

San Paolo

■ Sono finiti a ottobre i lavori per l'allacciamento al teleriscaldamento in via Monte Ortigara. Tutto il cantiere, il tratto di marciapiede compreso tra i numeri uno e tre non è però più stato asfaltato. Lo segnala un lettore che chiede il ripristino del manto stradale.



Centro

■ Una transenna rotta giace abbandonata sul ponte Emanuele I, tra piazza Vittorio e la Gran Madre. È frequente trovare in zona materiali da cantiere trafugati o abbandonati; i residenti chiedono più controlli, nel timore che vengano usati per atti vandalici.



San Paolo

Le badanti imparano a cucinare "in italiano"

Parte un corso per districarsi tra i misteri della cucina

FABRIZIO ASSANDRI

Un piatto di tajarin ben cucinato, a volte, può fare la differenza. Oltre alla lingua, quando Rosa Diaz arrivò in Italia dal Perù, 15 anni fa, nel suo lavoro di badante trovò l'ostacolo della tavola. «Non solo dovevo parlare in italiano, ma anche cucinare in italiano», spiega. Tra tempi di cottura, ingredienti sconosciuti e combinazioni di sughi, «all'inizio ero disorientata e facevo esperimenti, non sempre riusciti». Per fortuna, «alla signora da cui andavo piaceva anche il cibo peruviano, come il piatto a base di carne "chanfaina"». Oggi a cucinare è Ugo, l'anziano che assiste, gastronomo in pensione, mentre Rosa guarda e apprende. «I mestieri non s'insegnano, si rubano», sorride Ugo.

Districarsi tra pentole e padelle di un altro Paese può essere difficile e, al tempo stesso, le abilità culinarie possono fare la differenza nel curriculum di un'aspirante governante. Per questo, parte il 26 gennaio un corso teorico di cucina e conduzione della casa, giunto alla seconda edizione, destinato a colf e badanti, italiane e straniere. Ad organizzarlo sono la Consulta Femminile del Comune e l'associazione Radar Club, col patrocinio della Circoscrizione 3, che presta per le lezioni i locali dell'ecomuseo di via Millio 20.



Nerida Sanchez, peruviana, cucina per Rocco Ilardo, 85 anni

Cosa mangiano gli over 70

Il menu tipico italiano

■ Tra i piatti ideali per gli anziani ci sono il risotto di zucca, la frittata di verdure, la polenta, l'insalata di carne cruda, oppure l'arrosto di tacchino al latte, le acciughe al limone, gli involtini di vitello con prosciutto e formaggio. Per finire castagne, mele cotte e una fetta di crostata d'uva. [F. ASS.]

Il menu tipico peruviano

■ Tipico per gli anziani, in Perù, il brodo di gallina allo zenzero, e a seguire un piatto unico. Si può mangiare il pollo «rebozado», impanato nell'uovo e pan grattato, oppure il pesce «bonito» accompagnato da limone, aglio, cipolla e peperoncino. Di contorno riso, carote, insalata e patate bollite. [F. ASS.]

«Siamo la circoscrizione più popolosa della città, con tanti anziani, perciò sosteniamo l'iniziativa», spiega Michele Paolino, presidente della Tre. «Una proposta utile - aggiunge la colf Nerida Sanchez, anche lei peruviana - perché appena arriviamo in Italia siamo in difficoltà con il cibo».

Ormai Nerida è una veterana e per Rocco Ilardo, 85 anni, prepara «piatti non pesanti e con poco olio, per tenere a bada la pressione: minestrina, verdure cotte, pasta, ricotta. Quando si stufa, però gli fa il "saltado" peruviano con patate fritte, cipolle e tonno, tutto mescolato. «Lui, invece, mi ha

insegnato a fare la peperonata». Il signor Ilardo non si scompone. Infatti, prima di fare l'operaio in Fiat, è vissuto in Tunisia e ha combattuto nella legione straniera al fianco dei francesi in Vietnam, contro i giapponesi. È abituato a cibi «esotici». «Quando mangiamo insieme mettiamo nel piatto le stesse cose, poi Nerida nel suo aggiunge il peperoncino peruviano, che a me proprio non va giù».

Il corso, gratuito, prevede sei lezioni per orientarsi tra i cibi italiani. «Come omaggio all'Unità d'Italia, quest'anno ci concentriamo sui piatti regionali», spiega Maria Pia Pianta, presidente della Consulta Femminile. Al corso si sono iscritte 45 donne dal Sud America, Romania e Africa, ragionate con il passaparola o le locandine affisse nelle parrocchie. «Per lo più sono giovani e alla ricerca del primo lavoro come badanti, hanno difficoltà con la lingua e non sanno cucinare neanche un uovo, alla maniera italiana s'intende». Al corso dell'anno scorso hanno partecipato anche casalinghe italiane, come Maria Russo, attirata dalla possibilità d'imparare ricette straniere, «come gli involtini ripieni con riso, un piatto Moldavo». Il materiale didattico sono schede con le ricette, con indicati il grado di difficoltà, il tempo necessario e il valore nutrizionale. Ci sono anche i consigli su come fare la maionese e il bagnetto verde in casa, le distinzioni tra le mele grigie di Torriana e quelle runse, oltre alle indicazioni sulla dieta perfetta per gli anziani. Non solo, «diciamo come presentare i piatti, perché anche l'occhio vuole la sua parte, e insegniamo la stagionalità e la filiera dei prodotti, privilegiando quelli locali».

AutoKom Italia
NUOVO E USATO • FINANZIAMENTI • RITIRO USATO • COMPRAMO AUTOVEICOLI E FUORISTRADA

LANCIA DELTA 1.6 16V 130 CV
ORO 04/2009 KM 38.600, ABS, CLIMA, ESP, RADIOCD, RUOTE LEGA, PELLE/CANTARINA, EUROSD, € 15.990,00

FIAT BREVA 1.2 175 CV SKY WINDOW
08/2007 KM 44.800 ABS, ESP, CLIMA, AUTOMAN, PELLE, PARI BI-RISERVA, RUOTE LEGA € 18.900,00

FIAT MITO 1.6 16V 130 CV DISTINCTIVE "SPORT PACK"
07/2009 KM 58.900, ABS, CLIMA, ASR, RUOTE LEGA 17", ILLUMINE, SENSORI PARCHEGGIO € 14.900,00

FIAT QLEO 1.3 116 CV DYN
06/2009 KM 44.800 ABS, CLIMA, RADIOCD, AIRBAG, FENDINEBBIA € 18.500,00

e-mail: info@autokom.it Sito: www.autokom.it
C.so G. Cesare, 300 - TORINO
Tel. 011.3816628/9 - Fax 011.3816630
Cell. 345.1836256 - Cell. 345.1836413

Sverniciatura e ripristino serramenti in legno

Sverniciatura
Ripristino e restauro
Applicazione doppi vetri
Riverniciatura
Smontaggio e posa
Lavorazioni in loco
Trasporto

Sverniciatura e sabbatura di particolari in ferro:
Termosifoni
Ringhiere
Scocche e particolari auto, moto, ecc.

Vuoi risparmiare? Chiamaci per un preventivo

SMET2
Tel. 0141.969212 - COSTIGLIOLE D'ASTI
TEL. 011.7382849 - TORINO

CONSIGLIA I CENTRI PIÙ VICINI A TE

SERCI FRANCO Cell. 329.0134236 IMPERIA
LAURO Cell. 347.1428816 VENTIMIGLIA
DEFENAX Tel. 0321.763872 Treviso (TV)

UNIONE EUROPEA Fondo sociale europeo
Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
Ministero del Lavoro e della Previdenza Sociale Direzione Generale per la Politiche per l'Orientamento e la Formazione
REGIONE PIEMONTE Assessorato Istruzione Formazione Professionale e Lavoro

POLO FORMATIVO PER GLI IFTS DELLA REGIONE PIEMONTE

POLO INNOVAZIONE AEROSPAZIO
CORSI PER:
• TECNICO SUPERIORE PER LA MANUTENZIONE DEGLI AEROMOBILI
• TECNICO SUPERIORE PER L'INDUSTRIALIZZAZIONE DEL PRODOTTO E DEL PROCESSO NELL'INDUSTRIA AEROSPAZIALE

Requisiti per ammissione
Diploma o competenze acquisite nell'ambito formativo e/o lavorativo del settore.
Verranno effettuate prove di ammissione
Durata: 800 ore di cui 240 di stage
Periodo: febbraio - dicembre 2011
Sedi per il primo corso: Torino ITIS Grassi, Novara ITIS Fauser, Torino ITIS Grassi

Sede per il secondo corso: Torino ITIS Grassi, Novara ITIS Fauser, Torino ITIS Grassi

INCONTRI DI PRESENTAZIONE PRESSO ITIS GRASSI
VIA VERONESE 305 - TORINO
Venerdì 14 gennaio 2011 ore 18,30
Sabato 15 gennaio 2011 ore 10,00

PRESSO ITIS FAUSER
VIA RICCI 14 - NOVARA
Sabato 22 gennaio 2011 ore 10,00
PER INFORMAZIONI E PRESCRIZIONI
www.poloaerospazio.it

ITIS Grassi tel. 011.2266550 - fax 011.2266843
ITIS Fauser tel. 0321.482411 - fax 0321.482411

I CORSI **GRATUITI** SONO STATI APPROVATI DALLA REGIONE PIEMONTE E SONO RIVOLTI A ENTRAMBI I SESSI (L. 903/77, L. 125/91)

in breve dai quartieri

Borgo Po

Porfido per la Regina

■ Gli ingressi di Villa della Regina saranno completati grazie a 400 mq di cubetti e a 200 mq di masselli di pietra, forniti gratuitamente dalla giunta comunale alla Direzione regionale per i beni culturali e paesaggistici.

Lingotto

Lavori in corso

■ Fino al 23 gennaio si segnalano rallentamenti in corso Traiano, tra via Sette Comuni e via Palma di Cesnola, per l'esecuzione di lavori.

Crocetta

Semafori spenti

■ Si raccomanda prudenza a chi percorre corso Vittorio; i semafori all'angolo con

corso Duca, Vinzaglio e Re Umberto oggi sono in manutenzione. Sottoposto a verifiche anche l'impianto di corso Duca all'incrocio con via Colombo.

Barriera di Milano

Orari InformaSei

■ Fino al 21 gennaio lo sportello InformaSei di via san Benigno 22 cambia orario: rimarrà aperto solo al mattino, dalle 9,30 alle 12,30.

San Paolo

Spazi gratuiti

■ L'associazione culturale L'Araldo mette a disposizione dei giovani appassionati di arte, anche minorenni e alle prime esperienze, la possibilità di esporre gratuitamente le proprie opere negli spazi del teatro Araldo. Le candidature devono pervenire entro il 16 gennaio in



Le targhe di via Sarpi

via Chiomonte 3/A o alla mail mastre.araldo@gmail.com.

Mirafiori Sud

Targhe imbrattate

■ «Qualcuno si è divertito ad imbrattare le targhe toponomastiche di via Paolo Sarpi, sia quella all'angolo con via Carlo del Prete che quella al-

l'incrocio con corso Cosenza, rendendo quasi illeggibile il nome della via». Lo dicono gli abitanti della zona, che chiedono che si proceda al più presto alla ripulitura dei cartelli.

Campidoglio

Riapre l'Ecomuseo

■ Riapre oggi l'Ecomuseo urbano della Circoscrizione 4 di via Medici 28, che fino al 27 gennaio ospita la mostra «La nostra scuola dal passato al presente», curata dai bambini delle scuole per l'infanzia di via Pietro Cossa e via Valgioie 72. Orari: martedì e giovedì 9-12, mercoledì 14-16.

Centro

Riprese film

■ Oggi è vietato parcheggiare lungo tutta via Plana per consentire le riprese del film «L'industriale».

Corner L'immobiliare

Nicolò Laurino (Titolare)
www.cornerimmobiliare.com
info@cornerimmobiliare.com

VIA DE SANCTIS, 61 - TORINO
tel. 011.2075480 - cell. 328.459767
fax 011.2078488

Marchio abbinato a professionalità e serietà al servizio dei nostri clienti

MIGLIORI PROPOSTE DEL MESE

QUADRILATERO ROMANO, piazza Emanuele Filiberto, in casa dell'epoca proponiamo particolarissimo open space di 60 mq totalmente rifinito e ristrutturato, ascensore appena installato, 230 mila euro trattabili.

QUADRILATERO ROMANO, pressi via Garibaldi, in stupenda palazzina dell'800 appena ristrutturata nelle parti comuni, proponiamo alloggio di ingresso living su soggiorno con angolo cultura, due camere, sala bagno, cantina, ristrutturato, 260 mila euro trattabili.

LARGO CIGNA, in nuova costruzione del 2007, stabile signorile in stupendo contesto con tre ampi terrazzi, box singolo incluso nel prezzo, soggiorno living, cucina abitabile, due camere da letto, doppi servizi, dimanzatore, euro 300 mila trattabili.

SAN DONATO, pressi piazza Statuto, stupendo bilocale totalmente ristrutturato, con cucina inclusa nel prezzo, libero subito, vero affare, euro 90 mila trattabili.