



# LA VOCE

## DELL'UNIVERSITÀ DELLA TERZA ETÀ

### UNITRE UNIVERSITÀ DELLE TRE ETÀ TERNI



FOGLIO DI INFORMAZIONE INTERNA APERTO AL CONTRIBUTO DI TUTTI I SOCI - EDIZIONE GRATUITA

*“Ora non è tempo di pensare a ciò che non hai. Pensa a quello che puoi fare con quello che c’è” (E. Hemingway)*

## Ritrovarsi, ripensarsi

Raffaele Federici

Ogni nuovo anno è un nuovo inizio. L'età non conta. Conta però quello che pensiamo e che sentiamo, conta quello che facciamo affinché la nostra comunità possa crescere e prosperare e con essa anche la nostra città. E la comunità accademica dell'Unitre è un pezzo importante di Terni, è una delle migliori espressioni di quella che si chiama società civile. Una città dove non c'è bisogno di essere *Todos caballeros* come ebbe a dire Carlo V d'Asburgo, imperatore del Sacro Romano Impero e re di Spagna, giunto ad Alghero per trascorrere qualche giorno nel Regno di Sardegna, uno dei suoi possedimenti. La storia ci ricorda che l'imperatore, sulla cui giurisdizione non tramontava mai il sole, spinto da private necessità fisiologiche e dagli impegni pubblici, abbia concesso ai molti postulanti di origine catalana presenti il cavalierato erga omnes, ossia a tutti. La storia però non ricorda quanti fossero né quali virtù possedessero. Ora, non so se questi fatti siano veri o verosimili. Tuttavia, questo inciampo della storia ci rammenta che, spesso, a prescindere dal merito o dal talento, ci si ritrova in una comunità dove si possa essere al centro dell'attenzione senza un perché o, forse, solo per un diffuso senso di protagonismo narcisista senza poi lasciare un segno di aiuto e di sostegno agli altri.

E, forse, più di talenti o di meriti individuali, veri, verosimili o solo esibiti che siano, abbiamo bisogno di sentirci cittadini, di sentirci parte di una società che concretamente si possa definire civile. Abbiamo bisogno, come Unitre, di sentirsi una di quelle Istituzioni cittadine in grado di partecipare all'assicurazione del proseguimento efficiente dei fini

*segue a pag. 6*

## Un altro anno di promozione culturale

*...ogni età è quella giusta per accrescere il proprio sapere ed aspirare a nuovi orizzonti di conoscenza...*

Il 21 novembre 2024 a Terni, nei locali della Biblioteca Civica, si è aperto l'Anno Accademico 2024/2025 dell'UNITRE Terni. La cerimonia di apertura si è svolta alla presenza di un pubblico numeroso e partecipe, che anche quest'anno ha dimostrato la propria riconoscenza e fedeltà a un'associazione culturale che da oltre quaranta anni illustra la nostra città.

La cerimonia di apertura dell'anno accademico è stata aperta dalla Dr.ssa Annarita Marino, direttrice dei corsi dell'Università delle Tre Età - UNITRE, la quale ha presentato i docenti dei vari corsi ed ha illustrato l'attività didattica - corsi e laboratori - che è stata avviata quest'anno, a partire dal mese di ottobre 2024: i corsi curricolari sono ben venti e coprono un ampio arco formativo, che va dalla Storia dell'arte alla Letteratura francese e alla Fotografia, dalla Scrittura Creativa allo Yoga, alla Ginnastica dolce, ed oltre.

Ai corsi curricolari si aggiungono gli

Incontri e le Conferenze pomeridiane del Lunedì e del Mercoledì, i cui temi attraversano tutto il sapere umanistico e scientifico. Inoltre anche quest'anno è stato attivato il Cineforum del Venerdì, che si svolge presso il Politeama Lucioli di via Roma a Terni.

La Dr.ssa Marino ha inoltre presentato il nuovo Foglio informativo dell'UNITRE, "LA VOCE", che ha ripreso le sue pubblicazioni dopo anni di sospensione, sotto la guida del Prof. Giancarlo Nicoli.

Il Dr. Paolo Galli, vicepresidente dell'UNITRE (il Presidente Prof. Raffaele Federici non è potuto essere presente per inderogabili impegni accademici) ha sottolineato il costante, pluridecennale impegno dell'Associazione e il suo radicamento nel territorio umbro, rivelandosi risorsa preziosa, voce qualificata e soggetto di sviluppo di cultura e umanità. E il valore di questo impegno è arricchito, ha aggiunto il Dr. Galli, dal suo carattere disinteressato, svolto per la gioia derivante dal semplice poter-

*segue a pag. 2*





lo fare, e poterlo fare per gli altri.

Alla cerimonia di apertura dell'anno accademico era presente anche l'Assessore ai Servizi Sociali e al Welfare Prof.ssa Viviana Altamura, la quale, augurando un altro anno di sicuro successo all'UNITRE, ha voluto rimarcare il ruolo insostituibile di questa Associazione di volontariato nell'interpretare i bisogni dei cittadini. Essa infatti, ha affermato la Prof. ssa Altamura, si riafferma ogni anno di più come interlocutore privilegiato, capace di interagire, grazie alla sua grande efficienza propositiva, con l'Amministrazione pubblica nell'azione di promozione culturale.

Ospite d'onore della giornata di inaugurazione dell'Anno Accademico è stato il Portavoce del Comitato UNICEF ITALIA Dr. Andrea Iacomini, il quale ha tenuto una lectio magistralis su "L'Unicef nelle aree

opportunamente fare è aggiornare le informazioni (non buone purtroppo!) sullo stato delle cose nelle principali aree di crisi umanitaria ricorrendo ai comunicati più recenti divulgati da UNICEFITALIA.

Il primo, del 27 dicembre 2024, si intitola UNICEF/Gaza: 11 bambini uccisi in attacchi. 4 neonati morti per ipotermia e riporta la Dichiarazione del Direttore regionale dell'UNICEF per il Medio Oriente e il Nord Africa Edouard Beigbeder.

27 Dicembre 2024: "Negli ultimi giorni dell'anno non sembra esserci fine alle minacce mortali per i

bambini di Gaza. Negli ultimi tre giorni, secondo le notizie, almeno undici bambini sono stati uccisi in attacchi. Ora stiamo assistendo anche alla morte di bambini a causa del freddo e della mancanza di un riparo adeguato.

Secondo il Ministero della Sanità palestinese, negli ultimi giorni quattro tra neonati e infanti sono morti per ipotermia. Queste morti evitabili mettono a nudo le condizioni disperate e in via di peggioramento in cui versano le famiglie e i bambini di Gaza. Con le temperature che, si prevede, scenderanno ulteriormente nei prossimi giorni, è tragicamente prevedibile che altre vite di bambini andranno perse a causa delle condizioni disumane in cui versano, che non offrono alcuna protezione dal freddo. Il 2024 è stato un anno di difficoltà inimmaginabili per le famiglie di Gaza. Oltre alla costante minaccia di attacchi, molti vivono senza un riparo adeguato, senza nutrizione e senza assistenza sanitaria.

## Vi racconto Eduardo

### Grande successo per lo spettacolo promosso da UNITRE



Il 15 gennaio scorso presso la sala del Caffè letterario della BCT-Biblioteca Comunale di Terni si è tenuta la manifestazione "Vi racconto Eduardo", una performance teatrale e musicale di canzoni napoletane in ricordo del grande drammaturgo napoletano. Evento culturale, ideato e realizzato da Ciro Salviuolo, Antonella Casalloni e Paolo Macedonio che, sostenuto dall'impegno

rilevante della nostra Associazione, si rinnova ormai da diversi anni con vivo interesse degli spettatori.

In particolare, questa edizione ha visto la Sala della BCT stracolma, dove gli interpreti hanno risvegliato, con la loro bravura, l'amore per la bellezza dell'arte e della cultura. Il compiacimento della cittadinanza presente e dei rappresentanti delle Istituzioni ci incoraggiano a proseguire anche per il prossimo anno con questa bella e lodevole collaborazione.

Il nuovo percorso poetico di Annarita Marino

## “La vita degli altri e le piccole grandi cose”

Giancarlo Nicoli

**A** Terni Annarita Marino è una presenza conosciuta e preziosa: io l'ho incontrata per la prima volta durante il suo infaticabile lavoro di promotrice culturale nella sua amata città. Ma quella che ho conosciuto negli ambienti formativi cittadini è la Annarita che chiunque, a Terni, si cibi di cultura conosce e riconosce nella sua diurna ricerca di nuovi sentieri della mente: una donna che ha contribuito a rendere Terni più luminosa, più ricca.

Poi ho scoperto che c'è un'altra Annarita Marino, meno esposta, meno fisica, che è quella che traspare - discreta e profonda,

semplicemente incantevole - dai suoi versi. Versi che sono la sua vera, profonda voce e il suo volto, bello come quello che i suoi amici sono abituati a vedere, ma molto più complesso, dalle mille sfumature. È il volto, magico e avvincente, che la sua poesia ci svela e dona. È la voce inconfondibile della sua poesia: a volte dolce e tremante, altre volte passionale e intransigente, o semplicemente tenera amante del cioccolato dolce...

Con questa sua terza fatica poetica



- dopo *Intagli* e *La stagione dell'impossibile* - Annarita ha confermato la bellezza e la pienezza del suo animo. Ma ci ha anche confermato la sua sapienza poetica, che le permette di creare immagini di forte potenza espressiva e di rara raffinatezza evocativa e suggestiva. Le immagini che affiorano nei suoi versi, infatti, rese sempre con delicatezza e maestria compositiva, si completano del pensiero che spiega l'emozione e indirizza chi le coglie.

È grazie a quella sapienza che possiamo sentire insieme a lei l'"odore delle emozioni", la "musica della vita" e il brivido della "nebbia infame": tutte sensazioni che scopriamo anche nostre; sì, perché esse sono parte della "vita degli altri", che Annarita visita e condivide grazie all'incanto della sua parola. E questa è una magia che soltanto la poesia può compiere.

**Scrivere**



## Unitre al Cinema

Andare al cinema fa bene: la testimonianza di un'amante del grande schermo

# I CINEFORUM DELL'UNITRE

Maria Antonietta Crocioni

**P**robabilmente tutti gli associati dell'UNITRE sono a conoscenza del fatto che ogni venerdì pomeriggio al Politeama Lucioli di via Roma a Terni si svolge (da Ottobre a Maggio) il Cineforum condotto, con costanza e competenza, dalla Dr.ssa Annarita Marino.

Io sono una delle più assidue frequentatrici dell'appuntamento del venerdì, che per me è una piacevolissima occasione per condividere le conoscenze e le emozioni con chi è seduto in sala insieme a me.

Tra le tante funzioni che il cinema svolge, quella che per me è la più importante è la capacità di farci conoscere la società e le persone in tutti i loro aspetti: la realtà esteriore e quella interiore, nel bene e nel male. Eccezionale è, a mio parere, la capacità del cinema di sviluppare l'empatia, attraverso la rappresentazione dei personaggi, degli ambienti in cui la singola storia si colloca e si sviluppa. Così come la possibilità di entrare nei problemi che il mondo vive e che tutti noi dobbiamo affrontare quotidianamente.

Uno degli ultimi film proiettati al Cineforum dell'UNITRE è stato IL GLADIATORE II, per la regia di Ridley Scott. Si tratta naturalmente del *sequel* del primo GLADIATORE, girato nell'anno 2000. Anche in questo film il regista ha trattato, in modo a mio parere magistrale, il tema della conquista del potere, rappresentando tutte le forme possibili, lecite e illecite, messe in atto, in ogni tempo e in ogni latitudine, per raggiungerlo. È un tema sempre attuale, purtroppo anche ai giorni nostri, tempi in cui si usano strategie e strumenti sempre più sofisticati, che riescono a dissimulare inganni e delitti per il raggiungimento del supremo obiettivo.

Probabilmente in quanto a qualità, questa edizione del GLADIATORE non riesce a misurarsi con l'originale (come avviene con tutti i *sequel*, del resto): una buona dose di ripetitività, di sfoggio di poteri hollywoodiani, di ingenuità americane (le scritte in inglese sui muri romani, ecc.), tuttavia l'energia è sempre super, lo spettacolo è assicurato e due ore di relax cinematografico sono garantite.

Alla proiezione è seguita un'infervorata discussione, in cui sono intervenuti anche coloro che non hanno gradito del tutto le nuove imprese dell'eroe romano-hollywoodiano. Ma tant'è, l'importante è sempre parlarsi e confrontarsi. E il cineforum serve soprattutto a questo.

Quindi quello del venerdì è un appuntamento da non perdere per gli amici dell'UNITRE; ci apre sia la mente sia il cuore!



**C  
I  
N  
E  
F  
O  
R  
U  
M**



Guida alla lettura  
di un grande racconto

# Il Piccolo Principe

Daniela Costantini



Antoine de Saint-Exupéry, Scrittore-aviatore francese, nato a Lione nel 1900 e morto nel 1944, è autore di libri e scritti vari, il più famoso dei quali è "Il Piccolo Principe". Scritto ormai ottanta anni fa e illustrato con acquerelli dello stesso autore, fu pubblicato a New York dove lui si era rifugiato. Il libro uscirà poi in Francia nel 1946 dopo la fine della guerra e dopo la morte dell'autore stesso abbattuto con il suo aereo durante la seconda guerra mondiale e precipitato nel Mar Tirreno.

Libro fra i più venduti della storia: 150 milioni di esemplari nel mondo, 96 pagine di lettura rapida ma non esattamente facile. Diviso in 27 capitoli il romanzo ha raggiunto la seicentesima traduzione, è il libro più diffuso al mondo dopo la Bibbia.

Certe pagine sono talmente forti che il significato diventa universale e il loro messaggio ci tocca differentemente a

seconda dell'età in cui leggiamo. La prima volta che io l'ho letto avevo sette anni e mi aveva colpito il principe dai capelli biondi, la sua amata Rosa e la volpe che mi sembrava parlasse come il "grillo parlante" di Pinocchio. Ma non avevo colto ciò che l'autore volesse raccontare in realtà, non tutto mi era chiaro. L'ho poi riletto dopo una ventina d'anni e mi era apparso in una prospettiva completamente diversa. Riuscivo a leggervi significati che non avevo capito, ma ne avevo perso altri che mi avevano colpito allora.

Saint-Exupéry racconta di essere stato un piccolo uomo e lo dice attraverso la sua voce bambina, regalandoci così le sue aspettative, le sue opinioni, le sue sofferenze e le sue gioie. La storia inizia con un aereo che cade per un'avarizia nel deserto del Sahara e l'aviatore precipitato incrocia il cammino del Piccolo Principe che gli domanda di disegnare un montone, così lui prova a disegnarlo e questo atto crea un forte legame tra loro. Si parlano e il bambino rivela di arrivare dal piccolissimo asteroide b61212 dove si è occupato soprattutto di coltivare una rosa di cui è innamorato e di sradicare pericolose radici di baobab. La rosa, che il piccolo principe nutre e cura sul suo pianeta, rappresenta l'essenza dell'amore, della cura e della comprensione reciproca. Questo è un messaggio importante: l'amore non è perfetto ma è la cura e la responsabilità che ci si assume a rendere questo sentimento unico e speciale. A causa di piccole incomprensioni con la rosa, deciderà poi di lasciare il suo asteroide, di conoscere il

mondo e di farsi nuovi amici.

Nel corso del suo viaggio verso la Terra incontra tanti personaggi che risultano essere l'allegoria di uomini che ognuno di noi può incontrare nella sua vita: il monarca, il bevitore, l'uomo d'affari, il geografo, il vanitoso, il lanternaio. Tutti rappresentano le peculiarità negative della società adulta degli uomini che popolano il nostro pianeta: esempi concreti di chi possiamo incontrare anche nel mondo contemporaneo. Nessun amico dunque, fin qui. È descritta così l'umanità di 80 anni fa e, mentre leggiamo, comprendiamo che il mondo di oggi non è affatto cambiato. Il piccolo principe, versione giovane dell'autore stesso, si legherà poi all'aviatore. Incontrerà la volpe che gli dirà un segreto, un profondo insegnamento sulla vita... Gli svelerà che "l'essenziale è invisibile agli occhi... Si vede bene solo con il cuore...". E allora si sentiranno fortemente legati e il piccolo principe sentirà nostalgia per la sua rosa, che ha curato con tanto amore. Decide così di tornare sul suo asteroide, ma il suo corpo è troppo pesante e si fa mordere dal serpente per morire, abbandonare il suo corpo e poter salire vincendo lo spazio che lo divide dal suo mondo. Il racconto si chiude così.

Siamo di fronte a un libro crisalide, che il lettore inizia da bruco e finisce trasformato in farfalla. Perché questo racconto ha qualcosa di magico tra le sue pagine: la capacità di far affiorare riflessioni ed emozioni sempre diverse ogni volta che lo si prende in mano, anche a distanza di anni. Racconto-culto che invita alla riflessione, all'introspezione, un testo che tocca il cuore e la mente di chi lo legge. Dunque leggetelo! E per noi che lo abbiamo già fatto, rileggiamolo! E, seguendo il consiglio dello stesso autore che esorta: "Non leggetelo alla leggera!"



## La Parola di Anna Rita Armati

**L**a parola che quest'oggi prendiamo in considerazione è RISPETTO, parola dichiarata sovrana fra tutte nel 2024 dalla encyclopédia Treccani.

Radice latina respectus, dunque respicere, guardare indietro composto da RE- indietro e SPICERE guardare.

Il rispetto è un fenomeno intimo, di volizione spontanea, intima volontà di voltarsi per aiutare l'altro che è dietro di noi. È abbandonare la nostra prospettiva per accogliere quella dell'altro.

Quale circostanza migliore è parlare del rispetto per onorare la memoria di uomini, donne, bambini e vecchi vittime dell'olocausto ebraico da parte dei nazisti? La Shoàh o sacrificio non è stata solo un atto di odio; è stata l'apice dell'assenza di rispetto. Un'assenza che si è manifestata nella negazione della dignità umana, nella riduzio-

ne a numeri e nella convinzione folle che alcune vite valgano meno di altre.

È vero: sono stati commessi altri genocidi nel corso della storia ma mai, nessuno è stato commesso dietro uno studio attento per sopprimere milioni di vite umane che avevano la sola colpa di appartenere alla cosiddetta razza ebraica. Bambini presi da medici nazisti a genitori con la scusa di una sicura guarigione e utilizzati invece per orrendi esperimenti.

Sei milioni di vite umane vennero sopprese grazie ad un disegno aberrante iniziato molti anni prima della guerra di sopprimere vite umane e di fare dei loro corpi uno scempio per i loro aberranti esperimenti.

La data di ogni 27 gennaio è stata dichiarata "Giornata della memoria" proprio in onore dei milioni di uomini, donne e bambini ebrei uccisi da fascisti e nazisti solo per



ché appartenenti alla etnia giudaica.

La Shoàh ci deve insegnare cosa accade quando il rispetto viene calpestato e parole di odio si trasformano in leggi discriminatorie, l'indifferenza diventa complicità e la violenza si scatena senza freni.

Il giorno della memoria per la Shoàh non è solo un dovere storico; è un impegno morale, un impegno a vigilare, a contrastare ogni forma di discriminazione, ogni parola di odio, ogni tentativo di disumanizzare l'altro.

Che tutte le Anna Frank non siano morte invano!

# PANTERE BIANCHE

Gian Filippo Della Croce

**L**e "pantere bianche" siamo noi, siamo noi ai quali il tempo ha concesso il privilegio di invecchiare. I nostri capelli bianchi sono criniere, orgoglio della furia selvaggia di una fiera: la pantera, agile, scaltra, coraggiosa, feroce. La pantera è sicuramente una fiera fra le più affascinanti, il suo mantello nero raramente è bianco e incontrare una pantera bianca è un evento straordinario nella jungla ma non nelle nostre città, dovunque sul territorio se ne incontrano e noi vogliamo occuparci di loro, ovvero di noi stessi.

Le pantere bianche popolano vie e quartieri, giardini, locali pubblici eccetera e crescono sempre più. È un bene o un male? Sicuramente non è un male perché le pantere bianche sono portatrici di saggezza, di esperienza, di capacità, di fantasia, di umanità. Tutte cose che determinano l'importanza della loro presenza che significa anche sostegno a chi non ha an-

ra maturato tutta l'esperienza che occorre nella vita e che non è mai sufficiente. Non c'è solo il classico "passaggio" di consegne sancito da una consuetudine culturale ormai sempre più obsoleta, c'è una capacità ormai sempre più riconosciuta dalla società alle *Pantere bianche* di essere un valore determinante dello sviluppo sociale sotto tutti i punti di vista.

La stessa esistenza dell'UNITRE e le sue molteplici attività ne sono una palese dimostrazione, che illustra come essa sia capace di produrre cultura, di costruire nuovi orizzonti di prospettiva sociale, di essere padrona della memoria, che è forse il più grande patrimonio al servizio del presente e del futuro dell'umanità.

L'arida contabilità amministrativa commenta la crescita degli anziani con una certa preoccupazione, sottovalutando, come abbiamo già detto, la loro capacità di generare valori necessari allo sviluppo di una nuova

visione del mondo e delle modalità per vivervi.

In un momento come quello attuale in cui il mondo appare in difficoltà a difendere e a far crescere quei valori di cui le *Pantere bianche* sono portatrici - la pace prima di tutto, e il saperla costruire - le pantere bianche sanno come farlo perché questa capacità deriva dalla loro esperienza, che è a disposizione del mondo. Basta che il mondo lo voglia: solo un mondo capace di cogliere questa opportunità potrà avere un futuro.

È con questo spirito, con queste considerazioni che iniziamo da questo numero de *La Voce* una rubrica che vuole suscitare curiosità e interesse e vuole essere aperta ai consigli e alle capacità delle *Pantere bianche*.

Restiamo in attesa quindi, di contributi, su questo Foglio, da parte di tante *Pantere bianche*!

## La trasmissione del sapere

Isoliero Cassetto

**L**a trasmissione del sapere è una cosa fondamentale nella società moderna. I modi con cui si può accedere al sapere, gli strumenti e le opportunità, sono raggiungibili solo da alcune categorie che si individuano nella società: i giovani che godono della freschezza intellettuale, facilitati nella comprensione e nella gestione della evoluzione tecnologica, manager. La classe media, anche se arranca con difficoltà, tiene il passo, non fosse altro che per esigenze finanziarie ed economiche delle sue attività o per i suoi rapporti con la Pubblica Amministrazione.

E gli anziani?

Il loro mondo è stato sgretolato, frantumato, reso in polvere e sparso ai quattro venti, come si diceva una volta per il nemico abbattuto.

Com'era questo mondo degli anziani? Di cosa era fatto? Quali rapporti stringeva fra gli strati della società? Un mondo basato sulla famiglia dove l'anziano genitore era portatore del sapere storico: dei rapporti economici con le strette di mano, la classificazione delle consuetudini, dei fatti storici tradizionali, dei cantastorie cantate nelle aie delle fattorie.

Il nonno e le nonne erano il fulcro del nucleo familiare. Occhio vigile sui nipoti, pronto al sostegno nelle varie vicissitudini

che potevano travagliare la famiglia. Gioie e dolori erano sempre sostenuti da abbracci e carezze.

La società è cambiata con l'avvento dell'alta tecnologia, con il moltiplicarsi dei saperi. Dal dopoguerra, con il boom economico e lo sviluppo industriale, è nata l'esigenza delle masse di poter accedere alla conoscenza; non è un caso che negli anni settanta venisse coniato lo slogan: "Il padrone conosce 10 parole mentre l'operaio ne conosce 1, per questo lui è padrone". Uno slogan ad effetto che fece presa nel mondo dei lavoratori e non solo. In sede contrattuale furono istituite nuove forme di accesso alla cultura: le 150 ore.

Al di là degli effetti dello slogan, quello della trasmissione del sapere o dei saperi è e resta un perno fondamentale della società postmoderna, cioè una società proiettata in un futuro tutto da scoprire, tutto da determinare.

Attenzione a questa velocità con cui si sta muovendo la società perché la stessa velocità genera lo sfaldamento tra i vari strati da cui è composta: non tutti ce la fanno a tenere il passo imposto da questa sconvolgente svolta tecnologica.

Ma un'altra questione va posta: la velocità con cui si sta muovendo la società sta generando la perdita della memoria, la memoria

collettiva. Ci dimentichiamo chi siamo; i rapporti si affievoliscono. Non ci si parla più: si chatta con monosillabi, con gli *smile*; non ci si guarda negli occhi; le famiglie si sfaldano e di conseguenza mancano gli abbracci e le carezze. C'è una perdita di affettività.

Mancano i nipoti e di conseguenza mancano i nonni; aumentano gli anziani. Occorre recuperare la memoria collettiva, il recupero della memoria deve diventare una attività primaria se non si vuole che questa società si imbarbarisca.

Una progettualità per il recupero della memoria collettiva passa tramite il WELFARE CULTURALE.

Quindi diventa fondamentale perché l'UNIVERSITÀ DELLA TERZA ETÀ possa orientarsi a diventare una vera UNIVERSITÀ DELLE TRE ETÀ ed essere il fulcro culturale del territorio.

Occorre elaborare un progetto di WELFARE CULTURALE che sia in grado di investire il territorio, che sia propositivo verso il mondo del lavoro in tutte le sue particolarità. Occorre porre un'attenzione particolare ai giovani, perché essi sono la qualità necessaria per la trasmissione della memoria collettiva, condizione di un rapporto che possa porre fine alla solitudine dell'anziano.



## Formazione sul Primo Soccorso (Prima parte)

Dr. Giancarlo Giovannetti

**D**ata l'importanza del trauma come causa di morte e di invalidità, ogni sforzo destinato a migliorare l'efficacia del soccorso è ampiamente giustificato.

È evidente che la tempestività del soccorso è un elemento determinante per ridurre i rischi per la vita o per l'integrità funzionale dell'infortunato: tale tempestività richiede il concorso sia, naturalmente, dei servizi organizzati a ciò preposti, sia dell'occasionale soccorritore dal quale dipende non solo la chiamata di soccorso, ma anche l'esecuzione di tutte le manovre salvavita conosciute, fino all'arrivo del personale professionale.

Tali manovre salvavita fanno parte della conoscenze teoriche e pratiche che riguardano il Primo Soccorso Sanitario che può essere definito come segue:

*Il Primo Soccorso è tutto ciò che è necessario fare e, soprattutto, ciò che*

*è necessario non fare, da parte di chiunque si trovi occasionalmente a prestare aiuto, nei confronti di una persona che versi in condizione di pericolo*

*per il suo stato di salute, in attesa che possa intervenire personale professionalmente qualificato e dotato di mezzi ed attrezzature adeguate.*

Diciamo subito che un corretto intervento

di Primo Soccorso potrebbe incidere significativamente nella limitazione della invalidità permanente e, soprattutto, nella riduzione del numero dei morti poiché molte di queste persone (circa il 30-40%, secondo una stima necessariamente approssimativa) perdono la vita in situazioni spesso facilmente correggibili da parte dell'occasionale soccorritore, come potrebbe accadere in caso di ostruzione delle prime vie aeree, che può aver luogo mentre l'infortunato si trova in condizione di temporanea perdita dello stato di coscienza, stesso in terra supino.

Purtroppo l'atteggiamento più frequente del cittadino di fronte alle conseguenze, spesso drammatiche, degli incidenti stradali è di stupore e di fatalismo nei riguardi di una presunta inefficienza dei servizi di soccorso, per ritardi (secondo il suo punto di vista) apparentemente inspiegabili tra il momento dell'incidente e l'arrivo dell'ambulanza (il famigerato tempo «morto»!!!).

La possibilità che ci possa essere, in questa fase, uno spazio di intervento attivo e determinante da parte dell'occasionale soccorritore, spesso non sfiora affatto la mente del cittadino (e, quindi anche dei suoi rappresentanti istituzionali!) il quale tende,



quasi istintivamente e fatalisticamente, a delegare alle organizzazioni sanitarie, a ciò formalmente preposte, ogni responsabilità.

Il ruolo dell'occasionale soccorritore è, invece, determinante purché sia svolto con la dovuta preparazione teorica e pratica; è per questo che già fin dalla Scuola dell'obbligo e, poi, nelle varie occasioni che possono via via essere utilmente colte (tra cui anche quella della preparazione richiesta per l'acquisizione della patente di guida!), è opportuno che i principi di ciò che viene definito «Primo Soccorso Sanitario» vengano conosciuti ed assimilati perché utili in ogni circostanza tra cui anche in caso di eventi non traumatici.

(continua)



### segue da pag. 1

comuni del sistema e dei sottosistemi sociali in cui ognuno di noi si trova a operare, in una misura valutata come buona e come giusta.

Ecco quello che vorrei per il nuovo anno: un anno di vita buona, una vita in cui tutte le nostre volontarie e i nostri volontari possano continuare a donare il loro tempo e le loro competenze a tutti noi, in una relazione in cui se la libertà è esposta

all'incertezza non lo è in termini di legami e di fiducia. Al centro di queste azioni non c'è un valore economico o di potere ma solo una piccola eccedenza simbolica del sentire che queste azioni portano con sé. Un'eccedenza che si concretizza nel legame sociale e che si costituisce a partire delle nostre azioni, ognuno per le sue capacità e i suoi mezzi.

Mi auguro e auguro a tutti un anno di vita buona, un anno di azioni in più e di più per la nostra comunità.



# Dieta Mediterranea e Mediterraneità

Dr. Giuseppe Fatati



**S**appiamo che la dieta mediterranea è una delle migliori diete in senso assoluto per il benessere fisico e la prevenzione delle malattie croniche degenerative. Si definisce dieta mediterranea il modello nutrizionale ispirato ai modelli alimentari tradizionali dei paesi europei del bacino mediterraneo, in particolare Italia, Grecia, Francia meridionale, Spagna e Portogallo. Si caratterizza per: a) un'elevata assunzione

di verdura, legumi, frutta, frutta secca e cereali; b) un impiego preferenziale di olio di oliva e un modesto apporto di grassi saturi; c) un'assunzione moderata ma costante di pesce; d) un contenuto utilizzo di prodotti caseari; e) un modesto consumo di carne e pollame e un'assunzione moderata di vino durante i pasti. Questo stile alimentare consente non solo di ridurre il rischio di mortalità per tutte le cause ma in particolare quello da cause cardiovascolari e da cancro; riduce anche il rischio di andare incontro a malattie degenerative cerebrovascolari tipo la patologia di Parkinson. Nonostante ciò penso opportuno fare alcune riflessioni sullo stile di vita di quanti hanno abitato e abitano l'area mediterranea e su un nuovo termine oggi abbondantemente utilizzato ovvero Mediterraneità. Questa parola racchiude e racconta i comportamenti virtuosi che hanno consentito il persistere e lo sviluppo della cultura mediterranea. Mediterraneità, è un neologismo che descrive un atto complesso che risponde a tre quesiti principali: cosa mangiare, come mangiare e con chi mangiare. È indice dell'insieme di valori che hanno caratteriz-

zato l'area mediterranea. Quello che ha costituito, e ancora oggi costituisce, per un'ampia fascia della popolazione mondiale, l'aspetto più problematico dell'esistenza (la ricerca di cibo per alimentarsi), è stato il punto di partenza di un ineguagliabile percorso di intelligenza, creatività, gusto della bellezza, socialità. È stato un percorso segnato dalle difficoltà e dall'incontro, non sempre amichevole, tra gruppi appartenenti a diverse culture. In questi contrasti il cibo è stato simbolo di fraternità e di unione attraverso il convitto e la convivialità che impersona un ideale di comunità e dialogo. Il termine Mediterraneità indica un modo particolare di vivere l'atto alimentare che è caratterizzato da spazio (la cucina), tempo (il tempo dedicato al cibo), economia (corretto utilizzo delle risorse), relazioni (identità e appartenenza), cultura (coltivazioni adatte ai luoghi e alle esigenze del gruppo familiare), politica (la teoria dello stato). Queste caratteristiche sfumano e debordano tra loro, si accavallano e si ripropongono come le onde del mare, sempre uguali e sempre diverse.



## Benessere e Medicina

### Che cos'è l'allergia? (Prima parte)

Dr. Giuseppe Vignoli

**L**'allergia è una reazione esagerata del sistema immunitario a stimoli che normalmente non hanno alcun effetto sulla maggior parte delle persone. Ciò significa che stimoli lievi come la polvere domestica, il polline di un fiore, l'aspirina per i bambini o le punture di insetti possono provocare reazioni gravi e pericolose per la vita nei pazienti allergici. Le malattie allergiche sono quasi sempre medicate da un'immunglobulina chiamata IgE.

Per la diagnosi è utile il dosaggio delle IgE specifiche per l'allergene in questione. Oggi esistono dispositivi che, a differenza del classico test cutaneo, possono misurare fino a 90 allergeni diversi con un solo campione di sangue. È importante distinguere tra allergia e intolleranza: un bambino può essere intollerante al lattosio ma non allergico al latte vaccino. Gli organi colpiti dall'allergia possono essere: naso, occhi, bronchi, pelle, intestino o altre parti del corpo con reazioni gravi come lo shock anafilattico. Vediamo le malattie in base all'organo colpito: rinite, congiuntivite o, più frequentemente, rinocongiuntivite, orticaria, angioedema, eczema, allergia ai farmaci, agli alimenti, alle sostanze chimiche

aggiunte agli alimenti: coloranti, conservanti, aromi, ecc. Un capitolo che merita particolare attenzione è quello delle allergie alimentari, che a loro volta si possono distinguere in quelle pediatriche e dell'età adulta.

Come si diagnostica una malattia allergica? Il medico deve effettuare un'anamnesi completa ed esaustiva nonché familiare ed effettuare un attento esame clinico. Lo step successivo per la diagnostica è l'esecuzione dei test cutanei (prick test) o prick by prick. Poi si possono richiedere esami ematochimici di routine con dosaggio delle IgE totali e specifiche per ogni allergene (RAST); oppure utilizzare la suddetta apparecchiatura, che permette di dosare una quantità notevole di allergeni. Con la storia clinica, l'esame clinico e gli studi di laboratorio, avremo raggiunto una diagnosi e potremo dire se si tratta di rinite allergica o rinocongiuntivite, asma bronchiale o orticaria (pomfi e prurito sulla pelle), angioedema (gonfiore di un labbro o di una palpebra), eczema, allergia alla puntura d'insetto, allergia a un alimento o a un farmaco e alcune altre forme di allergia come lo shock anafilattico che mette a rischio la vita. Ogni malattia allergica ha un

trattamento medico specifico. Chi cura il paziente allergico? In genere è l'allergologo che si appresta a eseguire un test allergico, sia esso un test cutaneo o un test di provocazione di alimenti o farmaci. L'asma bronchiale può essere allergica o non allergica: la maggior parte dei bambini affetti da asma bronchiale sono allergici e la maggior parte degli adulti possono non esserlo. In quest'ultimo caso si può richiedere ausilio allo pneumologo. Il pediatra può trattare un bambino allergico. Ma non può fare un test di allergia. Un dermatologo o un medico di medicina generale può fare la diagnosi dell'orticaria. La cosa fondamentale è poter riconoscere i propri limiti diagnostici e saper indirizzare a figure specialistiche esperte nel campo. Le manifestazioni cliniche vanno da un semplice starnuto dovuto all'esposizione a polvere domestica a reazioni estremamente gravi e pericolose per la vita, ad esempio dopo ingestione di un alimento, o puntura di un'ape.

(continua)

# San Valentino, il nostro santo

Maria Zanardini

Noi ternani sappiamo benissimo che San Valentino è il Patrono di Terni ma noi lo consideriamo ancora più familiarmente *"il nostro Santo"*.

Ci piace così tanto forse anche perché è il Santo dell'amore: infatti in tutto il mondo è riconosciuto come protettore degli innamorati.

Cerchiamo però di conoscerlo meglio, cosa sappiamo della sua storia?

Nonostante gli studiosi siano incerti sulla sua collocazione temporale, sembra certo che Valentino sia realmente esistito e sia nato a Interamna Nahars, nonostante che Roma ne rivendichi i natali.

Il principale documento che ci fornisce testimonianze sul nostro santo è il *Martirologio Romano*, catalogo di martiri e santi, disposti in base alle loro feste, compilato dal cardinale Cesare Baronio nel 1592 per volontà del Papa Gregorio XIII (1572 – 1585). In data 14 febbraio compaiono due scritti in latino, di cui il primo recita così: *"In Terni, San Valentino, che dopo essere stato lungamente percosso, fu impri-*

*gionato e non potendosi vincere la sua resistenza, a metà notte infine, segretamente trascinato fuori dal carcere, fu decapitato per ordine del prefetto di Roma Placido"* e il secondo: *"In Roma, sulla via Flaminia, natale di San Valentino presbitero e martire, il quale dopo una vita santa in cui dimostrò una dottrina insigne, a bastonate fu ucciso e decollato sotto Claudio"*.

Queste due testimonianze compaiono anche in altri codici databili all'VIII secolo ed a uno di loro si ispira la *Passio*, scritta nel Seicento da Ludovico Iacobilli, protonotario apostolico a Foligno e studioso di storia ecclesiastica. Secondo questa testimonianza Valentino si trasferì a Roma per studiare le scienze umane, fu eletto diacono da Papa Eleuterio e, nel 197, fu investito della carica di vescovo dall'Arcivescovo Feliciano, insieme al quale fondò la Chiesa di Interamna, costruì edifici di culto e ordinò sacerdoti. Al Santo vennero attribuiti due miracoli: in occasione del concilio del 225 guarì Fonteio, tribuno dei soldati e Cheromene, figlio del retore romano

Cratone.

Dopo queste guarigioni la popolarità di Valentino aumentò e diventò il maestro di un gruppo di ragazzi romani, fra cui Abondio, figlio di Furioso Placido, prefetto di Roma. Fu proprio Abondio che esortò Valentino a compiere un sacrificio agli dei davanti al senato ma, al suo rifiuto, il prefetto Placido lo condannò al martirio e alla decapitazione, il 14 febbraio del 270.

Alcuni discepoli ne portarono via la salma e la seppellirono in cima ad una collina di Terni, fuori le mura cittadine, dove fu costruito un oratorio che diventò, in breve tempo, luogo di pellegrinaggio.

Nel 1605, durante uno scavo sotto l'altare maggiore della Chiesa di San Valentino, furono trovati i resti di un cimitero cristiano; in un'arca di marmo, era presente uno scheletro umano che fu riconosciuto come quello di san Valentino dall'allora vescovo Antonio Onorati e dai priori della città. Si costruì una basilica dove fu custodito lo scheletro e, nel 1606, fu sancita la data del 14 febbraio, come giornata per omaggiare il santo.

## Storia o Mito

### Le Calende di Gennaio

Gianna Pileri

Quando il Cristianesimo si impiantò nell'impero, l'anno romano cominciava con le calende di gennaio, il primo giorno di questo mese; la doppia faccia di Giano, dio eponimo per eccellenza, simboleggiava il passaggio da un anno all'altro. Gli autori cristiani negarono che questo giorno dovesse necessariamente segnare il principio dell'anno.

Basandosi sul Racconto della Genesi, secondo cui Dio "Separò la luce dalle tenebre", *Martino di Braga* (515-580) osservava che la divisione supponeva uguaglianza delle parti: quindi l'equinozio di primavera (21 marzo) doveva essere scelto come inizio dell'anno. Intorno al V° secolo, il I° gennaio diventò la festa della Circoncisione. Nel medesimo giorno veniva celebrata una funzione *Prohibendum ab Idolis* contro le superstizioni, veniva istituita una giornata di digiuno e, nel Concilio di Tours del 567, si stabilì che, sempre il I° gennaio, in casa si dovessero cantare litanie, in chiesa salmi e celebrare la messa della Circoncisione all'ottava ora.

Si proibì di scambiarsi gli auguri, vedendo un voler prevedere qualcosa di futuro, cosa questa che spettava solo a Dio. Non solo, durante le festività della dea Strinia (dea

dei presagi favorevoli) all'inizio dell'anno, ci si scambiavano ramoscelli di sempreverdi, augurio di vita eterna. *Strenae* erano chiamati tali ramoscelli e, in senso più ampio, così si chiamarono le elargizioni legate all'organizzazione sociale e al clientelismo romano che il *patronus* distribuiva nel giorno del 1° gennaio per ottenere in cambio la fedeltà dei propri clienti. Tale usanza fu proibita. Per gli autori cristiani (*Cesario vescovo di Arles* 470-543) le "strenne diaboliche" si opponevano all'ideale cristiano di carità: erano invece un dono interessato che generava il vizio suscitando l'avidità...

Nel Medioevo, per lo più, per indicare il principio dell'anno si scelse la data della Pasqua perché era una festa mobile in quanto si celebra la domenica successiva al primo plenilunio dopo l'equinozio di primavera. Questo carattere mobile impediva di collegare stabilmente la festa della Resurrezione ad una precedente festa pagana. Tuttavia non fu uso universale e venne definitivamente abbandonato in Francia quando Carlo IX, nel 1564, decise di tornare, in tutto il regno, al 1° gennaio in un'epoca in cui la paura del paganesimo aveva certamente meno ragione di essere.

## LA VOCE

*Foglio di informazione*

*UNITRE Terni*

Corso Tacito 146 – 05100 Terni

[www.unitreterni.org](http://www.unitreterni.org)

[unitreterni@libero.it](mailto:unitreterni@libero.it)

Tel. 0744-401086

### REDAZIONE:

✉ Giancarlo Nicoli

*Capo Redattore*

✉ Anna Rita Armati, Vanna Carmignani, Isoliero Cassetti, Daniela Costantini, Lidia Curti, Maria Cecilia Giuli, Maria Zanardini, Maurizio Cervelli (fotografie)  
*Redattori*

✉ Anna Rita Armati  
*Segretaria di Redazione*

### Hanno collaborato a questo numero:

✉ Raffaele Federici, Giuseppe Fatati, Giancarlo Giovannetti, Gian Filippo Della Croce, Rossana Manzini, Gianna Pileri, Maria Antonietta Crocioni, Giuseppe Vignoli

**Tecnograph**  
*Typesetting & Printing*