



Notiziario Trimestrale per i Soci di idee, cultura e vita associativa - Direttore Responsabile Sergio Giordano  
iscritto al Reg Stampa N° 10/2011 con decreto del Presidente del Tribunale di Genova del 30/05/2011

Redazione : Enrico Fortunati - Stefania Pistola - Fotografia e Progetto grafico/Impaginazione: Pier Giorgio Leva  
Editore CG Sport - Via XXV Aprile 8 Int. 6 - 16123 Genova - Tel. 010.8905214 - Fax 010.8905114

1

## L'ARMA DEI CARABINIERI FESTEGGIA IL BICENTENARIO

### L'Arma dei Carabinieri nasce il 13 luglio 1814,

quando il sovrano del Regno Sardo-Piemontese Vittorio Emanuele I, con la promulgazione delle Regie Patenti, istituì a Torino il Corpo dei Carabinieri Reali. Si trattava di novità assoluta: un'istituzione con la duplice funzione della difesa dello Stato e della tutela della sicurezza pubblica, quale organismo di polizia con speciali doveri e prerogative. Quel Corpo di soldati d'élite, armati di carabina (per questo chiamati Carabinieri), era il primo Corpo dell'Armata Sarda (come allora si chiamava l'esercito piemontese) e aveva la peculiarità di essere capillarmente diffuso su tutto il territorio, a stretto contatto con la popolazione. Sin dalle origini, quindi, la natura di Forza di polizia a status militare e la vocazione alla vicinanza alle comunità hanno caratterizzato il successo dei Carabinieri nelle loro attività

al servizio dei cittadini, in Italia e all'estero. I Carabinieri avevano una bella uniforme turchina, guarnita con alamari d'argento, e indossavano un cappello a due punte, chiamato popolarmente "lucerna", con un pennacchio (dal 1833) blu e rosso: colori ancora oggi ricorrenti nella simbologia dell'Arma, non solo nelle uniformi, ma anche nello stemma araldico e nelle livree delle moto e delle auto di servizio. Il blu rappresenta la nobiltà dell'Istituzione, il valore militare, la fedeltà, la giustizia, l'amor di patria, mentre il rosso l'audacia, il coraggio, il sacrificio. Tale uniforme, nelle sue linee generali, è tuttora indossata per cerimonie di particolare solennità. **Salvo D'Acquisto:** Uomo simbolo della secolare storia dell'Arma dei Carabinieri ed eroe nazionale, nacque a Napoli da un'umile famiglia del quartiere Vomero.

Arruolatosi nell'Arma a 19 anni, combatté sul fronte libico e, dopo essere rimasto ferito, venne destinato, in qualità di vicebrigadiere, alla stazione dei Carabinieri di Torrimpietra (oggi frazione del Comune di Fiumicino). Il 23 settembre 1943 andò incontro al suo tragico destino: si autoaccusò dell'attacco esplosivo contro i soldati tedeschi, scagionando 22 persone e facendosi fucilare al loro posto. Un sacrificio eroico che gli valse la **medaglia d'oro al valor militare e il titolo di Servo di Dio**, riconosciutogli nell'ambito del processo di beatificazione avviato da papa Giovanni Paolo II. Sepolto nella **Basilica di Santa Chiara, a Napoli**. Il 12 novembre 2003 avviene il primo grave **attentato di Nāsiriya**. Alle ore 10:40 ora locale, le 08:40 in Italia, un camion cisterna pieno di esplosivo scoppiò davanti la base italiana dei Carabinieri, provo-

cando l'esplosione del deposito munizioni della base e la morte di diverse persone tra Carabinieri, militari e civili.

Il Carabiniere Andrea Filippa, di guardia all'ingresso della base "Maestrale", riesce ad uccidere i due attentatori suicidi, tant'è che il camion non esplose all'interno della caserma ma sul cancello d'entrata, evitando così una strage di più ampie proporzioni. I primi soccorsi furono prestati dai Carabinieri stessi, dalla nuova polizia irachena e dai civili del luogo.

Nell'esplosione rimase coinvolta anche la troupe del regista Stefano Rolla che si trovava sul luogo per girare uno sceneggiato sulla ricostruzione a Nāsiriya da parte dei soldati italiani, nonché i militari dell'esercito italiano di scorta alla troupe che si erano fermati lì per una sosta logistica.

**Segue a pag. 2**

**I Carabinieri caduti:**

- tenente Riccardo Ponzone
  - maresciallo A.s. UPS Vittorio De Rasis
  - maresciallo Ca. Maurizio Lucchesi
  - maresciallo O. Antonio Lombardo
  - maresciallo Marilena Iacobini
  - maresciallo Riccardo Saccottelli
  - brigadiere Maurizio Bissoli
  - brigadiere Cosimo Visconti
  - vicebrigadiere Paolo Di Giovanni
  - vicebrigadiere Fabio Fedeli
- vicebrigadiere Roberto Gigli
  - vicebrigadiere Pietro Livieri
  - appuntato scelto Antonio Altavilla
  - appuntato scelto Marco Pinna
  - appuntato scelto Roberto Ramazzotti
  - appuntato Ivan Buia
  - appuntato Agostino Buono
  - carabiniere scelto Mario Alberto Calderone
  - carabiniere scelto Matteo Stefanelli



Ho voluto riportare alla memoria due pagine della nostra Storia che mai dimenticheremo, Salvo D'Acquisto che nell'Italia in guerra, difese ignari e incolpevoli cittadini e gli Eroi in missione di pace a Nāsiriya per

difendere i diritti umani di un popolo lontano. Sono forse le tragiche imprese più ricordate, ma non le sole purtroppo, ogni giorno questi nostri eroi sacrificano le loro vite al servizio dei cittadini, troppi caduti che

con abnegazione e coraggio nel quotidiano svolgimento dei loro compiti perdono la vita, alcune volte semplici trafelati sui quotidiani. Nell'anniversario del Bicentenario della fondazione dell'Arma dei Carabinieri

l'augurio sentito da cittadina orgogliosa che la nostra Patria, possa vantare il privilegio di avere uomini e donne portatori di grandi valori. **Grazie Benemerita.**

***Gloria Bolognesi***

## NEL RICORDO DI BRUNO

### Lettera a ...

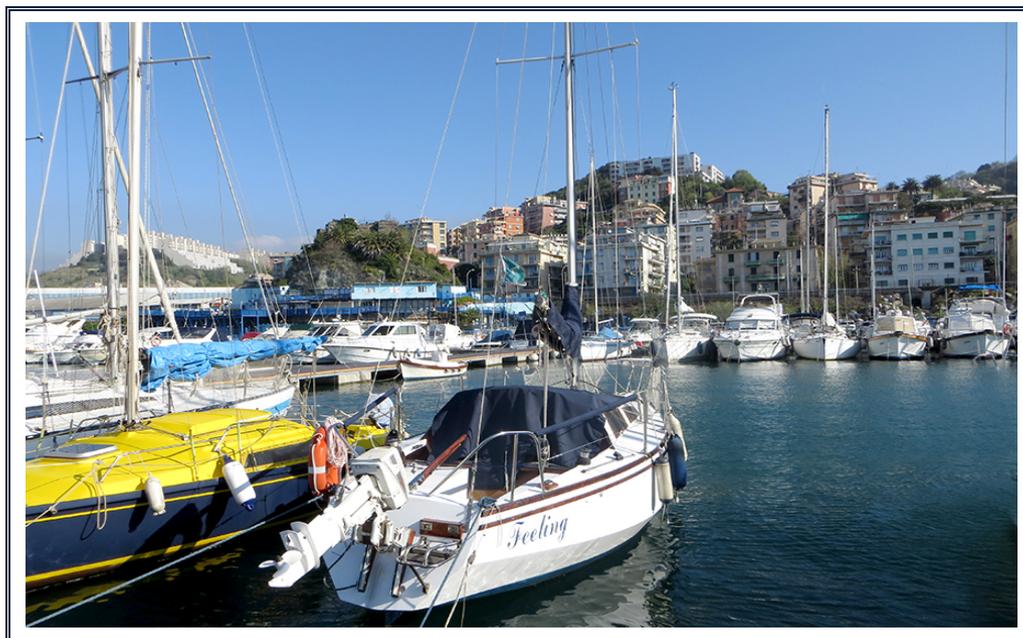
**Conoscevo Bruno da molti anni, quando approdai con la mia prima imbarcazione** al suo ormeggio mi accolse come si fa con l'amico di sempre facendomi da subito sentire uno di famiglia mai ospite. Non trascurando mai professionalità e disponibilità. Quella stessa disponibilità che tre anni fa dimostrò nei confronti della mia Associazione. Gli spiegai i problemi che incon-

travo con la nuova avventura, l'associazionismo è bello ma bisogna crederci, investire su noi stessi e fare sinergia con gli altri e "Tu" non mi hai lesinato ne consigli ne sostegno. Stavamo collaborando insieme, con mille progetti per il futuro, poi i mesi precipitosi eppure senza tempo la consapevolezza che la vita deve essere vissuta fino in fondo. Questa è l'unica scelta sensata, ci dicevamo, vivere

al massimo. Perché della vita sappiamo quasi tutto, sulla morte quasi nulla. Con molto dolore ho appreso della scomparsa del caro Bruno. Da queste pagine voglio, ricordando Bruno, far sentire la mia vicinanza in questo triste momento alla sua meravigliosa famiglia, credo che le persone care non ci lasciano mai anzi ogni giorno della nostra vita li sentiamo presenti. Ricordando i loro insegnamenti e le piccole cose quotidiane ci sono di stimolo per migliorarci e affrontare

con il sorriso il nostro percorso. Il sorriso che Bruno non lesinava a nessuno neppure nei momenti difficili, è così che io lo ricordo e quello che porterò nel mio cuore, una grande persona onesta e virtuosa capace di trasmettere i veri valori della vita. Sono molti i ricordi che mi legano alla vostra famiglia e mi ritengo fortunato di avervi conosciuto, a tutti Voi un abbraccio forte.

**Il Direttore  
Sergio Giordano**



## Andar per Mare... Avvertenze e note

**Ci eravamo lasciati con la testa piena di sigle e descrizioni - anche complesse-** nella speranza di poterci dedicare a più ameni argomenti, fortunatamente però in questo campo più informazioni equivalgono a maggior sicurezza ed allora, anche se l'estate ormai vicina sarebbe portatrice di spensieratezza e divertimento, facciamo ancora un piccolo sforzo e proseguiamo nel nostro percorso. Nella "legenda" della nostra carta nautica, oltre ai numerosi dettagli inerenti la lettura della stessa e di cui abbiamo già discusso, si può notare uno spazio intitolato "AVVERTENZE- NOTE": questa è la parte in cui vengono elencate tutta una serie di informazioni e/o avvisi a cui fare riferimento durante la navigazione (l'informazione può essere contenuta all'interno della nota

stessa o rimandare ad altri documenti da consultare quali il Portolano, l'elenco fari o i radioservizi). Di seguito ecco alcuni esempi di cosa potremo trovare e leggere nelle nostre note:

**-Cavi sottomarini-** (normalmente riportano norme di comportamento o divieti), per esempio: è proibita la pesca a strascico, l'ancoraggio, etc. nella zona di mare interessata da cavi sottomarini (elettrici o di telecomunicazioni) compresa fra 38° 10.75' N e 38° 13.55' N;

**-Regolamentazione del traffico, -  
Regolamentazione della pesca:**

rimandano di solito per le norme specifiche ai portolani; anche questi contengono per lo più divieti e regole su come transitare, dove e quando;

**-Linea di costa-** sembrerà strano ma ci sono anche note di

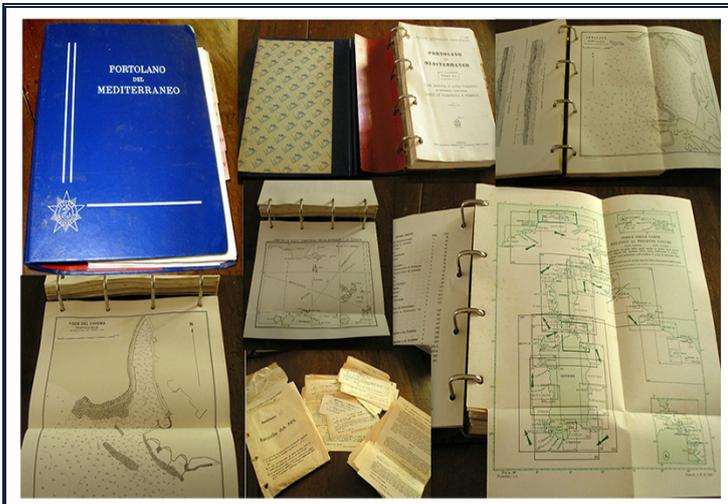


questo tipo che segnalano in particolari zone che "l'azione delle correnti e delle mareggiate provoca variazioni notevoli anche in tempi brevi dell'andamento della linea di costa" (è ovvio che in questi casi, tratti o punti che avevamo preso come riferimento in tempi precedenti cambiano facilmente e non sono più da considerare sicuri, o addirittura non ci sono più);

**-Zona non rilevata-** segnala che in alcune zone sono presenti aree "non idrografate" segnalate da una linea tratteggiata senza alcun numero di riferimento al posto della tradizionale "batimetrica" riportante i valori della profondità. Ovviamente queste notizie, dal momento che le carte nautiche rivestono un valore internazionale e devono poter essere lette da tutti, vengono riportate anche in inglese. Quasi superfluo poi segnalare che la tipologia ed il contenuto delle informazioni

dipende anche dalla peculiarità della carta; avremo cioè in base alla scala ed alla zona di riferimento "avvertenze" di diverso tipo od argomento inerenti nello specifico l'area coperta. Così mentre su alcune carte potremo trovare "note" su "condutture sottomarine" (ad esempio gasdotti) o su "piattaforme petrolifere", in altre potranno comparire avvisi su "aree di tiro o di esercitazione militare" ed ancora su particolari "accessi a porti o marine". Precisione, ricchezza di particolari e di informazioni sono solo alcune delle caratteristiche insite nelle nostre carte che, ogni qual volta tratteremo di questo argomento, verranno via via arricchite da nuove peculiarità (simboli, magnetismo terrestre). Nel frattempo godiamoci l'estate, di questi tempi a tutti farà bene cercare di trovare un po' di riposo e di serenità.

**Enrico Fortunati**



## “...IL CIELO IN UNA STANZA...”

### Come più volte sottolineato nei precedenti articoli, attraverso

l'esecuzione di un massaggio non si cerca solamente di lenire un disturbo o un fastidio, bensì si cerca di curare la persona che abbiamo di fronte in maniera globale, così da offrirle un aiuto reale e concreto. Un buon massaggio eseguito da mani esperte inevitabilmente rigenera e ridona il sorriso. Ma vorrei fare un piccolo passo indietro. Una fase preliminare molto importante consiste nel preparare con cura l'ambiente in cui verrà effettuato il massaggio. L'ambiente ideale vede, ad esempio, una stanza colorata con toni particolarmente tenui. L'azzurro e il verde potrebbero essere la scelta giusta in quanto secondo i dettami della cromoterapia sono i colori che meglio trasmettono pace e relax. La nostra stanza deve essere inoltre abbastanza spaziosa, calda ed accogliente, posta in un luogo silenzioso. Le luci devono

essere possibilmente soffuse, in modo da evitare di dirigere la luce direttamente sul viso della persona così da farla sentire a proprio agio e favorirne il rilassamento. Una buona idea per creare la giusta atmosfera potrebbe essere quella di accendere candele, o un bastoncino d'incenso, facendo però attenzione, in questo caso, che chi riceve il massaggio ne gradisca l'aroma.

Occorre inoltre avere sempre a portata di mano tutto il necessario, come l'olio da massaggio, una coperta, un cuscino etc. etc. in modo da non dover interrompere mai il contatto con il corpo della persona. Potrebbe risultare piacevole avere un sottofondo musicale, che contribuisca a creare un ambiente distensivo. Il volume deve essere basso e la musica gradevole sia per noi che eseguiamo il massaggio sia per chi lo riceve così da intensificare le sensazioni e le percezioni prodotte dal massaggio. Alcune persone invece

potrebbero preferire il silenzio, così da utilizzare il tempo a disposizione per ritrovare se stesse, fermarsi, trasformare il tempo del massaggio in un'occasione di meditazione e preghiera.

Un buon accorgimento consiste nel privarsi di orologi, bracciali ed anelli che potrebbero ferire o mettere a disagio la persona. Non meno importante, inoltre, l'accortezza di scaldare le mani, strofinandole l'una con l'altra, prima di appoggiarle sul corpo del ricevente. Risulta fondamentale respirare profondamente in modo da alleviare eventuali nostre tensioni che potrebbero precluderci di raggiungere un buon grado di concentrazione. L'ideale sarebbe riuscire a creare una buon grado di empatia con chi riceverà il trattamento, ponendo per qualche minuto le mani sull'addome, fino al momento in cui si respirerà all'unisono.

Ed ecco che può finalmente iniziare il massaggio.

I movimenti fondamentali sono quattro: lo sfioramento, la frizione, l'impastamento e la vibrazione. Lo sfioramento consiste di un movimento estremamente leggero, che va eseguito dalla periferia verso il centro del corpo.

In questo modo infatti non ci si oppone alla direzione di risalita del sangue. Lo scopo è di migliorare la circolazione, sciogliendo eventuali ristagni di sangue a livello periferico. La pressione della frizione, invece, è lievemente superiore allo sfioramento.

Si tratta di un movimento che riattiva la circolazione sanguigna, permettendo una maggiore irrorazione del sangue nella zona che stiamo trattando.

Si pratica utilizzando la parte inferiore del palmo della mano o i polpastrelli. Nell'impastamento il muscolo viene sollevato con i polpastrelli e fatto ricadere. Si tratta di un movimento molto profondo che dimostra particolarmente la sua efficacia quando i muscoli sono in tensione, in seguito a sforzo o ad attività sportiva.

Infine la vibrazione che pratichiamo attraverso i muscoli dell'avambraccio, provocando sulla zona da massaggiare una vibrazione per l'appunto, un tremito, che risulta molto utile in caso di problemi di circolazione, di muscolatura irrigidita o di tensione nervosa. Esistono poi altri movimenti aggiuntivi, ma di questo parlerò nei prossimi articoli.

Arrivederci e ... Buon massaggio a tutti!

**Stefania Pistola**



Fonte - Wikipedia

**A petrolëa**  
*(dialetto Genovese)*

Stavo ammiando o mâ tranquillamente  
quand' ò visto 'n puntin neigro  
spuntâ a l'orizzonte,  
poi n' a fïa de fümme a macchia o çê.

Doppo pochi menûti  
a sò sagoma scûa a impe o mâ.

Lenta e pesante a s' avansa  
bassa 'n sce l' ægua  
con i rimorchiatoï che ghe fan ä  
verso l' avertûa do meu  
comme chên da pastô  
che sponcian a mandra in to casâ.

O giorno appreuo  
a lascia o Porto de Murtiòu  
veua e leggera  
comme 'na barchetta de pappê  
èrta ciù de 'n caseggiato.

Adaxo adaxo a ven sempre ciù piccinn-a,  
poi a sparisce a l'orizzonte  
comme o puntin neigro do giorno avanti  
verso i porti do mondo  
pe-e scê strade do mâ.

Resta 'n ti euggi  
'na scïa de sc-ciùmma gianca  
e in te oëge i colpi de sirena  
scangiæ tra i mainæ da petrolëa  
e quelli di rimorchiatoï  
comme salûto tra ommi in balia do mâ..

**La petroliera**  
*(lingua Italiana)*

Stavo guardando tranquillamente il mare  
quand' ho visto un puntino nero  
spuntare all' orizzonte,  
poi un filo di fumo macchia il cielo.

Dopo dieci minuti  
la sua sagoma scura riempie il mare.

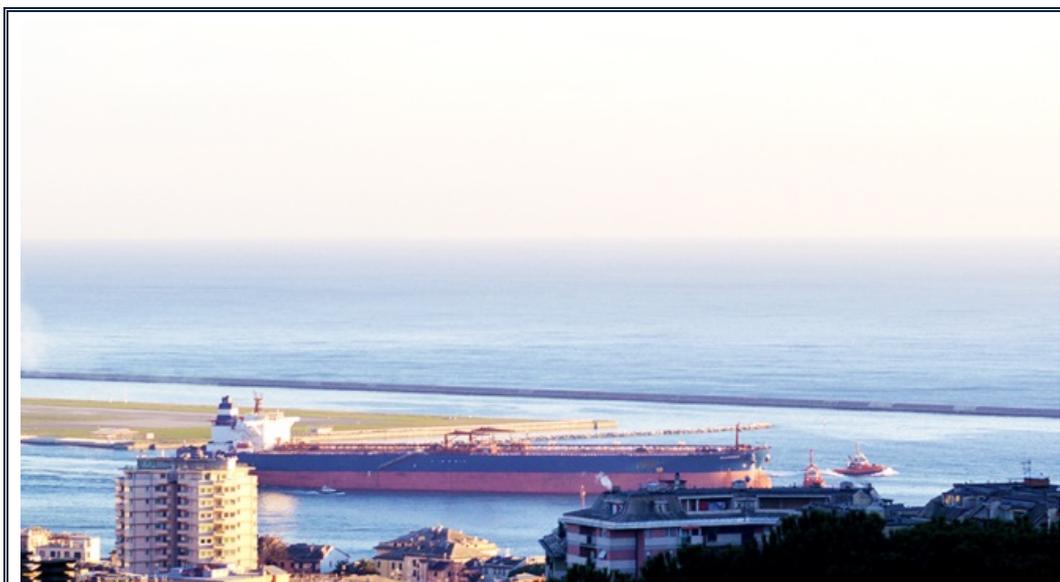
Lenta e pesante avanza  
bassa sull' acqua  
con i rimorchiatori che le fanno ala  
verso l' apertura del molo  
come cani da pastore  
che spingono il gregge nell' ovile.

Il giorno dopo  
lascia il porto di Murtedo  
vuota e leggera  
come una barchetta di carta  
alta più di un palazzo.

Adagio adagio viene sempre più piccola,  
poi sparisce all'orizzonte  
come il puntino nero del giorno prima,  
verso i porti del mondo  
per le strade del mare.

Rimane negli occhi  
una scia di schiuma bianca  
e nelle orecchie i colpi di sirena  
scambiati tra i marinai della petroliera  
e quelli dei rimorchiatori  
come saluto tra uomini in balia del mare...

**Renzo Ferrero**



O giorno appreuo a lascia o Porto de Murtiòu veua e leggera comme 'na barchetta

## La pagina tecnica sulle radiocomunicazioni

### A questo punto entriamo più nel dettaglio della ripartizione delle frequenze per capire il motivo

dell'utilizzo di molte bande, in funzione del tipo di utilizzo.

Nell'articolo di Marzo 2014 ho fatto cenno a VHF, UHF e "banda pubblica".

Di che si tratta in dettaglio? Le VHF sono frequenze comprese fra 30MHz e 300MHz, di solito preferite per collegamenti in zone di pianura; le UHF sono frequenze comprese fra i 300MHz ed i 3000MHz o 3GHz, che vengono maggiormente utilizzate in montagna o zone a grande intensità di traffico perché sfruttano meglio le riflessioni e le antenne permettono maggiormente di direzionare con efficacia la potenza irradiata dai ripetitori. Infatti all'aumentare della frequenza diminuisce la lunghezza d'onda e quindi la dimensione delle antenne, siano esse omnidirezionali o direttive. Invece per "banda pubblica" si intende ogni porzione di banda destinata ad uso libero senza alcuna autorizzazione: il numero dei canali autorizzati è sempre limitato e viene diviso su tre bande principali. In Italia sono autorizzati 40 cana-

li, potenza massima 5W in FM/12W in SSB (non sono ammesse antenne direttive) sui 27MHz, detta banda cittadina o CB, per il carattere locale delle comunicazioni.

Sono inoltre autorizzati apparati esclusivamente portatili in banda UHF divisi su due bande di omologazione: i 67 canali LPD, autorizzati con 10mW, a 433 MHz e gli 8 canali PMR, autorizzati con 500mW, a 446 MHz. In altre nazioni europee come la Germania vengono anche attribuiti 8 canali VHF in banda 149MHz, con 500mW di potenza.

In molte nazioni europee la banda LPD è stata dismessa perché in banda esclusiva destinata ai radioamatori e al suo posto sono concesse altre bande ancora negate in Italia. Si tratta di apparati radio commerciali e quindi di costo molto basso; per la banda CB vengono commercializzati apparati multi-standard che si possono quindi configurare per ogni nazione europea con una semplice operazione in fase di accensione.

Il larghissimo utilizzo dei telefoni cellulari ha creato un grande spopolamento delle bande da parte di tutti i servizi e quindi si spera

che in futuro aumentino i canali destinati ad uso libero da parte dei cittadini per poter davvero permettere a tutti l'utilizzo della radio, anche se con limitazioni di potenza pesanti.

La Rete Radio Montagna, di cui ho parlato nel numero precedente, è un ottimo esempio di utilizzo della "banda pubblica" per la sicurezza in montagna.

Utilizzando una radio LPD/PMR bi-banda, senza doverla necessariamente modificare in potenza perdendo quindi l'omologazione, l'utente può utilizzare la banda migliore a seconda della distanza che intende coprire e dell'orografia, scegliendo fra i canali a 10mW e quelli a 500mW. Ovviamente in banda LPD si ha una grande autonomia delle batterie. In montagna o in mare si coprono distanze ragguardevoli in entrambi i casi, ma vari fattori ambientali tipo nebbia, neve, mare mosso cambiano di molto la distanza massima di questo tipo di collegamenti: favorendo o ostacolando pesantemente a seconda dei casi.

**Alberto Pistone**



**AMERICA?... SI PROPRIO AMERICA!**

**Marina Fiera, Marina Fiera da Valentina, Valentina, Valentina. Avanti Valentina sul canale 74.** Procedura di routine per l'ingresso in un porto in transito, dopo una navigazione. Questo però è rimasto l'unico elemento che potremmo chiamare di "routine" in un'esperienza di questo tipo. Ma andiamo con ordine e partiamo dall'inizio. Il nostro Presidente una sera mi telefona dicendomi: "Carlo, ti può interessare partecipare al Festival della Vela con la tua Valentina? Io subito sono rimasto un po' perplesso, ma quasi immediatamente ho risposto in modo affermativo. "Ti faccio io l'iscrizione!" ha subito replicato lui, con il suo solito entusiasmo, coinvolgente ma allo stesso tempo composto. Nessuno sapeva un granché di quello che avrebbe comportato questa mia partecipazione; pensavo ad una semplice esposizione, corredata dalla noia nell'essere presente a bordo per rispondere alle domande dei curiosi, spesso inesperti e forse solo con la voglia di togliersi lo sfizio di vedere come è fatta al suo interno una barca a vela. A parte un paio di eccezioni (un tizio mi ha confessato che non pensava che dentro una barca di 13 metri si potesse stare in piedi!), non è stato così. In serata sono arrivate, più o meno alla spicciolata, altre barche di tutti i tipi e di tutte le epoche. Dalla vincitrice della "Route du Rhum" di quest'anno, "Vento di Sardegna", alla goletta "Pandora"; dai catamarani ultimo modello, alle barche "cult". La mia Valentina è stata inserita proprio tra queste ultime.

Una volta ormeggiata la mia barca, mi viene subito fornito un bel cartello che ne descrive le caratteristiche tecniche e storiche, che provvedo subito ad esporre in banchina, non senza un certo orgoglio. Si è trattato di una grande kermesse della vela, nella quale hanno trovato posto molti degli aspetti di questo mondo variegato: conferenze sulla sicurezza, racconti e documentari di traversate oceaniche, storie di famiglie che hanno fatto la storia della vela italiana e mondiale, personaggi famosi. Ritorno a bordo di Valentina e mentre sto trafficando per dare una pulitina al pozzetto, una voce conosciuta colpisce il mio udito. Non guardo immediata-

mente, un po' per non far notare il mio stupore, un po' per educazione. Alzo lo sguardo e chi vedo ormeggiato accanto a me? Giovanni Soldini! Proprio lui in carne ed ossa attaccato al bordo si sinistra della mia Valentina. Un cenno di saluto con il capo, un limpido sorriso e poi continua la sua conversazione. Intuisco che l'argomento del suo discutere riguardava l'aspetto economico relativo alla sua prossima impresa, ed io così, per discrezione, sbarco in banchina e vado a fare due passi. Gironzolo curiosando un po' tra gli stand di materiale tecnico, ascolto qualche racconto del personaggio di turno sul palco, vado ad ammirare le altre barche presenti. Una in particolare attira la mia attenzione, non solo perché tutti abbiamo

ormeggiato in andana, mentre quella è all'inglese, ma soprattutto per le sue linee affusolate anche se piuttosto retrò, per i suoi due alberi molto "appoppati" rigorosamente in legno di pitch-pine, e infine per il bompresso con sotto la sua bella rete di protezione anti caduta. Un meraviglioso "Schooner"! Poi il nome scritto sul mascone mi illumina: "AMERICA"! Come la barca che nel 1851 vinse la "Coppa delle 100 ghinee" e che poi da lei prese il nome. Mi avvicino ancor di più per chiedere all'armatore il permesso di scattare qualche fotografia e lui con molta gentilezza e disponibilità mi invita a salire a bordo. E' proprio Lei!!! Non senza emozione e timore reverenziale accetto ed eccomi in coperta della più famosa barca a vela agonistica al mondo! Una breve e veloce occhiata alle manovre in coperta e poi mi invita a scendere per ammirare gli interni. Scendo la scaletta e mi trovo in un altro mondo: tutto mogano, caldo ed accogliente. Giusto il tempo di due parole veloci, con il simpatico ospite, che ci scambiamo i numeri di telefono con la promessa di risentirci e approfondire così la conoscenza. Ai primi di maggio ci incontreremo nuovamente e così mi racconterà la storia ed alcune leggende nate sulla sua "AMERICA". Ovviamente vi renderò partecipi di tutto, corredando il mio racconto con alcune fotografie scattate da me cosicché potrete ammirare la bellezza dell'imbarcazione, cosa che con le sole parole non si può fare. Mancheranno solo l'aroma dei legni ed il profumo della sua storia.



Schooner America

Foto: Carlo Ghio

**Carlo Ghio**



## La "paniscia" della nonna

Nel numero scorso di questo giornale ho incominciato la mia collaborazione proponendo una ricetta che ha come ingrediente principale il salame d'la duja. Questo "salame" è un ingrediente principale anche per un altro tipico "piatto" Piemontese, la "paniscia". La "paniscia" è un tipico piatto Piemontese molto diffuso anche nella Lomellina, provincia di Pavia e nel Lodigiano. Ne esistono due versioni principali, una diffusa nel vercellese chiamata "panissa" e l'altra diffusa nel novarese chiamata "paniscia". Ingredienti obbligatori della due ricette piemontesi sono: il riso, vino rosso e fagioli, un salame chiamato 'salam d'la duja'.

Nella ricetta novarese, si aggiunge: la cipolla, lardo e pepe, la cotica di maiale, la carota, cipolla sedano, e cavolo bianco, verza. Nella ricetta lombarda non è previsto l'utilizzo dei fagioli, ma il risotto viene arricchito con abbondante grana padano grattugiato. Questa ricetta, come quella piemontese, è diffusa nelle province di Pavia e di Lodi. Esiste una "panissa" anche in Liguria, ma completamente differente nella preparazione da quella piemontese, in quanto la ricetta ligure è preparata con farina di ceci. Se si tratta di "paniscia", son tutti cuochi e ognuno ha l'unica e vera ricetta: ma per un giudizio bisogna aspettare in ultimo,



quando la "paniscia" fuma profumata nel piatto. La nonna, quando decideva di fare la "paniscia", sceglieva un riso a grana grossa e che non scuocera. Dal salumiere ordinava cotenna e pancetta di prima qualità. Le verdure gliene forniva il suo orticello; a volte riusciva ad aggiungere anche erbe selvatiche: "buon enrico" e "farinin", (quando riusciva a trovarli) e giovani ortiche. La nonna quando deci-

deva di fare la "paniscia" si alzava all'alba, accendeva il camino, tritava le verdure e le metteva sul fuoco e le faceva bollire per più di tre ore con le cotenne in una brillante casseruola di rame stagnato, a volte aggiungeva anche il codino del maiale; a mezzogiorno era un trionfo a tavola. Dopo questi brevi cenni storici illustrativi, presento questa ricetta specificando dosi e preparazione.

**Luisa Manzini**

### Ingredienti: per 6 persone

- ★ - Riso 400 gr. (E' preferibile usare un fino o superfino Arborio, Carnaroli.
- ★ - Acqua - 2 lt.
- ★ - Cotenna di maiale 250 gr.
- ★ - Salame "d'la duja" 100/150 gr.
- ★ - Burro 50 gr.
- ★ - Pancetta 60 gr.
- ★ - Cavolo/verza bianca 350 gr.
- ★ - Fagioli borlotti 200 gr.
- ★ - Polpa di pomodoro 100 gr.
- ★ - Sedano 2 gambi.
- ★ - Una cipolla
- ★ - Una carota media.
- ★ - Vino rosso ½ bicchiere.
- ★ - 1 codino di maiale (facoltativo)
- ★ - Sale pepe q.b.

### Preparazione:

- ★- Sbollentate e raschiate le cotenne, tagliatele a listerelle. Se utilizzate fagioli secchi, metteteli in ammollo in acqua fredda la sera prima.
- ★- Tritate bene la pancetta e a parte tritate il sedano con la carota e la cipolla, rosolate bene questi due triti con un pezzettino di burro, dopo aggiungete la verza, anch'essa tritata, i fagioli, il pomodoro e la cotenna.
- ★- Portate a bollire l'acqua e unitela al preparato con la verza, coprite e lasciate cuocere lentamente per un paio d'ore.
- ★- Togliete la pelle al salame (se non trovate quello indicato sostituitelo con salamelle fresche) e sbriciolatelo, mettetelo in un tegame, possibilmente di terracotta, con il burro, lasciate a insaporire, aggiungete il riso e quando incomincia a dorare, irroratelo col vino rosso.
- ★- Regolate di sale e pepe, mescolate per 2/3 minuti, aggiungete le verdure cotte e il brodo, un po' alla volta, mescolando spesso come per il risotto. A cottura ultimata (al dente) lasciate riposare la "paniscia" per cinque minuti prima di servire.

**“Lo Sport è un gioco...**

**USacli** UNIONE SPORTIVA **... non un azzardo!”**

**L'arbitro (parola derivata dal latino “arbitratus”, cioè “giudizio”)** è una figura preposta alla risoluzione imparziale di una controversia tra due parti in contesa; in origine era una figura del diritto civile. Il termine è stato inserito nel linguaggio sportivo per indicare il giudice di gara incaricato di garantire il corretto svolgimento della gara secondo le regole stabilite dalla specifica disciplina per cui sta dibattendo. Esso viene chiamato anche **“direttore di gara”, “ufficiale**

**di gara o “Giudice di gara”** ecc.

Il compito ufficiale dell'arbitro è quello di controllare che una gara (contesa) si svolga nel rispetto delle **regole stabilite**.

Ci sono occasioni in cui volontariamente o ingenuamente, anche lo sportivo si accorge che sta deviando qualche regola stabilita...o forse capisce che può migliorare ciò che è già stato scritto. Per superare brillantemente queste situazioni e non azzardarsi in azioni poco piacevoli, lo sportivo

deve porsi, “mettersi in discussione, in gioco!”. Per trasmettere questo nobile messaggio sociale e sportivo, l' **USacli** Nazionale ha realizzato un'iniziativa lodevole, così che a conclusione del campionato di calcio di serie -A-, il 18 maggio 2014, gli Arbitri hanno indossato la maglia dell' **USacli** con lo slogan: **“Lo Sport è un gioco...non un azzardo!”**

Questo fa parte della campagna nazionale **“Uno sportivo si mette in gioco. Sempre!”** Ringraziamo sentitamente gli **Arbitri** che si sono resi disponibili a collaborare in questa campagna. Oltre alla maglia con la scritta simbolica, gli Arbitri *indossano* una indispensabile funzione,

“garanzia del rispetto delle regole del gioco” tra due contendenti, arbitratu che se ben recepito influenza la nostra vita quotidiana e ci aiuta a crescere in una società civile che considera “Lo sport un gioco...non un azzardo”... **gioco che ci rende la vita più allegra e felice.**

**Guerino Romeo**

**USacli Genova**

**Ente Nazionale**

**di Promozione**

**Sportiva**

**Responsabile Ufficio**

**Pubbliche Relazioni**

**Comunicato Stampa**  
**ACLI – Presidenza Nazionale**  
**Consegnato a Carlo Ancelotti il 4° premio**  
**Enzo Bearzot Us Acli**  
**Roma, 27 maggio 2014**

“Sono onorato di ricevere questo premio legato ad Enzo Bearzot, il mio primo allenatore in nazionale. Uomo nel quale ho riconosciuto una grande sensibilità e un grande affetto e che mi ha insegnato tanto dal punto di vista umano e caratteriale” – Queste le parole di Carlo Ancelotti, durante la cerimonia di consegna della quarta edizione del Premio Enzo Bearzot, svoltasi presso il Salone d'Onore del Coni, alla presenza tra gli altri del Presidente Nazionale dell'Us ACLI Marco Galdiolo, del Presidente della FIGC Giancarlo Abete, di Giovanni Malagò Presidente del CONI, e del Presidente Nazionale delle ACLI Gianni Bottalico “Ringrazio Carlo Ancelotti per essere



**... gioco che ci rende la vita più allegra e felice.**

oggi qui con noi. Una figura così equilibrata, seria e competente è un grande esempio per lo sport di vertice e per quello di base, in un momento di grande difficoltà come quello che affligge ora il calcio italiano” - Così ha parlato Marco Galdiolo, al momento della premiazione. Come ogni anno l'US ACLI assegna al vincitore del prestigioso riconoscimento, 5.000 euro da devolvere in beneficenza. L'allenatore del Real Madrid ha deciso di donare la somma alla Fondazione Borgonovo. Il premio è stato ritirato da Alessandra Borgonovo, figlia di Stefano. Nel corso delle cerimonie si è svolta la consegna della seconda edizione del “Premio Bearzot-la sfida sociale dell'US ACLI” riconoscimento ideato per promuovere iniziative presenti sul territorio, realizzato quest'anno d'intesa con la Fondazione ANT, la più ampia realtà non profit dell'Italia per l'assistenza medica domiciliare gratuita ai malati di tumore. La giuria presieduta da Cinzia Bearzot ha deciso di assegnare il premio al progetto “Liberi nello Sport” della provincia di Nuoro.



Appunti di viaggio...

## ...A Km. "zero"

Sempre, o quasi, quando progettiamo un viaggio turistico/culturale cerchiamo di scegliere mete lontane quasi a significare che più si fanno chilometri e più il viaggio sarà appagante. Ma non sempre è così, qualche volta anch'io ho scelto mete lontane aspettandomi grandi cose per poi tornare deluso. Meno male che a volte, senza saperlo ci capita di fare "viaggi" a Km zero, cioè raggiungendo mete quasi sotto casa che portano a piacevoli sorprese con arricchimento di nozioni storiche, culturali e conoscenza del territorio. Nel mese di agosto di quest'anno, quasi per caso, sono venuto a conoscenza dell'esistenza di un'interessante paesino sull'Appennino al confine tra il Piemonte e l'Emilia, ricco di bellezze naturali, artistiche e di storia, quest'ultima principalmente in riferimento al passaggio di Annibale nel III sec. prima di Cristo all'ultima guerra mondiale: la località in questione si chiama Vesimo (mt. 1.020) ed è frazione di Zerba-provincia di Piacenza-alle pendici del monte Lesima (mt. 1.724).



Vesimo - La Chiesa

Decisi, incuriosito, di fargli visita. Il villaggio è costituito da case in pietra disposte su terrazze quasi tutte restaurate e la maggior parte adibite a case per le vacanze in quanto gli abitanti, come succede ormai in tutte le località dell'Appennino è emigrata nelle grandi città in cerca di lavoro. La chiesa parrocchiale, costruita in epoca medioevale e dedicata a San Colombano, al suo interno è completamente rivestita di pregiati affreschi tutelati come Beni Culturali e che andrebbero restaurati; il progetto c'è ma scarseggiano i fondi. Diverse fonti storiche, da me consultate, riferiscono del passaggio di Annibale nel III sec. a.C.. Il monte Lesima, sulle cui pendici si trova il paese, prende il nome dall'espressione "les manus" - che significa "mano ferita" in quanto si narra che Annibale, scivolando sulle sue ripide pendici si sia procurato un taglio alla mano. Nelle vicinanze di Vesimo si trovano anche le frazioni di: Tartago-comune di Ottone e Cartasegna-comune di Carrega Ligure- i cui nomi derivano chiaramente da quello di Cartagine. Le fonti storiche riferiscono anche che durante i lavori di costruzione di una strada nella zona è stato ritrovato un pugnale che secondo gli esperti era in dotazione all'esercito Cartaginese di quel periodo. Inoltre sulle rive del vicino fiume Trebbia sono state trovate zanne di elefante. Tralasciamo i due millenni di storia successivi e arriviamo ai nostri tempi in cui



Vesimo - Interno Chiesa Parrocchiale

Vesimo fu teatro di una tristissima tragedia. Il 20 agosto 1944, durante la 2° guerra mondiale, era la sagra del paese e per la sera, come in tutte le sagre, fu organizzato un ballo, al suono di una fisarmonica, sullo spiazzo davanti alla fontana. Il paese non era ancora dotato di luce elettrica e la "balera" fu rischiarata con alcune fiammelle alimentate a carburo. I testimoni del luttuoso avvenimento raccontano che tutto filò liscio fino a mezzanotte poi si sentì il rombo di un aereo, immediatamente furono spente le fiammelle e l'aereo si allontanò. Questo si ripeté per ben tre volte, poi un giovane di un paese vicino, che partecipava alla festa, disse che era un aereo amico che aveva paracadutato rifornimenti per i partigiani in zona per cui non c'era da temere.



Vesimo - Cippo Caduti 20-8-944

Furono riaccese le luci ma all'improvviso l'aereo, erano le 0,35 del 21 agosto, sbucò a bassa quota da dietro il monte Lesima e con due spezzoni centrò lo spiazzo dove brillavano alcuni lumini e, in allegria, volteggiavano i ballerini. Fu una strage; i morti furono ben 32, la maggior parte del paese ma anche abitanti dei paesi vicini che si erano recati a Vesimo per la festa. Si scoprì allora che non si trattava di aereo "amico" ma del famigerato "Pippo" che allora imperversava di notte attaccando appena vedeva una qualsiasi luce e obbligando le case al più totale oscuramento. Per molto tempo non fu chiaro di che nazionalità fosse questo "pazzo aereo", chi lo riteneva tedesco e chi anglo/americano, ma recentemente ricerche approfondite hanno stabilito che gli aerei erano due e che appartenevano alla flotta aerea anglo/americana. Termino con la presunzione di non aver annoiato ma di aver suscitato qualche curiosità, specialmente nei giovani, inoltre auguro al Paese e ai suoi gentili abitanti un felice e tranquillo futuro.

**Pier Giorgio Leva**



**E' stato firmato il 15 maggio scorso,** nell'occasione di una conferenza stampa che si è tenuta a Genova, un importante **protocollo d'intesa per la difesa del "Made in Italy" tra Lega Consumatori Genova e Coldiretti Genova.**

L'accordo tra le due associazioni, di durata triennale, pone le basi per una serie di azioni di informazione, sensibilizzazione e tutela dei consumatori per guidarli nelle loro scelte di acquisto.

Come evidenziano **Gloria Bolognesi e Alberto Martorelli, rispettivamente Presidente provinciale di Genova e Segretario regionale/provinciale di Lega Consumatori,** gli obiettivi principali della convenzione sono quelli di promuovere in Liguria la cultura della difesa della qualità dei nostri prodotti, nei confronti di chi imita o falsifica le eccellenze italiane, in modo da contribuire alla diminuzione del fenomeno della contraffazione che danneggia tutti i soggetti

presenti sul mercato, dalle imprese agricole italiane al consumatore, creare condizioni di maggior trasparenza per proteggere il consumatore e il commercio al dettaglio, affinché il cittadino possa compiere scelte consapevoli al momento dell'acquisto di prodotti alimentari, evitando così truffe e apparenti risparmi. Particolare attenzione verrà tenuta per le tematiche dell'etichettatura e della trasparenza dell'informazione (esempio sulla provenienza) fornita ai consumatori nel settore dei prodotti alimentari, anche in relazione al recente provvedimento adottato a livello nazio-

nale con cui è stato rimesso il segreto di Stato sulle materie prime importate in Italia e destinate poi alla lavorazione del nostro paese. Gli strumenti che saranno utilizzati per raggiungere tali obiettivi, consistono nell'istituzione di osservatori bilaterali per monitorare i prezzi e le qualità dei prodotti stessi presenti sul mercato locale, la realizzazione di iniziative di sensibilizzazione e informazione rivolte ai cittadini, la creazione di progetti dedicati alla formazione degli operatori del settore, con l'eventuale collaborazione di enti pubblici e privati.

**Alberto Martorelli**

**SI RINGRAZIA PER LA COLLABORAZIONE:**

**Renzo Ferrero  
Alberto Martorelli  
Guerino Romeo**

**HANNO PARTECIPATO ALLA REALIZZAZIONE DI QUESTO NUMERO:**

**Gloria Bolognesi  
Enrico Fortunati  
Carlo Ghio  
Pier Giorgio Leva**

**Luisa Manzini  
Stefania Pistola  
Alberto Pistone**

**SOMMARIO:**

- Pag. 1- L'Arma dei Carabinieri festeggia il bicentenario**  
**Pag. 3- Nel ricordo di Bruno**  
**Pag. 4- Andar per Mare... Avvertenze e note**  
**Pag. 5- "...Il cielo in una stanza..."**  
**Pag. 6- A petrolëa**  
**Pag. 7- La pagina tecnica sulle radiocomunicazioni**  
**Pag. 8- America?... Si proprio America!**  
**Pag. 9- La "paniscia" della nonna**  
**Pag. 10- "Lo Sport è un gioco...non un azzardo!"**  
**Pag. 10- 4° Premio Enzo Bearzot - comunicato Stampa US ACLI**  
**Pag. 11- Appunti di viaggio...A Km. "zero"**  
**Pag. 12- Lega Consumatori "Informa"**