicità delle dichiarazioni.

# LA LOCOMOTIVA TRA CULTURA E SOLIDARIETÀ



## AIUTIAMO AD AIUTARCI INFORMAZIONE DALLE ASSOCIAZIONI ALZHEIMER



L'Associazione Alzheimer Liguria comunica che la Fondazione Carige ha concesso un nuovo contributo economico per la realizzazione di un progetto di "Assistenza Domiciliare". Questo contributo permetterà all'associazione di proseguire questa attività iniziata nel giugno del 2002.

L'attività di assistenza domiciliare effettuata fino ad oggi, ha interessato circa 4/5 famiglie contemporaneamente, per un periodo di 6 mesi, 3 ore una volta alla settimana. Abbiamo seguito 37 famiglie per un totale di 2.250 ore erogate nel periodo 2002/2004. L'attività è ripresa nel periodo 2004/2007, con l'aiuto iniziale a 5/6 famiglie, per raggiungere poi le 10/11 per un totale di 3.092, 50 ore a favore di 181 famiglie assistite ciascuna per oltre 6 mesi.

La concessione di questo ulteriore contributo, dopo quello già elargito in passato dalla Fondazione Carige, ci permette di proseguire ed ampliare il nostro progetto. Saranno previste due modalità di fruizione del servizio:

- Assistenza di base con presenza di un assistente qualificato per 3 ore settimanali per tutto l'anno, in sostituzione del familiare per circa 15 famiglie
- Interventi di emergenza (es. malattia del caregiver con difficoltà di sostituzione, fratture del malato e impossibilità di assistenza continua del caregiver) con la presenza di un assistente qualificato per 12/15 ore settimanali, per 4 settimane. Sono ipotizzabili circa 20 interventi l'anno.

Siamo grati per la sensibilità dimostrata dalla Fondazione Carige che ringraziamo anche a nome di tutte quelle famiglie che potranno usufruire di questo servizio.

Il Presidente (Giampaolo Cassinari)

A cura di Marisa Raponi (socio volontaria) (12° articolo)

## BIOETICA IL RAPPORTO HARVARD COS'È ?

Con il rapporto Harvard nacque la morte cerebrale, il 5 Agosto 1968 la rivista scientifica JAMA (Journal of the American Medical Association) pubblicò un documento redatto da docenti della Harvard Medical School che definiva i criteri per definire la morte cerebrale. Coma, perdita irreversibile di qualsiasi funzionalità cerebrale, impossibilità di respirare autonomamente: questi sono i criteri che quaranta anni fa cambiarono il concetto di morte di una persona, dal cuore al cervello, prima di allora la morte era diagnosticata usando criteri cardiologici.

Il Rapporto di Harvard ha stabilito che la fine della vita si può definire quando tutto il cervello è morto, questo criterio è ancora attuale. Questo documento è considerato dalla quasi totalità degli esperti medici uno "Prima e un dopo" per la medicina, essendo di importanza storica per i trapianti di organo, visto che la morte cerebrale è la condizione indispensabile per poter procedere all'espanto di organi del donatore. Prima di questo rapporto, la vita era terminata quando il cuore non batteva più. Dopo la censura storica di questo documento, la fine vita è decretata con la morte di tutto il cervello: il coma, la perdita irreversibile di qualsiasi funzionalità cerebrale e l'impossibilità di respirare autonomamente.

I criteri di Harvard che decidono le modalità per poter dichiarare la morte di una persona in quaranta anni non sono mai stati messi in dubbio dalla comunità scientifica e sono seguiti da tutti i paesi scientificamente avanzati dall'Europa, America dall'Asia all'Australia. In 40 anni l'evoluzione scientifica e tecnologica ha fatto enormi progressi ma questi criteri sono sempre stati confermati, messi solo in dubbio solo da frange minoritarie della comunità scientifica e con critiche di carattere non scientifico ma solo religioso o morale..

La morte cerebrale è altra cosa dello stato vegetativo. Nel caso di morte cerebrale le cellule non mandano più impulsi elettrici non c'è respiro autonomo né il controllo delle funzionalità vegetative come la diuresi, e non esiste più il riflesso dei nervi cranici elementi che sono ben presenti nello stato vegetativo.

La legge dunque dice "che" la morte cerebrale significa la morte dell'individuo. Uno stato accertato da più medici, in un lasso di tempo di sei ore, con procedure e protocolli definite con strema precisione che non lasciano dubbio alcuno,

Ora, l'articolo dell'Osservatore Romano mette in discussione tutto questo.



La vignetta è stata pubblicata su Le Monde quando morì Welby.

### LA LOCOMOTIVA ASSEMBLEA ORDINARIA

**MARTEDÌ 03 FEBBRAIO 09 ORE 9.30**  
SALA BLU D.L.F. GENOVA P.P.

**VI ASPETTIAMO**

**ISCRIZIONE 12 € ANNUALE**

**PER CHI RINNOVA E SI ISCRIVE  
ENTRO E NON OLTRE GENNAIO 2009  
VERRÀ CONSEGNA TO UN SIMPATICO OMAGGIO**

**"La libertà è come l'aria. Ci si accorge di quanto vale quando comincia a mancare.**

**Ricordatevi, ogni giorno,..che sulla libertà bisogna, vigilare dando il proprio contributo alla vita politica.**

*Piero Calamandrei - discorso agli studenti, Gennaio 1955*

**D'ANNA S. 010881012**

**FASCIO E. 0106042460**

### PER NON DIMENTICARE

**INCONTRO CON EX-INTERNATI NEI CAMPI  
DI CONCENTRAMENTO NAZISTI E SCUOLE**

**SECONDA DECADE DI GENNAIO 2009  
ORE 09.30**

SALA BLU D.L.F. GENOVA P.P.

**VI ASPETTIAMO**



# Incontriamo la prevenzione

## Cambiare "vestito" senza cambiare idee

Che fine hanno fatto quelli del Nuovo Centro Oncologico del Ponente (NCOP)? Avevano messo su un bell'ambulatorio a Sestri Ponente dove facevano gratuitamente tante belle visite e ora dove sono finiti? Andavano nelle scuole, nelle aziende, in altre associazioni a parlare - in modo un po' diverso - di prevenzione dei tumori e di tante altre cose importanti, ma com'è che non se ne sente più parlare? Facevano informazione anche in televisione, persino sulla rivista del DPL, peccato che le cose belle non durino mai!

Cerco di immaginarmi i commenti di qualche ferroviere che sfoglia la Superba e non trova il nostro logo e il nostro nome. Dirò subito che non siamo scappati (e da dove poi?). E non siamo nemmeno morti di fame o giù di lì, anche se facevamo tanto senza chiedere un cotto (come si dice). No, abbiamo semplicemente cambiato nome: ora siamo Centro Oncologico Ligure (CoL). Non è che il vecchio nome non ci piacesse, anzi NCOP ci piace sempre e ne andiamo fieri. Non è neppure che abbiamo cambiato mission: educazione alla salute, diagnosi precoce e sostegno alla medicina palliativa restano i nostri obiettivi.

E' solo che siamo un po' cresciuti e avevamo bisogno di un "abito" un pochino più grande. Da quando siamo nati (il lontano 2003!) le cose riguardo alla prevenzione nella nostra città e regione non sono diventate più facili. Se qualcuno si aspettava più medici, più servizi, meno liste di attesa, meno ticket è rimasto deluso. Certo, ci sono lo Screening mammografico, la vaccinazione HPV per le tredicenni e più "Case della Salute" tutte intorno a noi, ma la cultura e la pratica della prevenzione non sono cresciute sufficientemente. Anche perché la (sacrosanta) necessità di ridurre i costi e razionalizzare ha dirottato (com'era giusto) tanta gente verso il territorio e l'impatto non è stato felici-

ssimo in termini di rapporto domanda e offerta. Così non era certo il caso di "mollare". C'era invece bisogno di accrescere la visibilità del nostro impegno dandogli un'immagine non solo di quartiere, ma cittadina, addirittura regionale. Vogliamo o no diffondere le nostre idee, stringere rapporti con tutte le realtà associative della regione, collaborare con tutti quelli che da Ventimiglia a Sarzana si battono per ridurre incidenza e mortalità dei tumori? Questo volevamo e vogliamo. Un nome nuovo era, quindi, necessario. E nuovi amici ci volevano. E nuove e più grandi collaborazioni con gli amici di sempre, come il DLF.

A questo proposito, ad esempio, siamo interessati a fare cose nuove, mai pensate o praticate prima, all'insegna di quel detto simpatico "se la montagna non va a Maometto, Maometto andrà alla montagna". Proprio così: se qualche ferroviere (uomo o donna che sia) è pigro o poco motivato sarà accontentato: i servizi educativi e diagnostici potrà trovarsi in casa, cioè al DLF. Due o tre cose andranno definite, certo, ma i primi contatti con la nuova Dirigenza fanno ben sperare. Idee simili contiamo di proporle anche ad altre Associazioni, Enti o Aziende.

Vedremo come andrà a finire: se son fiori, non dovrebbero poi fiorire una buona volta? I maliziosi penseranno che dietro tutto questo c'entrano i soldi. Ora, tutti sanno che la raccolta fondi per associazioni come la nostra è essenziale. Se, ad esempio, qualcuno di Savona o Santa Margherita volesse contribuire alle nostre magre risorse sia il benvenuto! Ma, credetemi, il nostro primo obiettivo non è portafoglio della gente, ma il loro cuore. Per scalare piccole o grandi montagne servono di più le banconote o le gambe e (appunto) il cuore? Ecco perché non siamo cambiati cambiando nome. Siamo sempre lì a Sestri, a fare le cose in cui crediamo. Domani poi è un altro giorno. Ma anche quello non è meglio vederlo e costruirlo insieme già oggi?

### **I NOSTRI SERVIZI**

Il CoL è ospitato in Palazzo Fieschi, (presso il Municipio Medio-Ponente) - via Sestri, 34 - 16154 Genova - Tel. **010 6091250**.

Per comunicare con noi scrivete al nostro indirizzo di posta elettronica [ncoponente@libero.it](mailto:ncoponente@libero.it).

Per avere informazioni più aggiornate sulle nostre attività **consultate il nostro sito [www.ncoponente.it](http://www.ncoponente.it)**

Il nostro Centro è in grado di offrire i seguenti servizi:

- Attività ambulatoriale di diagnosi precoce: senologia, ginecologia, gastroenterologia testa- collo, urologia, dermatologia;
- Incontri di educazione alla salute rivolti alla popolazione generale e alle aziende
- Interventi educativi nelle scuole
- Sostegno all'assistenza domiciliare ai malati oncologici
- Attività di counseling e di sostegno a malati, familiari e cittadini (in programma)
- Centro di riferimento nell'ambito dello Screening regionale dei tumori colo-rettali
- Reclutamento e formazione di volontari da coinvolgere nelle diverse attività

**La prevenzione è amicizia**



# Avvenimenti plurisecolari centenari cinquantenari

109 a.C. Il console Ottaviano Emilio Scauro, fece costruire una nuova arteria che prese il suo nome. Partiva dalla riviera di levante, aggirava l'Appennino, incrociava a Dertona (Tortona) la via Postumia e, da Dertona, attraverso la val Bormida, giungeva a Vada Sabatia (Vado). Genova rimase quasi isolata, ma con tenacia ebbe pian piano, il sopravvento, allorché la città, cominciò ad aprirsi le strade (e l'avvenire) sul mare.

1759: Nasce a Londra Mary Wollstonecraft. Pur essendo sposata, viveva spesso da sola. Lottò sempre per l'emancipazione femminile. Nel 1792 scrisse un libro dove chiese che i principi di libertà, egualità e fraternità, sanciti dalla rivoluzione francese, dovevano essere applicati anche alle donne di tutto il mondo.

1809: August Klingeman, (Brunswick:1777-1831) poeta e autore drammatico, pubblica in endecasillabi, il brutto periodo di C.Colombo, quando giunge in catene e viene imprigionato. Il dramma, evidenzia l'ingratitudine dei reali e il grande dolore dell'ammiraglio. Tale lavoro, ottiene un ottimo successo di pubblico e di critica in Germania.

1959: Muore in Italia, Giuseppe Bottai. Classe 1895, ex marcia su Roma, beniamino di Mussolini che lo nomina Ministro dell'educazione. Nella notte del 24 luglio 1943, però, anch'egli vota l'ordine del giorno Grandi, teso a defenestrare Mussolini. Nel 1944 viene condannato a morte in contumacia dal tribunale neo-fascista di Verona. E' pure ricercato dal C.L.N Alta Italia. Fugge e si arruola nella legione straniera. Nel 1947, Il governo di unità nazionale della neo Repubblica, teso a pacificare gli animi, gli concede l'amnistia.

1959: Tra giugno e luglio, gli equipaggi delle navi dell'armamento mercantile pubblico e privato italiano, dopo l'ordine dei sindacati -Fermi al primo approdo- effettuano uno sciopero che durerà 45 giorni. La lotta, servirà ad annullare un regolamento che aveva radici nel 1800, ed ottenere quindi una normativa adeguata ai tempi.

1959: Il primo gennaio, i comandanti Cinfuegos ed Ernesto Che Guevara, entrano all'Avana armi in pugno, iniziando la rivoluzione. Il dittatore Fulgencio Batista era fuggito il giorno prima dal "collega" della Repubblica Dominicana, Molina Rafael Leonidas Trujillo.

## VIII edizione "Settimana nazionale della Cultura" Campobasso, 23/28 settembre 2008



"San Giorgio e antiche chiese di Genova" di Giovanni Buffa (Gruppo Pittura DLF Genova) 2° premio al Concorso Nazionale di Pittura, organizzato dall'Associazione DLF Campobasso

# Essere e Benessere

Il terzo appuntamento del ciclo intitolato "Essere e benessere", una campagna informativa e di sensibilizzazione su alcune patologie tumorali molto diffuse tra la popolazione, è presentato dalla Presidente del Comitato Pari Opportunità Liguria **Sabrina Grigatti**, che ha evidenziato come il CPO continui ad **investire sulla salute**. La malattia trattata nell'incontro colpisce in ugual misura donne e uomini.

Il Dott. **Stefano Salsi** interviene in rappresentanza della struttura Processi – Contrattazione e Modelli Operativi della Direzione Risorse Umane e Organizzazione di Trenitalia, con sede a Roma. Si occupa di catalogare i progetti organizzati dai cpo regionali per formulare eventuali linee guida a livello nazionale.

L'intervento del Dott. **Alberto Fasoli**, dirigente di Endoscopia Digestiva all'IST di Genova, tratta della **prevenzione del carcinoma al colon-retto**. La prevenzione, nel caso specifico, è una grossa spesa personale in termini di risorse e preoccupazioni: per essere attuata è indispensabile che ci sia una forte motivazione soggettiva.

Il tumore del colon-retto è uno dei più diffusi in entrambi i sessi:

Maschi		Femmine	
Polmone	21,1%	Mammella	27,7%
Colon-retto	12,6%	Colon-retto	13,00%
vescica	10,2%	Endometrio	7,4%

Gli screening oncologici sono mezzi per prevenire e diagnosticare determinati tipi di tumore. Finora sono efficaci sul cancro all'utero, mammella, colon – retto e prostata.

I progetti di screening hanno come obiettivo quello di ridurre l'incidenza di queste malattie e la mortalità che ne deriva, incrementando la percentuale di soggetti a rischio che si sottopongono a controlli periodici.

**Il cancro al colon-retto è la seconda causa di morte nel mondo occidentale** ed è fortemente legato allo stile di vita. Se diagnosticato nelle prime fasi di sviluppo è curabile nel 90% dei casi.

In Italia, l'incidenza è di 40.000 nuovi casi l'anno (dati stimati), la mortalità è di 20.000 decessi l'anno (ISTAT, 1998), con un range pari al 40-55% (RT – Italia).

La probabilità di ammalarsi è del 3,9% per gli uomini e del 2,5% per le donne.

Le cause rimangono sconosciute. Tuttavia sono stati individuati dei fattori di rischio:

- **Dieta:** probabilmente responsabile del 65-70% dei casi. L'alimentazione dovrebbe essere ricca di frutta e verdura e povera di carne (soprattutto rossa), grassi, cibi raffinati e calorie.
- **Età:** l'incidenza tra la popolazione fino ai 45 anni d'età

è quasi nulla, in seguito cresce sui 50-55 e diventa molto elevata tra i 70 – 75 anni.

- **fumo/alcool.**
- **storia familiare:** un parente di 1° o 2° grado colpito da questa malattia aumenta di due/tre volte la probabilità di ammalarsi; un parente di 1° grado, ammalatosi prima dei 50 anni, fa salire il rischio di sei/sette volte. In ogni modo solo il 15/20% di chi si ammala ha una storia di familiarità. La prospettiva in questo campo è di arrivare tramite studi di genetica alla predizione del rischio individuale.
- **precedente escissione di adenoma** (lesione maligna, precarcinoma). Il cancro al colon-retto nasce da un "polipo", una formazione di solito rilevata sulle pareti dell'intestino. Il polipo può trasformarsi in adenoma, tumore benigno. Questo in genere accade nell'arco di 5 anni. L'adenoma è destinato sicuramente a tramutarsi in carcinoma in situ nel giro di un biennio e da qui si arriva mediamente in tre anni al carcinoma invasivo, in altre parole con metastasi. Chi ha subito l'asportazione di un adenoma, deve sottoporsi a controlli periodici per impedire la presenza di altre neoformazioni.
- **sindromi ereditarie** es. poliposi multipla familiare e sindrome di Gardner.
- **malattie infiammatorie croniche intestinali** (morbo di Crohn).

Attualmente, su 1000 individui che si sottopongono a controlli di diagnosi precoce, 250 risultano avere degli adenomi, che possono essere asportati chirurgicamente durante il controllo endoscopico stesso, e di questi solo 20 – 30 presentano carcinomi colon-rettali. Grazie alle cure chemioterapiche, i casi di decesso sono inferiori a 10. L'obiettivo è quello di arrivare a decessi zero e per questo occorre convincere medici e pazienti ad eseguire un'opzione di screening.

Le possibilità sono:

1. **ricerca del sangue occulto fecale.** E' un esame non invasivo che può essere effettuato una volta l'anno. Spesso le lesioni intestinali non sono sanguinanti continuamente o non lo sono al momento dell'esame, quindi questo controllo non garantisce una protezione assoluta.
2. **Rettosigmoidoscopia.** Viene introdotto un rettosigmoscopio nella parte terminale dell'intestino (il retto e il sigma). Non è doloroso ma lievemente fastidioso. Si basa sulle statistiche che danno lo sviluppo di carcinomi più probabile in queste parti dell'apparato intestinale.
3. **Colonscopia** totale. L'endoscopio esplora tutto il colon. Negli ultimi anni, l'incidenza di tumori in questa porzione dell'intestino è aumentata e quindi un controllo in tutta l'area è consigliabile.



# iniziativa del CPO Liguria del 1 dicembre 2008

La ricerca dei marcatori tumorali (CEA: antigene carcino - embrionario) nel sangue, invece, ha poco senso nella fase di screening perché non sempre sono rintracciabili in chi è malato.

In futuro, la diagnostica punta sulla **colonscopia virtuale** dove le immagini dell'intestino provengono da una capsula ingerita dal paziente. E' meno invasiva di quella tradizionale ma finora non in grado di vedere gli adenomi piccoli o piatti. Un'altra strada riguarda la ricerca del DNA nelle feci.

A Genova è stato compiuto uno screening sul cancro del colon-retto. Su 10.941 inviti mandati a uomini e donne tra i 55 ed i 64 anni, solo il 6% ha risposto e si è detto disponibile ad un colloquio informativo con i medici. (Nei paesi del Nord Europa la percentuale sale anche al 20- 30%).

Delle persone che si sono sottoposte al colloquio, 57 hanno scelto di non effettuare alcun controllo diagnostico, 25 in un primo momento erano disponibili ma poi ci hanno ripensato e 1.028 si sono sottoposte ad esami. Di queste, il 98,3% ha scelto la colonscopia totale.

L'esito delle colonscopie è stato che nella metà dei casi non vi erano lesioni, il 15% presentava tumori non adenomatosi, il 40% adenomi e 4 persone avevano un carcinoma.

L'incidenza del cancro al colon-retto è in aumento, anche se la mortalità, grazie alle nuove cure, è stazionaria. In questo scenario la prevenzione diventa fondamentale.

Dalla finanziaria del 2001, la colonscopia è gratuita (dietro prescrizione medica) per la popolazione dai 45 ai 64 anni, in fase di prevenzione.

L'intervento della Dott.ssa **Elisabetta Giribaldi**, psicologa e psicoterapeuta. **Pensiero, emozioni, stress e prevenzione.**

Cosa si può fare nel legame stress - malattia e soprattutto stress - tumori? Il pensiero è una reazione cerebrale a ciò che succede all'esterno di noi. E' soggettivo, diverso per ognuno, legato all'emozione. Il sorgere di un'emozione, così come la

sua durata, non è controllabile. Gli aspetti che si possono gestire riguardano l'adeguatezza e l'intensità dell'emozione stessa. Chi rifiuta le emozioni perché non sa gestirle, rischia disturbi psicosomatici. Bisogna poi saper distinguere le emozioni autentiche da quelle parassite. Le prime sono quelle che riguardano il "qui e ora": sono direttamente connesse e si manifestano contemporaneamente a ciò che sta accadendo. Le emozioni parassite, invece, sono trascinate in un momento non attuale e portano via energie. Allo stesso modo, esistono paure utili, volte a proteggerci, ed inutili, sproporzionate rispetto all'evento. La paura della prevenzione è una paura inutile.

Lo stress è uno stato psico-fisico che si attiva sotto determinati stimoli dell'ambiente esterno. Può essere positivo o negativo. Tra le cause di quest'ultimo, *frustrazioni* - quando non si riesce a raggiungere un obiettivo - *conflitti*, quando occorre scegliere tra diverse possibilità in contraddizione tra loro, *difficoltà* - i vari ostacoli che si incontrano nella vita ad es. una malattia - *eventi traumatici* - violenze, la morte di una persona cara. Gli effetti fisici vanno dalla riduzione della circolazione sanguigna ad alterazioni patologiche di milza e timo, organo e ghiandola che producono i linfociti. Il risultato di tutto questo è che la persona stressata è maggiormente esposta al rischio di malattie cardiocircolatorie, disturbi gastrici, digestivi e intestinali, tumori. Già dagli anni '40 e '50 numerosi studi americani evidenziavano una correlazione tra insorgenza di tumori e traumi emotivi o condizioni protratte di stress. In particolar modo era stato evidenziato un legame con i tumori dell'epidermide.

L'emozione di per sé non è patologica, dipende da quello che ne deriva. E' importante come io esprimo o non esprimo le emozioni. Non forzare una situazione per paura ci tranquillizza qui e ora... ma dopo?

Concludono l'incontro i saluti della Dott.ssa **Paola Mancini**, rappresentante del Comitato Pari Opportunità Nazionale di Roma.

**NUOVA APERTURA**



**EX SAHARA SOLARIUM**

hair and beauty  
**ESTETICA  
PARRUCCHIERA  
SOLARIUM**

Corso Torino, 28 C  
16129 Genova  
Tel. e Fax 010 5535269  
Cell. 349 0736337  
vanityangels@hotmail.it  
[www.myspace.com/vanity\\_angels](http://www.myspace.com/vanity_angels)

*Sconti particolari a chi si presenterà con la tessera DLF*

# Oltre i 40 anni l'età della maturità

Sono trascorsi ormai oltre 40 anni quando nel lontano 1968 usciva il primo numero il N° 1 del giornale del Dopolavoro di Genova "SUPERBA" organo ufficiale dell'Associazione; siamo orgogliosi e lieti di ricordare l'avvenimento su queste pagine.

Orgogliosi perché è rarissimo che un giornalino locale a limitazione provinciale e che sembrava interessasse solo una categoria, sia riuscito a vivere così a lungo. Siamo lieti che la diffusione del periodico, che agli inizi era di sole pochissime pagine ed a un solo colore sia rimasta in vita e propagata anche oltre i confini provinciali, oggi raggiunge anche la zona oltre il giogo il basso Piemonte grazie alla collaborazione del DLF di Novi Ligure.

In tempi odierni nuovi, così come ci hanno imposto, diversi da quelli precedenti, il giornale ha una periodicità bimestrale per ragioni tecniche ed economiche; ma è sicuramente migliorato sia nei contenuti e veste editoriale (è una piccola rivista) completamente a colori e contiene 24 pagine trattando argomenti che spaziano dal turismo, la solidarietà, la salute, racconti, memorie, sport, cultura e società

e molto altro, tutte attività del Dopolavoro Ferroviario - Ge. Si prefigge anche di consigliare i nostri Soci con offerte e commerciali scelte per la serietà delle ditte. La tiratura raggiunge le 7000 copie e tocca un bacino di utenza di circa 15000 lettori.



Sfogliando le pagine di "SUPERBA": mi hanno fatto ricordare molte cose, ma non cedo alla malinconia. Ricordo il '68 (anno di fondazione della nostra rivista), l'anno della contestazione, anche se personalmente ne avrei fatto volentieri a meno, devo riconoscere che ha dato un salutare scossone ad una società ottusa e codina. Ma le battaglie per la libertà, la giustizia e l'uguaglianza non si combattono solo nelle piazze soltanto con le manifestazioni di dure proteste ma si conquistano soprattutto con il dovere, il rispetto delle leggi e con il senso civico.

Il giornale "SUPERBA" ha attraversato un periodo storico, si è avventurato lungo i tornanti della storia di questi ultimi 40 anni: gli anni di piombo delle Brigate rosse e le varie trasformazioni delle Ferrovie. Un mondo di ieri. Un mondo che ho vissuto e che ho amato, un mondo che rimpiango anche un po', c'era

**ASSEMBLÉE DOPOLAVORO FERROVIARIO**  
**DLF GENOVA**

**AMT Genova**

[www.amt.genova.it](http://www.amt.genova.it)  
[servizioclienti@amt.genova.it](mailto:servizioclienti@amt.genova.it)

**CONTINUA LA CONVENZIONE FRA DLF E AMT  
con l'abbonamento annuale aziendale  
per chi si sposta tutti i giorni nella nostra città.**

*(Iniziativa riservata ai ferrovieri in servizio)*



# buon compleanno “Superba”!

molto meno di adesso ma c'era la serenità, quella serenità che si raggiunge con la sana abitudine alle regole ferme dell'etica e della morale, valori frequenti fra i Soci del DLF. Ma bisogna guardare avanti se non si vuole restare indietro.

Conserviamo il passato negli archivi, ma questi consultiamoli, qualche volta, conserviamo i ricordi più belli e ricordiamo tutto ciò che ha lasciato in noi un benefico segno, facendoci capire tante cose ed aiutandoci a maturare.



In tutti questi anni la nostra rivista sociale ha cambiato parecchie volte vestito, sia nell'aspetto grafico sia nel formato.

Ecco come apparivano le copertine del 1975, quelle del 2002 e quelle del 2008.

In occasione del 60° anniversario della Costituzione Italiana il Dopolavoro Ferroviario di Genova, regala a tutti i Soci e ai cittadini che ne faranno richiesta una copia della nostra Costituzione:

**LEggerLA E' IL MIGLIOR MODO DI FESTEggiARE**

## PAESAGGIO D'INFANZIA

*Il lamento del mare  
le fragili dita del vento  
la luna di vetro soffiato  
come una bolla di sapone  
e un grande cielo capovolto  
in una piccola vasca.*

*Nel tuo canto di nenie fra le opunzie,  
nel folle giro della ruota  
che stritolava la scintilla  
sul lucido binario,  
nella serale litania  
di meste giaculatorie  
c'era la verde infanzia:  
la Pasqua vi giungeva profumata di pane e vino.*

*E se adesso m'attardo solitario  
all'ombra d'un pergolato  
disegnandomi di linee di fantasma,  
se come allora riascolto  
lo scirocco frugare tra i papiri,  
la mia anima diventa una piovra  
di mille tentacoli  
aggrappati allo scoglio della terra  
dove da te son nato.*

*Ho lasciato nell'onda dei canneti  
un profumo di musica infantile  
una voce d'aromi immacolati,  
nel tuo cuore tatuati  
un nome e un volto,  
al tatto della tua mano  
ruvida di fatica  
una testa di bimbo scarruffata,  
e ti ho strappato un segno inconfondibile  
consolante ed amaro:  
la tua malinconia dentro questi occhi.*

*Ho bruciato le fresche zagare  
i ramoscelli d'olivo  
le bianche palme delle Pasque antiche:  
la mia anima è una teca di ceneri  
un ostensorio di memorie intatte  
un sacrario di fulgide reliquie.*

*Ora pensieri di ferro battuto  
martellano le tempie,  
ed io passo i miei giorni  
all'erba amara di terre straniere  
ove son giunto  
umile sogno a compiere:*

*come chicco di grano  
dall'imbuto del vento  
in nuovi solchi d'esilio.*

Aurelio Remo Battaglia  
(Superba, anno 1 numero 1, 1968)



Lo scorso 9 Novembre il Gruppo Escursionisti DLF sotto il patrocinio dell'UISP ha organizzato una piacevole escursione nella penisola di Cap Ferrat (foto), a cavallo tra Monaco e Nizza. Assieme ai nostri associati hanno partecipato diversi amici provenienti dal mondo universitario (CUG) e industriale (Ansaldo). In totale il gruppo era formato da 70 persone!

Dopo aver apprezzato le particolari gimcane tra le vie di Nizza del nostro guidatore d'autobus dell'APT, che doveva governare un mezzo lungo ben 15 metri, eccoci arrivati a St Jean Cap Ferrat, un piccolo borgo di pescatori diventato in pochi anni un grande approdo per barche esclusive. Da questo paese partiva il periplo della penisola da compiersi in quattro ore, e con un dislivello decisamente modesto, vista la vicinanza con la linea di costa.

Nella prima ora abbiamo visitato la propaggine orientale del promontorio: la piccola penisola di St Augustine. Quest'ultima si protende verso est, e vanta stupendi panorami verso la parte orientale della Costa Azzurra e il tratto di costa italiana da Ventimiglia a Bordighera.

Terminato questo primo giro ad anello ci siamo diretti verso il secondo e più importante promontorio, quello di Cap Ferrat. Prima di giungere all'attacco del sentiero, il percorso transita sopra le spiagge di Les Fosses e Les Fossettes, due splendidi arenili dove è facile trovare delle persone che si crogiolano al sole anche in pieno inverno. La mitezza del clima in questo angolo di paradiso è confermato dal fatto che nonostante siamo partiti (ed arrivati) a Genova con la pioggia, qui a Cap Ferrat abbiamo trovato una giornata primaverile da stare tranquilli in maniche corte!

Dopo un tratto tra le ville e qualche rudere abbandonato,

## Sui sentieri litoranei

ci siamo tuffati nel bianco delle rocce calcaree e nel blu del mare antistante la costa in un paesaggio lunare, dove il sentiero sembra l'unica via da percorrere per non rimanere incastrati tra le rocce appuntite.

Raggiunta l'estremità meridionale di Cap Ferrat, ecco ergersi di fronte a noi il faro, con sotto una bella area di sosta dove pranzare.

La parte occidentale del promontorio (da percorrersi preferibilmente in senso orario per rimanere sempre esposti al sole durante la giornata) ha riservato gli angoli più selvaggi e naturali, con spiaggette circondate da rocce a picco sul mare, e piccole baie d'acqua smeraldina.

Il nostro giro è terminato sulla spiaggia di Passable, altro lido molto frequentato in tutte le stagioni, posto sulla periferia occidentale di St Jean Cap Ferrat.

Il grande successo di questa iniziativa non è altro che il frutto di una scelta oculata dei percorsi escursionistici che gli organizzatori del gruppo hanno svolto dal 2000 fino a oggi.

Del resto la costa attorno al Mar Ligure non ha nulla da invidiare a quelle di altre mete più celebrate del bacino mediterraneo. Più semplicemente in questi anni abbiamo cercato di individuare quelle aree naturali scampate alla speculazione edilizia, dove resistono angoli di paradiso a contatto col mare.

In Francia esiste da oltre 30 anni il Conservatoire du littoral, un organismo pubblico che si occupa di rilevare da privati o da confische alcuni tratti di costa che altrimenti sarebbero stati preda degli speculatori edilizi. La gestione delle aree vede la collaborazione degli enti locali e di alcuni specialisti del settore che cercano di attuare la migliore integrazione possibile tra le attività locali e la preservazione delle aree naturali, valorizzando gli aspetti naturali e storici in essa inserite.





# di Liguria, Costa Azzurra e Corsica

Degli oltre 600 siti protetti in Francia, 28 riguardano la regione provenzale e 10 la regione corsa affacciata sul Mar Ligure, alcuni dei quali visitati dal nostro gruppo escursionistico.

Tra questi ricordiamo: i Calanchi di Marsiglia (marzo 2001 – maggio 2002 – maggio 2005), Port d'Alon (gennaio 2004), il Massif de l'Esterel (aprile 2004) e Cap Martin (marzo 2007) in territorio provenzale; il Desert des Agriates (aprile 2005) e Cap Corse (aprile 2008) in territorio corso. Sempre in Corsica, ma fuori dall'area bagnata dal Mar Ligure, il gruppo ha percorso i sentieri dei meravigliosi Calanchi di Piana (aprile 2008), e del Sartenais (aprile 2005), tra Campomoro e Roccapina.

Tra le zone da visitare in futuro, non mancheranno di certo le Isole di Hyeres, la Penisola di St Tropez, Cap d'Antibes e le Isole di Lerins (sulla baia di Cannes), in Provenza.

Diversa la situazione italiana, dove la protezione delle aree costiere viene delegata ai parchi regionali e nazionali, più una serie di SIC – Siti di Importanza Comunitaria, che proteggono tutti quei tratti di costa scampati alla speculazione edilizia dei porticcioli e delle strutture turistiche ad esso connesse, o all'espansione dei centri rivieraschi.

La vicinanza con i centri costieri disseminati lungo le due riviere, e la diversa impostazione di sistema dell'area protetta rispetto ai cugini d'oltralpe, hanno prodotto due esiti diversi: in Francia le persone cedono parte dei loro terreni al Conservatoire du littoral per preservarli da un futuro fatto di cemento e grandi complessi abitativi senza senso, mentre in Liguria le aree soggette a parco sono state ridotte di superfi-



cie dall'amministrazione regionale precedente. Eppure esistono chiari esempi, come quello delle Cinque Terre, che assunto il ruolo di Parco Nazionale, ha subito uno slancio economico e di immagine tale da renderle famose in tutto il mondo. Durante le nostre escursioni in queste zone abbiamo più volte avuto contatto con persone provenienti dagli Stati Uniti, dall'Australia e da ogni parte d'Europa. Una speranza in campo ambientale ci viene fornita da un recente provvedimento regionale che mette in cantiere il futuro Parco Costiero del Ponente Ligure. Mentre la Riviera di Levante presenta ampie porzioni di territorio tutelato (in parte dovuto alle asperità del territorio), nella Riviera di Ponente si cerca di costruire un tessuto che possa legare le cittadine costiere con i prospicienti promontori, scampati al cemento, attraverso la costruzione di una pista ciclabile che ricalca il vecchio tracciato ferroviario della linea Genova – Ventimiglia.

Man mano che si procederà col raddoppio della linea, il tracciato verrà ceduto alle amministrazioni locali per allungare il tracciato della pista ciclabile e pedonale. Inutile elencare i siti che da Ventimiglia a Bocca di Magra sono stati visitati in questi anni dal nostro gruppo (basta consultare l'elenco delle escursioni effettuate fino a oggi sul nostro sito), ma restano tanti itinerari da percorrere o da ripetere a distanza di tempo. Mi stupisce ancora oggi il fatto che molti genovesi non conoscano personalmente zone come le Cinque Terre, Tramonti o Montemarcello, molto battute dai turisti stranieri.

L'invito è quello di prendere lo zaino in spalla, viaggiare in treno, e percorrere a piedi il nostro territorio, magari in compagnia del Gruppo Escursionisti DLF di Genova.

## CIRCOLO NAUTICO VESIMA

E' iniziato il tesseramento DLF 2009

**I Soci interessati possono far domanda di iscrizione al Gruppo Nautico Vesima.**

Le tariffe per i vari servizi rimangono invariate rispetto al 2008.

*Informiamo i soci che il 13/10/2008 una devastante mareggiata ha causato gravi danni. Il DLF si sta adoperando per mettere la struttura in sicurezza in tempi rapidi.*

# Immagini della Befana '09



*Tradizionale Festa della Befana al Teatro Albatros di Rivarolo. Il Dopolavoro Ferroviario di Genova ha organizzato uno spettacolo dedicato ai bambini con distribuzione di dolci e calze per tutti i bimbi. Animatori dello spettacolo sono stati i bravissimi Carlo Cicala, Maria Pia Altamore e Vittorina Cosso. Un grazie ai Centri Danza Idea DLF che hanno arricchito la serata con le esibizioni delle giovani allieve.*





# Le Borse di Studio della Mutua Cesare Pozzo Liguria

a cura di Filippo Di Blasi

Il 14 dicembre u.s., presso la Sala Blu del Dopolavoro Ferroviario di Genova, si è tenuta la seconda cerimonia di consegna delle borse di studio ai soci e familiari dei soci della **Società Nazionale di Mutuo Soccorso Cesare Pozzo**.

La prima si era svolta il 7 dicembre a Savona presso la Sala Soci Ipercoop del Centro Commerciale "Il Gabbiano".

Complessivamente sono stati premiati 71 studenti che hanno ultimato i vari cicli di studi: elementare, scuole medie inferiori, scuole medie superiori e Lauree. (a livello nazionale i premiati sono stati 3170 per una erogazione totale di 350.000 euro).

Entrambe le manifestazioni hanno visto la partecipazione di Autorità Regionali e Comunali. A Savona i saluti del Sindaco sono stati portati dall'Assessore Rosario Tuvè.

All'appuntamento genovese hanno presenziato la Sindaco Marta Vincenzi, l'Assessore Regionale alla Sanità, Politiche della sicurezza dei cittadini, Claudio Montaldo, il Presidente di Lega Coop, Claudio Pontiggia,. Sono stati graditi ospiti anche la Presidente del Dopolavoro Ferroviario, Rosaria Augello ed il Presidente del Centro Oncologico di Sestri Ponente, Dott. Guglielmo Valenti.

La Presidente Regionale della SNMS Cesare Pozzo, Loredana Vergassola, ed il Vice Presidente Regionale Filippo Di Blasi hanno ripercorso le origini storiche della Cesare Pozzo e tratteggiato l'attualità delle iniziative per gli aiuti economici a sostegno dei soci lavoratori.

Dopo aver delineato l'impegno storico del Mutuo Soccorso per l'educazione scolastica dei lavoratori, la Presidente Vergassola ha rimarcato le prospettive future del mutuo soccorso nell'ambito dell'integrazione dei costi sanitari e dei progetti di rete con i servizi di assistenza alla persona, espressi nei territori.

Le Autorità hanno seguito con molto interesse gli interventi ed



hanno contribuito, a loro volta, complimentandosi per l'operato sociale svolto dalla Cesare Pozzo, auspicando sinergie ed opportunità di collaborazione.

La manifestazione si è conclusa con la consegna delle Borse di studio, cui è seguito un rinfresco.

## La SNMS Cesare Pozzo:

86000 soci, assistiti con i loro familiari (circa 250 mila persone) distribuiti in tutte le Regioni d'Italia ed assistiti attraverso Sedi territoriali in ogni provincia ed una fitta rete di collaboratori volontari.

In Liguria i soci sono 6300, assistiti assieme ai loro familiari, per un totale di oltre 10 mila persone. La sede regionale è Genova e sedi territoriali sono a Savona, Alberga, Ventimiglia, Sestri Levante e La Spezia.

La Società interviene a compensazione dei costi a carico dei soci in ambito sanitario ed eroga aiuti economici ai soci lavoratori ed alle loro famiglie nei casi di riduzione di stipendio in caso di malattia, inidoneità e di decesso.





# Dall'Associazione DLF di Novi Ligure

## Elezioni Consiglio Direttivo

com'è noto il 25, 26 e 27 novembre 2008 si sono svolte le elezioni per il rinnovo dei Consigli Direttivi delle Associazioni DLF Territoriali. Per il Consiglio Direttivo dell'Associazione DLF di Novi Ligure sono state presentate due liste: la **lista N° 1 - Voto Libero** e la **lista N° 2 - DLF: Servizi e Solidarietà**. La campagna elettorale è stata per alcuni aspetti vivace ma il tutto si è svolto regolarmente, nel pieno rispetto delle regole, raggiungendo una ampia partecipazione di votanti, 339 su 476 con una percentuale del 71,22%. Dallo scrutinio sono emersi i seguenti risultati:

Elettori .....	476
Votanti .....	339
Schede Bianche .....	1
Schede Nulle .....	5
Voti Validi .....	333
Quorum (Consiglieri da eleggere 7) .....	45,571
Lista N° 1 - Voto Libero, voti.....	56
<b>Consiglieri assegnati alla Lista N° 1 .....</b>	<b>1</b>
Lista N° 2 - DLF: Servizi e Solidarietà.....	277
<b>Consiglieri assegnati alla Lista N° 2 .....</b>	<b>6</b>

### Preferenze

#### Lista N° 1

Bellantoni Grazia Maria	6
Catapano Fabrizio	11
Fortino Francesco	22
Ghinello Maurizio	8
Giroto Sara	10
Motta Mauro	5
Pacilio Fabrizio	7
Patria Mauro	4
Perrozzì Mauro	16
Ruffo Massimiliano	4

#### Lista N° 2

Agapito Giovanni	90
Bafurno Maurizio	113
Marraffa Ciro	74
Menegazzo Maurizio	41
Minetto Diego	20
Pinto Roberto	40
Tardito Monica	14
D'Aloia Danilo	2
Palenzona Giorgio	3
Scotti Dario	9
Iannelli Roberto	3
Giordano Giovanni	16
Russo Alessandra	7

## Consiglio Direttivo eletto

Bafurno Maurizio	113
Agapito Giovanni	90
Marraffa Ciro	74
Menegazzo Maurizio	41
Pinto Roberto	40
Fortino Francesco	22
Minetto Diego	20

Aldilà dei risultati che possono aver provocato esultanza o rammarico fra i due contendenti, si può sicuramente affermare che il nuovo Consiglio Direttivo è costituito da persone che hanno tutti i titoli per garantire una gestione corretta e propositiva della nostra Associazione nel pieno rispetto delle norme statutarie. Rimane il rammarico che non sia stata eletta una donna, cosa su cui personalmente contavo molto, poiché sono certo avrebbe portato un elemento di novità importante. La composizione del Consiglio presenta sicuramente elementi di continuità, da cui emergono anche soggetti nuovi che potranno portare entusiasmo, idee e tanta voglia di trasformarli in fatti concreti.

Il futuro della nostra Associazione presenta un cammino minato da alcuni ostacoli di natura finanziaria e patrimoniale, che si potranno superare se saremo in grado di lavorare attraverso una sintesi delle proprie idee collaborando attivamente e lealmente anche quando le nostre ragioni non coincidono perfettamente con quelle degli altri. Solo attraverso un lavoro di squadra riusciremo a governare il presente ed il futuro della nostra Associazione per garantire stabilità e per produrre attività e servizi il più possibile vicini alle esigenze dei nostri associati.

In riferimento al regolamento elettorale è stato convocato il Consiglio Direttivo il giorno 12 dicembre per procedere alle elezioni delle cariche sociali: Presidente e vicepresidente. Esauriti questi adempimenti il Consiglio Direttivo delibererà la convocazione dell'Assemblea Generale dei Soci per presentare le cariche sociali. Questo sarà il primo banco di prova del nuovo Consiglio Direttivo, auspico che ciò possa avvenire in piena lealtà e serenità rispettando la volontà degli elettori.

Pur essendo vicini alle festività natalizie è auspicabile che nei prossimi giorni il presidente eletto possa convocare il Consiglio Direttivo per la definizione degli incarichi di settore, la nomina del segretario e dell'amministratore.

Facendomi interprete della volontà dei nostri associati porgo a tutti gli auguri di buon lavoro.

# Gruppo Ciclisti DLF

a cura di Sergio Coppellotti



## QUOTE ASSOCIATIVE GRUPPO CICLISMO ANNO 2009

SOCI FERROVIERI IN SERVIZIO € 50,00

SOCI PENSIONATI FS E FAMILIARI € 62,00

SOCI FREQUENTATORI € 68,00

DOCUMENTI RICHIESTI: Certificato medico - Numero tessera D.L.F. - Dati personali

Quota rimessaggio bicicletta: QUOTA ANNO 2009 (PER I NON ISCRITTI AL GRUPPO CICLISMO) € 30,00

PER INFORMAZIONI: COPPELLOTTI SERGIO 338 3521463 - FICCO VINCENZO 349 1384183

## BIGLIETTI ACQUARIO IN VENDITA PER I SOCI DLF

(prezzi scontati 2009)

**ADULTI € 14,00 - RAGAZZI € 8,00 (DAI 4 ANNI IN SU)**

**IN VENDITA PRESSO IL DLF DAL LUNEDI AL VENERDI DALLE 9,00 ALLE 13,00**



# Domenica in Rosa

Si è svolta domenica 19 ottobre '08 la prima giornata di "Tennis all day, only women" ideata dal M. Pino Guastamacchia. Pensate 14 giocatrici scese in campo suddivise in due squadre. Qualche malizioso scommetto che sta pensando... che pollaio!! No Signori qui Vi sbagliate... il Circolo si è trasformato in una "Savana" dove tigri e pantere hanno combattuto per la vittoria in un'atmosfera ricca di serenità e sportività! Il Leone della situazione.. il grande Pinas.. ha organizzato tornei a squadre, tornei di singolare, e di doppio impegnando le giocatrici dalle 9,30 del mattino fino alle 17, ove sotto lo sguardo di qualche spettatore un pò allibito si è svolta la premiazione con coppe e premi per tutte. Dimenticavo... avete mai visto leoni, tigri e pantere, che in natura sono nemici fra loro, alzare il calice e brindare e pranzare insieme?... oggi si... la forza del leone Pinas è stata capace di infrangere le regole della natura! Una foto certe volte può farVi capire più di tante parole.



## Il Gruppo sci Genova in collaborazione con D.L.F. Ventimiglia

ORGANIZZA

### *Giornata di Sci a Limone Piemonte riservata ai soci D.L.F. martedì 03 febbraio 2009*

Partenza da Genova PP (P.zza Acquaverde) alle ore 07.00

Rientro previsto a Genova alle ore 19.00 circa

Trasferimento in pullman - minimo 40 partecipanti

Costo A/R + skipass giornaliero euro 30

(è obbligatoria la tessera UISP 2009 ai fini assicurativi, al costo di euro 8)

Prenotazione presso il Dopolavoro Ferroviario entro lunedì 26 gennaio ore 14.00,  
da considerarsi valida dopo versamento dell'intera quota.

**INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI IN SEDE**



## METALLURGICHE TISCORNIA AL TEATRO ALBATROS DI GENOVA

**martedì 23 dicembre 2008**

I CAROGGÈ hanno presentato METALLURGICHE TISCORNIA  
la commedia certamente meno tradizionale, meno conosciuta e meno rappresentata  
del repertorio giovanile, di Umberto Morucchio regia Enrico Aretusi



L'azione si svolge a Genova nel 1953, un momento storico caratterizzato dai movimenti sindacali e dai primi scontri tra gli industriali e le commissioni interne. E' il periodo in cui dopo il tramonto di De Gasperi, cresce il potere di Mattei e il Parlamento si scontra per la nuova legge elettorale. Al nord lo sviluppo delle fabbriche mette le basi di quel periodo che fra poco verrà chiamato "Miracolo Economico".

**music**<sup>®</sup>  
LINE

*Organizzano*  
*per i soci*

ASSOCIAZIONE  
DOPOLAVORO  
FERROVIARIO  
**DLF**  
GENOVA

# *corsi di musica*

*per bambini - ragazzi - adulti*

**chitarra - tastiera - flauto - violino - canto - canto corale moderno - canzoni pop anni 70-80**

I corsi inizieranno lunedì **09 febbraio 2009**

Livelli: *iniziale - medio - avanzato*

Gli insegnanti saranno forniti da "Music Line"

Le lezioni si terranno presso la "sala musica" di via A. Doria 5 - Genova PP

## Le iscrizioni sono aperte

**Per informazioni rivolgersi a**

**Dopolavoro Ferroviario - Via Andrea Doria, 9 - 16126 Genova**

**Tel. 010-261627 (FS: 2220) Fax 010-261806 (FS: 3162) - E-mail: [dlfgenova@dlf.it](mailto:dlfgenova@dlf.it)**



## Associazione Famiglie Malati Alzheimer Onlus.

Sede legale, Via del Costo, 7H - 16154 Genova - Segreteria Via N. Cervetto, 8 - 16152 Genova  
Tel. Presidenza 3465881910 - tel. segreteria 338581224 - e-mail: afmagenova@libero.it - C.F. 95108370107

Come anticipato su queste pagine, in data 11 Novembre è stato inaugurato, alla presenza del Assessore della Regione Liguria MONTALDO, dell' Assessore del Comune ROBERTA PAPI, del PRESIDENTE DEL MEDIO PONENTE VI BERNINI e altre personalità istituzionali del medio ponente VI non che personalità mediche "L'ALZHEIMER CAFE" presso il parco della libreria G.GUERRAZZI. L'apertura della struttura e l'assistenza sarà gestita dall'associazione **A.F.M.A.** (associazione famiglie malati di alzheimer) con cadenza settimanale:

**tutti i martedì dalle 15,30 alle 18,00**

L'avvenimento ha ottenuto un folto consenso di pubblico interessato a quanto proposto per questa malattia nella delegazione di GE-CORNIGLIANO.

Questo risultato è stato ottenuto da una stretta collaborazione dell'A.F.M.A. e le Istituzioni sul territorio, la collaborazione proseguirà con altro ambizioso progetto per un nuovo centro diurno locato nella delegazione di SESTRI PONENTE.

### **COS'È L'ALZHEIMER CAFE' E QUALI SONO I SUOI OBIETTIVI**



La nostra associazione si fa promotrice della realizzazione dell'"ALZHEIMER CAFE'", un luogo tranquillo e riservato, dedicato a coloro che sono affetti da questa malattia e sono ancora nella prima fase di sviluppo. In questo periodo il malato ha una propria autosufficienza e mantiene quelle facoltà cognitive che gli permettono di poter interagire con appropriate e idonee mansioni, similari a quelle della vita quotidiana familiare, e di partecipare ad una vita sociale e aggregativa. Il nostro ambizioso progetto si propone di sviluppare:

**ATTIVITA' PRATICHE AGGREGAZIONE TRA FAMILIARI  
INCONTRI PROGRAMMATI CON PERSONALE SPECIALIZZATO  
CONSULENZA E AUTOAIUTO**

### **I nostri indirizzi**

**Segreteria: Via Nino Cervetto, 8 - Tel. 3338581224 - GENOVA - CORNIGLIANO  
Tutti i lunedì e giovedì dalle 15,00 alle 17,30**

-----

**Sportello presso Distretto Socio Sanitario: Viale Narisano N° 14 - GENOVA CORNIGLIANO  
Tutti i mercoledì dalle 17,00 alle 18,00**

**Il gruppo "I Ragazzi di Coronata"**  
è lieto di presentare il rifacimento dello spettacolo musicale

## **Jesus Christ Superstar**



**Opera Rock in due atti cantata e suonata dal vivo**

**14 Marzo 2009 - ore 21 - Teatro Albatros - Genova Rivarolo**

# CONVENZIONE DLF - **MAMBILLA S.a.s.**

CONDIZIONI PARTICOLARMENTE VANTAGGIOSE  
in tutti i settori assicurativi/finanziari  
GLOBALE ABITAZIONE - INFORTUNI - POLIZZE SANITARIE - PREVIDENZIALI

## Tariffa Auto SuperScontata

POSSIBILITA' DI PAGAMENTO

### **A RATE MENSILI**

con prelievo diretto dal proprio conto corrente bancario



**Agenzia Plurimandatara**

C.so De Stefanis 25/1B - 16139 Genova

Tel. 010882234 - fax 010876002



SCONTO  
CONVENZIONATI

OTTICA  
Sparviero

via S.Lorenzo 103r.  
orario continuato  
chiusura ore 20

**FOR PRESIDENT**



# OFFERTA SPECIALE PER TUTTI GLI ISCRITTI "DLF Genova"

AGOS è lieta di offrirti un'esclusiva opportunità  
per realizzare tutti i tuoi progetti:

**Finanziamenti fino a 30.000 euro  
fino a 120 mesi**



E per i primi 6 mesi dalla richiesta avrai  
un tasso d'interesse (TAN) eccezionale:

**5,90%**

Non perdere tempo!  
**Richiedi subito un finanziamento Agos!**

## Vediamoci CHIARO

Questo volantino è un messaggio pubblicitario: abbiamo voluto soltanto presentarti quest'offerta. Per saperne di più vieni in filiale Agos dove troverai gli avvisi, i fogli informativi e le informazioni contrattuali. L'accettazione della richiesta è subordinata all'approvazione da parte di Agos. L'offerta ha TAEG MAX 10,64% ed è valida fino al 31/12/2009.

**Per richiedere il finanziamento,  
fissa un appuntamento presso la  
FILIALE AGOS più VICINA**

IMPERIA V.le Matteotti, 34 Tel. 0183-667388  
GENOVA Via Rimassa, 178 Tel. 010-566468  
GENOVA Via Cantore, 261 Tel. 010-4699528  
ALESSANDRIA Spalto Rovereto, 39 Tel. 0131-227265

Per informazioni chiama il:

Numero Verde

**800-12.90.10**

LU-VE: 8.30-21.00;  
SA: 8.30-17.30

