

# Il Contenitore

Periodico ad uso interno a cura dei giovani della Parrocchia di San Giovanni Battista di Fezzano - Portovenere (SP)

## Sommario

- 2 Comunione... effetto dell'essere comune
- 3 Emergency: dalla Sierra Leone al... Burundi: un'immagine da Bepi
- 4 La mia vita come un uccellino  
Un grande dono, ma non per tutti
- 5 CRI: la pressione bassa (parte 1)  
Diventare vicini per somiglianza
- 6 Scatti: borgata n. 3 - Fezzano!
- 7 Di nuovo a cacciare le streghe  
La morte con i proverbi
- 8 Fezzano e la sua storia:  
il mio tempo che fu
- 10 Foto denuncia, lettori on the road  
e una foto per tifare
- 11 Pro Loco: programma S. Giovanni
- 12 Amatori V.G.: serie A!
- 13 Fezzanese: 1970-1980  
tra formazioni, voga e sfilate
- 14 L'odore delle monache / Una giornata particolare / La redazione
- 15 Cinema, musica e lettura
- 16 Wanted  
Mini Bang!!!

Volume 14, numero 134 - Giugno 2010

## Appunti digitali alla rinfusa

**L**a prima pagina che leggerete questo mese altro non è che una serie di miei pensieri che ho appuntato nel palmare tra un viaggio e l'altro in autobus. Mi scuso già da ora per il senso di caoticità e frammentazione che traspare dalla lettura, credo allo stesso modo che sia il modo migliore per rappresentare il mio stato attuale.

Leggo sul giornale: Mariarca Terracciano, infermiera napoletana di quarantacinque anni e madre di due figli di dieci e quattro anni, per protestare per il salario non corrisposto, ha deciso di togliersi centocinquanta millilitri di sangue al giorno. Lei dice: "Può sembrare un atto folle, ma voglio dimostrare che stanno giocando sulla pelle e sul sangue di tutti. Vedere il sangue rende evidenti le difficoltà nostre e degli altri ammalati".

Mi viene da urlare. L'hanno lasciata morire. Ripeto, l'hanno lasciata morire. L'hanno ammazzata. Viva la democrazia e l'alta finanza. Il solito bastone. La solita carota. Gli stessi stupidi asini. E i soliti dannati avidi burattinai.

L'ennesima fotografia del vescovo che benedice una nave da guerra. Possibile? Ok, da non troppo preparato cristiano, tiro fuori il mio Vangelo e sfogliandolo cerco qualcosa nella vita di Gesù che possa essere riconducibile a questo episodio. Nessuna traccia.

Faccio un altro tentativo e provo a guardare su Internet; chissà che non esista una versione rifatta del libro sacro, nuova ed ultra moderna. Ahimè... che delusione! Tanti automatismi e ricerche veloci, ma le parole, QUELLE PAROLE, rimangono antiche nel contenuto: frasi e gesti pieni di solidarietà e fratellanza.

A questo punto mi chiedo: sono i miei dubbi da scomunicare, oppure il gesto dell'alto prelato? Sono io, lo ammetto, il colpevole. Lo so. Da domani, quando verranno a benedirvi casa, farò benedire anche un coltello da cucina, che non possa tornare utile.

Bisognerebbe ideare un passaporto per gli schiavi moderni, facilmente ottenibile e realizzabile. Bisognerebbe scriverci sopra: "Allora negro, lo Stato Italiano, già per il colore della tua pelle, può ipotizzare tranquillamente una tua certa attitudine al furto, alla violenza e al traffico. Lo Stato Italiano, nonostante tu sia di colore diversamente bianco, ti concede l'eccezionalità della permanenza nel Suo territorio, a patto che tu raccolga i pomodori all'interno della Penisola, che cambi i pannoloni ai vecchi del Paese e che tiri su - non la droga, quella la puoi solo spacciare prendendotene la colpa - le case nazionali a cinque euro l'ora".

Quanta ipocrisia. Quanto razzismo. Quanto brulicare di immonda crudeltà.

Bene... organizzati i mondiali nel Sud Africa. E' un po' come l'evento di Natale o che ne so di San Valentino. Bisogna approfittarne dell'occasione e anche questa manifestazione sportiva può avere dei risvolti interessanti, se vissuti con partecipazione e slancio. Giusto.

Ma qualcuno però può spiegare a tutti i tifosi di questo evento che unisce, perché quest'Africa ha pagato a tutti i Paesi più industrializzati - che tra l'altro saranno rivali alla pari forse nelle sole partite di calcio - degli ingenti debiti, quando è proprio questo affascinante continente ad essere sempre stato derubato e saccheggiato da tutti le nazioni dell'Occidente.

Avete ragione che hanno da lamentarsi e, ritornando allo sport, loro sono sempre sul podio: Terzo... Mondo! Mi raccomando, davanti agli inni tutti a piangere. Coccodrilli. Ipocriti.

## Redazione

### RESPONSABILI

Emiliano Finistrella (347 1124866)

Gian Luigi Reboa (0187 791572)

### COMITATO DI REDAZIONE

Ugo Arcari, Vinicio Bagnato, Pino Bainsi, Franca Baronio, Padre Bepi, Fabrizio Chirotti, Alessandro De Bernardi, Vittorio Del Sarto, Francesca e Gianni Del Soldato, Adele Di Bella, Albano Ferrari, Emiliano e Iliaria Finistrella, Elisa Frascatore, Giulia Giacomazzi, Marcello Godano, Daria La Spina, Stefano Mazzoni, Valentina Maruccia, Concetta Marzano, Lidia Pais, Paolo Paoletti, Paolo Perroni, Emanuela Re, Gian Luigi Reboa e Giovanni Rizzo

### STAMPA

Tipografia Conti

### DISTRIBUZIONE

Serenella, Anna e Mirco, Laura & Donatella, Sandro, Giovanna

[www.il-contenitore.it](http://www.il-contenitore.it)

Foto di copertina di Gian Luigi Reboa

Emiliano Finistrella

# Comunione... effetto dell'essere comune



**E**d eccomi, nuovamente, alla tastiera del magico strumento. Che tasti premere? Riuscirà l'abbinamento "tasti/riflessioni" a riempire questa pagina? Un vecchio detto recita: "provaci ancora sarai più fortunato!".

Dall'inizio di questo nuovo anno, mensilmente, la redazione si riunisce presso il nostro centro giovanile e, devo ammettere, che è una cosa veramente piacevole discutere e raffrontarci su argomenti che di mese in mese possono variare. In questo mondo in cui le notizie giornalieri non sono sempre delle più rassicuranti, in cui chi la fa da padrone non sono altro che l'egoismo, l'ipocrisia, e tutte le altre brutture impronunciabili, è bello vedere come un semplice gruppetto che ha in comune l'amore per la solidarietà, che caparbiamente crede nel prossimo ed il prossimo più debole vuole aiutare, con semplicità ed umiltà riesca armoniosamente ad essere unito. Un'unione che non pone limite al nostro perfetto affiatamento. Talmente perfetto che non fa sentire minimamente la differenza di età che intercorre tra Franca, Marcello ed il sottoscritto con i giovani Emiliano, Emanuela, Valentina, Giulia, Gianni, Giovanni, Francesca, Elisa, Daria ed Albano. Ogni serata trascorsa insieme è come bere un sorso di tisana che rilassa e corrobora l'anima. Gli argomenti trattati sono vari, come i nostri lettori avranno constatato negli articoli di Franca e, nel corso dell'ultima riunione, è emerso anche il problema "razzismo".

Un problema molto delicato che fa infuriare Emi, e non solo lui, perché penso che chiunque creda in quel libro scritto tanti, tanti anni fa, non possa far altro che rifiutare questo appellativo. Oggi si sta solo verificando, in maniera più massiccia, ciò che succes-



se ai tempi dei nostri nonni e bisnonni.

Personalmente posso dire di essere felice di aver conosciuto e praticato persone di queste diverse etnie. In primis metterei senz'altro quella splendida famiglia, originaria di Santo Domingo, con la quale, da anni, abbiamo stretto un meraviglioso rapporto di amicizia. La loro rettitudine non ha confini ed i loro figli sono sempre stati mantenuti con lavori regolari ed onesti. Con loro abbiamo in comune una cosa meravigliosa, dal nostro punto di vista: la fede. La loro Parrocchia è la chiesa di San Bernardo Abate in località La Chiappa (SP), il cui parroco, don Orazio Lertora, anni fa ci ospitò nel locale adiacente la chiesa, per uno dei nostri spettacoli. Una persona molto umana e teologicamente molto preparata.

Ed è così che lo scorso mese, il mese Mariano in cui da tempi remoti ci si avvicina per la prima volta al sacramento della Prima Comunione, mi trovai, appunto, ad assistere a questa funzione dietro pressante richiesta dei nostri amici che avevano il figlio maggiore che si apprestava a ricevere quest'importante sacramento. Una funzione veramente toccante soprattutto per l'omelia fatta da don Orazio che in modo molto semplice ci ha fatto riflettere e capire l'importanza di quel giorno e l'accostamento tra le due

*"... e l'amore che lega questi amici è vera comunione..."*

festività: la domenica di Pentecoste e la prima Comunione. Molto toccante il momento in cui, come aveva spiegato durante l'omelia, "prese il pane lo spezzò...". Al momento della Comunione prese una grande Ostia, l'ha spezzò in tante parti (penso 22 quanti erano i bimbi) e poi comunicò i ragazzi con questi "Pezzi". Un momento molto commovente e pieno di significato.

Finita la funzione le solite foto ricordo con parenti e amici... Certo parenti ed amici, ma, soprattutto, parenti. E loro sono veramente tanti, difficilmente in una loro famiglia esiste il "figlio unico". Ed allora ecco che ti trovi circondato da fratelli, cugini, nipoti... Eh sì, in quel momento sei tu che ti senti un "extra comunitario". Che bella sensazione poter passare qualche ora con queste persone, capire il rispetto e l'amicizia che hanno nei tuoi confronti. Essere partecipi e testimoni dell'unione che esiste fra di loro. Quante cose che abbiamo da imparare da loro osservando questo loro comportamento. E' bello constatare come tra di loro vi sia la vera "comunione". Quella comunione della quale parlava don Orazio, spiegando che se noi quel giorno eravamo riuniti in quella parrocchia era solo perché in quel momento stavamo facendo comunione, ed è questa la preziosità del dono ricevuto.

Comunione, significa: effetto dell'essere

comune, essere condiviso da più persone o cose... E l'amore e l'affetto che lega questi amici è vera comunione. Che tristezza riflettere e fare un paragone tra loro e noi. Noi lo conosciamo questo termine ho lo abbiamo cancellato dal nostro vocabolario? Ne abbiamo prova continuamente nel mio amato Fezzano. Un paese, come già detto e scritto, che sta lentamente morendo, non per cause naturali, questo il dramma. E noi come lo difendiamo? Facendo "comunione"? Non penso proprio. Ultima testimonianza, in ordine di tempo, la partecipazione all'assemblea in cui si discuteva sulla probabilità di un'imminente chiusura delle scuole del nostro paese.

L'assemblea condotta dal direttore didattico, il sindaco ed un assessore ha avuto come partecipanti: le maestre, naturale, rischiano un trasferimento (nel migliore dei casi); le mamme ed alcuni papà degli attuali bimbi in età scolare, naturale pure questa presenza; una "fezzanotta neo-nonna" ed il sottoscritto.

Ora mi chiedo, visto che il paese era stato precedentemente tappezzato da manifestini che annunciavano l'assemblea stessa, di "fezzanotti" siamo rimasti solo io e quella nonna? A parte naturalmente gli assenti, giustificati, per motivi di lavoro. La scuola non è più un bene pubblico? La scuola non è più del Fezzano? La scuola del Fezzano sin dai tempi remoti ha avuto insegnanti molto preparate che hanno avviato in modo professionale i "fezzanotti", e non, alle scuole superiori. Dal mio punto di vista quel giorno, quella stanza avrebbe dovuto essere insufficiente a contenere i paesani di ogni età, se ci fosse stata "COMUNIONE". Ed allora quale sarà il risultato? Semplice, basta trarre esempio dai vecchi proverbi: "una noce nel sacco non fa rumore". E così, cosa più che certa, un altro pezzo di storia del Fezzano morirà con le conseguenze che si trascinerà. Già troppi negozi hanno chiuso ed altri faranno la stessa fine in un paese che è sempre stato la "Cenerentola" del comune, in un paese nel quale gli unici interventi fatti, e che stanno facendo, non hanno fatto, e non faranno altro, che aggravare la situazione. E tutto questo perché? Perché al Fezzano manca questa grande comunione, solo e soltanto con questa unione potevamo salvare il salvabile, ma ormai penso sia troppo tardi.

*Nella foto sotto riportata la copia della ricevuta del versamento a favore delle nostre adozioni a distanza.*

€	bol C/C n. 67673061	di Euro	51,65
IMPORTO IN LETTERE Cinquantuno/65			
INTESTATO A ASSOCIAZIONE MACONDO ONLUS			
CAUSALE EROGAZIONE LIBERALE ( ) ADOZIONE A DISTANZA DI Marcus Vinici			
( ) CAMPAGNA I BAMBINI TORNERANNO A GIOCARE OFF.TA LIBERA			
ESEGUITO DA Centro Giovanile S.G.B.			
Red. "IL CONTENITORE"			
VIA - PIAZZA		1/0/022 02 07-03-10 01;	
10002		0201,0501;	
0014		1VCT 0984 021,1001;	
LOCALITA' Rossi 14		C/C 00000/0/3001 P 0001	
19025-Fezzano SP			



# Dalla Sierra Leone al Sudan

**C**iad, Eritrea, Etiopia, Gibuti, Giordania, Iraq, Kenia, Nigeria, Repubblica Centrafricana, Repubblica Democratica del Congo, Ruanda, Sierra Leone, Somalia, Tanzania, Uganda e Zambia. Vengono da tutti questi stati dell'Africa - e non solo - i pazienti del Centro *Salam* di cardiocirurgia di Khartoum.

Dopo due anni e mezzo di attività, al *Salam* fanno capo il doppio dei Paesi previsti in fase di avvio. Ciò è stato possibile grazie a un intenso lavoro di coordinamento con le autorità sanitarie locali, che hanno identificato nel nostro ospedale un centro di riferimento regionale per pazienti che nei loro paesi non avrebbero reali possibilità di cura. La selezione dei pazienti avviene secondo due diverse modalità. Almeno una volta al mese, Emergency organizza missioni di screening cardiologico con staff medico spe-

cializzato. Nei Paesi dove Emergency non ha strutture proprie, la missione viene gestita insieme con il ministero della Sanità locale che attiva i suoi ospedali affinché redigano le liste dei pazienti da visitare e mettano a disposizione dei cardiologi di Emergency

***“21.664 visite generali  
14.268 visite al cuore e  
2.104 persone operate”***

ambulatori e personale di supporto. Riscontriamo sempre un'ampia disponibilità delle autorità locali e una forte sensibilità: sanno che, senza l'intervento di Emergency, i loro malati non avrebbero speranze di sopravvivenza. Una volta individuati i pazienti da operare, Emergency si fa interamente

carico del loro trasferimento: dal rilascio del visto a titolo gratuito all'organizzazione e al pagamento del viaggio.

In altri casi, sono le stesse istituzioni locali o le organizzazioni internazionali a chiedere il nostro aiuto, inviandoci la documentazione clinica essenziale che viene esaminata dai cardiologi e dai cardiocirurghi del Centro *Salam*. Dopo l'operazione e il ritorno a casa, Emergency provvederà anche alle normali visite di follow-up e alle terapie mediche necessarie.

Tra febbraio 2007 e **marzo 2010**, a Khartoum sono state effettuate **21.664** visite ambulatoriali, **14.268** visite cardiologiche e sono state operate **2.104** persone.

*Eleonora Del Gaudio, coordinatrice del Programma regionale*



# Un'immagine dal Burundi... forza Bepi!



**Ziky, caduta dal ramo**

Foglia,  
caduta da quale ramo  
sospinta da quanti venti  
approdata in mille porti,  
il mare ti sia compagno.  
Stanotte,  
che un soffio ci unisce  
che i pensieri si scompongono  
che le distanze non contano,  
questo mio cuore ti sia fratello.  
Ora sorridi e te ne vai  
chiusa dietro al finestrino del treno.  
Ora sorridi per forza  
alla vita che ti conduce lontano.  
Ora che forse piangi  
nascosta dal fumo di una sigaretta.  
Ora ritorna foglia.  
Per un attimo sarò il ramo  
che non ti lascerà cadere mai.

Fabrizio Chirolì

**Risposta**

Lo so lo so tu non verrai da me,  
lasciare il quartiere ricco non è  
conveniente  
per te, nemmeno il mio amore  
potrà convincerti;  
cosa devo fare per te dimmi  
cosa devo fare  
uscire in strada e mettermi  
a ripassare  
le lezioni della vita alla luce  
di un lampione, le mie parole stanno  
diventando quasi insensibili,  
tu non rispondi,  
risponderà il destino,  
la vita, il tempo,  
lo so, lo so.

Stefano Mazzoni

**Amare stille**

Il mio verde mare interno  
è sommerso in pioggia,  
colli piangenti a fil di lama  
vibrano con nubi nere  
in riflessi di verzure  
e nei loro vari toni  
olivi, pinastri, cipressi,  
in eterni argentei cupi  
s'immergono nella melanconia.  
La tortora attende stanca  
al ridosso di mura scarse;  
lampi rumorosi invadono il silenzio  
di cuori mesti, sinceri,  
mi avvolgo con chi nell'intimo  
da sempre esiste,  
precede il domani  
sorridente ad attimi dolenti.

Sandro Zignego

**Innocenza violata**

Dispersa, amorfa creatura,  
inconsolata vagasti sulla terra  
ottenebrata.  
Brulla sterpaglia attecchiva in distese  
di anni sereni.  
Ma un limpido anelito di amore  
moriva, come un addio alla vita.  
In ceppi trascinando un tuo dolente  
cuore, cadeva da mani,  
nel suo indefinito splendore,  
un fiore di giovinezza  
che più avresti carezzato.

Adriano Godano

**La mia vita come un uccellino**

**E** allora penso che spero proprio che esista questa vita dopo la morte, questo paradiso, o come si chiama insomma... spero tanto ci sia, perché il mio amico Luca da due mesi è volato in cielo.

Alla notizia sono rimasta scioccata... cioè, voglio dire: ci pensate che un giorno ci siamo e il giorno dopo chissà? Questa cosa, a pensarla, mi turba profondamente. Mi turba pensare a quante occasioni di felicità sprechiamo ogni giorno, alle cose che spesso rimandiamo per pigritia o alle discussioni, ai chiarimenti che sfuggiamo per paura.

Ci sono occasioni, anche banali, in cui non bisogna rinunciare a lasciarci scappare un "ti voglio bene", perché potrebbe essere l'ultimo che dici ad una persona e l'ultima che quest'ultima porterò nel cuore in quel grande viaggio che separa la vita terrena da quella ultraterrena.

Luca è sempre stato un ragazzo "strano", un po' chiuso e con tanti problemi e, per questo, spesso l'abbiamo preso in giro bonariamente. Chissà se ora sa che quelle risa nei suoi confronti erano bonarie... e se non lo sapesse? E allora dimostriamo il nostro amore verso il prossimo e la-

sciama da parte inutili screzi che non ci fanno apprezzare a fondo il valore delle piccole e grandi cose che ci circondano, i gesti rubati e le parole sussurrate.

L'uccellino è piccolo ma nella sua piccolezza sa volare e sa cantare: è felice con sé stesso e con il mondo...

Vorrei vivere sempre la mia vita come un uccellino, per essere felice e in armonia per la semplicità che mi circonda e per saperla apprezzare senza andare alla ricerca di chissà cosa, che poi, di fronte alla perdita di una persona cara, si fa microscopica fino a scomparire.

Invece l'amore di tutti i giorni, i dettagli, i sentimenti sono quelli che ci rendono persone migliori e ci fanno sempre vivere la vita come fosse l'ultimo attimo.

Spero davvero esista questa "vita delle anime" che da lassù ci guardano, cosicché i nostri cari sappiamo sempre che li pensiamo e che il nostro amore per loro non smetterà mai.

Dedicato prima di tutti al mio amato nonno "Ciccio", a mio zio Paolo e a tutte le persone che mi hanno arricchito nello spirito e migliorato... fino a te, Luca.

*"Mai rinunciare  
ad esclamare  
un ti voglio bene"*

**Un grande dono, ma non per tutti**

**M**entre il progresso della ricerca medica e scientifica ci permette in molti casi di guarire da malattie anche gravi (alle quali in passato ci si poteva solo rassegnare), purtroppo tante persone mettono a rischio la loro vita per sottoporsi a interventi chirurgici non necessari e (a mio modesto parere) assolutamente futili. Mi riferisco agli interventi di chirurgia estetica, e in particolare alla recente disgrazia della donna di 35 anni in coma dopo un'operazione per il rimodellamento del seno; ciò che colpisce soprattutto è che la donna, da poco diventata madre, volesse rimediare ai "danni" inevitabilmente causati dall'allattamento. Chiunque potrebbe giustamente obiettare che le percentuali di complicazioni sono minime, che questi episodi sono tragicamente non prevedibili, e anche che non è possibile sindacare sul disagio che una persona può provare a causa di un difetto fisico.

Ma dal mio punto di vista questo ricorso al bisturi è veramente incomprensibile, e psicologicamente deleterio; i chirurghi si vantano di restituire l'autostima e la sicurezza a chi non ne ha, ma non si pongono la domanda: per quanto tempo? Chi ha provato l'"ebbrezza" della perfezione sarà in grado di accettare gli anni che continueranno a passare? O sarà tentato di cancellare i segni del tempo che man mano si presenteranno?

Molte donne (parlo di loro perché in percentuale maggiore rispetto agli uomini) sottovalutano queste operazioni, senza considerare i pericoli, i

dolori e la convalescenza che esse comportano; e spesso sono spinte da motivazioni assurde, come il desiderio di raggiungere l'ideale di bellezza propagandato dai mass media, o (ancora peggio) di rendersi più attraenti agli occhi del proprio partner evitando (o credendo di evitare!) possibili tradimenti... come se l'amore e l'attrazione tra le persone dipendessero da una manciata di misure, taglie e proporzioni... se così fosse, si starebbe parlando di qualcosa che non ha niente a che vedere con l'amore, anzi ne è l'esatta negazione!

Sono d'accordo sul fatto che l'autostima sia importante, e che aiuti ad affrontare meglio ogni aspetto della vita, ma penso che si debba imparare a volersi bene a prescindere dall'immagine che rimanda lo specchio; ed è un insegnamento che andrebbe trasmesso a partire dalla più tenera età, per non ritrovarsi in un mondo pieno di

ragazze lobotomizzate che per il loro compleanno chiedono in dono il "ritocchino"...

Si può fare tanto per mantenersi giovani e in forma il più a lungo possibile in modo "naturale" (con l'alimentazione e l'attività fisica, per esempio) senza trasformarsi in monoespressivi cloni di Barbie... ma soprattutto, molto più importante è mantenersi in salute.

Invecchiare è una fortuna, un dono che a molti purtroppo non è concesso... se tutti riflettessimo su questo piccolo e banale pensiero, di fronte a ogni nuova ruga potremmo soltanto farci una bella risata...!

*"I chirurghi sono  
certi di restituire  
l'autostima"*



## Ipotensione: la pressione bassa

**L**a pressione bassa, o ipotensione che dir si voglia, è una condizione caratterizzata da valori pressori inferiori alla norma. In termini numerici, un individuo soffre di ipotensione quando la sua pressione arteriosa a riposo scende al di sotto dei 90/60 mm Hg.

Il primo valore, detto pressione arteriosa sistolica (o massima), dipende dalla forza di contrazione cardiaca e dall'elasticità delle pareti arteriose; il secondo, detto pressione arteriosa diastolica (o minima), dipende invece dalle resistenze periferiche.

Seppur meno frequente della più grave e preoccupante ipertensione, la pressione bassa è un disturbo piuttosto diffuso che, specie nella stagione calda, è frequentemente associato a stanchezza generalizzata e capogiri.

In virtù della variabilità individuale, un'ipotensione lieve è generalmente priva di significato clinico. Quando è fisiologica, una pressione arteriosa attorno ai limiti minimi normali, viene addirittura considerata positiva, poiché mette al riparo da diverse malattie cardiovascolari. Questa condizione si registra più frequentemente nelle donne che, rispetto agli uomini di pari età, presentano valori pressori lievemente inferiori. Analogo discorso può essere fatto per gli atleti di endurance che, avendo un letto capillare più esteso dei sedentari, fanno registrare una pressione più bassa a riposo. Anche la gravidanza, a causa dell'importante vasodilatazione indotta dal progesterone, si accom-

pagna ad una diminuzione dei valori pressori. Nelle prime 24 settimane di gestazione, si assiste ad un calo medio della pressione arteriosa sistolica di circa 5-10 punti; più sensibile è invece la diminuzione della pressione minima, che fa registrare un calo medio superiore ai 10 punti.

L'ipotensione assume significato clinico quando si accompagna a segni di sofferenza cerebrale. In base alla loro intensità, possono comparire disturbi leggeri, come il lieve capogiro avvertito nell'alzarsi velocemente da una posizione sdraiata, o manifestazioni più severe, come lo svenimento o sincope. Quest'ultimo evento è un

*“La pressione bassa è diffusa con il caldo”*

vero e proprio meccanismo di difesa, che l'organismo mette in atto per ripararsi dagli effetti negativi di un eccessivo calo pressorio. Quando un individuo è sdraiato a terra, il sangue incontra infatti meno difficoltà nel suo percorso e raggiunge più facilmente cuore e cervello. Per lo stesso motivo, in attesa dei soccorsi sanitari, una persona colpita da collasso cardiocircolatorio dev'essere messa in posizione supina, con gli arti inferiori sollevati (per facilitare il ritorno venoso) ed il capo iperteso (per evitare il soffocamento). Qualora siano presenti, è inoltre utile allentare lacci e cinture.

Quando l'ipotensione è una caratteristica costituzionale, quindi non patologica, l'organismo riesce a compensare più o meno efficacemente tale situazione, assicurando un adeguato apporto di sangue agli organi vitali ed evitando lo svenimento.

- Fine prima parte -

### I consigli di nonna Franca

Franca Baronio

## Diventare vicini per somiglianza

**L**o so che mi trovate un po' enigmatica o addirittura dispettosa... però (come dicevano le nonne vere, quelle di una volta...) **cari ragazzi, è per il vostro bene!**

Dunque, passando al secondo esercizio della nostra "beauty farm" dell'anima, (e sperando che abbiate fatto bene durante questo tempo i "compiti a casa" su quello che vi ho assegnato nell'ultimo *Contentore!*) vi propongo adesso un interessante lavoro: distinguere molto bene che differenza passa fra **acquisire** (si *acquisiscono* concetti, informazioni, pensieri, idee) e **assimilare**, cioè diventare **vicini per "somiglianza"** a una qualunque "verità".

Molto spesso, anzi quasi sempre, le persone credono che "capire" sia uguale ad "assimilare". E questo è buffo, perché sarebbe come dire che se si legge tutta una biblioteca di Teologia di sicuro si diventa Santi... Per essere davvero sicuri di "credere" in una cosa, non basta davvero aderirvi con il pensiero: bisognerà **diventare simili** a quella cosa, assomigliarle, come ci si assomiglia tra fratelli, tra membri di una stessa famiglia. Tutti conosciamo bene l'effetto singolare per cui

*“Distinguere acquisire da assimilare”*

se vediamo qualcuno che sbadiglia proviamo "per assimilazione" lo stimolo a sbadigliare a nostra volta. Questo processo non è mica vero solo per lo sbadiglio... E' vero anche - per rimanere nell'esempio fatto sopra - addirittura per quello che riguarda la... "santità". Non si diventa certo santi leggendo libri di teologia, ma lo si può diventare impegnandosi a frequentare e seguire costantemente e fedelmente chi santo già lo è.

Non diventerò capace di pregare ascoltando conferenze sulla preghiera, ma mescolandomi a un gruppo di persone che stanno pregando e, umilmente, senza preconcetti e senza pretese, *assimilandomi* a loro, entrando con loro nel "ritmo" dell'orazione, e poi tornando e ritornando a "frequentare", nel silenzio della mente e con l'abbandono del cuore, le loro riunioni di preghiera. Viviamo immersi in una società che di fatto crede soltanto in ciò che è razionale. La razionalità di certo è un grande aiuto per l'equilibrio del vivere.

Però ci serve spesso anche sbadigliare. E ricordiamoci che lo sbadiglio proprio tanto "razionale" non è...

### Deforme in verticale

Metà uomo metà donna  
non sei svantaggiato,  
sei unico.  
Non ti aspetti la domanda,  
sai già la risposta,  
superiore in ogni occasione  
cambio colore,  
a te non importa,  
li contieni tutti.  
Perché ridere di te?  
Perché possiedi qualcosa  
che in me non c'è.

Eleonora Frascatore

### 24 Aprile 2010

Un fiorire di ali veloci  
circonda via Santa Caterina.  
La giornata è grigia, fredda  
le rondini sono tornate.  
Oggi domenica 24 aprile  
nella piazzetta dove bambini  
abbiamo giocato  
ci siamo riuniti  
per ricordare, tramandare  
i nostri valori dei nostri partigiani  
che hanno dato la vita  
per la nostra libertà.  
Una lapide abbiamo scoperto  
per Alceste  
uno dei tanti chiappini:  
uno scrosciare di mani rugose  
uscito dai cuori, lucidi gli occhi,  
dei pochi che sono rimasti.  
Il nostro sindaco sempre presente  
anche se giovane.

Lidia Pais

### LA GUERRA

Un vento freddo.  
Un sole spento.  
Dei rumori strazianti.  
Nel campo una macchia rossa.  
Nel campo tanti soldati.  
Nel campo tante vittime.  
La guerra non risolve, devasta.  
La guerra non aiuta, distrugge.  
La guerra non uccide il tuo corpo,  
ma la tua dignità.

Alice Di Bella  
Alessandro Mauro

### AVVOLTOI

Gli avvoltoi girano  
silenziosi attorno  
alla carcassa del Paese.  
Lontani osservano  
lontani pensano  
lontani decidono  
quale cadavere  
regali più soddisfazione  
e crudele sfacciataggine  
ad essere spolpato.  
Noi - che siamo di passaggio -  
attendiamo solamente  
di essere divorati con gusto  
e invece di essere Ottimo concime  
per le generazioni che verranno  
accettiamo di essere carcassa,  
pietanza prelibata  
dell'avvoltoio istituzionale.

Emiliano Finistrella



**Borgata n° 3:  
FEZZANO!**

Tellaro - 23 Maggio 2010  
Scatto di Albano Ferrari



# Di nuovo a cacciare le streghe

Questa volta la domanda sul tavolo era la seguente: "Perché tutte le volte che qualche personaggio pubblico, attore o scrittore o giornalista che sia, si lancia in un'appassionata critica al potere viene quasi subito indagato, inquisito, messo in discussione con la scusa che 'pretendendo di denunciare un problema in realtà ne fa un'occasione opportuna per aumentare la sua personale popolarità e perciò notorietà e perciò un proprio guadagno facile'?"

Emiliano (Finistrella) osserva: "Se la sono presi perfino con quel povero Saviano, con tutto che è costretto a vivere gomito a gomito ogni giorno con due guardie del corpo..." Marcello (Godano) è del parere che questo dipenda soprattutto dal fatto che, in generale, a moltissimi dà fastidio chi ha il coraggio di affermare delle crude verità.

Emanuela (Re) ribatte che forse una parte di responsabilità è da dare al sentimento dell'invidia, da parte di chi non ha, e invece vorrebbe avere, la stessa popolarità di quei personaggi sempre sull'onda della cronaca.

"Comunque - ribadisce Emiliano - l'aggravante è che questo succede molto di più qui in Italia che non in tutti gli altri Paesi europei."

Elisa (Frascatore) avanza l'ipotesi che esista addirittura in molte persone una sorta di "paura" di fronte all'affermazione di una "Verità" magari troppo crudamente messa a

*"Se la sono presi persino con quel povero di Saviano"*

nudo.

Giovanni (Rizzo) dice che non bisogna escludere nemmeno l'opera sotterranea dei "persuasori occulti" che attraverso i vari MEDIA vorrebbero condizionare tutti esclusivamente al consumo facile, all'interno di un'accettazione inconsapevole e acritica di qualsiasi fatto, anche il più scioccante o gra-

ve.

Franca (Baronio) chiede: "Perché allora non proviamo a interrogarci sul PERCHÉ questi "persuasori occulti" siano così determinati a condizionarci?"

Elisa le risponde con sicurezza: "Ma per difendere il loro "mercato", naturalmente. A loro fa gioco ridurci tutti all'esclusivo livello di consumatori..."

Franca le chiede se non sarà il caso allora di tornare al vecchio concetto storico del Diavolo che concima le cose di questo mondo con il suo sterco... non dice forse la Bibbia che "il danaro è lo sterco del Diavolo?"...

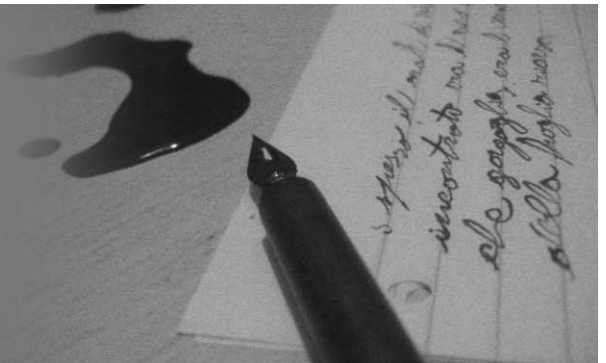
"E quand'anche?! - chiede Emiliano - detto questo noi che cosa possiamo cambiare? Tanto... se è il Diavolo..."

Qualcuno bisbiglia "Magari imparando a riconoscerlo, si potrebbe incominciare a cercare di individuare i sistemi migliori per combatterlo..."

Franca sembra in vena di scherzi.

"Qualcuno sta pensando che si potrebbero interpellare dei bravi esorcisti?"

Scrivi il tuo articolo e invialo a:  
**ilcontenitore@email.it**  
oppure scrivilo direttamente su:  
**www.il-contenitore.it**



## La morte con i proverbi

La morte è un evento che al tempo stesso affascina, attira e respinge. Tutti prima o poi dobbiamo morire, e tutti abbiamo paura della morte; ma è l'interrogativo su cosa ci attende dopo che più ci spaventa, perché a questa domanda non c'è risposta.

La morte è l'unica esperienza che non si può raccontare perché, chi ha varcato quella soglia non potrà mai più tornare indietro.

Altre certezze non ce ne sono; ed è su questi timori che si fonda il proverbio che ora vi propongo: **QUANDO SI TRATTA DI MORIRE ANCHE IL DIAVOLO IMPARA A PREGARE.**

Infatti, quanto enunciato da questo proverbio è la constatazione di un comportamento dettato più dalla convenienza che da solide

convenzioni etico-morali e riflette il bisogno istintivo di cercare un appiglio che ci dia protezione di fronte a quell'evento definitivo e misterioso che è la morte.

Ma a questo punto, lasciatemi dire che gli uomini sarebbero veramente da compiangere se il loro comportamento dovesse essere condizionato dal timore di un castigo o dalla speranza di una ricompensa. Al prossimo mese.

*"Davanti alla morte anche il diavolo impara a pregare"*



## I due innamorati che si specchiano nella Madonna

L'opera che vi presento è molto originale. Sono due giovani innamorati davanti alla Madonna, a pregare per il loro avvenire.

È un messaggio molto importante e profondo.

Sono passati i tempi in cui i giovani erano impegnati nei vari campi della loro esistenza, famiglia compresa. Oggi, purtroppo, il tempo corre più veloce cancellando quei gentili e profondi pensieri. Spero che i legni "inerti" di questa opera, visto il messaggio di amore cristiano che trasmettono, aiutino a risvegliare i valori del nostro non lontano passato



Ugo Arcari



# Il mio tempo che fu

**T**ra la fine del 2008 e la prima metà del 2009, sono stati pubblicati su questo giornalino diversi articoli che un gruppo di amici e amiche del nostro paese, nati approssimativamente tra il 1947 e il 1950, hanno voluto dedicare ai ricordi del "tempo che fu", ossia degli anni della loro gioventù, cioè quelli che sono stati unanimemente definiti i "favolosi anni 60".

Ho qualche anno di più di questi per così dire "ragazzi", tutti miei amici, ma anch'io ho vissuto la mia giovinezza in quel periodo felice e irripetibile e anch'io ho un po' di cose da raccontare sul "mio" tempo che fu.

E' assodato che in quegli anni, noi avevamo molto meno di quello che hanno i giovani

d'oggi e, se mi è consentito un paragone, a mio parere eravamo sicuramente più poveri fuori, ma forse più ricchi dentro e sapevamo accontentarci di quello che avevamo e soprattutto lo sapevamo apprezzare. Si viveva in maniera più semplice; c'erano meno mobilità e più aggregazione e molte cose in meno a cui pensare e, proprio per questo, c'era più tempo per parlarsi, per dialogare e per discutere anche animatamente, e il paese viveva una vita tutta sua che ormai è soltanto un lontano ricordo.

Non avevamo la macchina e la televisione l'andavamo a vedere nei bar. Il nostro principale punto di ritrovo era il bar della Cooperativa con la sala da biliardo e con la pen-

silina sull'entrata che ricopriva tutto il marciapiede e il suo ampliamento in tavolato di legno dove erano sistemati alcuni tavolini (foto 1) e il Juke-Box; ma c'era anche il bar Billi col biliardo e quello di Giulio (foto 2) con annessa pasticceria e saletta interna con televisione. Andavamo anche da Lavagnini a farci qualche bevuta di vino o di birra, ma saltuariamente e più che altro in occasione della festività di S. Giovanni Battista, patrono del paese.

Ma nelle calde serate d'estate, verso la mezzanotte, non disdegnavamo di fare anche qualche puntata al Tritone, a quel tempo gestito da due fratelli Reboa: Stefano e Giovanni, soprannominato "Picion". Con pochi soldi ci facevamo una bella spaghettonata, accompagnata a volte da qualche assaggio, gratuito, di muscoli appena aperti, mentre "Picion" ci faceva fare un sacco di risate raccontandoci qualcuna delle sue formidabili barzellette come quella sul dipendente dell'Arsenale che quando morì gli venne scritto sulla lapide: "Qui continua a riposare" l'arsenalotto tal dei tali.

Con l'arrivo della bella stagione, un altro punto di ritrovo era la pineta, ma la nostra meta preferita era Panigaglia dove si andava a piedi (Tresò) o in barca. Il lunedì di Pasqua, il 25 aprile e il 1° maggio, andavamo a fare la nostra scampagnata alla Torre o a Campiglia (foto 3). Campiglia la raggiungevamo percorrendo a piedi la strada carrozzabile e, dopo abbondanti "libagioni" con l'ottimo vino del posto che ha il potere di far sentire il suo effetto più sulle gambe che nella testa, tornavamo a casa lungo la scalinata che porta all'Acquasanta, raramente senza incappare in qualche ruzzolone.

Le barche erano poche e tutte in legno, e non c'era alcun problema per sistemarle alla banchina: bastava mettere un "corpo morto" in mare e l'ormeggio era assicurato per tutti. Si andava a remi e a vela e pochi potevano disporre di un motore entrobordo, per lo più a nafta (diesel) e in dotazione a barche di pescatori di professione.

La mia passione per la voga la scoprii molto presto facendomi per così dire le ossa, sul canottino di Angelo Dagnino, padre di Beniamino e di Umberto. Lungo circa tre metri e pitturato di grigio con la linea d'acqua nera, questa barchetta ci consentiva di andare in zone di mare vietate, in quanto somigliava in tutto a un mezzo della Marina Militare. Durante le vacanze estive io e Beniamino, di ritorno da un bel giro iniziato al mattino presto sulle nostre biciclette "Legnano", nuotavamo, saltavamo su questo canottino e giravamo sino alla sera in lungo e in largo per il golfo, senza mai stancarci. Ma quando si doveva fare qualche puntata fuori diga e specialmente per andare a vedere le regate a Santerenzo, a Lerici o a Portovenere, potevamo disporre della "Matilde", la barca dello zio di Gigi Sturlese che era lunga più di cinque metri e si poteva armare con quattro remi. Partivamo in sei: in quattro vogavamo affiancati due a due su ogni banco, uno stava sulla prua, di riserva,







2



Matilde faceva le ultime rifiniture ripassando con lo smalto rosso il nome Licia. Quel gran bravuomo di Giovanni, pacato e generoso, provetto pescatore e depositario di tanti segreti che in passato si tramandavano di padre in figlio, quando ci incontrava sulla banchina era solito dirci: "Giovanotti, volete la barca?". Era un invito che più di una volta ho accettato di buon grado per farmi un bel giro da solo, fino a Portovenere e ritorno, mantenendo un buon ritmo di voga. Per me, che ero abituato a remare sul conottino di Angelo, tozzo e pesante, era un vero piacere e una gran soddisfazione spendere un po' di energia su quel gozzo leggero e veloce che solcava il mare apparentemente senza sforzo e, in seguito, quando è stato dotato del motore fuori bordo, l'ho sempre voluto usare solo ed esclusivamente a remi.

E a proposito della voga che era diventata una delle mie passioni (lasciata un po' a cadere quando mio zio Carlo acquistò a Lavagna la barca a motore entrobordo che ribattezzammo col nome Laura) ricordo che a 17 anni feci la mia prima gara in categoria juniores a Le Grazie, l'undici settembre 1960, per l'esattezza, sulla mitica barca costruita da Giovanni Camarda. Ero una riserva e dovetti sostituire il 4° remo, quello sulla prua, (non ricordo chi e per quale motivo) con un margine ristretto di tempo per potermi preparare. Anche se ne avevo già un po', potei fare soltanto quattro giorni di allenamento; quindi i timori sulla mia tenuta in una gara così lunga (2000 metri contro i 1000 di oggi) erano più che giustificati. Partimmo molto bene e per i primi 1500 metri fummo in testa con un largo margine di vantaggio. Avremmo sicuramente vinto la gara, ma la sorpresa, contro ogni previsione, venne dal terzo remo che andò in crisi e si sentì male. E così il Tellaro, che era ben indietro, un po' alla volta recuperò lo svantaggio, ci raggiunse e ci superò negli ultimi cento metri prima del traguardo. Arrivammo secondi.

Vi ho raccontato qualche episodio del mio tempo che fu, ma ho fatto soltanto un breve accenno all'altra mia grande passione: la

e un altro stava al timone. Ci dovevamo alternare nei compiti, ma poi al timone o sulla prua finiva per starci sempre Gigi, perché ogni volta aveva subito la scusa pronta per non mettersi a vogare.

Un'altra barca che usavamo, specialmente per le battute di pesca notturne con tanto di lampara a gas di acetilene, era la Fulvia di Giorgio Manetti (foto 4), zio di Vincenzino. Partivamo alla sera e, sempre a remi, ci facevamo piano piano, a caccia di seppie, tutto il giro della Palmaria per ritornarcene a casa il mattino dopo. Il bottino di una notte insonne spesso era magro, ma la soddisfazione era tanta.

Ma c'era (e c'è ancora oggi e avrebbe bisogno di un buon restauro) un'altra barca che mi piaceva molto e l'ho sempre ritenuta una delle più belle del paese: quella di Giovanni Faggioni, il padre di Licia e di Matilde che a quel tempo la teneva con grande cura (foto 5). In primavera la vedevo in banchina lucicante di vernice e di smalto appoggiata su due grandi tacchi a far bella mostra di sé, pronta per essere messa in mare mentre



4

bicicletta. Di questa e di tanti altri ricordi, vi parlerò in un'altra occasione.

5



3



“L'OPERA UMANA PIU' BELLA E' DI ESSERE UTILE AL PROSSIMO ,,”

INSIEME PER SIMONE  
BUONAVITA IN BURUNDI  
BUONAVITA CON EMERGENCY  
BUONAVITA IN BRASILE  
INSIEME PER SIMONE  
BUONAVITA IN BURUNDI  
BUONAVITA CON EMER  
BUONAVITA IN  
PER SIMONE  
BUONAVITA IN BURUNDI



## Il nuovo eco-mostro

Di Gian Luigi Reboa

Eh sì, non soddisfatti per essere riusciti a rovinare una delle nostre più belle baie, pozzo di ricordi di fezzanotti, grazioti, cadamoti e marolini, hanno pure voluto mettere la classica "ciliegina sulla torta".

Ricordate "ca' Bertocchi"?

Oggi al suo posto abbiamo questa scatola da scarpe con alettoni.

Un vero "pugno negli occhi" per chi deve, per forza transitare sulla strada Napoleonica.



## Una foto per tifare

Di Albano Ferrari

Forza Fezzano!



## Lettori on the road

Da Maria Cima di Riccò del Golfo

Dal balconcino di casa, una lettrice appassionatissima.



**La Pro Loco FEZZANO in collaborazione con:**  
U.S.D. Fezzanese - Centro Giovanile S. Giovanni B. - Croce Rossa Fezzano

ORGANIZZA

# **FEZZANO IN PIAZZA**

**31<sup>a</sup> Festa Patronale di S. Giovanni Battista**  
**18-19-20-21-23-24-25-26 Giugno 2010**

## **PROGRAMMA RELIGIOSO**

### **Domenica 20**

ore 11.00: Messa solenne con cantoria parrocchiale  
ore 18.30: Vespro e processione per le vie del borgo

### **Giovedì 24**

ore 11.00: Messa solenne con Santa Cresima  
ufficiata dal Vescovo

## **SERATE DANZANTI**

### **Venerdì 18**

ore 21.00: Orchestra spettacolo "Roby Bologna"

### **Sabato 19**

ore 21.00: Orchestra "Antonio Maenza"

### **Domenica 20**

ore 21.00: Orchestra "Paolo e i Casanova"

### **Mercoledì 23**

ore 21.00: Karaoke

### **Giovedì 24**

ore 21.00: Orchestra spettacolo "Roby Bologna"

### **Venerdì 25**

ore 21.00: Orchestra "Lo Zodiaco"

### **Sabato 26**

ore 21.00: Orchestra spettacolo "Daniele Amoroso"

## **PROGRAMMA MANIFESTAZIONI**

### **Venerdì 18**

ore 18.00: Apertura fiera di beneficenza  
Tappi con fiori

### **Sabato 19**

ore 16.00: Gara di disegno da tre anni in su

### **Domenica 20**

ore 10.00: Inizio gare remiere tipo Palio:  
Femminile - Juniores - Seniores  
ore 12.30: Premiazione regate

### **Mercoledì 23**

ore 23.00: Tombola gigante  
ore 24.00: Falò di San Giovanni

### **Sabato 12**

ore 08.00: Pulizia del mare

Il pomeriggio di Domenica 20 sarà allietato dalla  
Banda Musicale "A. Vivaldi" di Riomaggiore

# **AMPIA PISTA DA BALLO SUL MARE**

**TUTTE LE SERE FUNZIONERANNO BANCHI GASTRONOMICI E BAR  
SABATO E DOMENICA ANCHE A PRANZO**

**Domenica 20 Giugno ore 16.00 Schermo gigante campionati mondiali di calcio:  
ITALIA - NUOVA ZELANDA**



# I nostri amatori approdano in serie A

**A**ncora una volta, la terza consecutiva, i ragazzi di Fezzano sono riusciti a salire nella massima serie della competizione amatoriale UISP di calcio a sette.

Definirla "impresa" credo proprio sia riduttivo. Credetemi miei cari lettori... soprattutto per come si era messa ad un certo punto la stagione, vi ricordo una sola occasione (perché oggi voglio scrivere solo di cose belle). Nella trasferta di Bonassola la V.G. ha saputo rianimare una squadra di cadaveri perdendo qualcosa come 10 a 2.

Invece eccoci in serie A, dopo uno spareggio stravinto contro il Bacco per 3 a 1, dove sopra a tutti si sono contraddistinti: l'eterno Enrico Lo Presti... vedendo lui ti viene voglia di giocare a pallone; il bomber... Davide Rimondi, letale; il tappo più alto calcisticamente parlando... Andrea Mugnaini (ti voglio bene Andre) e sicuramente uno che il Cadimare ce l'ha tatuato nelle mutande e nel cuore... la fantasia, Gianluca Cefariello.

Tutti gli altri "unici" per attaccamento alla maglia e tanto altro.

Chi vi scrive sotto la maglia verde ne aveva un'altra con su scritto "Grazie MASSI". Per me e credo di parlare a nome di tutti noi gente di Fezzano è stato una spinta in più e lo sarà sempre... Per non dimenticare mai!

Ci sarà sicuramente una riunione per decidere cosa e come affrontare la prossima stagione, di sicuro non potranno ripetersi scene come a Bonassola, perché le figuracce saranno ancora peggiori.

Quindi un allenamento alla settimana e tanta, tanta unione! Ci ha riuniti in qualche modo la voga; non vedo perché non possiamo riuscirci anche nel calcio.

Ora cari lettori le pagelle dell'anno, giocatore per giocatore:

**Franchi Giuliano**, voto 8.5: mi sa proprio che sia l'ultima stagione. Per il ragno della marina... proverbiale in moltissime occasioni e soprattutto sempre, e dico sempre, presente.



**Gianni Del Soldato**, voto 8: allenatore in campo, fuori, massaggiatore, tracciatore del campo, oratore di gran classe. Tutti ricorderanno la partita di ritorno contro il Leta, praticamente l'ha giocata da solo.

**Teo**, voto 8: non ci sono aggettivi per lui, vero uomo spogliatoio, quando ha potuto esserci ha dimostrato di valere sempre.

**Enrico Lo Presti**, voto 9: l'età per lui non conta; si "rompe" e in silenzio torna sempre protagonista.

**Davide Rimondi**, voto 9: senza di lui la V.G. probabilmente non ce l'avrebbe fatta... un punto di forza anche per la A.

**Alessandro Brancaleone**, voto 9: non si passa!

**Jonathan Brancaleone**, voto 7: non tantissime presenze, però quando è stato chiamato in causa ha sempre risposto bene.

**Alessio Lopresti**, voto 6: potrebbe essere un voto molto migliore, speriamo per la prossima stagione.

**Gianluca Cefaliello**, voto 8.5: ci fosse sempre?! Magari!

**Diego Zuvi**, voto 6.5: anche lui è fortissimo, ma sfortunato... lo aspettiamo!

In fine si ringraziano per averci sostenuto in qualche modo: Manuel Lericci, Marco Mazza, Francesco Monti e Alessandro Massi.

Alla prossima stagione e grazie ancora per chi ci ha seguito... FORZA FEZZANO!

*La foto è di archivio della stagione passata.*

*"Definirla impresa credo sia proprio riduttivo"*

**Giovanni Rizzo**, voto 7.5: dato che scrivo io lascio a voi il pensiero.

**Gianluca Ambrosini**, voto 8.5: il Lemon2 è stato fondamentale per corsa e voglia. Per la V.G. una ventata d'aria fresca.

**Andrea Mugnaini**, voto 8.5: ha fatto metà campionato, ma ha dato qualcosa di fondamentale.

## S.O.S. VITA

Se avete lettini, culle, carrozzelle, passeggini e corredino neonati che non vi servono più portateli a noi:

**in via Malaspina a La Spezia il giovedì dalle 16.00 alle 17.30,  
oppure telefonate ai numeri 0187/534232 - 339/7361719.**

Questo appello viene lanciato da una "volontaria" del gruppo, la nostra paesana Ornella Del Soldato, per il "CENTRO DI AIUTO ALLA VITA DI LA SPEZIA" - c/o atrio reparto pediatria, ospedale civile S. Andrea (numero verde, 24h, 800-813000).

# 1970-1980: tra formazioni, voga e sfilate



**N**el 1978 viene eletto Presidente Onorario **Arnaldo Stradini**.

Andiamo a presentare alcune formazioni di quegli anni: la Fezzanese 1977-78 (foto in alto, partendo da in alto a sinistra): dirigente Battistini, allenatore Bonati, Andolcetti, Brancaleone, Poli, Vannini, Lambertucci, Macelloni, dirigente Tedeschi; Conti, Artiaco, Di Bonito, Resta, Costa, Soli. La Fezzanese 1974-75: dirigente Campana A., Mugnaini S., Fiocchi R., Ferrentino M., Stefanini A., Carpena S., Conteo, Battimani; Rolla U., Monaco L., Artiaco G.C., Pistone G., Andolcetti M. e Brancaleone A.

Nel settore della voga il decennio porterà

solo buoni risultati, ma un'unica vittoria in coppa EPT nel 1972.

Nel Palio ci saranno tre 3° posti (75, 79, 80), tre 4° posti (71, 72, 77), due 5° (73, 74), un

*“Nel settore voga il decennio 70/80 porterà solo buoni risultati”*

6° (76) ed un 7° posto (78).

Troverà sempre più spazio nelle edizioni del Palio la sfilata delle borgate, che da semplice rassegna dei vogatori impegnati nella disfi-

da, diventerà una vera e propria sfilata folcloristica con carri allegorici.

Lo sfarzo massimo verrà raggiunto negli anni '80 anche se queste sfilate, avulse dalla competizione e dalle nostre tradizioni, hanno sempre fatto storcere il naso ai puristi della manifestazione.

Albo d'oro del Palio del Golfo 1971-1980: 1971 - Fezzano 4° posto (vince *Cadimare*), 1972 - 4° posto (*Cadimare*), 1973 - 5° posto (Tellarò), 1974 - 5° (*Canaletto*) posto, 1975 - 3° posto (*Canaletto*), 1976 - 6° posto (*Canaletto*), 1977 - 4° posto (*Portovenere*), 1978 - 7° posto (*Cadimare*), 1979 - 3° posto (*Cadimare*) e 1980 - 3° posto (*Cadimare*).



## L'odore delle monache

**L**e Missionarie del Sacro Cuore, fondate da Santa Francesca Saverio Cabrini, mi avevano raccolto, accettando di farmi frequentare il Collegio senza scrivere i miei dati anagrafici nei registri, ovviamente per paura dei controlli delle SS.

Avevano queste suore, nell'insieme, un discreto odore, per me.

Per esempio, tenevano le stanze in una lucida penombra, in Cappella curavano straordinarie composizioni floreali e durante la Messa accompagnavano le genuflessioni con un campanellino d'argento che aveva un suono da fare invidia agli Angeli.

Tutto questo, per quanto riposante, mancava ancora però di qualcosa che io andavo sempre affannosamente cercando.

In quell'oasi di pace, di cui ringraziavo in cuor mio tutte le buone stelle del cielo, ogni cosa era dolce, lieve e composta.

Ma irreale.

Talmente irreale che i discorsi delle Monache sul loro Dio, le loro genuflessioni, le loro interminabili orazioni, incominciarono a sembrarmi una specie di recita.

Fuori da quelle mura tutto era capovolto. Mai visto nessuno pregare, per esempio, fra quelli in divisa con il mitra in mano.

Magari avevano un altro Dio invece di quello delle Monache, pensavo.



### a Stazzema (LU) **FERRAGOSTO IN MUSICA**

Corsi di musica e di canto nella favolosa cornice di un antico borgo, fra sentieri, boschi, visite guidate a suggestive mete turistiche. Cucina locale casalinga e soluzioni di alloggio economici per ragazzi e studenti.

Per informazioni tel:  
Elena Cucchiara 3473160741.  
Email: elenac.chiara@alice.it

I fondi raccolti saranno utilizzati per la restaurazione di un Santuario votivo.

## Una giornata particolare

**U**na giornata particolare si vede dal mattino, quel giorno Marco si era svegliato di buon'ora e messosi giù dal letto pigramente e dopo essersi stiracchiato un po' aveva pensato: "Oggi voglio stare tutto il giorno con Lei".

Aveva messo su il caffè e riscaldato il latte per due, intanto Veronica poltriva ancora a letto avvolta nelle coperte e con quel suo viso bello e rilassato, dopo una lunga notte trascorsa facendo l'amore con il suo Marco.

Fecero colazione insieme: caffelatte, miele e biscotti, semplice ma sostanziosa.

La giornata si stava aprendo con un bel sole che illuminava la loro stanza da pranzo e mentre Marco sorseggiava lentamente il caffelatte, manifestò a Veronica la volontà di non andare al lavoro quel giorno... ma sì... che facessero a meno di lui per quella giornata al lavoro.

Ed ecco, ben vestiti e pronti per una bella passeggiata per le vie di Milano, anche se il freddo di quell'imminente Natale li avvolgeva e li faceva stringere l'un con l'altro.

Milano durante il periodo natalizio si riveste di mille colori, le vie con gli addobbi natalizi, le vetrine lustrate a festa, tanta gente allegra in giro a far compere per i consueti regali e per il tradizionale cenone di capodanno.

Le strade erano affollate, "ma che importa" pensò Marco "tanto sono con Lei!".

Stretti a braccetto a vetrina a vetrina erano arrivati fino al Corso Buenos Aires, che scintillio di luci, e si quell'anno il Comune di concerto con i negozianti aveva fatto proprio un bel lavoro, si respirava l'aria di Natale tra i presepi e gli alberi decorati a festa, esposti un po' dovunque.

Non stavano facendo niente di particolare, ma Veronica e Marco erano felici, quella felicità data dalle cose semplici e dal piacere di stare insieme. Così senza fronzoli, una passeggiata sottobraccio, un commento su questa o quella vetrina, un bacio di tanto in tanto, il calore del braccio stretto al proprio, cose semplici e naturali ma significative.

La mattinata era passata in questo modo, serenamente, l'ora di pranzo si era manifestata all'improvviso con quel senso di languore che li aveva spinti ed entrare nel solito ed accogliente ristorante del loro quartiere e adesso, seduti comodamente al tavolo tra pasta asciutta e tante risate si stava concludendo quella...

... semplice giornata particolare.

### **Conosciamo la redazione**

Valentina Maruccia



**Nome:** Michela Valentina Maruccia... per tutti "Vale" o "Maru".

**Età:** 24anni compiuti lo scorso 15 Gennaio.

**Segno zodiacale:** capricorno.

**Professione:** studentessa di architettura (futura disoccupata!).

**Passioni:** concerti e musica, non potrei mai rinunciarci. E poi fumetti, manga, ma soprattutto la compagnia dei miei amici!

**Musica preferita:** varia in base ai periodi, ma posso dire che rock italiano un po' alternativo (Marlene Kuntz e Afterhours) e progressive stile The Ocean, Tool ecc. è quella che preferisco. Però suvvia, un po' di sano metal/hardcore non mi dispiacciono.

**Film preferiti:** "Blow", "Eyes wide shut", "Il castello errante di Howl" e molti altri. **Libri preferiti:** "Mondo senza fine" e "I pilastri della terra" (Ken Follet), tutto Giorgio Faletti e poi "La gabbianella e il gatto" e "Il gabbiano Jonathan Livingston" e poi mille altri, la lettura mi alimenta e mi fa viaggiare molto.

**Piatti preferiti:** polenta, pesce (anche sushi), pizza e gelato.

**Eroi:** la mia famiglia, i miei amici, le persone che riescono a dare la vita per quello in cui credono. **Le fisse:** non voler vedere mai nessuno delle persone care morire, paura ossessiva della malattia. **Sogno nel cassetto:** fare l'architetto e guadagnare quanto basta per vivere felice e circondata d'amore e con tanti figli di cui, almeno uno, vorrei fosse un bellissimo figlio di colore adottivo.



# Gilmore girls: una mamma per amica



**A** avete proprio letto bene, il titolo di questa rubrica questo mese non è di un film, di un documentario o di un cartone animato, bensì... di una serie televisiva! A molti ragazzi (e soprattutto ragazze) della mia generazione questo nome non suona nuovo, anzi, è sinonimo di allegria, dolcezza, spensieratezza... Ho voluto parlare di questa serie tv proprio per questo: è difficile trovare qualcosa che rimane nella mente come una presenza, una compagnia di un periodo della nostra vita. Potrò apparire esagerata agli occhi dei lettori, ma solo per chi questa serie non l'ha mai vista. Devo essere sincera: all'inizio il titolo "Una mamma per amica" mi scoraggiava, perché pensavo che si trattasse della solita serie americana con le ripetute e sempre sentite battute banali e storie altrettanto scialbe e infantili... Devo dire che mi sono ricreduta, e non poco! Quello che mi viene sempre in mente ora, quando ripenso al periodo in cui io e mio marito guardavamo "Gilmore girls", è la spensieratezza, le emozioni, e soprattutto l'allegria che provavamo

ogni volta nel guardare una puntata, o addirittura solo il parlarne ripercorrendo insieme gli sketch più spassosi che ci restavano in mente. I personaggi sono tutti particolari e divertenti, e man mano che si va avanti nelle serie ci si ritrova affezionati a Lorelay, Rory, Luke, Lane, ed addirittura al sindaco Taylor! E' un po' come averli conosciuti tutti, e guardarli attraverso lo schermo è come vederli passare fuori alla finestra ed essere partecipi alla loro vita come un qualsiasi vicino di casa o amico di paese. Aiuta sicuramente l'ambientazione del piccolo paesino, dove esistono, come nella realtà, i classici "personaggi" che incontreresti anche nella nostra amata Fezzano. Come non citare le mitiche riunioni paesane dove se ne vedono veramente delle belle tra schiamazzi, litigi, dispetti e chi più ne ha più ne metta! Per chi sottovaluta questa serie senza averla mai vista voglio dare un consiglio: iniziate a vedere qualche puntata e non siate scettici; potreste perdervi una bella e divertente esperienza che consiglio a tutti, con il cuore!



## Musica

Giuseppe Baini

## Rumours



**I** Fleetwood Mac sono stati una delle migliori, se non la migliore, band di british blues. Guidati dal talentuoso, quanto mentalmente instabile, chitarrista Peter Green (uno che non aveva niente da invidiare a Eric Clapton per dire) aveva fra le sue file musicisti provenienti dal gruppo che accompagnava John Mayall; poi agli inizi degli anni settanta, dopo che Green e poco dopo

Jeremy Spencer se ne andarono, si trasferirono negli USA, abbandonarono il blues e virarono verso un pop-rock melodico piuttosto sofisticato. Il risultato fu un album da 26 milioni di copie. Dopo aver inciso alcuni album dimenticabili la band formata da Mick Fleetwood, John Mc Vie e Christine Perfect (alla quale si è aggiunta la coppia Lindsay Buckingham / Stevie Nicks) pubblica FLEETWOOD MAC (1975) che viene accolto piuttosto bene, con questo album l'allontanamento dalle radici blues è definitivo. Dopo un tour di circa sei mesi il gruppo si recò nel febbraio '76 presso i Record Plant Studios di Sausalito nel nord della California. In quel periodo le due coppie Mc Vie / Perfect e Buckingham / Nicks si stavano separando e anche Mick Fleetwood aveva appena divorziato; in quella situazione paradossale fatta di tensioni, crisi di nervi, litigi e cocaina nascono canzoni piacevoli e coinvolgenti che finiscono per riflettere le intricate vicissitudini personali. RUMOURS è un piccolo capolavoro di pop rock californiano con atmosfere particolari, leggere e nello stesso tempo intense, orecchiabili ma curatissime, ed è da subito un successo senza precedenti. I brani simbolo del disco sono le ritmate *Don't stop* e *Go Your Own Way* e la sognante *Dreams* (questi ultimi due scelti come singoli), ma forse il momento musicale migliore dell'album è *Never Going Back Again* dalla struttura acustica e con richiami al folk inglese. Dopo una settimana l'album è al decimo posto in classifica, dopo trenta giorni diventa primo e ha già venduto otto milioni di copie, diventerà l'album dell'anno conquistando il Grammy Award. Due anni dopo pubblicano il doppio *TUSK* che rimane su discreti livelli, ma è il canto del cigno, infatti la produzione a seguire è mediocre, lontana anni luce da quella del periodo 75/79 e con canzoni pessime anche se in alcuni casi (*TANGO IN THE NIGHT* - 1987) baciata dal successo.



## Libri

Adele Di Bella

## Ritorno a casa



**TITOLO:** Ritorno a casa  
**AUTORE:** Rosamunde Pilcher

**I**n pochi anni Judith Dumbar ha visto il suo mondo mutare drammaticamente dagli anni trenta al dopoguerra.

Penalizzata da una difficile situazione familiare, la protagonista trova nei Carey-Lewis una seconda famiglia che la ospita e la accoglie come una figlia.

Nella trama i Carey-Lewis occupano un posto di rilievo, non solo per il ruolo che ricoprono nella storia, ma per ciò che li caratterizza come singoli, ciò che rappresentano e ciò che circonda il loro mondo: non sono la classica famiglia ricca, dotata di ogni agio e al centro della vita montana locale, bensì

una famiglia che bada poco alle apparenze e che si distingue in ogni situazione; per questo Judith, secondo me, è stata oscurata in qualche modo sia da queste figure così importanti sia... dalla Cornovaglia.

Sembra assurdo, ma c'è troppa Cornovaglia, troppa descrizione, troppa prolissità negli argomenti che meno mi interessano come lettrici, mancano cioè i sentimenti, le sensazioni e i pensieri che spingono la protagonista a fare una scelta piuttosto che un'altra.

Insomma: il libro è il classico "mattone" (798 pagine!) che alterna momenti in cui il lettore è davvero preso a momenti di vera noia.

Nel complesso il libro è piacevole perché presenta molti personaggi interessanti, il vero peccato è che tra questi non c'è la protagonista, che, date le sue molte esperienze, sarebbe davvero un bel personaggio da approfondire e analizzare.

# Wanted!

Ricercati dai nostri ricordi Di Gian Luigi Reboa



Mese di giugno, mese del nostro patrono San Giovanni Battista. Cosa meglio proporre che questa processione dell'immediato dopo guerra, con un giovane arciprete, don Ettore, con un gruppetto di chierichetti che mi auguro si riconosceranno ed incontrandomi possano aiutarmi per arricchire la fotografia con i nomi dei personaggi ritratti.



Non c'è niente di più discriminante del razzismo, ed anche il nostro povero Stè, che è nero, si trova in difficoltà ma soprattutto, come me, non capisce perché viene accettato solo se e quando fa comodo...

