

Anno XX n. 2

Dicembre 2023

In...Forma!



**Associazione Seniores
del Comune di Torino**



ASSOCIAZIONE SENIORES DEL COMUNE DI TORINO

Via Garibaldi 25 - 1° piano - 10122 Torino
Telefono: 011 - 01131954-52-51
Fax: 011 - 01131840
associazione.seniores@comune.torino.it
www.comune.torino.it/lavoratorianziani
Cod.Fisc. 80099240014

Orario di ufficio

Martedì, Mercoledì, Giovedì: dalle 9,30 alle 12,00

PRESIDENTE: Luisella NIGRA

VICE PRESIDENTE: Nicoletta ARENA

PRESIDENTE ONORARIO: Vittorio FERRANDO

SEGRETARIO: Francesco DANTE

TESORIERE ECONOMO: Anna Maria ROCCIA

CONSIGLIERI: Francesco BARDINO
Mirella BORELLO
Enzo BRAIDA
Michela CANELLI
Laura CARAMELLI
Giovanna CERULLO
Maurizio FLORIO
Guido GIORZA
Maristella PECCHIO
Loretta SONCIN
Aldo STRIPPOLI

**REVISORI
DEI CONTI:** Alfonso SANUA
Renza VARVELLO

IN...FORMA!

Direttore Responsabile:
Franco CARCILLO

Direttore Editoriale:
Luisella NIGRA

Comitato di redazione:
Guido GIORZA
Aldo STRIPPOLI

Hanno collaborato a questo numero

Francesco BARDINO
Mirella BORELLO
Laura CARAMELLI
Rosalba FENOGLIO
Rosanna ROCCIA
Franca ROSSO
Alberto VANZO

Autorizzazione del Tribunale di Torino
nr. 16/2021 del 22.03.2021 già 1921/1968

Stampato presso Civicocentrostampa della Città di Torino

Sommario

Editoriale	Pag. 1
<i>Avvisi dell'Associazione</i>	
Tesseramento 2024	2
<i>In ricordo di</i>	
A Domenico Pizzala	3
<i>Notizie utili</i>	
Le truffe on line come riconoscerle e i consigli per difendersi	4
<i>La nostra storia</i>	
Oltre il '68: i servizi sociali dal 1970 agli anni '90	9
<i>Giardini - Orti e dintorni</i>	
Autunno, tempo di castagne	12
Dall'albero al frutto: le castagne	16
<i>Testimonianze di viaggio</i>	
Un esploratore eclettico: da Torino alla "Fine del mondo"	19
<i>Memorie di viaggio</i>	
Una crociera sul "bel Danubio Blu" dal 26 agosto al 2 settembre	21
<i>Tempo libero</i>	
Viaggi e gite	23

In copertina: "Veduta di Torino dai Capuccini" (foto M. Borello)

Le foto di questo numero, ove non diversamente indicato, sono tratte da internet da siti che non specificano la presenza di diritti d'autore e sono presunte di pubblico dominio; nel caso l'autore fosse di diverso avviso, l'associazione è disponibile a modificarne conseguentemente l'attribuzione.

Tutti i testi (e le foto originali) presenti in questo numero sono in licenza CC-BY-NC 3.0 (Italia) e possono essere utilizzati citando la fonte, ma non a scopi commerciali.

Salutiamo il 2023... e speriamo nel 2024... in pace

Siamo quasi arrivati alla fine di questo anno che per tanti è stato doloroso perché hanno perso dei loro cari... rimane vivo il ricordo ma solo il tempo è la medicina che può lenire il rimpianto di aver perso un affetto.

La crisi climatica poi ha messo a dura prova intere zone della nostra Bella Italia che è uno scrigno di preziose culture, di storia, di gastronomia e paesaggi incredibili.

Noi ci viviamo in questa fantastica terra e forse non ci rendiamo conto della nostra fortuna ...invito quindi coloro i quali non l'avessero ancora fatto a fare una "riflessione" in merito.

L'inverno è alle porte e fermarsi un attimo a leggere il nostro notiziario può essere un momento di svago da cogliere al caldo del nostro "focolare".

La copertina presenta Torino dai Monti Capuccini con all'orizzonte le Alpi innevate... è una finestra aperta sulla nostra Città e ringraziamo Mirella per la sua passione fotografica.

Gli amici che hanno dedicato il loro tempo a scrivere gli articoli che vi proponiamo sono lieti di fornirvi notizie e consigli e ringraziamo quindi Alberto, Francesco, Franco, Laura e Rosanna per la loro disponibilità.

Come di consueto cerchiamo di incuriosirvi con note che spaziano dalla storia dei Servizi comunali, ai Giardini, alle notizie utili per la vita quotidiana e testimonianze e commenti, oltre a nuove proposte di viaggi.

Abbiamo anche attivato, in via sperimentale, l'invio di notizie urgenti a mezzo mail in modo da poter trasmettere le comunicazioni in modo più tempestivo senza però tralasciare l'invio della newsletter che regala "chicche" di curiosità, informazioni e novità e del notiziario che completa il pacchetto delle comunicazioni.

Ricordate poi che è sempre possibile visitare il nostro sito al link www.comune.torino.it/lavoratorianziani.

Per finire vi anticipiamo che stiamo definendo le procedure per inserire l'Associazione sul Registro Regionale e negli elenchi dell'Agenzia delle Entrate al fine di poter usufruire della possibilità di accreditarsi al contributo del 5 per mille.

Non rimane che augurare un sereno 2024 a tutti.

Luisella Nigra

TESSERAMENTO 2024

Si informa che il versamento della quota associativa per il 2024 potrà essere effettuato a partire da:

martedì 21 novembre 2023.

Con il rinnovo o la nuova iscrizione sarà offerto – sino a fine gennaio – il tradizionale panettone di alta pasticceria unitamente ad una pratica borsa di tela.

Si riportano le nuove quote:

Socio Ordinario	€ 20,00
Socio Sostenitore	€ 25,00
Socio Benemerito	€ 30,00
Simpatizzante	€ 25,00

Il versamento potrà essere effettuato **di persona**:

- presso la sede dell'Associazione (Via Garibaldi, 25 - 1° piano) nei giorni e con gli orari sotto indicati:

dal martedì al giovedì dalle 9,30 alle 12,00

- tramite il **conto corrente postale n. 24352106** intestato a Associazione Seniores del Comune di Torino, specificando il motivo del versamento.
- con **bonifico bancario**, utilizzando l'IBAN **IT07N0200801152000000458160**

La quota di iscrizione o di rinnovo all'ANLA (Associazione Nazionale Lavoratori Anziani) comprensivo dell'abbonamento al mensile "Esperienza" è di € 16,00 per i soci e di € 10,00 per i familiari conviventi.

Si ricorda che l'iscrizione all'Associazione consente di ottenere tariffe agevolate presso:

**Laboratori analisi - Studi dentistici - Strutture Sanitarie -
Studi consulenza fiscale - Prodotti farmaceutici - Ortopedia -
Ottica - Protesi acustiche - Librerie - Abbigliamento e Pelletterie -
Prodotti dolciari - Alimentari e gastronomia - Giocattoli.**

L'elenco degli aderenti alle convenzioni è consultabile al sito:

www.comune.torino.it/lavoratorianziani

A Domenico Pizzala



Sei stato fino a dicembre 2012 il Direttore Finanziario, o meglio, il nostro "Ragioniere Capo", l'uomo dei conti. Eri il primo ad entrare nell'Ufficio di Ragioneria, poi Direzione Finanziaria, e l'ultimo a uscire. La tua professionalità, onestà e determinazione sono state riconosciute da tutti. Ti sentivi parte attiva del Comune, vivevi per la tua città e cercavi in ogni modo di risolvere ogni problema perché 'il cittadino ha bisogno di risposte concrete e non di promesse' e questo era il tuo motto. Con la pensione la tua vita è completamente cambiata: giù la serranda del passato e senza batter ciglio via con il futuro. Hai sviluppato nuovi interessi e nuove passioni: i viaggi, la fotografia e la

rivoluzione digitale ti hanno completamente trasformato. Hai incontrato nuovi amici con i quali condividere il tuo tempo in giro per il mondo con ogni mezzo di trasporto immortalando i momenti più belli: eri diventato il fotografo ufficiale che con la macchina fotografica e con l'iPhone coglieva gli attimi più salienti. Al ritorno controllavi e archiviavi tutto distribuendo a tutti le chiavette con gli scatti migliori per rendere quei ricordi indimenticabili.

Avevi un dossier pieno di progetti ancora da realizzare, eri sereno e felice ma un devastante ictus il 14 luglio ha spento tutti i tuoi sogni, la tua voglia di conoscere posti e persone nuove e il 1° agosto ti sei definitivamente addormentato.

Grazie Domenico per tutto ciò che ci hai insegnato e dato.

Un caloroso abbraccio da tutti i tuoi colleghi e amici a cui manchi tanto.

Le truffe on line come riconoscerle e i consigli per difendersi

Il termine “truffe on line” indica un reato che viene commesso on line tramite siti web e applicazioni per gli smartphone. In generale possiamo dire che è molto più facile per i criminali informatici truffare chi naviga on line piuttosto che farlo con interazioni personali (faccia a faccia) come abbiamo visto, per esempio, nel precedente articolo.

Le truffe on line rappresentano in questi ultimi anni un fenomeno pericolosamente in crescita ed in continua evoluzione.

I cyber criminali utilizzano sistemi sempre più sofisticati per rubare i dati personali di clienti e consumatori, indispensabili per compiere le frodi.

Sono pratiche ovviamente illegali con le quali i truffatori si mettono in contatto con le potenziali vittime con l'obiettivo di sottrarre loro informazioni riservate come pin del telefono, credenziali di accesso ed email della propria banca, numeri di carte di credito, informazioni anagrafiche, da utilizzare con finalità illecite.

Le truffe su internet sono un enorme business: secondo un rapporto della

Banca Centrale Europea le transazioni fraudolente ammontano a 2 miliardi di euro all'anno.

Inoltre, come da comunicazione della Commissione Europea relativa alla Strategia in materia di cybersicurezza per il decennio digitale, circa i due quinti degli utenti UE avrebbero sperimentato problemi riguardanti la sicurezza, mentre negli ultimi tre anni un terzo degli utenti avrebbero ricevuto mail fraudolente o telefonate in cui si chiedevano dati personali.

Le cose non vanno diversamente nel resto del mondo. Da un'analisi condotta da Scam Adviser è emerso che a livello globale, nel 2022, ci sono state oltre 260 milioni di truffe con perdite totali pari a circa 41,3 miliardi di euro.



LE TRUFFE ON LINE PIÙ COMUNI

La maggior parte delle truffe telematiche è veicolata da telefonate, mail, sms, che hanno tutta l'aria di provenire da enti conosciuti o affidabili, spesso grandi aziende, banche, enti pubblici.

Se da una parte diventiamo sempre più attivi sul web per la nostra gestione quotidiana di utenze domestiche, pagamenti bancari, shopping, bollette, anche i criminali informatici si ingegnano a mettere in atto truffe on line sempre più sofisticate.

Queste di anno in anno si fanno sempre più articolate e spesso prendono di mira anche organizzazioni, enti, siti istituzionali e governativi con raggiri molto ben strutturati e diretti a target specifici.

Le truffe messe in atto corrispondono quindi ad azioni che varie tipologie di utenti effettuano quotidianamente, dall'acquistare beni o servizi, dalla ricerca di amicizie per il tempo libero, all'utilizzo delle proprie carte per i pagamenti.

Insomma ogni ambito d'azione virtuale può essere oggetto di una truffa.

Ecco la lista delle truffe on line più diffuse:

Mail di phishing

Si riceve una mail apparentemente proveniente da una banca o da una società emittente carte di credito. La comunicazione che sembra ufficiale invita l'ignara vittima a collegarsi tramite un link ad un sito internet simile a quello della banca ed a inserirvi dati riservati. Una volta ottenuti i dati i truffatori effettueranno operazioni bancarie illecite ai danni del malcapitato.

Vishing

In questo caso si riceve una telefonata che pare arrivare dalla propria banca. Millantando non precisate verifiche tecniche vengono chiesti i codici operativi del proprio conto corrente. Una volta ottenuti sarà facile per i criminali sottrarre denaro all'ignaro correntista.

SMS Spoofing

È una tecnica che permette di modificare il nome dell'utente dal quale si sta ricevendo la comunicazione, che appare quindi provenire dal proprio istituto di credito, nella quale con la scusa di dover bloccare alcune operazioni sospette si chiede di inserire i propri dati per accedere al conto corrente.

Truffa del pacco sospeso

Nell'era covid il commercio on line ha avuto una vera e propria impennata. In questo caso il malcapitato riceve un sms in cui si legge che un pacco in consegna è stato bloccato e che per riceverlo è necessario pagare la cifra di 2 euro. Il consumatore, tratto in inganno dal messaggio che sembra proprio pervenire dal corriere e dall'esiguità della cifra, inserisce i dati della carta di credito sul sito-truffa consentendo così ai truffatori di effettuare operazioni fraudolente.

Truffe sentimentali

Durante la pandemia sono aumentate anche le iscrizioni sui social e nelle app di incontri, ma in generale, in questi ultimi anni si è riscontrata una forte propensione a conoscere nuove persone on line. In chat molte persone riescono a creare una maggiore sensazione di intimità e confidenza con uno sconosciuto, anche a migliaia di chilometri di distanza.

Quando la relazione diventa abbastanza profonda e intima il truffatore (o la truffatrice), carpita la fiducia della vittima con una sorta di manipolazione psicologica messa in atto anche per mesi, inizia a sollecitare richieste economiche: una malattia, la necessità di un intervento chirurgico, il biglietto aereo per rientrare dall'estero, addirit-

tura acconti per l'acquisto di una casa con la promessa di una vita insieme.

Truffa nigeriana

È un grande classico delle truffe, nata negli anni novanta e ancora molto diffusa.

Va specificato che non sempre, o non più, il paese coinvolto è la Nigeria, esistono mail provenienti anche dalla Costa d'Avorio, dal Ghana o dal Sudafrica passando anche dai Paesi Bassi, la Francia, il Belgio e la Germania.

La vittima riceve un messaggio da un mittente che dice di essere un principe nigeriano o un membro di una famiglia importante caduta in disgrazia che ha bisogno di portare una grossa somma fuori dal paese e chiede aiuto. In caso di risposta la vittima verrà convinta a inviare denaro per facilitare la transazione internazionale (generalmente il pagamento di "tasse") in cambio di una parte degli inesistenti soldi, generalmente intorno al 20-30 %.

Il tutto sempre accompagnato dall'invio di documenti falsi che mostrano carte intestate, corone reali, timbri e sigilli ufficiali.

Esistono numerose varianti di questa truffa le cui bande di truffatori dispongono di una rete molto ben organizzata in tutto il mondo.

Furto d'identità

La maggior parte delle persone associa le truffe al tentativo di rubare dei soldi. Tuttavia anche le nostre informazioni personali sono preziose.

I truffatori possono rubare la nostra identità per aprire conti bancari, contratti telefonici, stipulare prestiti o svolgere affari illegali con il nostro nome. Possono persino vendere i nostri dati a altri truffatori per ulteriori usi illeciti. Il furto d'identità può essere devastante e spesso ci vogliono mesi o addirittura anni per reclamare la nostra estraneità agli eventi criminosi.

Il furto di identità oltre che con un semplice smarrimento dei documenti può avvenire anche attraverso il phishing, con falsi sondaggi, una falsa vincita alla lotteria, un falso concorso a premi.

Le truffe di beneficenza

In questo caso spesso i truffatori sfruttano una recente calamità naturale, una crisi o una guerra per raccogliere denaro fingendo di lavorare per associazioni conosciute o ong. Spesso accompagnano le loro richieste con narrazioni emotivamente coinvolgenti o con foto cruente di soldati, donne o bambini feriti.

Sfruttare guerra, flagelli naturali, disabilità, fame e povertà, epidemie dà il senso del degrado morale in cui agiscono alcuni soggetti.

Senza contare che le false raccolte sottraggono risorse a chi opera con trasparenza e onestà d'intenti.



LE REGOLE PER PROTEGGERSI

Il rischio di rimanere vittime di una truffa on line riguarda tutti e non deve essere sottovalutato. Molto spesso le frodi vengono messe in atto da professionisti che sfruttano la buona fede delle persone.

Il modo migliore per evitare di cadere nelle loro trappole è imparare a conoscerle ed adottare comportamenti più consapevoli.

Non rispondere mai a mail o sms che avvisano del blocco della carta di credito o del bancomat e che richiedono l'invio dei dati personali o delle credenziali d'accesso.

Nessuna banca chiederà mai l'invio di tali credenziali.

Proteggere i dispositivi elettronici utilizzando blocchi di accesso, pin,

password, touch of face, per impedire che vengano utilizzati da altri.

Modificare periodicamente le password di accesso.

Tenere sempre aggiornato l'antivirus del pc.

Porre attenzione a messaggi, mail, telefonate sospette, diffidare di qualsiasi tentativo di contatto che ci richieda informazioni personali o finanziarie.

Non aprire testi sospetti, finestre pop-up, mail. Se ci sono dubbi verificare l'identità del contatto attraverso una fonte indipendente.

Fare attenzione alle richieste di dati o di denaro. Non inviare mai denaro, dati della carta di credito, dettagli dell'account o copie di documenti a persone che non si conoscono o di cui non ci si fida.

Utilizzare sempre servizi di acquisto on line sicuri, conosciuti e collaudati.

Ricordare che le transazioni con valute virtuali (bitcoin) non hanno le stesse protezioni degli altri metodi di pagamento.

La regola d'oro è sempre la massima vigilanza e il buon senso. Amore e denaro difficilmente arrivano via internet e ricordarsi che... se sembra troppo bello per essere vero, probabilmente non lo è!



A CHI CHIEDERE AIUTO

I crimini informatici sono reati a tutti gli effetti, per cui sono perseguibili dalla legge.

In caso di reato informatico, superato il primo momento di rabbia, smarrimento o vergogna occorre subito contattare la Polizia postale ed eventualmente chiamare immediatamente il servizio di assistenza della propria banca.

È importante riuscire e parlarne, senza imbarazzi, con un familiare o una persona di fiducia che possa supportarci, le vittime di frodi sono più di quelle che possiamo immaginare.

In caso di perdita economica difficilmente sarà possibile recuperare i propri soldi, ma la denuncia, se fatta in maniera tempestiva e corredata da tutte le informazioni in possesso, potrà aiutare le forze dell'ordine a limitare i danni e a proteggerci da ulteriori perdite.

Laura Caramelli

Oltre il '68: i servizi sociali dal 1970 agli anni '90

Vorrei con questo mio articolo far rivivere l'importante e significativo sviluppo dei Servizi Sociali del Comune di Torino dal 1978 sino agli anni '90, attraverso la mia esperienza di giovane funzionario appena assunto (maggio 1978) che, dopo aver svolto il Servizio Civile alternativo al Servizio Militare presso il Gruppo Abele negli anni '76-77 e '78, si affacciava al mondo di lavoro e, nello specifico, iniziava ad operare presso la XVI Ripartizione Assistenza Sociale, con sede presso l'ex sede dei Vigili Urbani, in Via Giolitti 2 bis.

La mia scelta era dettata oltre che dalla Laurea conseguita in Giurisprudenza, con tesi sul Tribunale dei Minorenni, dalla mia esperienza con giovani disadattati al Gruppo Abele, e dalla mia attività di volontariato in favore di persone disabili, sia psichici che motori, svolta in varie Associazioni e nei Comitati di Quartiere.

Mi ricordo ancora che il primo incarico che mi fu affidato riguardava il trasferimento delle competenze dell'ECA (Ente Comunale di Assistenza) al Comune stesso, e cioè la gestione

di due istituti per anziani, una Casa di Ospitalità per senza dimora e l'erogazione di sussidi economici ai cittadini in situazione di povertà.

In quegli anni ('70) anche sulla spinta delle lotte sindacali e sociali e dei primi obiettivi conseguiti, con particolare riferimento alla Riforma sulla Psichiatria (cd riforma Basaglia), che proponeva il superamento e la chiusura degli Ospedali Psichiatrici, iniziava il processo di Riforma dei Servizi Sociali Comunali.

Tale movimento avrebbe portato in un decennio ad uno sviluppo qualitativo e quantitativo dei Servizi, tale da identificare un "MODELLO TORINO", che poneva i nostri Servizi all'avanguardia di tutte le città d'Italia, e che avrebbe costituito un valido riferimento sino ai giorni nostri.

Le basi e la metodologia su cui operavano i Servizi riguardavano:

- **DECENTRAMENTO DEI SERVIZI SOCIALI DI BASE**

Con l'apertura di una sede operativa in ognuno dei 23 Quartieri della città. In tali uffici erano presenti diverse figure professionali: assistenti sociali, educatori, collaboratrici familiari e

operatori amministrativi; guidava e dirigeva tutti gli operatori un funzionario responsabile, denominato Coordinatore dei Servizi Sociali.

In questo modo i vari interventi previsti (assistenza economica, assistenza domiciliare, inserimento in centri diurni per disabili, affidamenti familiari ed inserimenti in comunità alloggio) erano seguiti in loco, e quindi più tempestivi e maggiormente controllati.

Tale modello ha rappresentato la prima sperimentazione che ha portato negli anni '80 a disegnare e formalizzare le 10 Circoscrizioni cittadine, con i rispettivi organi di governo (Presidente e 24 consiglieri), con le relative competenze ed attribuzione di personale e risorse economiche.

- **DEISTITUZIONALIZZAZIONE E MISURE ALTERNATIVE AL RICOVERO IN ISTITUTI**

Durante gli anni '60 forte era stata la critica ai grandi istituti, dove venivano ricoverati bambini orfani o in situazione di grave disagio familiare.

Ora sia la moderna pedagogia sia le molteplici esperienze negative registrate (abusi, maltrattamenti, ecc.) avevano portato alla ricerca e messa in opera di soluzioni alternative più opportune e più utili per i minori.

In primo luogo l'assistenza economica alle famiglie disagiate e qualora non sufficienti, l'affidamento temporaneo ad altre famiglie disponibili, attraverso la ricerca di famiglie idonee, ricercate e monitorate dai Servizi Sociali.

Inoltre, qualora si rendesse necessario il ricovero in struttura, non più grandi strutture spersonalizzate, ma piccole residenze, denominate comunità alloggio con un numero più ristretto di ospiti (6/8), seguiti da un numero adeguato di personale specializzato (6/educatori e una collaboratrice familiare) e il Comune di Torino fu uno dei primi Comuni Italiani a gestire direttamente un significativo numero di comunità alloggio per minori (5/6 a fine anni '80)

Ora a tutti i numerosi servizi comunali si aggiungevano altrettanti gestiti dal c.d. TERZO SETTORE (Cooperative Sociali, Associazioni di Volontariato), costituendo così un Sistema Misto, che meglio poteva affrontare i vari bisogni emergenti, articolandone i Servizi e le strutture.

Si attivavano così altre comunità alloggio, sia per minori che per disabili, centri diurni per minori e disabili, laboratori protetti per disabili, servizi per adulti in difficoltà (mense, dormitori, ecc.). Tale modello, come già detto costituisce un "Unicum" in Italia

ed è stato valutato positivamente dai tecnici del Settore, e considerato all'avanguardia.

Un altro importante attore in questa materia era costituito dalla presenza delle Associazioni dei vari utenti, che svolgevano un positivo compito di stimolo e di Proposizione per l'Ente Locale voglio così ricordare l'ULCES (Unione Lotta contro l'Emarginazione sociale), che si avvaleva dello studio di Francesco Santanera, l'ANFAA (Associazione Nazionale delle Famiglie Adottivi ed Affidatarie) con Frida Tonizzo, l'ANFFAS (Associazione Nazionale delle Famiglie dei fanciulli Subnormali), il CEPIM (Centro Piccoli Mongoloidi), il CPD (CONSULTA delle persone in difficoltà) con Paolo Ferrero e così via.

Complessivamente, costeggiando anche il personale dei 4 Istituti per anziani della Città (IRV, EX ONPI, BUON RIPOSO e CARLO ALBERTO), alla fine degli anni '90 i dipendenti comunali impegnati nei Servizi Sociali territoriali e centrali, erano circa 2.000 e rappresentavano il secondo bacino più importante dell'amministrazione comunale, secondo solo ai Servizi Educativi (Asili nido, Scuole Materne, Laboratori per minori in età scolare) sempre in quegli anni si registrava

anche il trasferimento della sede Centrale della nuova Divisione Servizi Sociali nella sede di Via Giulio 22, già sede dell'ex manicomio femminile.

Inutile dire che i 20 anni trascorsi presso i Servizi Sociali, che ho vissuto con passione e con l'ausilio di tanti magnifici colleghi (con cui sono ancora in rapporto amichevole e di stima reciproca) mi hanno riservato tante soddisfazioni, sia professionali che umane, nonostante qualche momento di difficoltà.

Alla fine degli anni '90 cambiavo Settore di lavoro, ed iniziavo la mia nuova carriera nelle Circoscrizioni cittadine, nello specifico alla Circoscrizione n. 6, Barriera di Milano, Regio Parco e Falchera.

Ma questa è un'altra storia, che forse vi racconterò la prossima volta...

Francesco Dante

.....
P.S. Per chi volesse approfondire queste tematiche,

OLTRE IL '68

vi consiglio il libro di Gianni Garena e Luciano Tosco, edito da "libreria universitaria".it

.....



Autunno, tempo di castagne

Se ogni albero ha la sua stagione per fiorire, fruttificare e disseminare, l'autunno offre un ricco ventaglio di specie vegetali che in questa stagione danno il meglio di sé, a partire indubbiamente dalla vite, a seguire il melo, il kaki, il fico, il kiwi, il melograno, le nespole, i vari agrumi... per arrivare al castagno.

Il castagno, una lunga storia

Non si conoscono le esatte origini del castagno. Ritrovamenti di reperti fossili attestano che l'albero dovrebbe derivare da un ceppo originatosi nel Terziario, circa 10 milioni di anni fa e che in un clima caldo si sia diffuso in Asia, in Europa e nelle Americhe, differenziandosi in varie specie, con caratteristiche morfologiche diverse, pur riconducendosi allo stesso genere botanico, le più importanti delle quali sono le seguenti:

- *Castanea sativa* (castagno europeo);
- *Castanea mollissima* (Castagno cinese);
- *Castanea crenata* (Castagno giapponese);
- *Castanea dentata* (Castagno americano).

Per quanto riguarda il castagno "nostro", dall'analisi di pollini fossili trovati nelle Alpi Apuane, risulta che fosse presente in Italia già circa 10.000 anni fa resistendo ad ondate di freddo glaciale che si sono susseguite nel tempo.

Molteplici scritti attestano che il frutto della castagna era noto nell'antica Grecia. Già Ippocrate (IV sec. a.C.) parla di "noci piatte" di cui esalta, una volta giunte a maturazione, il valore nutritivo, lassativo e, nel caso vengano utilizzate le bucce, anche astringente. Teofrasto (IV sec. a.C.) nella sua "Storia delle piante" parla di "ghianda di Giove" riferendosi alla castagna e segnala la presenza di questo albero nell'isola di Creta.

Le castagne erano conosciute anche nell'antica Roma. Catone il Censore (II sec. a.C.) nel suo trattato "De Agricoltura" parla di "noci nude". Marco Terenzio Varrone (I sec. a.C.) nel suo manuale "De re rustica" menziona un frutto, "castanea", venduto nei mercati frutticoli della Via Sacra a Roma e che, come l'uva, veniva offerto in dono dai giovani innamorati alle donne amate. Virgilio afferma nelle "Bucoliche" che il castagno era presente intorno al 38 a.C. e descrive la pianta come albero da frutto comune e ben coltivato; con le foglie si imbottonavano i materassi e il frutto era pregiato.

Seguendo l'inesorabile scorrere del tempo, arriviamo a XII sec. che ha visto un forte incremento demografico in Europa. La domanda di nuovi spazi verdi da mettere a coltura aumentò vertiginosamente, compresa la coltivazione del castagno.

Molte comunità, di conseguenza, cominciarono a preoccuparsi nel regolamentare, attraverso leggi e statuti, la gestione dei boschi e dei castagneti, prevedendo pene anche severe per i trasgressori che commettessero atti criminali, provocando abbattimenti e tagli impropri o, peggio ancora, incendi (e oggi, purtroppo la storia si ripete e troppi boschi ne fanno le spese...).

In Lombardia, nella seconda metà del Quattrocento, il medico sabaudo Pantaleone da Confienza, elogia la dieta montanara costituita prevalentemente da castagne, latte e latticini, affermando che essa è in grado di offrire una nutrizione completa. Le castagne non solo si ritrovavano come frutta di stagione o trasformate sui mercati delle città e anche sulle tavole dei ricchi, ma erano ormai diventate merce di scambio e di pagamento, come il grano, nonostante il frutto spuntasse prezzi sempre più bassi rispetto ad avena, segale e noci.

Arriviamo ai nostri tempi, il progressivo spopolamento della montagna e l'abbandono di un'agricoltura di sussistenza che era stata importante per le famiglie montanare, comporta un graduale abbandono dei boschi e la cura del castagneto perde di importanza. Ma anche altri fattori hanno contribuito a questo declino.

La strenua lotta per la sopravvivenza della specie

Il Castagno, che oggi viene rivalutato, non solo per la produzione dei frutti, ma anche per il valore tecnologico del legno, utilizzato per paleria e per travature, per l'estrazione del tannino, ha dovuto lottare strenuamente per la propria sopravvivenza, a causa di patologie che lo hanno colpito, tanto da temere per la sua scomparsa dai nostri boschi.

Il secolo scorso è stato nefasto, a causa di due importanti malattie, il "mal dell'inchiostro" e il "cancro della corteccia", causate da agenti patogeni fungini che



*Foresta di Camaldoli (Arezzo),
Castagno Miraglia*

hanno provocato ingenti danni ai nostri castagneti, provocando la morte di numerosi alberi. Il mal dell'inchiostro è così definito in quanto l'infezione si manifesta con fiamme di colore scuro lungo il tronco e con forte odore di tannino, che ricorda appunto l'inchiostro. Il cancro della corteccia è riferito ai danni, ben evidenti sulla corteccia, che si manifestano con chiari segni di sfilacciamenti e disseccamenti diffusi progressivamente su branche e rami fino ad interessare l'intero albero.

Il progressivo abbandono delle zone montane ha comportato l'incuria dei nostri boschi, che sono dunque facilmente deperiti. Ma non tutto è andato perduto, in quanto la natura, con i suoi tempi, provvede a riparare se stessa, essenzialmente in due modi: da una parte aumenta la resistenza delle piante agli attacchi parassitari, attraverso l'affinamento dei meccanismi di difesa, dall'altra diminuisce nel tempo la virulenza degli agenti patogeni. A ciò si aggiunga l'abilità dell'uomo, che attraverso un attento lavoro di selezione ed ibridazione, va costantemente alla ricerca di varietà resistenti alle varie avversità: per esempio, nella fattispecie, il castagno giapponese si è rivelato più resistente del castagno europeo nel contrasto delle patologie su menzionate.

Ma i guai fanno sempre capolino: in tempi più recenti è arrivato dalla Cina un piccolo insetto cinipide, che si diverte a formare galle sulle foglie e sui fiori,



Ricci di castagne

compromettendo di conseguenza la formazione dei frutti. Ma per fortuna, è stato importato, sempre dalla Cina, il suo antagonista naturale, un altro piccolo ma utilissimo insetto, per cui l'infezione nefasta è stata arginata; un bell'esempio di "lotta biologica", che non è stata inventata dall'uomo, ma esiste in natura da sempre, è una forma di regolamentazione fra esseri viventi, sta a noi specie *Homo sapiens sapiens* coglierne il significato e le potenzialità.

Oggi comunque in Italia si riscontrano 800.000 ettari coperti da castagneti, che rappresentano il 15% dell'intera superficie boschiva.

Il castagno e le castagne: storia, leggende e simbologie.

Prima di parlare dei pregi della castagna, è opportuna una precisazione, per evitare "fraintendimenti botanici": c'è un albero che produce frutti molto simili alle castagne, si tratta dell'ippocastano, così definito, per-

ché nei paesi dell'est europeo veniva utilizzato per curare le malattie polmonari dei cavalli: per similitudine, le nostre mamme e nonne ci dicevano di tenere in tasca alcune "castagne matte" o "castagne ginge" (in piemontese) perché avrebbero fatto sparire il raffreddore... bastasse quello...

Il castagno è in assoluto tra gli alberi europei più longevi: la presenza di esemplari millenari è attestata in varie regioni d'Italia, in Francia e in Inghilterra. Il più noto tra questi patriarchi sorge in Sicilia, sul versante orientale dell'Etna, nel territorio comunale di Sant'Alfio; alcuni botanici gli attribuiscono la strepitosa età di 3-4.000 anni, il che ne farebbe con ogni probabilità l'essere vivente più vecchio d'Europa: la sua circonferenza è di 22 metri, l'altezza di circa 25 metri, la circonferenza della chioma supera i 50 metri; è chiamato il "Castagno dei 100 cavalli" perché la leggenda vuole che, in epoca medievale, la regina Giovanna I d'Aragona vi abbia trovato rifugio da un

temporale con il suo seguito di 100 cavalieri e le rispettive cavalcature... un ombrello decisamente ospitale.

Per tornare alla realtà del quotidiano, alla castagna vengono attribuite numerose proprietà, in quanto è ricca di carboidrati, di potassio, sodio, calcio, fosforo, ferro, vitamine varie. Può venire utilizzata anche nell'alimentazione di animali all'ingrasso, come valido sostituto del mais (la differenza la fa il prezzo).

Per gli usi umani, l'infuso di foglie può servire per impacchi o lavaggi sulla pelle arrossata e delicata, l'acqua di cottura è utile per sciacquare i capelli, che otterranno così dei riflessi rossastri.

Ma l'utilizzo migliore è senz'altro quello alimentare, dalle castagne semplicemente bollite, alle caldarroste, al castagnaccio, ai marrons glacés, alle varie preparazioni dolciarie a base di farina di castagne... ma tanto stuzzicar di palato merita un approfondimento specifico a piena pagina.

Alberto Vanzo



Dall'albero al frutto: le castagne

Le castagne sono frutti ricchi di fibre, minerali e acido folico.

La ricchezza in carboidrati complessi le rende simili per valore nutritivo ai cereali.

Ricche di fibre e di sali minerali quali potassio, fosforo, zolfo, sodio, magnesio, calcio e cloro, aiutano in caso di anemia, stanchezza psico-fisica e anche in gravidanza grazie al loro apporto di acido folico.

Contengono inoltre aminoacidi quali l'acido aspartico, l'acido glutammico, arginina, serina e treonina.

Le castagne riducono il colesterolo e riequilibrano la flora batterica, ricche in contenuto di vitamine del gruppo A, del gruppo B del gruppo C e del gruppo D.

Hanno un apporto calorico pari a 190 calorie per 100 grammi.

Il Piemonte è una delle regioni d'Italia conosciuta per i suoi raccolti di castagne e le sue sagre nel periodo di raccolta delle stesse.

Le castagne più famose del Piemonte sono le castagne delle Valli Cuneesi.

Si ha poi il marrone della Val di Susa, il cui merito pare si debba ai monaci che lo coltivano sin dal 1200 e di cui se ne riconoscono 5 tipi diversi: di San Giorio di Susa, di Meana di Susa, di Sant'Antonino di Susa, di Bruzolo, di Villar Focchiardo.

LE CASTAGNE IN CUCINA

Come ogni regione anche il Piemonte ha delle ricette tipiche che si realizzano con le castagne. Ne ho scelte due, ma se si fa una ricerca su internet se ne trovano molte altre.

La frittata di castagne alla piemontese

(ricetta tratta da TorinoToday)

Ecco una ricetta della tradizione piemontese e della sua popolazione alpina, che utilizza sapientemente le castagne per preparare la più semplice e comune delle portate: la frittata.

Per realizzare la frittata di castagne alla piemontese, infatti, si possono utilizzare le castagne fresche di stagione, ma anche le caldarroste avanzate o le castagne secche ed il risultato sarà comunque squisito e sorprendente. E poi è carino pensare che era il pasto comune dei nostri nonni.

Se utilizziamo le caldarroste, dopo aver eliminato la buccia esterna e le pellicine, le triteremo finemente. Utilizzando le castagne secche potremo realizzare questa ricetta tutto l'anno, ma per prima cosa dovremo far reidratarle le castagne, lasciandole almeno otto ore a bagno in acqua, e dopo le faremo bollire in acqua salata fino a quando diventeranno morbide.

Dosi per 4 persone

Tempo di preparazione: 30 minuti circa

Tempo di cottura: 30 minuti circa

Ingredienti:

- 20 castagne di stagione
- 4 uova
- 1 noce di burro
- 1 pizzico di cannella
- 1 cucchiaio di brandy
- sale

Preparazione:

Dopo aver lessato le castagne in acqua salata, sbucciatele e spezzettatele in pezzi molto piccoli eliminando le pellicine.

Sbattete le uova aggiungendo il sale e la cannella.

Unite il tutto aggiungendo il brandy.

Fate sciogliere il burro in una padella e aggiungete il composto cuocendo opportunamente per ottenere una buona frittata dorata.

Servite a piacere, calda, tiepida o fredda.

La torta di castagne di Pasqua

Le torte di castagne venivano già preparate nell'epoca romana ma la produzione della torta come la conosciamo oggi risale all'Ottocento, quando i carrettieri locali che consegnavano il vino nelle zone montane del nord del Piemonte tornavano al paese con i prodotti di quelle aree, tra cui le castagne essiccate.

Originariamente le castagne venivano utilizzate come ingrediente per pane e minestre, poi furono usate per i primi dolci

con l'aggiunta di pochi semplici ingredienti: uova, mele cotte, zucchero e cacao.

A Pasqua, nel Monferrato, è tradizione preparare la torta di castagne per il pranzo della domenica.

A qualcuno sembrerà strano: le castagne sono tipiche dell'autunno, ma c'è una spiegazione.

Un tempo le castagne erano importanti per l'economia contadina: si seccavano e si conservavano per tutto l'inverno. Le ultime si consumavano a Pasqua. Da qui nasce la tradizione di questa torta che segnava l'uscita dalla Quaresima.

Nel Novecento la ricetta della torta di Pasqua si arricchì di ulteriori ingredienti, quali gli amaretti e un misto di liquori ("al cichet").

La ricetta richiede sia castagne secche per la farina, che castagne lesse o bollite per rendere l'impasto più morbido.

Se cerchiamo qualcosa di unico, possiamo fare un salto a Pontestura in Monferrato.

La variante locale della torta di castagne e cioccolato è rinomata in tutto il Piemonte: la preparazione prevede l'uso del cichet, un misto di liquori che ogni famiglia sceglie secondo la sua ricetta segreta.



Foto da
CasaleneWS

Se volete provare, ogni anno a Pontestura si tiene la Fiera della Torta di Castagne.

Ogni famiglia pontesturese ha ancora oggi una sua ricetta che custodisce gelosamente e che viene tramandata di generazione in generazione, alimentando una sorta di competizione a chi fa la torta migliore.

Il significato della torta di Pasqua va quindi ben oltre il dolce in sé, in quanto le fasi di preparazione e di cottura rappresentano un rituale che si ripete in tutto il paese nel periodo pasquale.

La cottura delle torte avviene nel panificio del paese, che per l'occasione riserva il forno per alcuni giorni a questo uso specifico e che ancora oggi cuoce decine di torte, spendendo per il paese un piacevolissimo profumo di cioccolato.

C'è però una **ricetta originale De.Co.** (Denominazione Comunale d'origine) depositata.

Alla base ci sono comunque e sempre castagne essiccate, uova, mele cotte, zucchero e cacao... e tanto tanto lavoro. Siccome è una torta molto laboriosa (prende due giorni con i tempi di riposo), quando si prepara se ne fanno almeno 2 o 3.

Cosa occorre:

- 1 Kg di castagne secche Garessine da lasciare a bagno anche tutta una notte – magari aggiungendo un cucchiaino di bicarbonato);
- 4 Kg di mele rosse (più asciutte) private solo del torsolo e fatte cuocere un paio d'ore;
- 5 hg di amaretti da sbriciolare a fine cottura sulle mele.

Il tutto poi passato al setaccio o nel passaverdure per eliminare le bucce.

Poi in un catino (perchè l'impasto è notevole) si aggiungono 6 bustine di vanillina, 4 hg di polvere di cioccolato dolce, 6 uova e alè si impasta con le mani.

C'è chi aggiunge il burro o un vaso di marmellata di pere o mele preparata in autunno e poi il "cichet"

- 2 bicchierini di liquore che si ha in casa: alchermes, rum, maraschino.
- 200° in forno non ventilato per circa 2 ore ed è fatta!

Mirella Borello



Foto da CasaleneWS

Un esploratore eclettico: da Torino alla “Fine del mondo”

Ordinato sacerdote nel 1909, Alberto Maria De Agostini (Pollone, 1883 - Torino, 1960) noto al mondo dei geografi ma rimasto a lungo sconosciuto agli stessi suoi confratelli salesiani di Valdocco coltivava un sogno: partire da Torino, attraversare l'oceano, raggiungere le terre inesplorate del Cile e della Patagonia, spingere lo sguardo oltre orizzonti sconfinati e approdare nella Terra del Fuoco, aspra, gelida, solitaria, magica e ignota.

Il sogno si concretizzò presto e si trasformò non senza sacrificio in autentica passione.

Alberto era prete, ed era il fratello minore di Giovanni De Agostini, cartografo, titolare della nota casa novarese editrice di atlanti e carte geografiche.

Li separavano dunque 'vocazioni' differenti e vent'anni di età, ma li univa, in forme diverse, l'interesse per i luoghi del mondo.

Fu così che, mentre l'uno a 46 anni portava avanti la solida impresa conosciuta dagli scolari di tutta Italia, l'altro, indossata la tonaca da poco più di due mesi, si imbarcava come missionario a 26 anni per l'America Latina, dove

l'attendeva una vita di studio e di lavoro tra le popolazioni indigene cilene di Punta Arenas, con le quali avrebbe instaurato un rapporto di profondo rispetto.

L'impegno nella missione era notevole, ma al giovane quella vita non bastava. Tenace, intuitivo e curioso, don Alberto chiese e ottenne dai superiori il permesso di raggiungere le tribù che vivevano al di là dello Stretto di Magellano: cominciarono pertanto le sue esplorazioni nell'estremo lembo di terra a sud del sud del mondo.

Intrepido alpinista e ottimo fotografo, dotato di tempra robusta, di saperi scientifici, di volontà ferrea e fede salda, De Agostini in Terra del Fuoco scalò montagne impervie, si inoltrò tra laghi, ghiacciai e corsi d'acqua, tracciò sentieri nella neve indurita dal freddo, percorse chilometri e



Cordigliera delle Ande



Indios yamana-abitanti terra del fuoco

chilometri, a piedi o con rari mezzi di fortuna, misurò distanze e altitudini, osservò volti e paesaggi immensi, prese un'infinità di appunti, catturando infine con l'obiettivo luoghi e presenze ancestrali.

Tornò varie volte alla Casa madre di Torino, portando con sé le immagini di un mondo 'altro', inimmaginabile, suggestivo. E da Torino, con un equipaggio inadeguato, strumenti obsoleti e attrezzature pesanti, il coraggioso pioniere in tonaca nera ripartì una decina di volte per nuove spedizioni al richiamo di quelle plaghe estreme abitate da cose e

persone che possedevano in sé la suggestione dell'infinito.

Alpinista, etnologo, naturalista e naturalmente cartografo, De Agostini fu anche felice scrittore (tra i suoi libri più affascinanti *Trent'anni nella Terra del fuoco* e *Sfingi di ghiaccio*) e buon cineasta (il suo capolavoro *Terre magellaniche*).

Attraverso la narrazione e le immagini si fece dunque 'promotore turistico', inaugurando per la Patagonia e la Terra del Fuoco una stagione nuova.

Ai luoghi incerti delle carte non aggiornate attribui pur anche toponimi tratti dalla geografia e dalla storia della sua piccola patria: cosicché, chi volesse compiere oggi un viaggio in Terra del Fuoco, vi potrebbe incontrare montagne e laghi intitolati a Torino e a un altro bel po' di Piemonte.

Il che sta a significare che in un grande esploratore qual fu De Agostini, come in ciascuno di noi, la terra delle radici rimane sempre nel cuore.

Rosanna Roccia



Faro della fine del Mondo

Una crociera sul “bel Danubio Blu” dal 26 agosto al 2 settembre

Per prima cosa occorre precisare che il Danubio non era affatto “blu” ma piuttosto “verde-marroncino” a causa dei nubifragi in corso nella zona della Baviera che avevano riversato numerosi detriti nelle acque del fiume che erano impetuose e salite di almeno 4 metri rispetto al normale livello.

Ciò nonostante la navigazione si è svolta in modo rilassante ed ha offerto un panorama affascinante con le sue sponde, dichiarate dall’Unesco patrimonio dell’umanità, che hanno saputo ispirare un numero infinito di artisti suggestionati dallo

stesso fascino che ancora oggi contribuisce a rendere indimenticabile questa navigazione.

È impossibile restare insensibili al susseguirsi infinito dei fantastici panorami offerti dalla crociera: verdi pianure, tesori artistici, ridenti vallate fiancheggiate da vigneti, meraviglie naturali e città ricche di storia.

Viva è stata l’emozione provata nel passaggio delle chiuse che svolgono un servizio indispensabile per la navigazione.

Le Città che abbiamo visitato ci hanno raccontato, grazie alle preparatissime guide,



Budapest dal castello



Budapest notturno parlamento



Bratislava castello



Bratislava giardini del Castello

la loro storia densa di avvenimenti per lo più a noi sconosciuti.

Budapest, capitale dell'Ungheria nasce ufficialmente nel 1873 con l'unione delle città di Buda e Obuda situate nella sponda occidentale del Danubio e con la città di Pest situata sulla sponda orientale.

Senza addentrarci in ulteriori spiegazioni possiamo solo affermare che lo spettacolo che tale città ci ha proposto di sera con le sue luci che si riflettevano sul Danubio ci ha avvolto in una magia, un incantesimo che rimarrà nei nostri ricordi.

Bratislava, capitale della Slovacchia. città originariamente medioevale ci ha accolto con le sue stradine contornate da palazzi storici che formano un centro molto gradevole e vivibile.

Vienna, capitale dell'Austria... indescrivibile l'atmosfera che si respira piena di storia, soprattutto asburgica. I monumenti gotici, rinascimentali che costellano le vie della città le conferiscono eleganza e austerità.



La visita al Castello di Schonbrunn, il castello di Maria Teresa e della Principessa Sissi con passeggiata nei giardini e alle stanze imperiali dell'ultima residenza estiva degli Asburgo, fa fare un salto nella storia.

Lungo la navigazione abbiamo poi fatto sosta a Durnstein, Melk ed Eszergom oltre ad ammirare l'ansa che il Danubio crea nel paesaggio e che abbiamo ammirato dall'alto nel corso di una escursione.

Non tralasciamo poi i momenti dolci, da buoni golosi, degli assaggi a Budapest delle specialità del Café Gerbaud e a Vienna della famosa torta Sacher.

Luisella Nigra



Viaggi e Gite

Programmazione viaggi fine anno 2023 e primavera 2024

Per il prossimo anno stiamo valutando alcune offerte pervenute da diverse Agenzie Viaggi (convenzionate anche con il nostro C.R.D.C.) al fine di predisporre una programmazione per il 2024.

In collaborazione con **Somewhere** vi proponiamo i seguenti tour, con date da definire (secondo le vostre richieste):

Torino Magica Tour

Sorta alla confluenza di due fiumi, il Po e la Dora, e posta al vertice di due triangoli, quello della magia bianca e quello della magia nera, Torino vanta una tradizione esoterica secolare.



Sotterranei Segreti - La Consolata di Torino

Un suggestivo ed insolito percorso guidato per condurvi nei sotterranei del Quadrilatero Romano, alla scoperta della città invisibile, in un affascinante Viaggio nel Tempo che non smette mai di sorprendere, con un calice di bollicine finale in un luogo quasi segreto...



Torino Gialla Tour

Un secolo di delitti e misteri insoliti a Torino.



25 Aprile - 1 Maggio 2024

La crociera dei tulipani lungo la valle del reno

I tulipani sono il simbolo dell'Olanda e di Amsterdam in particolare. Durante il mese di aprile si può assistere alla fioritura di questo magnifico fiore che colora tutti i giardini e i parchi olandesi. Oltre alle tradizionali mete, in questa crociera di primavera ci sarà la possibilità di visitare il Parco Botanico di Keukenhof il più grande parco floreale al mondo: oltre 7 milioni di fiori da bulbo come tulipani, ma anche giacinti, iris, gigli, narcisi, rose, garofani, orchidee, oltre 2500 alberi, un lago, canali, mulini a vento. Un'esperienza indimenticabile non solo per gli appassionati, un'esplosione di colori che lascia senza fiato!



NOTA BENE: I programmi e le quote saranno a disposizione in Segreteria e sul sito dell'Associazione



*A tutti i Soci,
Auguri di Buone Feste e Pace per il
Nuovo Anno 2024
dalla Presidente, dal Consiglio Direttivo
e dalla Redazione*

CHIUSURA FESTIVITÀ
Si informa che la Segreteria resterà chiusa
dal 22 Dicembre 2023 all'8 Gennaio 2024



