

Trimestrale del gruppo: I tusann de ier ... di Ispra

# I tusann de ier ...



**NUMERO 37** - Aprile/Giugno 2013 -

Comune di Ispra - Servizi Sociali



Trova il tempo di essere amica ...



## La voce della redazione ...

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

[www.comune.ispra.va.it](http://www.comune.ispra.va.it)



Carissime amiche, anche quest'anno abbiamo partecipato al mercatino di Giugno che si è tenuto nelle vie del paese. Ringrazio le "ragazze" che sono venute a trovarci e quelle che hanno partecipato attivamente rimanendo a proporre i nostri manufatti e i nostri oggetti che ci permettono di ottenere delle offerte che utilizziamo per le opere di beneficenza. I ringraziamenti sono particolari per Beatrice, Livia, Pinuccia e Stella, brave ! La foto in prima pagina è quella del nostro gazebo. In questi mesi abbiamo provveduto ad inviare un vaglia di 100 Euro alla Associazione Italiana Ricerca sul Cancro ed uno da 50 Euro alla Associazione Medici senza Frontiere. Nei prossimi tre mesi invieremo un contributo alla Associazione Operation Smile di 180 Euro per operare alla bocca un bambino sfortunato e ridargli il sorriso e la vita. In questo numero troverete gli scritti di Candida, Fausta, Jole e Rita, un filone molto interessante poiché parla di abiti di una volta. Poi, in vista di una torrida estate con un caldo notevole proveniente dall'Africa, un documento importante che vi raccomando di leggere con cura e di ricordare: "il decalogo del Ministero della Salute per affrontare il gran

caldo senza rischi per la salute". In merito al "Progetto Tappo" che ha dimostrato la possibilità di fare grandi cose partendo da cose molto piccole come i tappi di plastica delle bottiglie, nel prossimo numero troverete un'ampia descrizione dei progetti portati a termine e quelli in corso. Purtroppo ogni giorno leggendo il giornale o guardando la televisione veniamo a conoscenza di tante cose brutte che avvengono in questo mondo malato. E uno dei mali peggiori è l'egoismo e la mancanza di solidarietà. Fare del bene, fa bene e ci fa sentire bene. E allora mettiamo le nostre forze a disposizione e continuiamo a perseguire l'obiettivo di dare un aiuto concreto ai più deboli ed agli emarginati. Ed ora, leggiamo subito il nostro giornalino !

Vi auguro una buona lettura,

**Tania**

### Auguri a:

Aprile	Angelina Livia Lorenza Pinuccia
Maggio	Angela Dorina
Giugno	Candida Nella



## MEDICI SENZA FRONTIERE

Anche quest'anno abbiamo inviato un nostro piccolo aiuto alla meritoria associazione Medici Senza Frontiere.



**MEDECINS SANS FRONTIERES  
MEDICI SENZA FRONTIERE**

Premio Nobel per la Pace 1999

Questa associazione è la più grande organizzazione medico-umanitaria indipendente al mondo creata da medici e giornalisti in Francia nel 1971. Oggi MSF fornisce soccorso umanitario in più di 60 paesi a popolazioni la cui sopravvivenza è minacciata da violenze o catastrofi dovute principalmente a guerre, epidemie, malnutrizione, esclusione dall'assistenza sanitaria o catastrofi naturali. MSF fornisce assistenza indipendente e imparziale a coloro che si trovano in condizioni di maggiore bisogno. MSF si riserva il diritto di denunciare all'opinione pubblica le crisi dimenticate, di contrastare inadeguatezze o abusi nel sistema degli aiuti e di sostenere pubblicamente una migliore qualità delle cure e dei protocolli medici. Nel 1999 MSF ha ricevuto il premio Nobel per la Pace.

CONTI CORRENTI POSTALI - Ricevuta di Versamento - BancoPosta

€ sul C/C n. 87486007 di Euro 50,00

CODICE IBAN \*\*\*\*\*

IMPORTO IN LETTERE *Cinquanta/00*

INTESTATO A: *Cinquanta/00*

**MEDICI SENZA FRONTIERE ONLUS**

CAUSALE:  
L'importo della donazione è libero. Diamo comunque indicazione di cosa possiamo realizzare con le seguenti somme:  
\*con 100 € forniremo un trattamento completo a 2 bambini malnutriti  
\*con 182 € acquisteremo materiale di medicazione di base per trattare 105 persone

Avvertenze  
"Il bollettino deve essere compilato in ogni sua parte (con inchiostro nero o blu) e non deve recare abrasioni, correzioni o cancellature. La causale è obbligatoria per i versamenti a favore delle Pubbliche Amministrazioni. Le informazioni richieste vanno riportate in modo identico in ciascuna delle parti di cui si compone il bollettino."

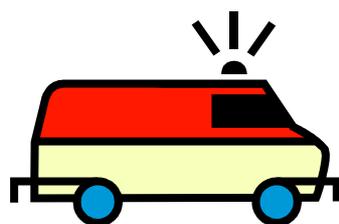
89/177 05 28-06-13 P 0047  
VCYL 0173 €\*50,00\*  
P8 C/C 000087486007 €\*1,30\*

BOLLO DELL'UFFE POSTALE  
0975700 RPR2313

ESEGUITO DA  
**GRUPPO EFFETTO SERRA I TUSANN DE IER SNC**  
21027 ISPRA VA



L'Associazione SOS DEI LAGHI è una associazione ONLUS che si è costituita per fornire un servizio di trasporto in ambulanza. Nasce a Travedona Monate nel 1991 da un gruppo di volontari che pian piano ha raggiunto il numero di duecento. Mette a disposizione di chi ne ha bisogno i propri servizi con sei ambulanze dotate di defibrillatore, due mezzi per disabili e tre automobili. Sino al 2012 l'associazione ha operato solo nell'ambito di una convenzione diurna ma successivamente ha stipulato una nuova convenzione con L'Azienda Regionale Emergenza Urgenza (AREU) che prevede la presenza di un'ambulanza, con adeguato equipaggio, 24 ore su 24 a disposizione della centrale operativa che risponde al numero telefonico 118. SOS DEI LAGHI opera il basso e medio Verbano, coprendo in particolare le zone dei laghi di Comabbio, Monate e Varese e la sponda orientale del Lago Maggiore. Queste opere di volontariato per le quali è richiesto un impegno costante, sono encomiabili e meritano l'interesse ed il contributo di tutti.



## LA MIA CARA NONNA MARIA



Mia nonna paterna si chiamava Maria Sbracati ed era nata a Cazzano Sant'Andrea in provincia di Bergamo nel lontano 1860.

Ricordo che nel 1929 (allora avevo dieci anni), mia nonna, una persona molto religiosa, quando si recava alla messa della domenica, metteva sulla testa un grande scialle di lana di colore nero, molto leggero, stampato sui bordi con delle piccole rose rosse. Una frangia di media lunghezza arricchiva lo scialle. L'abito della festa era così costituito: una gonna di colore nero lunga sino alle caviglie e una blusa sempre di colore nero a maniche lunghe e un colletto bianco. Indossava



delle calze nere abbastanza corte e calzava delle ciabatte di cuoio con la tomaia di pelle nera che trattava frequentemente con il lucido, una piccola spazzola ed un panno di lana. Il lucido nero era contenuto in una scatolina rotonda di latta che per aprirla bisognava far ruotare una manopolina laterale somigliante ad una farfallina. Dopo l'uso richiudeva subito con cura la scatola poiché diceva che il lucido se rimaneva all'aria avrebbe potuto seccarsi ed avrebbe perso le sue proprietà. Io dormivo in camera assieme a mia

nonna e ricordo che la sua biancheria intima era composta da una sottoveste in cotone di colore bianco che terminava nella parte inferiore con un pizzo lavorato a mano. Sotto la sottoveste, portava una camicetta bianca di cotone. Non indossava il reggiseno. Quando stendeva la biancheria dopo il bucato, vedevo quei grossi mutandoni bianchi di cotone e mi chiedevo come mai fossero così grandi e di foggia poi alquanto strana. Un giorno azzardai a chiedere a mia nonna perché quelle mutande erano così grosse ed aperte nella parte centrale. La nonna rispose che la grandezza era dovuta alla moda di quegli anni e la forma dipendeva dal fatto che le donne facevano la pipì in piedi! Durante i giorni feriali la nonna portava solitamente un vestito nero con dei piccoli fiorellini bianchi e sopra a questo, un grembiolino nero che

aveva nella parte anteriore due grosse tasche. Una di queste conteneva il grande fazzoletto bianco di cotone e l'altra un gomitolino di cotone di

color nero che utilizzava quando si metteva a lavorare ai ferri per confezionare le calze. A quei tempi non c'era la disponibilità di poter acquistare, le nonne facevano le calze in cotone per tutta la famiglia, sia per l'estate che per l'inverno. Quando le calze erano consumate al piede, in punta o sul calcagno, mia nonna le disfaceva e poi sferruzzando con i ferri e del cotone nuovo, ricostruiva la parte del piede, così le calze potevano durare per molto tempo. Durante la settimana, calzava delle normali ciabatte di stoffa poiché quelle di

**La mia cara ...** pelle nera dovevano essere utilizzate esclusivamente per andare a messa alla domenica oppure nei giorni di festa. In onore di San Pancrazio, protettore del paese, veniva organizzata la processione che attraversava tutte le vie principali. Alle finestre pendevano dei drappi colorati e all'ingresso delle abitazioni vi erano dei ceri accesi. Solitamente la processione religiosa era seguita dalla banda musicale del paese; per i paesi molto piccoli la banda proveniva da un paese limitrofo. Mia nonna partecipava sempre alle processioni e accompagnava noi ragazze esortandoci a cantare le lodi. Quel giorno di festa noi ragazzine indossavamo il vestito della festa e le nostre sorelle maggiori ci pettinavano con cura fissando nei capelli un grosso fiocco colorato in seta. I nostri



amici ci seguivano, ci guardavano con occhi diversi e qualcuno diceva: - *come sei bella oggi!* -. A quella età ci emozionavamo molto per quei complimenti e diventavamo tutte rosse in viso. Quel giorno di festa eravamo tutte contente poiché arrivava in piazza, per l'occasione, uno strano carretto con due ruote, spinto da una metà bicicletta a pedali fissata al carretto stesso. Era il gelataio! Che bella festa! La mamma o gli zii ci davano una monetina da venti centesimi e così potevamo gustare quel cono di gelato che avevamo sognato per un anno intero. C'era un unico colore ed un unico sapore di gelato, ma come era buono! Il gelato era conservato nel carretto in un grosso cilindro di alluminio immerso in un

altro cilindro più grande. Nella intercapedine tra i due cilindri c'era il ghiaccio mischiato al sale al fine di mantenere il gelato freddo per molto tempo. Per noi ragazze quel giorno era una grande festa della quale ne parlavamo per mesi. Ricordo ancora con nostalgia quelle giornate. Per l'occasione la mamma preparava una torta con la farina fine e tenera di mais detta *farinel*, lo zucchero, le uova e dei fichi secchi tagliuzzati finemente. Il composto lo versava in una padella di rame unta preventivamente con del burro che veniva poi posta in mezzo alle braci del camino. Chiudeva la padella con un coperchio di alluminio

ed utilizzando una paletta ricopriva tutta la padella ed il coperchio di braci e cenere. Che buona quella torta di fichi! Alla sera c'erano delle attrazioni per noi spettacolari: la corsa nei sacchi, la rottura delle pignatte, il tiro alla fune, il salto all'oca e per finire lo

stupefacente albero della cuccagna, cosparso da uno strato abbondante di grasso e la cui sommità sosteneva una ruota di un carretto alla quale erano fissati dei salami, dei formaggi e delle bottiglie di vino. Si faceva un tifo infernale per sostenere le varie squadre partecipanti. Per potersi aggrappare al tronco dell'albero e non scivolare, lo cospargevano con della cenere che prendevano da un sacchetto legato alla cintura. Quando la sommità veniva raggiunta e i premi venivano presi, si scatenava un applauso generale! In quel momento eravamo tutti felici! Allora non c'erano altre attrazioni, ci accontentavamo di poco. Peccato che i ragazzi di oggi non possono provare quelle belle emozioni generate dalle cose semplici! **Candida**

## VESTIVANO COSI' ...



Quanti anni sono passati eppure ricordo ancora con le stesse emozioni la figura della nonna, con la sua "pedagna", una gonna nera lunga fino ai piedi arricciata in vita, il "marzinin", una camicia sempre nera che arrivava alla vita e si arricciolava poi in vita, le maniche rigorosamente lunghe e nere, "lo scusarun" un grembiule lungo e molto largo che si legava con dei lacci. I capelli sempre raccolti venivano coperti dal "penet" un foulard nero che veniva legato dietro con un nodo. Questo abbigliamento veniva utilizzato normalmente in tutte le stagioni. Erano questi gli abiti che indossavano le donne comuni negli anni trenta. Con il passare degli anni i vestiti si sono accorciati, la mamma portava sempre gonne appena sotto il ginocchio e più avanti vestaglie a portafoglio con piccoli fiorellini. Il foulard ha lasciato il posto a capelli raccolti in "chignon" realizzato raccogliendo i capelli in un nodo sulla nuca, un tipo di acconciatura che negli anni successivi fu indossata per occasioni speciali, come matrimoni o balletti. Ricordo noi bambini sempre con un grembiolino



che si toglieva quando si doveva uscire. C'era poi il "vestito della festa" che si indossava la domenica per andare a messa e come si arrivava a casa si toglieva e si riponeva nell'armadio fino alla domenica seguente. Anche da ragazze abbiamo sempre usato calzini corti, fino all'arrivo delle prime calze di seta pura: erano chiare, vaporose e finissime e si mettevano con il reggicalze. Erano costose e ho imparato presto a rimangiare le smagliature, utilizzavo un ago finissimo e particolare. Dove terminava la calza, nel bordo interno toglievo un filo e con quello riparavo la calza; portato a termine il lavoro, tornava come nuova. Avevo imparato così bene che anche le mie amiche si rivolgevano a me per le loro riparazioni. La prima messa in piega la feci che avevo diciotto anni e andai dall'Angelo "Barbè"; fino ad allora si andava dal parucchiere solo per tagliare i capelli. Nel dicembre del 1945 mi sono sposata. La sarta, la signora Maria "Bagat" mi aveva confezionato un vestito di colore marrone arricciato sul corpino. Ricordo che nonostante la sarta mi avesse preso le misure una sola volta, quando indossai il vestito era proprio perfetto e mi calzava a pennello. Sopra il vestito

**Vestivano così ...** indossavo un cappotto di un marrone più scuro con due strisce di pelliccia applicate sul



davanti. Il cappello completava il tutto, lo avevo comprato però lo avevo un po' modificato secondo i miei gusti. Nel 1955 ho iniziato a lavorare sulle macchine da maglierie alla S.A.M.A. (Società Anonima Maglificio Angerese), una grossa ditta di maglieria di Angera costituita nel 1920 dalla trasformazione della tessitura Forni e Piona. La maglieria S.A.M.A. oggi non è più esistente. Allora facevamo parti di maglie pronte per passare alla confezione finale. D'inverno si preparavano i costumi da bagno per l'estate, naturalmente di colore nero e stranamente di lana. Si preparavano delle pezze lavorate a maglia, si passavano poi al taglio dove venivano tagliate nelle varie misure e infine confezionate e controllate. Era un lavoro che mi piaceva molto e nel 1974 ho comprato una macchina da maglieria, dapprima il modello base,

poi aggiungendo successivamente delle parti ottenni una macchina più completa che permetteva di fare lavorazioni particolari. La mia macchina da maglieria mi ha dato grandi soddisfazioni, mi sono davvero sbizzarrita a creare dei capi interessanti e particolari, sia per me



che per i miei familiari ma soprattutto per la mia nipotina. Il tempo è passato e la mia nipotina adesso è una mamma e la sua bambina gioca con le copertine che allora avevo confezionato con la mia fantastica macchina da maglieria. **Fausta**



## NATA NEL 1930



Eccomi di nuovo qui a condividere su queste belle pagine i ricordi di tanto tempo fa, quando ero una bambina, poi ragazzina, studentessa, signorina ed infine giovane sposa. Come sempre provo un certo imbarazzo nel raccontare la mia esperienza di allora, così diversa da quella delle care "Tusann de Ier" ispresi, che a differenza di me sono cresciute fra i campi coltivati e gli ampi spazi della campagna; luoghi in cui il lavoro quotidiano non mancava di certo ed era anche pesante e dove



lo sguardo spaziava liberamente e i bambini crescevano imparando a conoscere e rispettare la natura. A me sono mancate queste esperienze, perché sono nata a Torino, che era una grande e raffinata città già nel 1930, anno della mia nascita. Il mio orizzonte era circoscritto alle stanze del piccolo appartamento della casa di ringhiera dove abitavo con i miei

genitori. In questi palazzi, oggi diventati "condomini", ai bambini non era permesso scendere in cortile a giocare perché si disturbava e non si doveva fare rumore, per cui gli spazi dello svago erano quelli molto limitati del ballatoio: un corridoio lungo e stretto sul quale si affacciavano le porte dei singoli appartamenti. Come tutti ricordiamo, l'epoca di quel tempo era quella del Fascismo che imponeva le sue regole anche nel campo dell'abbigliamento; la "moda" (se così la si poteva definire) era quella delle divise, cioè una regola di vestiario il più possibile uguale per tutti. Alla scuola elementare, per esempio, maschietti e femminucce portavano il grembiule: bianco per le bambine, nero per i bambini, con un fiocco azzurro inamidato per entrambi. A casa si portavano sempre grembiolini colorati con i calzini corti bianchi, più o meno pesanti a seconda delle stagioni, scarpe chiuse, mai sandali o calzature

aperte. I bambini piccoli rimanevano in casa ed uscivano solo per mano ai genitori poiché anche se a quei tempi non c'erano molte automobili, in compenso i tram sfrecciavano sulle rotaie. Ricordo che la domenica, i miei genitori, come molti altri, mi portavano in gita fuori città, in mezzo ai prati della campagna vicina; in quelle occasioni si indossavano gonna a

**Nata nel 1930 ...** pieghe e camicetta. La mia amica Enrica, alla quale ho chiesto come vestivano i bambini in



Valtellina, mi ha confermato che loro avevano abiti scozzesi, ma poiché lei cresceva parecchio di anno in anno, la sua mamma le faceva confezionare i vestiti non a pieghe, ma a balze sia nella gonna che nel corpino; così ogni anno gliene eliminava una perché l'abito si allungasse. A quei tempi non c'erano grandi disponibilità economiche, né esistevano i centri commerciali di oggi, per cui sull'abbigliamento esistevano severe regole di conservazione. Nelle famiglie numerose, per esempio, i vestiti dei fratelli più grandi venivano passati ai più piccoli e l'acquisto di un nuovo capo, anche modesto, era un grande avvenimento. Io ero figlia unica e quindi mi mancava la possibilità di "ereditare" gli abiti dismessi; ricordo che mia mamma, facendo la sarta,

si ingegnava a cucirmi quanto mi serviva e solo crescendo ho capito quale fatica le costasse farlo, dopo che aveva cucito ore ed ore nella sartoria dove era impiegata. Da giovane studentessa delle medie ricordo che il problema del vestiario diventò anche più spinoso perché la guerra e le sue restrizioni resero tutto più difficile; nonostante ciò la mia mamma continuava a vestirmi con gonna a pieghe, giacca in tinta coordinata, camicetta e calzini bianchi. Le scarpe erano sempre chiuse, di colore scuro e di foggia maschile. A scuola si continuava a portare il grembiule, ma senza più il fiocco e quando al sabato si partecipava alle manifestazioni fasciste, vestivamo con la divisa da Giovane Italiana: gonna a pieghe completata da una cintura e bustina di feltro in testa. Tutto rigorosamente nero, tranne la camicetta che poteva essere solo bianca. Nel periodo più



**Nata nel 1930** ... terribile della guerra, quando Torino era presa di mira dai bombardamenti, venni sfollata fuori città con tutta la mia scuola; siccome era un collegio di



suore, si viveva praticamente l'intera giornata in divisa, mentre per la notte si indossavano camicie di cotone pesante, lunghe fino ai piedi, con maniche anch'esse lunghe e tanto di colletto. Al sabato le suore sovrintendevano alla grande pulizia settimanale che non riguardava soltanto la persona, ma anche i vestiti e le scarpe. Ci veniva insegnato come tenere puliti gli indumenti facendo in modo che si preservassero dall'usura e apparissero il più possibile impeccabili, nonostante scarseggiasse il sapone da bucato e fossero completamente sconosciuti i detersivi di oggi! Anche adesso, a più di ottant'anni, ricordo che la Madre Superiora ci insegnava come lucidare le scarpe senza trascurare la suola e

particolarmente la parte interna del tacco (che era basso e squadrato, non certo a spillo!), dicendo che era la parte più in vista quando ci inginocchiavamo in chiesa o camminavamo. Anche per le regole di comportamento, che fanno parte della moda, bisognava osservare criteri molto precisi che riguardavano tanto i maschi che le femmine; i ragazzi, per esempio, non portavano calzoncini corti né giubbotti, ma giacche più o meno leggere a seconda della stagione. Le



**Nata nel 1930** ... signorine, anche quelle che avevano compiuto i ventun'anni (la maggiore età dell'epoca), non tenevano i capelli sciolti, ma per quanto lunghi, sempre raccolti in trecce o tenuti in ordine da nastri e fiocchi. Non esistevano cerchietti o fermagli, con o senza strass! Quando mi diplomai maestra la guerra era ormai terminata e si respirava un'aria più spensierata che, però, poco traspariva dall'abbigliamento; come insegnante, a scuola portavo il grembiule nero a maniche lunghe rischiarato da un colletto bianco. Nei giorni di festa e prima dei fidanzamenti ufficiali, noi signorine uscivamo in gruppo per andare a messa in centro a Torino e poi a prendere il gelato o la cioccolata calda in una delle tante pasticcerie per cui la mia città è ancor oggi famosa. In quelle occasioni indossavamo abiti interi al ginocchio, non eravamo mai senza guanti, borsetta e cappellino che erano accessori obbligatori; tanto i vestiti che l'intramontabile due pezzi "gonna-camicetta" erano stretti in vita da cinture sottili, ovviamente non borchiate o decorate da teschi come si vedono oggi, il cui scopo era far risaltare quello che allora era l'ambito "vitino da vespa". I pantaloni femminili erano rarissimi e consentiti solo per le gite fuori città poiché, essendo Torino circondata da zone

montuose, inevitabilmente andavamo... in alto! Ricordo che fui una delle prime ad indossarli, dopo aver vinto l'iniziale perplessità di mio padre; la mamma, in quanto sarta, era più



aperta alle novità! Certo, adesso che siamo addirittura nel nuovo millennio viene da sorridere a riguardare le fotografie di quei tempi, con gli uomini sempre in cravatta e le donne con il cappello e le acconciature ordinate e raccolte! A volte, però, osservando le mode di oggi e soprattutto certi diffusi costumi di apparire in pubblico molto poco vestiti, coperti più da tatuaggi che da stoffa, mi pare vi sia un'esagerazione dettata dalla mancanza di rispetto di sé che è molto triste. E quasi rimpiango i tempi in cui, canicola o meno, le maniche di abiti e camicette arrivavano al massimo al gomito e le "infradito" (che poi sarebbero delle scomode ciabatte!) non si sapeva neanche cosa fossero. Quella, però, era la moda dei miei tempi.

**Jole**

## IL PALTO'



Non per piangerci addosso, ma 70-50 anni addietro faceva molto più freddo, da lì il proverbio "Febbraio, febraietto corto e maledetto".

In questi ultimi anni ci sono giorni di gennaio e di febbraio con il tepore della primavera. Mio suocero alle porte di ogni inverno soleva dire con rassegnazione: - *l'invernu l'è mai stà mangià dal loff (lupo)* -. La morsa del



gelo iniziava a novembre e a marzo c'erano ancora mucchi di neve e crostoni di ghiaccio al suolo. Di mia ricordanza, si patì molto freddo negli inverni dal '40 al '46, quando per le comunicazioni interrotte dai



bombardamenti non arrivava il carbone e la legna nei boschi era già stata tutta tagliata e anche i gelsi che a filari erano nei campi, via, via erano spariti. Tempi duri, tempi passati. Eravamo appena usciti dalla

seconda guerra mondiale, lunga e dolorosa per ogni verso. Nel 1946 avevo undici anni ed ero stata iscritta alla scuola di Avviamento di Angera, tenuta dalle Suore di San Vincenzo de' Paoli. Quando incominciarono le prime ribellioni, per le troppe attenzioni che la famiglia aveva per me. Drammatico! Per arrivare ad Angera, la bicicletta me la rimediarono Romeo e Luigi, togliendo la canna centrale a quella da uomo. Con un tubo di gomma pesantissimo autarchico, tagliato a fetta di salame, rimediarono ai copertoni delle ruote. Abbassata la sella, oliati gli ingranaggi, (Machiavellico!) la bicicletta era pronta per raggiungere a forza di pedali Angera. In quei giorni alla radio un comico diceva: - *Non è la guerra a far paura ma il dopoguerra!* -. (Veritiero!) Si sopravviveva con la fantasia! La mamma si ingegnò a tingere di nero, il grembiule a fiori scoloriti, che avevo portato

nell'estate, mia cognata Stella aveva ricamato un collettino tondo per ingentilirlo. Di rosso fu tinto il golfino bianco di lana di pecora filata a mano con la *mulinella*. Con i quattro ferri da calza, mi si confezionarono caldi calzettini lavorati a treccia, lunghi fin sopra le ginocchia, con lo scopo di proteggerle dal freddo. Mio papà procurò un pezzo di telone da camion, lo cucì a mo' di cartella il calzolaio (*El Muschin di Ispra*), con la macchina da cucire non era possibile; mirabile! Ahimè, mi mancava il paltò. I negozi non avevano stoffe, dagli armadi non si reperiva più nulla. Ma anche a questo si rimediò (*la provvidenza!*) .



Accompagnata dalla cameriera, veniva

**Il paltò ...** a prendere il latte da noi, l'anziana signora Ferraroni, che qualche anno prima era sfollata a Ispra, da Milano bombardata dagli americani e occupata dai tedeschi. Una sera parlando amichevolmente di reciproche difficoltà la signora Ferraroni disse di avere un suo cappotto, bello, caldo che andava bene a me (*ocio, gatta ci cova!*). In men che non si dica, ce lo portò e poiché lei era piccola e minuta, non abbisognava di rimedi, lo si lasciasse lungo, avrebbe protetto le gambe. Io non lo volevo, era brutto, nero, lercio. Con abilità e astuzia a noi sconosciute, ella lo decantava al massimo. Il vecchio gabbano, nero, lungo, venne chiamato "cappotto".



Diceva ella, rammaricandosi di cederlo: - *E' pieno di ricordi, con questo cappotto andavo a teatro con mio marito architetto, andavamo in Galleria Vittorio Emanuele a prendere il caffè al tavolino, lo portavo agli inviti, le amiche me lo invidiavano* -. Se lo metteva per la messa in Duomo e tirò in ballo anche l'arcivescovo Schuster, lo aveva confezionato una grande sarta, la lana era "merinos" australiano, tessuto inglese, anteguerra! (1910-1915 ?

*Megera!*) Mia mamma abbindolata ringraziava ma ella chiese in cambio qual cosina ... e tanto disse e ci lavorò fino a rimbambirla, che barattò il reperto storico, con una tacchinella

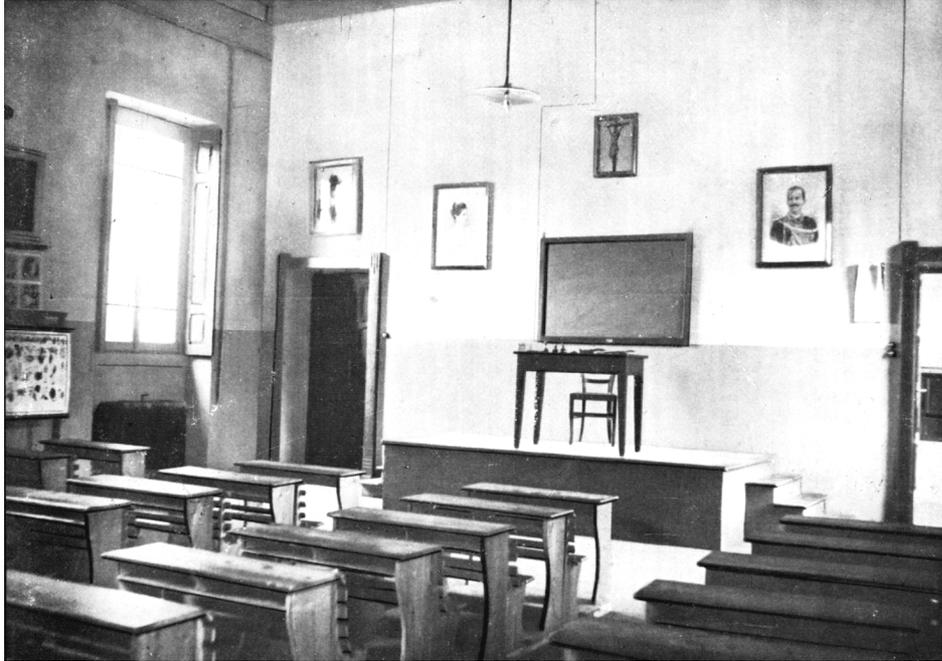


bianca, giovane, tenera, grassa, con la quale io ci giocavo. (*Eccelso!*). Noi polenta e cicoria ... Mio padre non lo seppe mai, del resto anche il vangelo dice "*Non sappia la destra quello che fa la sinistra*". Questo cencio di alcun valore, non volevo metterlo. "*Si, mi andava comodo ma sarei cresciuta*" diceva la santa donna di mia madre, convinta di aver fatto chissà quale affare, che era poi anche marcio; quando lo slacciavo, mi rimaneva in mano il bottone con un pezzo di stoffa. Ma come diceva quel comico alla radio "*Tutto è meglio del peggio*". A renderlo caldo e confortevole, ebbero la brillante idea di attaccarci la pelliccia di coniglio (*Strabiliante!*). Già dallo

scorso anno mio fratello Virgilio arremugiava per conciare le pelli di coniglio; scuoiato il coniglio, povero animale ricopriva l'interno della pelle con il salgemma, di tanto in tanto le pelli venivano srotolate, ricoperte con altro salgemma. Poi di nuovo arrotolate e messe nel sottoscala a riposare. I conigli erano grossi, venivano chiamati



**Il paltò ...** giganti; il loro pregio però era la pelliccia argentea. Difatti era la razza argentata. (*Meraviglioso!*). A tutti venne l'intuizione infausta di modellarle sul paltò. Poteva bastarne una ma per eccesso ne misero due.



Tagliarne una parte? Peccato! Ridimensionarle? Neanche per sogno! Ora immaginate: sul lungo paltò nero le pelli argentate mi coprivano fino a metà schiena, si posavano sulle spalle fin sopra le braccia, scendevano a scialle sullo stomaco (*Drammatico!*). Mamma era soddisfatta, così difesa dai rigori del freddo e dall'umidità della fitta nebbia, non avrei preso la tosse ... Neanche che Angera fosse sita a nord della Siberia ... Ma ancora non bastava. Alle manopole del manubrio della bicicletta, mio fratello Ugo ci aveva legato stretto, altre due pelli, una per parte (*geniale!*). Anche se già avevo un paio di grossi guanti di lana di pecora, filata a mano,



grezza, ruvida, pungente. Per le mani poco male, ma infilare sulla pelle nuda la maglia fatta con codesto filato, era pari a scontare tutti i peccati passati, presenti e futuri. Al pensiero, ancora vado al martirio di san Bartolomeo,

grande martire, la sua pelle se la tiene sul braccio con indifferenza. Così arrangiata andavo a scuola (*Magnifico!*). Ma l'aula non era riscaldata, le suore ci permettevano, anzi invitavano a tenere indossato il paltò in classe. Il mio

disagio era tremendo, mi vergognavo da morire. Soprattutto quando c'era Suor Emilia, l'insegnante più severa ed intransigente che mi dava certe occhiate da annientarmi. Finita la lezione mi fissò e con voce dura disse: - *Domani, vieni con il materasso* -. Dalla massa di pelo emergeva un

faccino striminzito, con due grandi occhi color verderame; uno spaventapasseri! Ecco cosa ero! Anche se mio fratello Bruno diceva: - *che no, ero bellina* -. Per sostenermi; lo capivo! Non c'erano alternative, anche a piangere dovevo indossare il paltò e la primavera non arrivava più. Dalle lampadine posizionate al centro delle strade, scendevano candelotti di ghiaccio lunghi e pesanti che incurvavano i cavi di sostegno. Durante la notte sui vetri delle

finestre, il ghiaccio ricamava pizzi preziosi. Belli a vedersi. Ma che freddo ragazzi!!! Come nelle favole, pareva di vivere nel Paese dei Ghiacci, con la principessa che aspetta il sole di primavera, per risvegliarsi e sorridere al mondo. Dal freddo intenso di quegli inverni ci si difendeva coprendosi, infagottandoci. Le mamme si preoccupavano oltre misura fino a farci rasentare il ridicolo. Eppure, ora, mi sembrano gli anni più belli e provo gusto e gioia a rievocarli. **Rita**



---

## **IL DECALOGO DEL MINISTERO DELLA SALUTE PER AFFRONTARE IL GRAN CALDO SENZA RISCHI PER LA SALUTE**

E' bene ricordare che in condizioni di caldo estremo, le fasce di popolazione più colpite sono specialmente quelle che vivono nelle grandi città, in zone con poco riparo all'ombra, in abitazioni surriscaldate e con scarsa ventilazione. Rischiano di più le persone anziane, specialmente se malate e in solitudine, le quali possono sviluppare rapidamente disidratazione, subire un aggravamento di patologie croniche (come quelle cardiorespiratorie) o essere vittime di un colpo di calore. In generale, però, una serie di semplici abitudini comportamentali e misure di prevenzione possono contribuire a ridurre notevolmente le conseguenze nocive delle ondate di calore. Si tratta di **10** semplici regole comportamentali in grado di:

- limitare l'esposizione alle alte temperature
- facilitare il raffreddamento del corpo ed evitare la disidratazione
- ridurre i rischi nelle persone più fragili (persone molto anziane, persone con problemi di salute, che assumono farmaci, neonati e bambini molto piccoli).

### **1 - Uscire di casa nelle ore meno calde della giornata**

Evitare di uscire all'aria aperta nelle ore più calde cioè dalle ore 11 alle 18. Se si esce nelle ore più calde non dimenticare di proteggere il capo con un cappello di colore chiaro e gli occhi con occhiali da sole; inoltre proteggere la pelle dalle scottature con creme solari ad alto fattore protettivo.

### **2 - Indossare un abbigliamento adeguato e leggero**

Sia in casa che all'aperto, indossare abiti leggeri, non aderenti, preferibilmente di fibre naturali per far assorbire meglio il sudore e permettere la traspirazione della pelle.

### **3 - Rinfrescare l'ambiente domestico e di lavoro**

Schermare le finestre esposte al sole utilizzando tapparelle, persiane, tende etc. Chiudere le finestre durante il giorno e aprirle durante le ore più fresche della giornata (la sera e la notte). Se si utilizza l'aria condizionata, ricordarsi che questo efficace strumento va utilizzato adottando alcune precauzioni per evitare conseguenze sulla salute e eccessivi consumi energetici.

In particolare, si raccomanda:

- di utilizzarla preferibilmente nelle giornate con condizioni climatiche a rischio; di regolare la temperatura tra i 25°C e 27°C
- di coprirsi nel passaggio da un ambiente caldo ad uno più freddo
- di provvedere alla loro manutenzione e alla pulizia regolare dei filtri
- di evitare l'uso contemporaneo di elettrodomestici che producono calore e consumo di energia

### **4 - Ridurre la temperatura corporea**

Fare bagni e docce con acqua tiepida, bagnarsi viso e braccia con acqua fresca. In casi di temperature molto elevate porre un panno bagnato sulla nuca.

---

## **IL DECALOGO DEL MINISTERO DELLA SALUTE PER AFFRONTARE IL GRAN CALDO SENZA RISCHI PER LA SALUTE**

### **5 - Ridurre il livello di attività fisica**

Nelle ore più calde della giornata evitare di praticare all'aperto attività fisica intensa o lavori pesanti.

### **6 - Bere con regolarità ed alimentarsi in maniera corretta**

Bere almeno 2 litri di acqua al giorno (salvo diversa indicazione del medico curante). Gli anziani devono bere anche se non ne sentono il bisogno. Evitare di bere alcolici e limitare l'assunzione di bevande gassate o troppo fredde. Mangiare preferibilmente cibi leggeri e con alto contenuto di acqua (frutta e verdura).

Porre particolare attenzione alla conservazione degli alimenti ed evitare di lasciarli all'aperto per più di 2 ore.

### **7 - Adottare alcune precauzioni se si esce in macchina**

Se si entra in un'auto parcheggiata al sole, prima di salire aprire gli sportelli, poi iniziare il viaggio a finestrini aperti o utilizzare il sistema di climatizzazione. Prestare attenzione nel sistemare i bambini sui seggiolini di sicurezza, verificare che non siano surriscaldati. Quando si parcheggia la macchina non lasciare mai, nemmeno per pochi minuti, persone o animali nell'abitacolo.

### **8 - Conservare correttamente i farmaci**

Leggere attentamente le modalità di conservazione riportate sulle confezioni dei farmaci e conservare tutti i farmaci nella loro confezione, lontano da fonti di calore e da irradiazione solare diretta. Conservare in frigorifero i farmaci per i quali è prevista una temperatura di conservazione non superiore ai 25°- 30°C.

### **9 - Adottare precauzioni particolari se si è a rischio**

Quando arriva il gran caldo, le persone anziane, con patologie croniche (cardiovascolari, respiratorie, neurologiche, diabete, ecc.) e le persone che assumono farmaci, devono osservare le seguenti precauzioni:

- consultare il medico per un eventuale aggiustamento della terapia o della frequenza dei controlli clinici e di laboratorio (ad esempio per i diabetici è consigliabile aumentare la frequenza dei controlli glicemici)
- segnalare al medico qualsiasi malessere, anche lieve, che sopraggiunga durante la terapia farmacologica
- non sospendere mai di propria iniziativa la terapia in corso.

### **10 - Sorvegliare e prendersi cura delle persone a rischio**

Nei periodi prolungati di caldo intenso, prestare attenzione a familiari o vicini di casa anziani, specialmente se vivono da soli e, ove possibile, aiutarli a svolgere alcune piccole faccende, come fare la spesa, ritirare i farmaci in farmacia ecc. Segnalare ai servizi socio-sanitari eventuali situazioni che necessitano di un intervento, come persone che vivono in situazioni di grave indigenza o di pericolo per la salute (es. i senza tetto in condizioni di grave bisogno).