



**Chiummo®**  
case

Milano 20135 Via Anfossi 8  
tel. 02.5519.6027 r.a.  
www.chiummocase.com

Soluzioni immobiliari

# QUATTRO

Giornale di informazione e cultura della Zona 4 Vittoria Forlanini

**Chiummo®**  
case

Milano 20135 Via Anfossi 8  
tel. 02.5519.6027 r.a.  
www.chiummocase.com

Soluzioni immobiliari

**Editore:** Associazione culturale QUATTRO. Registrato al Tribunale di Milano al n. 397 del 3/6/98. **Redazione:** viale Umbria 58, Milano tel/fax 02 45477609 e-mail quattro@fastwebnet.it **Sito internet:** www.quattro.net **Videoimpaginazione:** SGE Servizi Grafici Editoriali **Stampa:** Galeati Industrie Grafiche S.r.l. - via Selice, 187-189 - Imola (Bo). **Direttore responsabile:** Stefania Aleni. **Amministrazione:** Antonio Ferrari. **Redazione:** Vanda Aleni, Patrizia Avena, Lorenzo Baio, Francesca Barocco, Ugo Basso, Sergio Biagini, Simona Brambilla, Sara Capardoni, Athos Careghi, Giovanni Chiara, Irene De Luca, Laura Misani, William Porzio, Francesco Pustorino, Riccardo Tammara, Francesco Tosi, Alberto Tufano. **Hanno collaborato a questo numero:** Luciana Barbarano, Camilla Boca, Simonetta D'amico, Enrico Lotti, Marcia Zegarra Urquizo. Aderente al Coordinamento dei giornali di zona di Milano. **Abbonamento 2012:** 20 euro - cc postale 42773200 intestato a QUATTRO. **Tiratura:** 16.000 copie. **COPIA OMAGGIO**

## Cento occasioni di incontro

Buon rientro a tutti, anche a noi che ci siamo presi due mesi di pausa, pensando "intanto d'estate non succede niente...". E invece è successo di tutto; dalla residenza universitaria di via Einstein, all'occupazione di una palazzina del vecchio Macello da parte dell'ex Maccao. Alcuni temi li affrontiamo già in questo numero, altri li accenniamo e li svilupperemo man mano. Ad esempio, su sollecitazione di un lettore, ad ottobre faremo il punto sul progetto della Provincia di Milano di costruire un imponente edificio nell'area dell'ex brefotrofo di viale Pice-no. Novità anche per Ponte Lam-

bro, dove l'abbattimento dell'ecomostro ha creato le condizioni per importanti cambiamenti. Ad agosto abbiamo anche letto una news su un parziale finanziamento alla BEIC, andremo a verificare. Poi dovrebbe andare a soluzione la faccenda delle "casette di via Barzoni", e così via. Tutto questo per dirvi che anche nei prossimi mesi, ce ne sarà da leggere....

Ma intanto godiamoci questo mese di settembre, perché è strarico di eventi culturali e ricreativi per tutti: feste di quartiere, mostre, musica, corsi, attività sportive che avranno luogo tutti nella nostra zona, molti promossi o organiz-

zati in collaborazione o con il patrocinio del Consiglio di Zona 4. Un calendario fitto di eventi gratuiti cui abbiamo dedicato alcune nostre pagine (sperando di non averne dimenticati) per permettere a tutti di partecipare e approfittare ancora della bella stagione per stare insieme. Un calendario che testimonia della vitalità della nostra zona, dell'impegno delle associazioni a offrire proposte culturali di qualità, pur nelle difficoltà del momento economico che stiamo attraversando. Grazie a tutti quanti si impegnano per migliorare la nostra zona e non perdiamoci tutte queste occasioni di incontro! S.A.



ATHOS

## Lavori in corso

Il creativo di via Sciesa ha colpito ancora: approfittiamo della sua simpatica creazione per illustrare le nostre news.

### CICLABILE CORSO LODI

I lavori procedono con qualche ritardo e con notevoli disagi per il traffico del dopo ferie. Dall'assessorato abbiamo saputo che: la sosta sarà in parte ripristinata rendendo accessibili gli stalli, direttamente dalla carreggiata; la posa di alberi, ipotizzata in fase di studio progettuale, si è rivelata impraticabile in quanto da 5 scavi di assaggio è emersa la presenza di elementi strutturali del cavalcavia già a profondità di 30/40 cm dall'attuale piano e tale spessore non risulta idoneo per la posa di alberi o arbusti. La previsione della chiusura dei lavori è per la fine di settembre.

### NUOVE BANCHINE IN XXII MARZO

Da anni in Consiglio di zona si richiedeva al Comune la messa in sicurezza delle fermate tramviarie in corso XXII



Marzo: sono tutte pericolose perché strette, senza protezione, alcune raggiungibili solo camminando in mezzo alla strada. Si incomincia ora col primo intervento di messa in sicurezza in piazza Maria del Suffragio, sperando però che non sia anche l'ultimo. Allargamento e innalzamento della banchina, restringimento del marciapiede corrispondente per permettere l'ampiezza necessaria della carreggiata automobilistica. La banchina all'angolo con Morosini è terminata, adesso sono in corso i lavori di quella in direzione centro.

## La residenza universitaria di via Einstein: il caso più caldo di questa torrida estate



Vista esterna sul retro con annessa discarica

Nei mesi di giugno e luglio la temperatura in via Einstein e dintorni era sicuramente di qualche grado più alta che nel resto della zona 4! Infatti il dibattito sulla realizzazione della residenza universitaria del Politecnico nell'area della ex scuola media Tito Livio ha avuto toni molto accesi: un folto gruppo di cittadini contrari è intervenuto una prima volta alla presentazione del progetto nella riunione della Commissione territoriale del Consiglio di Zona 4, appositamente convocata il 12 giugno con i rappresentanti del Politecnico e col direttore del settore Pianificazione e Valorizzazione aree del Comune di Milano. A sostegno dei contrari, i consiglieri della Lega nord e PDL che a luglio poi votavano una loro mozione per "revocare la concessione dell'area dell'ex scuola Tito Livio bloccando così l'attuale progetto in essere". La mozione però veniva respinta dalla maggioranza del Consiglio. Nel frattempo, il 29 giugno,

→ segue a pag. 2

**Nelle pagine interne:**

**Alluminio: una vita infinita...**

pag. 6

**Con la preferenziale 92, siamo a metà dell'opera**

pag. 3

**L'ultimo concerto di don Seno**

pag. 9

**Le piscine del Saini**

pag. 5

**I consultori a Milano/1**

pag. 12



## La residenza universitaria di via Einstein: il caso più caldo di questa torrida estate

→ segue da pag. 1

una delegazione di consiglieri, di residenti, rappresentanti del Politecnico e del Comune facevano un sopralluogo all'interno della ex scuola, trovando sia dentro che fuori una situazione veramente disastrosa, che vogliamo testimoniare con alcune di foto: sporcizia, occupanti abusivi, materiali tossici in vista, terreno inquinato dalla cisterna (che il Politecnico ha già provveduto a rimuovere). L'opposizione proseguiva anche "in strada" con volantini sulle macchine e appesi ai pali: "Firma contro la cementificazione ..... contro il pazzesco progetto di costruzione ..... no al mostro di cemento".

Partiva però anche una raccolta di firme presso alcuni esercizi della via Tito Livio di residenti non contrari, che ritengono che "la realizza-

to all'Urbanistica per concordare alcune modifiche al progetto che dovrà quindi essere ripresentato: a parità di volumetria per ospitare i 208 studenti, verranno rimodulate le altezze e verrà migliorato l'aspetto esterno.

Come concordato in uno degli incontri in assessorato, verranno illustrate in una Commissione territoriale del Consiglio di zona le nuove proposte; il progetto definitivo verrà quindi presentato in Comune. Contiamo dunque di potervi presentare nel numero di ottobre le novità.

CLS

### DOMANDE E RISPOSTE

**Per completare ed arricchire l'informazione, come documentazione pubblichiamo quasi integralmente le risposte scritte del Politecnico di Milano ai vari punti critici sollevati durante i vari incontri dai residenti e dai consiglieri e consegnate in Consiglio di Zona ed ai rappresentanti dei residenti contrari.**

**Gli alberi e la zona verde attualmente presenti saranno interamente abbattuti?**

Il progetto prevede, compatibilmente con la diffusione e il livello di inquinante presente nel terreno, di preservare la maggior parte degli alberi presenti (attualmente

circa 25). Salvo il manifestarsi delle condizioni ostative di cui sopra si prevede di abbattere circa 12 alberi su 25 presenti e di piantarne circa 35 nuovi.

**Per quale motivo il Politecnico è ricorso alla DIA per ottenere il titolo a costruire?**

Il ricorso alla DIA come procedura per l'ottenimento del titolo a costruire era facoltà prevista dall'art.7 comma 2 della concessione sottoscritta tra Comune di Milano e Politecnico di

Milano il 7 maggio 2009. La presentazione della stessa ha consentito, nei ristretti tempi resi disponibili dal Ministero dell'Istruzione, Università e Ricerca, di poter far pervenire allo stesso il progetto esecutivo completo degli atti autorizzativi necessari a renderlo immediatamente cantierabile. Occorre inoltre precisare che il progetto è stato oggetto di approvazione da parte della Commissione edilizia del Comune di Milano nel luglio 2009 la quale lo ha definito "compatibile con i caratteri morfologici e tipologici del luogo".

**Il progetto per la realizzazione della residenza universitaria rispetta le distanze fissate dalla legge?**

Il progetto rispetta le disposizioni normative nazionali, regionali e comunali in termini di distanze dai confini.

**Il progetto prevede la realizzazione di volumi maggiori rispetto quelli in demolizione: questo com'è possibile?**

Gli indici urbanistici cui il progetto sottosta, sono individuati dalla concessione sottoscritta tra Comune di Milano e Politecnico di Milano il 7 maggio 2009 e relativi allegati e documenti ivi richiamati. In particolare modo è da precisare come l'indice massimo di utilizzazione territoriale fissato per l'area in questione a 1 mq/mq (cfr. "Relazione illustrativa e linee guida alla progettazione degli interventi") è stato abbondantemente rispettato dal progetto.

**Il progetto può essere realizzato altrove?**

No, il progetto deve essere realizzato nell'area oggetto di concessione da parte del Comune di Milano. Un'eventuale spostamento, oltre necessariamente la riprogettazione dell'intero complesso, comprometterebbe l'ottenimento del cofinanziamento in quanto la location era una delle condizioni oggetto di assegnazione di punteggio ai fini della graduatoria definita dal MIUR sulla scorta dei progetti valutati.

**Perché il progetto prevede la realizzazione di box auto?**

Il progetto non prevede la realizzazione di box auto bensì la sola realizzazione di parcheggi a raso. Si sta verificando con gli uffici del Comune di Milano la possibilità di realizzare un numero minore di parcheggi (circa 25) al fine di ampliare l'area verde.

**La zona verde/giardino sarà ridotta con il progetto per la realizzazione della residenza universitaria?**

L'impronta a terra del nuovo edificio e l'impronta a terra dell'attuale si equivalgono, pertanto la nuova area verde sarà di dimensioni equivalenti rispetto l'attuale oltre che essere qualificata, dotata di attrezzature esterne (panchine, ecc.) e completamente bonificata.

**L'area deve essere oggetto di bonifica?**

A fronte delle verifiche e indagini condotte il terreno dovrà essere oggetto di bonifica in quanto contaminato dalla fuoriuscita di gasolio, avvenuta negli anni, dalle cisterne interrate di alimentazione della centrale termica a servizio della scuola, quando quest'ultima era in funzione.

Inoltre le indagini condotte sull'edificio hanno rilevato la presenza di lane minerali classificate come potenzialmente cancerogene che saranno oggetto di bonifica prima dell'avvio della fase di demolizione. Le bonifiche suddette saranno a carico del Politecnico.

**Il progetto per la realizzazione delle residenze è modificabile?**

Il progetto, nei suoi tratti salienti, ovvero relativamente agli elementi oggetto di assegnazione di punteggio da parte dello stesso MIUR (quali ad esempio numero di posti alloggio, quantità dei servizi di supporto, caratteristiche energetiche, ecc.) non possono essere modificati pena la diminuzione e/o la perdita del cofinanziamento ministeriale assegnato dallo stesso MIUR. Possono invece essere oggetto di modifica, anche per recepire indirizzi della Zona 4, gli spazi esterni, gli elementi di finitura delle facciate, il posizionamento dei locali tecnici posti al piano terra al di fuori della sagoma del nuovo edificio, oltre all'eventuale utilizzo pubblico di spazi comuni al piano terreno dell'edificio.

**Il progetto prevede la realizzazione di tre distinti edifici?**

Il progetto prevede la realizzazione di un unico edificio (quindi un unico numero civico) costituito da una piastra di un piano e tre torri di 4,



Qualcuno ha preso troppo sul serio l'espressione "Dormire sui banchi di scuola!"

zione della residenza sia un fattore positivo per la riqualificazione dell'area abbandonata, sempre a rischio di utilizzo illecito, e che vada nella direzione di creare servizi utili ai giovani universitari..... offre una serie di servizi aperti alla cittadinanza (giardino, sale lettura) rendendo secondo noi la via più sicura perché più frequentata".

Aggiungiamo che ci sono stati due incontri con tutti gli attori della vicenda presso l'assessorato



Le lane minerali all'interno delle pareti

5 e 9 piani. L'altezza dell'edificio più alto si pone in linea rispetto gli edifici presenti nelle immediate vicinanze. (La distribuzione delle altezze è oggetto di revisione - N.d.r.)

**Chi sarà ospitato all'interno delle residenze?**

All'interno delle residenze saranno ospitati, per il 60% dei posti alloggio disponibili, studenti capaci, meritevoli e privi di mezzi. I restanti posti alloggio saranno destinati a soggetti accuratamente selezionati da parte del Politecnico di Milano.

**Una volta realizzato l'edificio per quanto tempo sarà destinato a residenza universitaria?**

Il Politecnico avrà la gestione della residenza universitaria per 30 anni a decorrere dalla stipula della convenzione sottoscritta con il Comune di Milano. Quest'ultima è rinnovabile.

**A quanto ammonta il cofinanziamento del MIUR per la realizzazione dell'intervento?**

Il MIUR cofinanzia circa il 90% del costo complessivo dell'intervento e quasi il 100% del costo di costruzione.

Il Politecnico di Milano finanzia circa tra € 1.500.000 e € 2.000.000,00 tra costi di progettazione e di bonifica oltre eventuali imprevisti in fase di costruzione: parte di quest'ultimo finanziamento è già stato oggetto di spesa.

**DOGGINI**  
COLLEZIONE  
autunno-inverno

Via Cadore 30, Milano - tel. 02 55010524

Orari di apertura:

lun-mar-mer-sab 9.00-19.00

Giovedì e venerdì 9.00-20.00

www.dogginimilano.it



**La bellezza  
del dettaglio  
per esaltare  
il tuo stile**

**FEDELI**

Occhiali, lenti  
a contatto, liquidi  
Foto in 24 h  
Fototessere  
Lenti extrasottili  
progressive - bifocali  
Occhiali per bambino,  
occhiali e maschere  
graduate per sub

Via Lomellina 11  
20133 Milano  
Tel e fax 02 76118484

**Un Mondo a Quattro Zampe**

**Alimenti e Accessori  
per animali domestici**

**Vendita di qualsiasi marca di  
Alimenti e Accessori**

**Possibilità di effettuare prenotazioni  
con disponibilità entro le 24 ore.**

**SCONTI IMMEDIATI e PROMOZIONI**

**Consegna Gratuita a domicilio**

**SI ACCETTANO ORDINI TELEFONICI**

Via Scrvia, 1 (ang.C.so Lodi)  
Tel: 02 39461795 Cell: 3663827038  
unmondoaquattrozampe@gmail.com  
www.unmondoaquattrozampe.it



## Con la preferenziale 92, siamo a metà dell'opera

Proseguono regolarmente i lavori per la corsia preferenziale della linea filoviaria 92, iniziati circa un anno fa. Il sito dedicato [www.preferenziale92.it](http://www.preferenziale92.it) presenta il progetto e man mano gli aggiornamenti sui lavori, ma proprio per fare il punto sugli interventi in corso e su quelli futuri si è tenuta una assemblea pubblica il 10 luglio scorso presso la sede del Consiglio di zona 3, aperta ai residenti delle zone 3 e 4, entrambe interessate alla nuova corsia della 92. Presenti per Metropolitana Milanese il direttore generale Stefano Cetti e il Direttore Costru-



zione Infrastrutture e Opere Idrauliche, ingegner Roberto Stefani; per l'amministrazione comunale c'erano l'assessore Pierfrancesco Maran ed esponenti dei due Consigli di Zona. Ricordiamo che i lavori consistono nella realizzazione nel parterre centrale dei viali Abruzzo, Mille, Piceno e Umbria fino a piazza Cappelli di una corsia riservata alla linea filoviaria 92 in sede protetta, con una corsia per senso di marcia di 3 metri ciascuna e due banchine di mezzo metro che comporta anche un incremento del verde con l'inserimento di 39 nuovi esemplari di platani e la creazione di nuove aiuole nella parte restante del parterre centra-

le, l'installazione di una nuova illuminazione pubblica per la corsia preferenziale, il mantenimento delle due corsie per senso di marcia da 3 metri ciascuna per la viabilità ordinaria, la creazione di posti di sosta lineare e un intervento di adeguamento della rete idrica della zona. Il tutto, per un'estensione complessiva di 2,5 chilometri.

I lavori procedono per fasi e per lotti: prima, la realizzazione della nuova corsia preferenziale (attualmente in corso nel tratto da piazza Ascoli a Piazzale Dateo), poi la realizzazione della corsia di marcia normale in direzione sud e infine la realizzazione della corsia di marcia normale in direzione nord. Durante queste due ultime fasi, il traffico veicolare sarà spostato nella nuova sede della corsia riservata e comunque saranno garantiti gli accessi agli abitanti e agli esercizi commerciali.

Per quanto riguarda la tempistica, queste le prossime scadenze (ci riferiamo ai lavori relativi alla zona 4):

■ **novembre 2012 - agosto 2013**  
realizzazione della corsia preferenziale fra corso XXII Marzo e piazza Cappelli

■ **gennaio-aprile 2013**  
realizzazione della corsia di marcia normale in direzione sud fra piazzale Dateo e corso XXII Marzo

■ **maggio-agosto 2013**  
realizzazione della corsia di marcia normale in direzione nord fra piazzale Dateo e piazza Cappelli

Infine, un aggiornamento sulla nuova collocazione della ex fontana dell'Acqua marcia, i cui lavori sembrano fermi da alcuni mesi: abbiamo saputo che inizialmente vi era stato un ritardo nello spostamento da viale Piceno a piazza Emilia a causa di una incertezza sulla responsabilità di chi doveva autorizzare, fra la Sovrintendenza Beni Ambientali di piazza Duomo e la Regionale (entrambe ritenevano che l'autorizzazione allo spostamento competesse all'altro); successivamente, superato il problema con l'autorizzazione emessa da piazza Duomo, i lavori di sistemazione della piazza non sono proseguiti perché si è data priorità ai lavori della corsia riservata e inoltre il Settore Parchi e Giardini ha chiesto di modificare la sistemazione prevista; nel mese di settembre si deciderà comunque come procedere.

S.A.

## Passerella ciclopedonale

Dopo il sottopasso Varsavia-Sulmona, è stata aperta anche la passerella ciclopedonale che collega le vie Toffetti/Sulmona e la via Varsavia scavalcando la linea ferroviaria Milano Rogoredo-Milano Porta Romana. E' una struttura



Le scale lato parco Alessandrini

ra reticolare in metallo lunga 76 metri, larga 6 metri e mezzo di cui 4 per le bici, e alta circa 6,40 metri ed è sorretta da due torri cilindriche in cemento armato a nord e a sud.

Purtroppo un lettore ci ha appena segnalato che la passerella ciclopedonale non è utilizzabile in bicicletta: infatti dopo avere percorso in salita la rampa da via Sulmona, si attraversa l'ampia e larga passerella e arrivati sul lato di via Varsavia si incontra una ripida rampa di scale oppure un ascensore chiuso con tanto di saracinesca, con il risultato di trovarsi impossibilitati a scendere dalla passerella per raggiungere parco Alessandrini. Che si fa?

## Piscina Caimi

A luglio, la giunta di Milano ha dato via libera al piano di riqualificazione del centro balneare Caimi. Al termine di un lungo e accidentato percorso, di cui abbiamo parlato ampiamente su questo giornale, è stata approvata la convenzione con la Fondazione Pier Lombardo per restituire alla città e al quartiere una struttura che potrà essere utilizzata tutto l'anno.

La convenzione, infatti, prevede il risanamento e il recupero della piscina in una prospettiva di gestione integrata delle attività complessive: quelle teatrali e quelle sportivo-balneari.

Nel comunicato stampa del Comune di Milano, leggiamo la dichiarazione dell'assessore allo Sport e Tempo libero Chiara Bisconti: "Ritorniamo a cittadine e cittadini, dopo anni di inazione, uno dei luoghi più belli e affascinanti della città e, con questa convenzione, coniughiamo qualità dell'offerta e accessibilità. Il progetto della nuova Caimi è la miglior sintesi tra sport, benessere e tempo libero.

Un impianto polifunzionale, aperto a diverse commissioni. Ci abbiamo creduto fin dall'inizio e voglio ringraziare tutti coloro che hanno reso possibile il percorso".

## Cavalcavia Corvetto

Il Consiglio di Zona 4 a luglio ha approvato un documento in cui chiede "di disporre la chiusura al traffico del cavalcavia Corvetto, dalle ore 22.00 alle ore 6.00", analogamente a quanto avviene sul cavalcavia Monteceneri.

Le motivazioni sono ben presenti a quanti abitano nelle case che affacciano sul cavalcavia: il transito dei mezzi, nelle ore serali e notturne, disturba sensibilmente il sonno degli abitanti; non c'è solo l'inquinamento acustico prodotto dai veicoli in transito, ma forti sono anche le vibrazioni prodotte.

Inoltre la recente apertura del sottopasso Tof-



fetti offre un'alternativa al traffico che si dirige in centro e nella parte nord della zona.

A questo proposito il Consiglio di Zona ha chiesto di migliorare la segnaletica per "indirizzare" il traffico in entrata verso il sottopasso, ancora sottoutilizzato, benché molto vantaggioso dal punto di vista viabilistico.

**Cartolibreria da Stefania**  
VIA SPARTACO, 25 - 20135 Milano - Tel/fax 02 55185200

CANCELLERIA - GIOCATTOLI - GADGETS  
FOTOCOPIE B/N E A COLORI  
STAMPA DA FILE B/N E A COLORI  
TIMBRI - TIPOGRAFIA  
LIBRI DI VARIA su ordinazione

ORARIO DI APERTURA		
	MATTINO	POMERIGGIO
LUNEDI'	CHIUSO	15.30 - 19.30
da MARTEDI' a VENERDI'	8.00 - 12.30	15.30 - 19.30
SABATO	9.00 - 12.30	15.30 - 19.30

**Lamerceria**  
Tutto per la sarta  
Pigiameria, calze, intimo per uomo, donna e bambino  
Hobbistica: feltro, lana, cotone, vasto assortimento articoli per ricamo (moulinè DMC), editoria di settore.  
Cappelli, sciarpe, guanti, bretelle e accessori d'abbigliamento

Si organizzano corsi di maglia e ricamo

Corso Lodi 60 - 20139 Milano Tel. 0239469495

SOLO IN PIAZZA IMPERATORE TITO 8!

**Densionati?**  
**Coccolati!**

Rinnovo Patente **FIAMMA2**  
Over 65 anni  
AGENZIA AUTOMOBILISTICA  
Piazza I. Tito, 8  
(ang. Pistrucchi) Milano  
tel. 02.54.60.581  
fax 02.54.011.750  
[www.fiamma.biz](http://www.fiamma.biz)

€ 65 TUTTO, TUTTO, TUTTO COMPRESO anche il caffè  
ANZICHE' € 90

**FERRFORT**  
FERRAMENTA ELETTRICITA' IDRAULICA

FERRAMENTA FORT  
VIA S.PISTRUCCHI 24 - MILANO 20137  
TEL: 02/55019193 - FAX: 02/54108895  
[WWW.FERRAMENTAFORT.IT](http://WWW.FERRAMENTAFORT.IT)

ATM FERMATA 84

**LIBRACCIO**  
via Arconati, 16  
20135 Milano  
Tel. 02.55190671  
e-mail: [miarconati@libraccio.it](mailto:miarconati@libraccio.it)

**IL LIBRACCIO**

ACQUISTA E VENDE TESTI SCOLASTICI NUOVI E USATI CON DISPONIBILITÀ IMMEDIATA TUTTO L'ANNO.

ACQUISTA E VENDE TESTI DI NARRATIVA, SAGGISTICA, MANUALISTICA, LIBRI D'ARTE ED EDIZIONI BANCARIE, CON VALUTAZIONE E RITIRO A DOMICILIO PER GROSSI QUANTITATIVI ED INTERE BIBLIOTECHE.

ACQUISTA E VENDE CD NUOVI E USATI, DVD, VIDEOGIOCHI E LP.

**STUDIO TECNICO ARCH. CLAUDIO GORINI**  
Certificatore Energetico degli edifici  
Perizie e consulenze immobiliari

Attribuisce una Classe di prestazione all'unità edificio-impianto  
Suggerisce interventi mirati alla riduzione dei costi

In Lombardia dal 1° Luglio 2010 è OBBLIGATORIO allegare il Certificato Energetico agli atti di trasferimento a titolo oneroso - ROGITO/LOCAZIONE. Il Certificato Energetico è essenziale per accedere alle detrazioni fiscali del 55% per gli interventi di ristrutturazione.

**CONTATTATECI PER RICHIEDERE UN PREVENTIVO SENZA IMPEGNO**

Via Tito Livio n. 22 - 20137 Milano  
Tel. 02.55188596 - Fax. 02.55015541 - Cell. 329.6610625  
E-mail: [arch.claudiogorini@fastwebnet.it](mailto:arch.claudiogorini@fastwebnet.it)  
Certificatore Energetico CENED LOMBARDIA

## GIALLOQUATTRO/43

## TUO FRATELLO VORREBBE ESSERE FIGLIO UNICO, TU ALTRETTANTO



**S**ei salito sul metrò a Sant' Ambrogio, hai vicino tuo fratello. Non parlate, come sempre. L'ultima volta che ti ha visto eri in coma (vedi "Non abbiamo più ore di luce"), quasi due anni fa, tu ovviamente non hai potuto vedere lui. In precedenza vi eravate trovati al funerale della moglie, morta di una brutta morte, quattro anni a vedersela con un tumore di quelli che nei film e negli sceneggiati hanno il lieto fine, ma la realtà è essere diversa. Sono passati cinque anni e non capisci come la stia vivendo, difficile decifrare i suoi silenzi. Tra voi, del resto, troppa differenza di età. Non siete cresciuti insieme, lui era già alle medie quando sei nato. La prima cosa che hai capito della vita è che ti odiava in modo feroce, e avrebbe fatto qualsiasi cosa per liberarsi di te. Era il reuccio, l'hai spodestato. Pur vivendo sotto lo stesso tetto, non ti pare che abbiate mai scambiato qualcosa che non fosse l'ovvio della baruffa quotidiana. Con vostro padre non andava d'accordo, un bel momento se ne è andato via di casa. Lo vedevi ricomparire smagrito e affamato sì e no una volta il mese, quando vostro padre non c'era, la mamma a cacciargli in tasca i pochi soldi che poteva, lui a dire non mi servono, figurarsi. S'era messo a fare il bohemien a Firenze, eskimo bisunto e barba e capelli lunghi, in partenza pittore, in capo a poco lavapiatti, l'università a ramengo, ma imperversava il '68 e lui non voleva averci a che fare, troppi figliolini di papà pieni di soldi a giocare alla rivoluzione, qualcuno da salvare sì, il resto rantumaglia. Tuo padre lo chiamava "il comunista",

lui, per ribattere e pungerlo, dopo averti lasciato crescere e studiare silenzioso, a definirti "il fascista", che però in famiglia non è che sembrasse un insulto. Poi è toccato a te dar di cozzo con tuo padre, che ripeteva ho per figli due deficienti. Finché una sera vi siete trovati di fronte, davanti al Palazzo di Giustizia. Da diversi giorni si riunivano là una trentina di persone intirizzite da un novembre

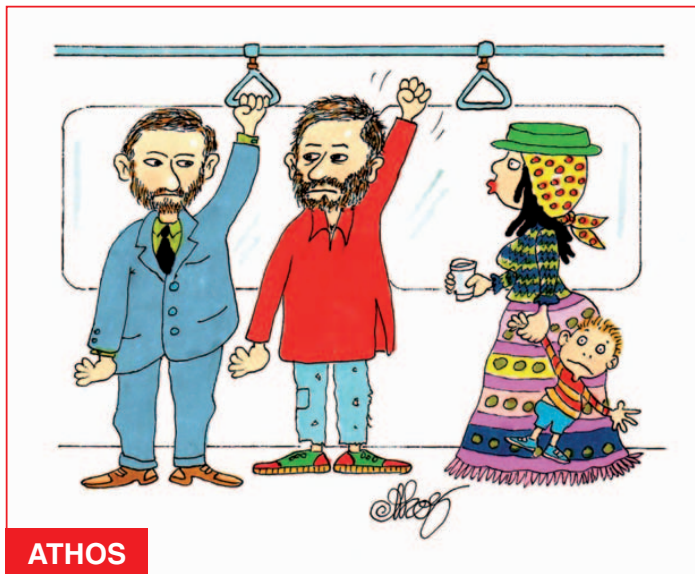
intorno migliaia di manifestanti. «Comunisti schifosi» ringhiava Magri bruciandoli con lo sguardo. In realtà erano persone dai quaranta in su, con l'aria da buoni padri e madri di famiglia borghesi, certo con i quarti di luna per traverso altrimenti non sarebbero stati lì, ma tutt'altro che vogliosi di alzare barricate e fare a botte. Magri invece schiumava, e aveva disposto i propri uomini come se da un momento all'altro dovesse lanciaarli. «Il signor questore vuole sapere quanti sono i manifestanti» ha annunciato con baldanza un giovane vicecommissario dell'ufficio politico nel sottofon-

«Cinquecento, e se fanno la mossa di scendere dal marciapiedi per bloccare il traffico li carico» ha sibillato Magri. Quello c'è rimasto di sale: mica bello per un questore sentirsi comunicare che il responsabile dell'ordine pubblico ha in mente una carica a freddo nel mezzo di un plotone di esecuzione di telecamere e macchine fotografiche. Ha esitato, poi, di spalle, ha risolto per conto proprio: «Cinquemila, pacifico» ha mormorato. Magri, prima di voltarti le spalle, t'ha riguardato storto. E' stato allora che fra i manifestanti hai visto lui, "il comunista", che stava fissando te, "il fascista".

te, con l'aggravante della spudoratezza, della prepotenza, della volgarità, della cafoneria e del ridicolo. Tuo fratello lo aveva capito, tu no. «Quell'imbecille di tuo figlio va a manifestare dove sono di servizio, pensa cosa capiterebbe se ci fosse una carica» hai urlato per telefono la sera stessa a tuo padre, che neppure è stato a pensarci prima di risponderti: «Se c'è una carica spacca un manganella in testa, chissà mai dovesse migliorare» ha suggerito. Adesso siete insieme sulla linea 2 del metrò, dopo aver fatto visita a vostra madre, nella camera mortuaria dell'Ospedale San Giuseppe, silenziosi e privatissimi. Sale una zingara. E' piuttosto pulita, molto minuta, in testa un berrettuccio, in una mano un bicchiere di bibita per l'elemosina e nell'altra il braccio di un bimbo di circa tre anni, bello e ben tenuto. Attacca la litania, proprio davanti a voi: «Sono una famiglia povera, con tre bambini malati...» Eccetera. Ma il bambino gliela tronca, con una manata che butta all'aria il bicchiere. Ai vostri piedi si forma un tappeto ramato di 1 e 2 centesimi. La zingara s'infuria. «Bambino abbandonato, bambino abbandonato» ripete chinandosi per raccogliere le monete, e chissà cosa significa. Ma il bambino le cava dalla testa il berrettuccio. Lei si drizza per il poco della sua altezza, e gli appioppa un manrovescio da mandar-

lo soltanto a sfiorarlo. Vi guardate, nel suo sguardo c'è un punto interrogativo. «Anche a toglierglielo, quel bambino, in capo a ventiquattro ore sono già andati a riprenderselo, loro con i bambini ci campano» gli spieghi. «Metterli in galera no?» domanda lui. Alzi le spalle. Viviamo in un paese intriso del più ipocrita buonismo, non si va in galera per sciocchezze del genere. Lui lo sa benissimo, della giustizia ha la tua stessa opinione, la giustizia da noi neppure si sa dove stia di casa; ma il suo sguardo di rivoluzionario senza rivoluzione ti sta canzonando. Poi i vostri occhi si abbassano. E' appena morta vostra madre. Allora è tregua, finché durerà.

Giovanni Chiara



ATHOS

poco amichevole nei confronti delle manifestazioni di piazza, non fosse stato per qualche fiaccola e qualche cartello sarebbero potute sembrare in attesa dell'autobus. Ma quella sera la faccenda aveva preso dimensioni inaspettate, e tu e Magri, che allora eravate pari grado e facevate ordine pubblico insieme, vi siete trovati

do degli scattamenti della propria radio. Magri neppure s'è guardato intorno. «Cinquecento» ha sentenziato come sputasse. «Ma accidenti a te, saranno almeno diecimila!» ha esclamato incredulo. Magri t'ha fissato con il suo sguardo subdolo. «Cosa devo rispondere al signor questore?» ha insistito il giovanotto.

Erano i tempi di un sogno chiamato Mani pulite, quando ancora la gente sperava che una classe politica corrotta e inefficiente venisse spazzata via e sostituita da gente perbene, mentre invece già si indovinavano le avvisaglie del nuovo corso, la politica ancora più corrotta portata avanti da gente molto più inefficiente

disteso sui piedi di quelli che stanno seduti. Poi lo afferra per un braccio, ripetendo «Bambino abbandonato» si catapultava verso la porta che s'è appena spalancata, lasciando una decina di monete sul pavimento. Nessuno ha fatto una piega. Solo tuo fratello ha allungato un braccio quando il bambino cadeva, riuscendo pe-

LE PUNTATE PRECEDENTI SU [WWW.QUATTRONET.IT](http://WWW.QUATTRONET.IT)

Il prossimo numero di



QUATTRO

esce il giorno  
**10 ottobre**  
**2012**

Per la vostra pubblicità in zona contate su...



QUATTRO

Tel. 02 45477609  
[quattro@fastwebnet.it](mailto:quattro@fastwebnet.it)  
[www.quattro.net](http://www.quattro.net)RICHIEDETECI  
UN PREVENTIVOMaglieria Tina dal 1962  
Intimo e AbbigliamentoVia Tito Livio, 24 - Milano  
Tel. 02-55188156Da quasi 50 Anni  
Intimo e Abbigliamento  
delle Migliori Marche  
a Prezzi Scontati

VENITE A TROVARCI

Troverete  
La Cordialità e La Gentilezza  
di una Volta

Cartoleria

MONTENERO

LIBRI  
CANCELLERIA  
GIOCATTOLE  
ARTICOLI DA REGALO  
FORNITURE UFFICI  
TARGHE, TIMBRI, STAMPE  
SERVIZIO FOTOCOPIE E FAXVia Bergamo, 2  
(angolo Viale Montenero)  
tel e fax 02 55184977Macelleria  
**LUIGI  
BRUNELLI**  
Tel 02 55194288

MERCATO RIONALE DI VIALE UMBRIA

le migliori carni italiane ed estere  
pollame

salumi - carne suina

accurato servizio a domicilio

offerte speciali settimanali  
di vari taglivasto assortimento  
di pronti a cuocere



Mens sana in corpore sano

## Tante opzioni di divertimento presso le piscine del Saini

**L**e Olimpiadi di Londra non hanno portato all'Italia il solito bottino di medaglie, eppure il nuoto rimane uno degli sport più amati dai milanesi, nonostante l'assenza di mare nella nostra città. La Zona 4 offre molte possibilità per chi vuole imparare a nuotare e per chi, invece, vuole perfezionare la tecnica. Oggi vi segnaliamo le risorse disponibili presso le piscine, ben tre, del centro sportivo

**Signor Colombo, com'è il bilancio di quest'estate presso le piscine Saini?**

Ottimo. Abbiamo avuto un incremento di oltre il 50% di presenze rispetto all'estate 2011. I tanti milanesi rimasti in città ci hanno scelto per lenire le conseguenze delle ondate di caldo delle perturbazioni Caronte e Luciferò. **Avete avuto problemi di ordine pubblico?** La sicurezza nei nostri im-

dai loro atleti. Prima delle Olimpiadi, Filippo Magnini è venuto a fine maggio per fare una settimana di allenamenti qui con i suoi allenatori. E in passato anche Massimiliano Rosolino e Federica Pellegrini hanno fatto molte sedute di allenamento nella vasca grande.

**Che differenza c'è tra le tre vasche del vostro impianto?** Una è lunga 25 metri, una è lunga 50 metri; poi ce n'è un'altra più profonda e quadrata, per potersi allenare e divertire facendo tuffi dal trampolino 3 metri. Nelle nostre piscine si fa nuoto, ma anche pallanuoto, acqua fitness, tuffi, idrobike e persino nuoto sincronizzato.

**La manutenzione e pulizia sono molto curate?**

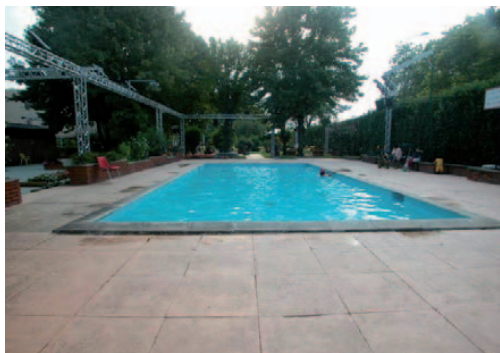
Ci teniamo che vasche, tubature e caldaie siano sempre pulite e igienizzate, secondo i rigidi parametri richiesti dalle federazioni in-

ternazionali e dalla FIN. **Avete agevolazioni per le categorie più svantaggiate economicamente?**

Abbiamo aderito al programma del Comune di Milano e distribuito due tipi di tessere sociali gratuite. Una, riservata agli Over 65, che permetteva ingressi illimitati nel mese di agosto per aiutarli a difendersi dal caldo; un'altra, sempre a disposizione dell'utenza socialmente più debole, che permette 50 ingressi omaggio nel periodo agosto-dicembre. Entrambe le tessere vengono emesse direttamente dagli operatori del Comune, a loro insindacabile giudizio.

**Alberto Tufano**

**Piscine Tuffi e Nuoto**  
presso Centro Sportivo Saini  
Via Corelli 136  
02.7562741  
www.milanosport.it



SAINI, spesso scelte anche da atleti professionisti per la loro qualità e pulizia. Non a caso l'assessora allo Sport, Chiara Bisconti, il 22 agosto scorso ha palesato entusiasmo per la tenuta delle strutture e ha dichiarato che il Saini "ha tutte le carte in regola per diventare un centro agonistico di eccellenza a livello nazionale e internazionale. E in effetti le caratteristiche dell'impianto sono storicamente di livello olimpionico, perché il centro sportivo Saini viene costruito nel 1970 proprio come "gemello" del centro di addestramento federale CONI *Acqua Aetosa* di Roma, dove si allenano gli atleti di punta delle varie nazionali per gran parte dell'anno. Siamo andati a parlarne con Stefania Zanrei, responsabile Area Sud per *MilanoSport*, e Alberto Colombo, coordinatore di presidio presso il Saini.

pianti è assicurata da due società specializzate: *API* (Associazione Poliziotti Italiani) e *ALMAR*, che controllano che tutto fili liscio con discrezione e professionalità. Investiamo circa 5000 euro all'anno per questo scopo, anche se la nostra utenza non ci ha mai dato problemi gravi.

**L'assessora Chiara Bisconti vi ha fatto i complimenti...**

Si, ha elogiato la pulizia delle nostre piscine e l'efficienza del personale che lavora al Saini. Ci ha fatto molto piacere.

**Signora Zanrei, le piscine del Saini attirano anche atleti professionisti?**

Ci coordiniamo con la FIN (Federazione Italiana Nuoto) e le più importanti società sportive, per offrire servizi in linea con i parametri europei; e questo è molto apprezzato

## I Contratti di quartiere Mazzini e Ponte Lambro

**S**ono in atto ormai da molti anni i Contratti di quartiere, ovvero quella serie ampia di interventi edilizi, sociali, infrastrutturali che stanno riguardando tre quartieri di edilizia popolare della nostra zona: Ponte Lambro, Mazzini (zona Corvetto/Gabrio Rosa), Molise Calvairate. Molto è già stato fatto, in particolare a Ponte Lambro sono stati completati la maggior parte degli interventi, ma negli altri quartieri molti ritardi ci sono, ad esempio, nei lavori di ristrutturazione di alcuni edifici Aler.

molti sottotetti che saranno affittati sia a canone sociale che a canone calmierato per favorire il cosiddetto mix sociale; anche la residenza universitaria (di cui abbiamo parlato nel numero di dicembre) e il mercato comunale che successivamente verrà trasferito dalla collocazione attuale al piano terra della residenza, fanno parte dei lavori in corso. Invece non è stata ancora decisa la nuova sistemazione della piazza Ferrara, per la quale si sentiranno le diverse esigenze espresse (comunque, non è un lavoro sicuramente imminente!), pri-

scorso nel cortile di via Mompani 5. E subito è ripresa anche la pubblicazione del notiziario mensile **La Finestra sul Mazzini** che terrà aggiornati gli inquilini su tutte le iniziative e i lavori previsti dal contratto di Quartiere.

Anche il **Laboratorio di Quartiere Ponte Lambro** ha ripreso le sue attività, e il Piano di Accompagnamento Sociale è stato assegnato tramite bando all'Istituto per la Ricerca Sociale (irs) che aveva già operato nei sei anni precedenti. L'équipe territoriale è coordinata da Claudio Calvaresi (Direttore dell'Area Politiche Urbane e Territoriali dell'IRS) ed è composta da quattro persone di formazione differente: Linda Cossa - urbanista, Marcello Balestrieri - sociologo, Giulia Alberio - architetto, Samantha Belotti - urbanista.

Il Piano di Accompagnamento Sociale svolge attività molto diverse che fanno riferimento a tre campi di azione: l'accompagnamento ai cantieri, la progettazione ed implementazione di progetti di natura sociale, la comunicazione ed eventi, attraverso attività di partecipazione e co-



### La Finestra sul Mazzini-News

Proprio per fare il punto della situazione di ogni Contratto di quartiere si stanno svolgendo in Consiglio di Zona 4 degli incontri con responsabili Aler e responsabili dell'assessorato al Demanio e ai lavori pubblici, nonché con tutti i soggetti coinvolti.

Ad oggi si sono tenuti gli incontri su Ponte Lambro e su Mazzini.

A Ponte Lambro è partito l'ultimo cantiere per l'intercanto del cosiddetto Laboratorio di Quartiere di Renzo Piano che prevede una serie di spazi pubblici innovativi, che dovrebbero terminare a maggio del 2013.

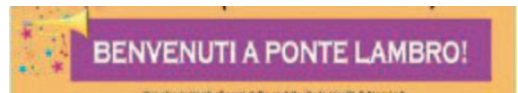
Per quanto riguarda il quartiere Mazzini, il signor Galbiati dell'area tecnica di Aler ha aggiornato sui lavori: oltre ai lavori già finiti, altri sono in corso, altri sono stati attivati, altri ancora sono bloccati (ad esempio una impresa che stava lavorando in via dei Cinquecento è fallita con conseguente fermo dei lavori per più di anno).

Fra gli interventi in programma c'è la realizzazione di

ma di fare la scelta definitiva.

### I LABORATORI DI QUARTIERE

Un'altra notizia positiva, infine, è che sono stati rinnovati con un nuovo bando i Laboratori di quartiere, uno strumento importante per mante-



nere stretti rapporti di collaborazione, informazione, partecipazione con i residenti e gli inquilini direttamente coinvolti dal Contratto.

Il **Laboratorio di Quartiere Mazzini** è stato affidato ancora alla Martini & Associati: responsabile del progetto è Raffaello Martini mentre il coordinatore del gruppo è di nuovo Salvatore Tummino, che sarà coadiuvato da Claudio Gramaglia, esperto sociale, Nadia Zoller esperto tecnico e Massimo Zerbeleni operatore sociale.

La loro prima iniziativa, una bella Festa di inaugurazione che si è tenuta il 13 giugno

coinvolgimento di tutti i soggetti coinvolti ed interessati al processo di trasformazione in corso.

La prima uscita pubblica del nuovo triennio sarà l'iniziativa "Straponte" dal 28 al 30 settembre, per promuovere e valorizzare gli spazi pubblici del quartiere, in particolare il parco di via Serrati, attraverso un evento che abbia il tema dello sport come pretesto e quale strumento di coesione sociale e aggregazione. Ulteriori informazioni sulla festa nella sezione FESTE DI QUARTIERE.

S.A.




**Oggettistica in argento e metallo argentato**  
**Bastoni da supporto e collezione - calzanti**

**Si effettuano riparazioni, schienali per cornici, argentatura e doratura di oggetti usati**  
**da martedì a venerdì 14.30-17.00**

Viale Umbria 50 - 20135 Milano  
Tel. 02 55184304 - e-mail info@bolcas.com - www.bolcas.com  
Premio Milano produttiva 2008  
Premio Artis Lombardia Artigiana 2008




**Esperienza, professionalità e garanzia nella gestione della compravendita immobiliare**

Un grazie a chi si è affidato o si rivolgerà a noi con fiducia nella consapevolezza di poter operare con tranquillità e sicurezza nell'ambito di un settore delicato, complesso e in evoluzione come quello immobiliare

**imm. IMMOBILIARE VALSECCHI**  
via Comelico 13 • 20135 Milano  
tel. 02.54118833 • cell. 348.0513520  
info@immobiliarevalsecchi.com  
www.immobiliarevalsecchi.com

**L'Outlet Intelligente!**

VIALE UMBRIA 3 • 20135 MILANO

NEL NOSTRO PUNTO VENDITA TROVERETE PIGIAMERIA, INTIMO, ACCESSORI E MOLTO ALTRO ANCORA A PREZZI

**ribassati dal 40 al 70%**

Siamo certi di proporvi prodotti con un ottimo rapporto qualità/prezzo di noti marchi **Leader** italo-francesi.

**Vi aspettiamo numerosi!**

Non dimenticare la tua **Carta Club** Cotton Factory!

ORARI  
Lunedì 14:00/19:00  
Da martedì a sabato 9:30/19:00  
**ORARIO CONTINUATO**  
(SIAMO IN UN INTERNO CORTILE)  
www.cottonfactoryoutlet.com



UNIVERSO INTIMO - DONNA - UOMO - BAMBINO



# Alluminio: una vita infinita...

Come annunciato nell'ultimo numero di QUATTRO, iniziamo ad occuparci del riciclo di quei materiali che fanno parte del nostro quotidiano.

In questo primo articolo ci occuperemo dell'alluminio e delle sue molteplici vite, anzi infinite, perché infinite volte esso può essere riciclato per trasformarsi in altri oggetti, dalle Moka a parti di auto, moto, biciclette e così via. Per saperne di più, abbiamo parlato con Luca Laguzzi e Gennaro Galdo della CIAL, il consorzio che rappresenta tutte le aziende che operano nel settore degli imballaggi in alluminio, il cui compito istituzionale è quello di sviluppare la raccolta differenziata dei contenitori in al-

fonderia per i successivi trattamenti secondo criteri di prossimità ed economicità."

A questo proposito, in Lombardia ci sono tre piattaforme di selezione che operano per Amsa: una a Muggiano che fa capo ad Amsa direttamente, una vicino a Bergamo e la terza nei pressi di Corsico; inoltre, l'alluminio raccolto a Milano viene portato in fonderie lombarde.

## Che cosa succede alla balla di alluminio in seguito?

"La prima operazione effettuata è una prefusione a 500 gradi; - ci spiega Gennaro Galdo - questo trattamento pulisce l'alluminio dalle vernici e da altri scarti. Al termine viene avviato in un forno fusorio a 800 gradi dove torna allo stato liquido per essere successivamente solidificato in barre, tornando così alluminio primario, ovvero con le stesse caratteristiche di quello che viene estratto dalle miniere di bauxite. Questo procedimento è altamente economico rispetto alla estrazione. In Italia non abbiamo grandi giacimenti: Salento e Sardegna sono gli unici luoghi, ma la produzione è molto limitata. Se facciamo 100 i costi energetici per ottenere un chilo di alluminio primario estratto dalla miniera, per lo stesso quantitativo di secondario i costi scendono a 5".

La raccolta dell'alluminio pone l'Italia al primo posto in Europa, insidiata solo dalla Germania, e seconda al mondo dopo gli Stati Uniti. I dati dello

scorso anno sono significativi: a fronte di una immissione sul mercato di oltre 67mila tonnellate di imballaggi in alluminio, 41mila sono state recuperate e riciclate, il che vuol dire che quasi il 61% di questo materiale è ritornato nella produzione. Questi risultati significano maggiore sensibilità al problema del riciclo da parte dell'utente e una fattiva collaborazione tra CIAL e gli oltre 5500 comuni italiani dove la raccolta dell'alluminio è attiva. Sono all'incirca 45 milioni gli abitanti coinvolti, con un trend

positivo di raccolta in forte crescita negli ultimi cinque anni.

Un dato molto importante evidenzia che riciclare l'alluminio non è solo un fattore di risparmio economico, ma è anche una tutela per l'ambiente: in Italia nel 2011 si sono risparmiate immissioni per 325mila tonnellate di CO2 e in termini energetici risparmiati oltre 140mila tonnellate equivalenti di petrolio, il cosiddetto TEP, ovvero la quantità di energia rilasciata dalla combustione di una tonnellata di petrolio grezzo. Ciò significa che una tonnellata di alluminio secondario genera un ventesimo della CO2 emessa per la produzione di una tonnellata di quello primario.

Venendo alla nostra città, il dato è complessivo e tiene conto anche della raccolta negli altri sette comuni coinvolti in questa operazione: quasi un milione e mezzo di cittadini ha contribuito a recuperare e riciclare ben 460 tonnellate nel 2011; se il trend nazionale è in crescita speriamo che lo sia anche quello locale.

## Quali sono gli imballaggi da mettere nei sacchi gialli della plastica e metalli?

"A cominciare dalla classica lattina per le bevande, abbiamo poi le scatolette per alimenti o quelle per il cibo per gli animali. L'elenco è lungo: le vaschette per la conservazione dei cibi o per cuocere cibi (le teglie per la pizza un esempio), le bombole spray, i tubetti dei prodotti cosmetici ma anche quelli delle conserve, i fogli di alluminio per la casa. Tappi e chiusure delle bottiglie. Quando si parla di contenitori di cibo sarebbe bene che fossero liberati da

ogni residuo. Per gli altri non è necessaria alcuna pulizia preventiva. La prefusione, come detto, provvede ad eliminare ogni traccia".

Nel nostro incontro, abbiamo poi avuto l'opportunità e il piacere di vedere un contenitore con minuscoli pezzi di alluminio, ovvero i primi

risultati di una nuova iniziativa che coinvolge CIAL e una nota ditta di caffè in capsule. Eliminato, ma non gettato, il caffè, i contenitori vengono recuperati, triturati e pronti per diventare di nuovo oggetti in alluminio. Il progetto non si ferma qui ma ha anche una valenza sociale non indifferente. Il caffè recuperato è inviato ad una ditta di compost che lo utilizza per la concimazione dei campi di riso del Vercellese. Una volta raccolto il riso, l'azienda delle capsule lo acquista e lo devolve al Banco

Alimentare. Un esempio di come il riciclare possa migliorare l'ambiente ma anche essere di aiuto alle persone bisognose.

Che conclusioni possiamo trarre? Che l'alluminio è un materiale completamente riciclabile che viene recuperato in percentuali molto alte, con un impatto ambientale molto contenuto; lo slogan "Zero discarica, 100% recupero" coniato da CIAL testimonia l'impegno nel portare avanti la politica del riciclo. Impegno che deve venire anche da parte del singolo cittadino affinché acquisti una maggiore sensibilità sul problema dei rifiuti in generale, contribuendo a riciclare correttamente: ciò che non è più utile oggi può ritornare, magari domani in forma diversa, ad esserlo di nuovo.

Sergio Biagini



luminio e garantire l'avvio a riciclo.

## Che cosa succede ad una lattina o ad altri contenitori di questo materiale dopo la raccolta?

"L'alluminio, che a Milano viene raccolto con la plastica e l'acciaio - esordisce Luca Laguzzi - arriva nelle piattaforme di selezione dove viene separato in appositi impianti, anche con una selezione manuale. A questo punto l'alluminio viene compattato in balle e portato in una



Per non sbagliare >

> orientatevi su Stone Tower.

lato NORD

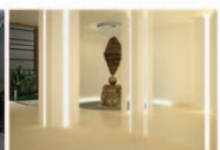
lato SUD

lato EST

lato OVEST



Nella Milano dell'Expo, stiamo costruendo: Stone Tower. Un progetto di edilizia residenziale, situato a due passi dal verde del parco di largo Marinai d'Italia, realizzato in **Classe A**, con elevati standard costruttivi e qualitativi, nel rispetto dell'uomo e dell'ambiente. Tutto è a portata di mano: shopping, servizi, trasporti, come ci si aspetta nel cuore di una metropoli. Se lo desiderate, il pieno centro è raggiungibile anche a piedi. Stone Tower, offre 14 piani di tipologie abitative, appartamenti prestigiosi, splendide terrazze panoramiche. Inoltre, sono disponibili tre livelli interrati di box auto. **Venite a scoprirla.**



Classe A ind. prestazione energetica kWh/m2a = 28,90

StoneTower.it





## Tanti auguri Maglieria Tina!

Il 22 settembre in via Tito Livio la maglieria Tina festeggerà i suoi cinquant'anni presso il proprio punto vendita! Innanzitutto facciamo ai titolari i nostri auguri e complimenti, e poi, giustamente curiosi, ci facciamo raccontare i segreti di questo successo. Perché quando una attività commerciale familiare "resiste" per cinquant'anni, significa che dietro c'è tanto lavoro e passione trasmessi di padre in figlio; nel nostro caso le generazioni sono addirittura tre, pronte a soddisfare la nostra curiosità: nonno Riccardo Pasini, i figli Abilio e Silvano

ligie a girare per i mercati milanesi, anche nella nostra zona, in piazzale Martini, vendendo capi di abbigliamento. Successivamente, nel 1962, grazie al loro lavoro, comprano il negozio in via Tito Livio, inizialmente più piccolo di quello odierno, che veniva gestito dalla moglie Tina mentre Riccardo, e poi i figli Abilio e Silvano si occupavano delle bancarelle in giro per la città. Per un certo periodo, molti dei capi di maglieria venduti venivano prodotti "in casa"; prima la signora Tina, poi altre donne della famiglia o del paese d'origine acquistarono il macchinario necessario, pro-

made in Italy. Adesso è il nipote Claudio Pasini che si occupa della scelta dei fornitori e dei produttori, aggiornando e rinnovando anche i prodotti per rimanere al passo coi tempi e coi nuovi gusti della clientela. E' così che l'attività è riuscita negli anni anche ad allargarsi e ad affermarsi sempre più, in una via, la Tito Livio, che prima era ricca di negozi che pian piano poi hanno chiuso. «Abbiamo resistito e resistiamo tuttora grazie al nostro modo di lavorare e alla nostra mentalità che ci hanno permesso di creare una clientela che ancora oggi, dopo cinquant'anni, ci mantiene in vita», ci dice Riccardo. Infatti, anche la clientela in un certo modo è passata di generazione in generazione, son passate le nonne, poi le mamme e ora le nipoti: il capo classico, si sa, non passa mai di moda.

E' proprio il modo di lavorare e l'attenzione ai dettagli e agli interessi della clientela, la ricerca della qualità al miglior prezzo possibile, la cura con cui il cliente viene seguito in negozio, che hanno permesso alla maglieria di mantenersi in vita durante tutti questi anni, passando di mano in mano per tre generazioni, prima ai figli Abilio e Silvano e alle loro mogli Laura e Rita, poi al nipote Claudio, che attualmente gestisce l'attività. E mentre il signor Riccardo ci mostra una foto di alcuni anni fa della grande famiglia Pasini riunita per festeggiare i suoi 95 anni, ci vien da pensare, vedendo i pronipoti, che le generazioni possono tranquillamente arrivare a quattro.....

Sara Capardoni



Da destra: Riccardo, Silvano, Abilio e Claudio Pasini

e il nipote Claudio. Inizia a raccontarci la storia il signor Riccardo, ormai quasi centenario ma in gran forma e lucidissimo; originario di Collecchio, Parma, è arrivato a Milano nel 1945, subito dopo la guerra e dopo la prigionia in Germania. Lui e la sua signora, a cui si deve il nome del negozio, hanno iniziato con biciclette e va-

ducendo nelle ore libere i capi richiesti (negli anni Cinquanta/Sessanta era questa una pratica alquanto diffusa fra le donne che non avevano un lavoro fisso). Questo tra l'altro permetteva di diminuire i costi di produzione e conseguentemente anche di vendita. Finì quel periodo, comunque, la produzione è rimasta sempre di tipo artigianale e

## Il trasporto pubblico locale in zona 4

A cura della Fondazione Milano Policroma - Testo di Riccardo Tammaro

Inizia con questo articolo una serie di testi dedicati ad una piccola storia del Trasporto Pubblico Locale (TPL, per gli amici...) di Milano, ed in particolare del territorio della nostra zona. Ciò significa che mi occuperò dei tram, autobus e filobus che hanno transitato nel nostro territorio, ma non parlerò della ferrovia, da me già trattata in numerosi articoli precedenti. Ora, poiché la storia andrà indietro nel tempo per cent'anni, non farò riferimento agli attuali confini amministrativi per delimitare il campo d'azione, ma considererò il territorio compreso tra Chiaravalle e l'Ortica, spostandomi verso il centro fino alla cerchia dei bastioni.

Premetto che non è mia intenzione, con questi articoli, scimmiettarlo e quanto già scritto dall'amico Francesco Ogliaresi (con cui ho avuto anche l'onore di scrivere a quattro mani un libro sulla Fiera), ed infatti per chi volesse una trattazione completa dell'argomento rimando al suo libro "Milano in tram" e ad altri della sua copiosa produzione; il mio scopo è solo quello, attraverso l'evoluzione delle linee di trasporto, di ripercorrere lo sviluppo della nostra zona nell'ultimo secolo. Questa scelta cronologica ha alcune motivazioni imprescindibili: anzitutto, fino alla fine del secolo XIX la città di Milano giungeva solo fino ai Bastioni e al di fuori si trovavano solo cascinie e borghi rurali, inseriti fino al 1873 nel Comune dei Corpi Santi; solo da quell'anno le cascinie e i borghi entrarono a far parte del Comune di Milano; Chiaravalle, addirittura, smise di essere comune autonomo solo nel 1923.

Oltre ai motivi geopolitici, la scelta cronologica segue anche criteri tecnici: nei primi anni del

XX secolo, infatti, si ebbero grandi trasformazioni. Tra queste vi furono la definitiva elettrificazione delle linee (fino ad allora a trazione animale, i famosi "tram a cavalli") e la numerazione delle corse (prima indicate solo mediante i capilinea e i luoghi attraversati). Infine, parlando dei mezzi in zona 4 nel XIX secolo non avrei avuto gran che da dire, dato che non abbondavano certo i mezzi pubblici che andavano in campagna (a parte quelli a vapore interurbani: ricordo ad esempio il "tram-



Linea 22 Loreto-Corvetto. Foto conservata presso l'archivio della Civica Raccolta Bertarelli

way per Lodi", già presente nel 1883, che percorreva la via Emilia fiancheggiando il Redefossi). Da tutte queste circostanze si deduce perché io abbia ritenuto più utile partire dal 1910 per il mio racconto. Termine questo lungo antefatto (doveroso per presentare la serie di articoli) con una caratteristica metodologica: per ogni periodo preso in considerazione passerò in rassegna le aree (borghi o quartieri che siano) che compongono la nostra zona partendo dall'estremità sud-est (coincidente più o meno con la via Emilia) per giungere, girando in senso antiorario, all'Ortica. Se poi ve ne sarà la necessità, mi permetterò di debordare leggermente dai confini della zona, spero che non me ne vorrete.

# La vostra salute è la nostra priorità

- ✓ Prenotazioni anche via web
- ✓ Oltre 30 Specialità per visite e diagnostica
- ✓ Punto prelievo adiacente
- ✓ Oltre 60 Medici Specialisti anche ospedalieri
- ✓ Visite accurate, con tutto il tempo che serve
- ✓ Elevato standard di accoglienza e no attese prima e dopo
- ✓ Apertura in fasce extralavorative e il sabato
- ✓ Sedi adiacenti alle MMI e MM3
- ✓ Convenzioni aziendali



**Poliambulatorio di Medicina Specialistica FD Medical Corvetto**  
 Viale Lucania, 6 - 20139 Milano  
 Tel. 02 57438502 Fax 02 6420934  
 corvetto@fdmedical.com

Autorizzazione Esercizio Attività Sanitaria 2009/021305/U del 25/11/2009

**Poliambulatorio di Medicina Specialistica FD Medical Bonola**  
 Via Quarenghi, 23 - 20151 Milano  
 Tel. 02 4074591 Fax 02 407459208  
 bonola@fdmedical.com

Autorizzazione Esercizio Attività Sanitaria 533/07 del 14/12/07

Direttore Sanitario dott.ssa Tiziana Semplici

[www.fdmedical.com](http://www.fdmedical.com)



Grandi Promozioni per i possessori della Card "EB Più" Essere Benessere



Regione Lombardia  
Casa



m&amp;c

# CASA VENDESI

Acquista una casa all'asta.  
Un investimento sicuro  
al giusto prezzo.

**PUOI PRESENTARE  
LA DOMANDA  
ENTRO IL  
28 SETTEMBRE**

## ESEMPI DI ALLOGGI IN VENDITA A MILANO

- **BILOCALE:** zona Mac Mahon, piena proprietà, base d'asta euro 90.000,00
- **TRILOCALE:** zona Gallaratese, piena proprietà, base d'asta euro 160.000,00/180.000,00

## ESEMPI DI ALLOGGI IN VENDITA IN PROVINCIA

- **BILOCALE:** Comuni vari, piena proprietà/ diritto di superficie, base d'asta euro 50.000,00/100.000,00
- **TRILOCALE:** Comuni vari, piena proprietà/ diritto superficie, base d'asta euro 60.000,00/130.000,00
- **QUADRILOCALI:** Comuni vari, piena proprietà/diritto superficie, base d'asta euro 90.000,00/160.000,00

## Alcune informazioni

- Sono ammessi a partecipare alla gara le persone fisiche in possesso della cittadinanza italiana o di uno degli Stati membri dell'Unione Europea, oppure stranieri titolari della carta di soggiorno o stranieri regolarmente in possesso di permesso di soggiorno almeno biennale e che esercitano una regolare attività di lavoro subordinato o di lavoro autonomo nel territorio italiano.
- Le offerte dovranno essere consegnate a mano al Protocollo Generale dell'ALER presso lo sportello ubicato presso la Sede di Viale Romagna n. 26 - 20133 Milano entro il termine indicato o fatte pervenire via posta entro la stessa data (farà fede il timbro di ricezione dell'Azienda) a pena di esclusione.
- Ciascun partecipante può presentare al massimo due offerte ma può aggiudicarsi soltanto un alloggio.
- La documentazione tecnico-catastale e ulteriori informazioni relative agli immobili oggetto di vendita potranno essere reperite presso l'Ufficio Cessione Alloggi di ALER-Milano al secondo piano di viale Romagna 26, tel. 02/73922413 - 73922475 - 73922415 - indirizzo e-mail: ceal@aler.mi.it.

Circa un mese prima della scadenza del bando verrà resa disponibile sul sito internet [www.aler.mi.it](http://www.aler.mi.it) alla voce vendite, tutta la documentazione utile tra cui l'elenco delle unità immobiliari poste in vendita e le relative planimetrie.

Ogni tre mesi, attraverso asta pubblica, ALER Milano vende alloggi liberi e box in stabili di Milano e provincia. Bilocali, trilocali e quadrilocali a prezzi di assoluto interesse. Una soluzione ideale per te o per il futuro dei tuoi familiari.

### A Milano in questi quartieri:

- Ludovico il Moro • Ticinese • Lorenteggio
- Forze Armate • Inganni • Mac Mahon • San Siro
- Gallaratese • Quarto Cagnino • Ripamonti
- Gratosoglio • Lagosta • Comasina • Bovisasca
- Fulvio Testi • Quarto Oggiaro • Città Studi
- Palmanova • Ungheria

### o in numerosi Comuni della Provincia tra cui:

- Abbiategrasso • Rozzano • Binasco • Corsico
- Canegrate • Gorgonzola • Garbagnate Milanese
- Magenta • Paderno Dugnano • Pieve Emanuele
- San Colombano • San Donato
- Sesto San Giovanni • Legnano • Locate Triulzi
- Melegnano • Rho • Settimo Milanese • Pioltello

L'asta si terrà il 2 ottobre alle ore 9.30

[www.aler.mi.it](http://www.aler.mi.it)





## Don Seno si accommiata con un ultimo concerto del Pianoforum

Il 21 settembre si terrà la decima edizione del "Pianoforum", una proposta musicale del Centro Culturale Antonianum che unisce all'esecuzione dei brani musicali anche un commento, per dare modo agli spettatori di comprendere la musica proposta, da un lato, e dall'altro di far apprezzare maggiormente l'esperienza del concerto anche come spunto di riflessioni. Protagonista di questi concerti, don Carlo José Seno, pianista talentuoso e appassionato didatta della musica.

L'edizione di quest'anno si presenta come un'edizione molto particolare non solo perché è la decima, ma anche perché si tratta, in un certo senso, del saluto di don Carlo Seno al "suo" pubblico. Il sacerdote-pianista infatti è in procinto di trasferirsi lontano da Milano, dove seguirà altri progetti. Il concerto di Pianoforum 2012 sarà quindi un'occasione per salutare i fedeli, gli amici e gli estimatori, ed anche per fare il punto sui dieci anni di vita della manifestazione.

Pubblichiamo quindi molto volentieri ampi stralci di una intervista con don Carlo Seno raccolta da Enrico Lotti e pubblicata integralmente su Antonianum Notizie, che sarà distribuito in sala in occasione del concerto.

### Partiamo dall'inizio, e cioè dalla prima edizione di Pianoforum, anno 2003.

Ricordo che il primo anno iniziamo con una selezione di capolavori in musica: Beethoven, Messiaen, Schubert. Scelsi alcune opere particolarmente belle e importanti, che dessero un senso compiuto all'iniziativa. Negli ultimi anni, la scelta dei temi è diventata più semplice perché abbiamo celebrato i bicentenni della nascita di artisti di straordinaria importanza come Chopin, Schumann e Liszt.

Dieci anni, dieci edizioni, molto diverse. Ma c'è sempre stato un *fil rouge* molto evidente a unire le varie edizioni: da un lato la scelta musicale - che ha sempre privilegiato il grande pianismo dell'800 - e dall'altro il desiderio di cercare il dialogo fra l'arte e la spiritualità. Cosa ben diversa dalla musica religiosa *tout court*.

Proprio così. Questa è sempre stata una delle idee-guida di ogni edizione di Pianoforum: il dialogo tra l'arte e la spiritualità. Pianoforum non ha mai avuto l'intenzione di essere una rassegna di musica religiosa. Anche perché il repertorio pianistico che io amo maggiormente e che propongo al pubblico ha pochi addentellati con essa.

Però mi accorgo che la musica ha in sé un messaggio universale che tocca la parte più bella dell'uomo, la sua interiorità, la sua tensione verso la bellezza, verso l'infinito, e in questo trovo che ci sia un terreno comune dove ci si possa sempre ritrovare, credenti e non credenti. Inoltre mi sono accorto da subito che la partecipazione del pubblico era molto intensa e appassionata, oltre a essere numerosa, sin dalla prima edizione. Merito anche del Centro Culturale Antonianum, che nel corso degli anni ha

saputo raccogliere intorno a sé la stima e la fiducia di tante persone. Il pubblico si fidava della proposta e ne usciva molto soddisfatto.

### Come prepara un concerto?

Quando preparo un concerto, oltre a studiare la partitura, mi accosto all'autore, per conoscerlo meglio, per cercare di coglierne un po' l'anima. Penso, per esempio, al caso di Chopin, col quale sento una particolare affinità non solo per la sua dimensione squisitamente pianistica. Lo sento molto vicino a me, percepisco che alcune sue espressioni e vicissitudini interiori mi appartengono.

Questa sintonia con il compositore è sempre fondamentale perché la sua musica passi attraverso l'interprete e raggiunga il cuore del pubblico.

### Parliamo di don Seno musicista. Quali sono i compositori e gli interpreti che sente più vicini a lei?

Già ho detto della musica di Chopin che dopo tanti anni ancora non mi ha stancato. La trovo sempre molto fresca e nuova, soprattutto da suonare. Per il resto mi accorgo di avere un itinerario di avvicinamento e di conoscenza ad alcuni compositori che non è esclusivamente pianistico. Per esempio, intorno ai 40 anni ho fatto la grande scoperta di Mahler, in questo momento sto approfondendo la musica di Bruckner, ho in progetto per il futuro di avvicinare per bene Wagner e Messiaen...vedremo.

Mahler è stata una grandissima scoperta, inaspettata, perché per lungo tempo avevo messo da parte la sua musica, ero rimasto un po' spaventato di fronte alla monumentalità delle sue opere. In realtà è straordinario.

### E per quanto riguarda gli interpreti?

Grazie a Dio ci sono e ci sono stati, nelle varie generazioni, dei veri geni pianistici che riascolto sempre volentieri e con stupore. Gli ultimi anni poi sono stati segnati dalla scoperta di un pianista che ritengo assolutamente straordinario, il russo Grigory Sokolov. Ascoltandolo, analizzando con cura le sue interpretazioni, ho l'impressione di aver imparato un nuovo approccio sia allo studio che al modo di suonare, mi ha veramente molto aiutato a evolvere. Quando

scopri in un musicista qualcosa di peculiare che ti affascina e che ti parla, poco a poco diventa un riferimento, come un maestro, lo senti profondamente tuo.

### E il tema di Pianoforum quest'anno?

Il tema di quest'anno è nato in maniera un po' anomala. Dopo tutti questi anni centenari mi domandavo su che cosa potermi basare per impostare una cosa nuova. Poi, rivedendo la biografia di Beethoven, mi sono accorto che il 1812 rappresenta un po' uno spartiacque, conclude la stagione centrale dell'opera di Beethoven, il cosiddetto "Beethoven eroico". In questo decennio, compreso tra il 1802 e il 1812, il compositore realizza opere di importanza capitale: penso alla Sinfonia Eroica, il IV e V concerto per pianoforte e orchestra, la Quinta e la Sesta Sinfonia; è l'epoca delle grandi Sonate per pianoforte come l'Aurora, l'Appassionata, gli Adii; c'è la Sonata a Kreutzer per violino e pianoforte... Il 1812 segna il momento conclusivo del decennio "eroico". E' una specie di centenario anche questo! Poi Beethoven conoscerà un momento di stasi, dal 1813 al '17, legato anche a vicende biografiche personali, la vena compositiva sembra un po' esaurita. Ma poi riprenderà, dal 1817 alla fine della vita, e lì ci sarà l'ultimo Beethoven, quello più alto, più sbalorditivo, più inimitabile: Qualcuno dice che sia il Beethoven profetico della musica che verrà, ed è senz'altro così, però è anche vero che lui ha aperto strade che nessun altro ha più ripercorso. Penso che l'ultimo Beethoven potesse essere un tema interessante per una futura edizione di Pianoforum, ma mi rendo conto che si tratta di musica che richiede un'attenzione molto impegnativa.



Come ci spiegava prima, quando si accosta alla musica di un compositore, il suo studio è anche extra-musicale. Cosa la colpisce di Beethoven "persona"? Sicuramente era un personaggio dal carattere difficile, i suoi amici lo sapevano e si accorgevano che era molto difficile rimanere amici di Beethoven, ma riconoscevano la sua immensa statura artistica. E' notevole poi la relazione molto contrastata che ebbe con suo nipote, col quale avrebbe voluto stabilire una relazione pa-

terna, molto carica di affetto, ma con delle goffaggini, delle durezza sproporzionate. Mi ha colpito per questa sua ricerca di paternità, faticosa e anche sofferta.

### Se volessimo fare un bilancio sulle precedenti edizioni di Pianoforum?

Sono felice di dire che è stata una grande avventura. Ciò che mi ha sempre sostenuto moltissimo è stata la grande fiducia di Alberto Boccotti (Presidente del Centro Culturale Antonianum, NdR), il suo entusiasmo nel rilanciare la proposta, nel crederci fino in fondo, nel ricercare di realizzarla ad ogni costo, di creare le condizioni migliori. Il Pianoforum non è stata soltanto un'esperienza artistica e culturale, ma è stata anche un'esperienza umana particolarmente ricca. Ha permesso di avvicinare tante persone e stabilire un rapporto con loro, e credo che questa sia la vocazione più grande di un centro culturale, che non è solo quella di produrre cultura in senso intellettuale, ma di creare comunità fra le persone, perché nulla fa come le relazioni fra le persone.

### Il concerto di quest'anno sarà anche un saluto al pubblico. Dopo tanti anni trascorsi a Milano, don Seno lascerà la nostra città per stabilirsi a Roma e seguire nuovi incarichi. Può dirci qualcosa in proposito?

Per quello che riguarda il mio futuro, sarò per tre anni corrispondente di un Centro di spiritualità e di comunione per sacerdoti e seminaristi provenienti da tutta Europa. Il Centro sorge a Loppiano, vicino a Firenze e nasce dal carisma dell'unità del Movimento dei Focolari fondato da Chiara Lubich. Sono felicissimo di dedicarmi a questo, perché credo molto nella comunione tra le persone e in particolare tra i sacerdoti, ritengo che sia un bene fondamentale.

### E la decisione com'è maturata?

Questa svolta è stata una cosa che è nata dentro di me come un'ispirazione, che ha avuto poi conferma dalla Chiesa in maniera molto autorevole: mi sono confrontato con il mio padre spirituale, con l'arcivescovo Tettamanzi e poi col cardinale Scola.

### E di don Seno musicista, cosa sarà?

Non lo so con esattezza. Cerco di capire cosa vuole il Signore, il pianoforte non è un tesoro al quale mi avvignho per paura di perderlo, cerco sempre di essere disposto a perdere tutto per il Vangelo. Dai segnali che ricevo mi viene chiesto di continuare quanto ho fatto finora, forse sarà in forma diversa, anche l'arcivescovo Angelo Scola mi ha raccomandato di proseguire questo dialogo tra fede e arte attraverso il pianoforte.

Enrico Lotti

**VENERDÌ 21 SETTEMBRE ORE 20.45  
TEATRO DELFINO - VIA DALMAZZA 11**

Ingresso gratuito fino ad esaurimento posti

**Imbianchiamo casa tua per soli**

**€ 80 a locale**  
Pittura lavabile traspirante bianca 2 mani, materiali compresi

per colore

**€ 130 a locale**

Lavoro preciso ed accurato massima pulizia

Verniciamo inoltre cancellate, recinzioni e box

Preventivi e sopralluoghi gratuiti

OFFERTA FINO AL 29 SETTEMBRE  
Contattateci al

**388.3610585**



**ZOE olistic STUDIO**  
CENTRO DI POSTUROLOGIA, CHINESIOLOGIA E AYURVEDA

**I NOSTRI CORSI 2012-2013**

PANCAFIT® GROUP  
POSTURAL EXERCISES  
PILATES  
POSTURAL YOGA THERAPY  
HATHA YOGA  
QI GONG  
GINNASTICA DOLCE  
REMISE EN FORME  
GINNASTICA DEL VISO

LEZIONI DI PROVA GRATUITE

Per informazioni su costi e orari telefona allo 02-39440752  
E-mail: zoeolistic@zoeolistic.it - Sito: www.zoeolistic.it

ZOE OLISTIC STUDIO | Via Maestri Campionesi 26, Milano  
Tel. 02 39440752 - Cell. 348 5171778

**le melarance**  
www.melarance.it  
laboratorio artigiano di cartongesso

SCATOLE, ALBUM FOTO, ARTICOLI DA REGALO E BOMBONIERE REALIZZATI A MANO ANCHE SU MISURA E PERSONALIZZATI

Via L. De Andreis 9, ad. Viale Corsica - Milano  
tel/fax 0270109411 - e mail melarance@tin.it  
orario continuato mar-sab 9/19 - chiuso lunedì

**Casa della Biancheria**

Tendaggi a pacchetto, a pannello e classici con posa in opera gratuita  
ampia scelta di biancheria per la casa

20137 MILANO Tel. 02 55010620  
Piazzale F. Martini,1 Fax 02 55010620

**La Boutique del Rammendo**

Rammendi invisibili  
Riparazioni - Tintoria tradizionale

Via Tito Livio, 20 - 20137 Milano  
tel 02.55.18.58.39 - 335 1405274





A.S.D. MILANO SPORT TENNISTAVOLO



## CENTRO SPORTIVO BONACOSSA

Via Mecenate, 74 – [www.centrobonacossa.com](http://www.centrobonacossa.com)  
 APERTURA STAGIONE SPORTIVA 2012 / 2013

### TENNISTAVOLO

RAGAZZI dai 6 ai 17 anni  
 Dalle ore 15.00 alle ore 19.00

#### ADULTI

Dalle ore 18.00 alle ore 21.00



### TENNIS

RAGAZZI dai 6 ai 16 anni  
 Dalle ore 15.00 alle ore 19.00

#### ADULTI

Dalle ore 19.00 alle ore 21.00



**PROVE GRATUITE Tennistavolo / Tennis**  
 Dal 03 al 14. Settembre. 2012



#### Tennis Tavolo - Programma dei Corsi

**1° QUADRIMESTRE:** dal 17/09/2012 al 27/01/2013  
**2° QUADRIMESTRE:** dal 28/01/2012 al 07/06/2013  
**ANNUALE:** dal 17/09/2012 al 07/06/2013

#### Tennis - Programma dei Corsi

**1° QUADRIMESTRE:** dal 17/09/2012 al 13/01/2013  
**2° QUADRIMESTRE:** dal 14/01/2013 al 19/05/2013  
**ANNUALE:** dal 17/09/2012 al 19/05/2013

La certificazione ISEE inferiore a € 27.000,00 darà diritto ad agevolazioni tariffarie per le attività di tennis.  
 ATTENZIONE: i nostri corsi sportivi dilettantistici per ragazzi tra i 5 e i 18 anni sono detraibili dalla dichiarazione dei redditi nella misura e alle condizioni previste dalla Legge (art.15, comma 1, I-quinquies, DPR 917/86).

La certificazione ISEE inferiore a € 27.000,00 darà diritto ad agevolazioni tariffarie per le attività di tennis.  
 ATTENZIONE: i nostri corsi sportivi dilettantistici per ragazzi tra i 5 e i 18 anni sono detraibili dalla dichiarazione dei redditi nella misura e alle condizioni previste dalla Legge (art.15, comma 1, I-quinquies, DPR 917/86).

CORSO TAVOLO (dalle ore 15 alle ore 19) dal 6 ai 17 anni	DURATA MINUTI	TURNI	ORARI	COSTO
<b>COLLETTIVO MONOSETTIMANALE ANNUALE</b> (Minimo 2 allievi - Massimo 3)	60	Dal Lun. al Ven.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 315,00
<b>COLLETTIVO BISETTIMANALE ANNUALE</b> (Minimo 2 allievi - Massimo 3)	60	Dal Lun. al Ven.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 532,00
<b>COLLETTIVO TRISSETTIMANALE ANNUALE</b> (Minimo 2 allievi - Massimo 3)	60	Dal Lun. al Ven.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 718,00
<b>COLLETTIVO MONOSETTIMANALE QUADRIMESTRALE</b> (Minimo 2 allievi - Massimo 3)	60	Dal Lun. al Ven.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 162,00
<b>COLLETTIVO BISETTIMANALE QUADRIMESTRALE</b> (Minimo 2 allievi - Massimo 3)	60	Dal Lun. al Ven.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 292,00
<b>COLLETTIVO TRISSETTIMANALE QUADRIMESTRALE</b> (Minimo 2 allievi - Massimo 3)	60	Dal Lun. al Ven.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 414,00
CORSO TAVOLO dal 18° anno compreso	DURATA MINUTI	TURNI	ORARI	COSTO
<b>COLLETTIVO MONOSETTIMANALE ANNUALE</b> (Minimo 2 allievi - Massimo 3)	60	Dal Lun. al Ven.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 375,00
<b>COLLETTIVO BISETTIMANALE ANNUALE</b> (Minimo 2 allievi - Massimo 3)	60	Dal Lun. al Ven.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 634,00
<b>COLLETTIVO TRISSETTIMANALE ANNUALE</b> (Minimo 2 allievi - Massimo 3)	60	Dal Lun. al Ven.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 855,00
<b>COLLETTIVO MONOSETTIMANALE QUADRIMESTRALE</b> (Minimo 2 allievi - Massimo 3)	60	Dal Lun. al Ven.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 193,00
<b>COLLETTIVO BISETTIMANALE QUADRIMESTRALE</b> (Minimo 2 allievi - Massimo 3)	60	Dal Lun. al Ven.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 348,00
<b>COLLETTIVO TRISSETTIMANALE QUADRIMESTRALE</b> (Minimo 2 allievi - Massimo 3)	60	Dal Lun. al Ven.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 492,00
<b>TENNIS TAVOLO INDIVIDUALE</b>	60	Dal Lun. al Sab. 10 Lezioni	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 230,00
		Dal Lun. al Sab. 5 Lezioni	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 140,00
<b>TENNIS TAVOLO INDIVIDUALE 2 Persone</b>	60	Dal Lun. al Sab. 10 Lezioni	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 155,00 Cadauno
		Dal Lun. al Sab. 5 Lezioni	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 97,00 Cadauno
<b>TENNIS TAVOLO VOLANTE</b>	60	Dal Lun. al Sab.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 25,00 Cadauno
<b>TENNIS TAVOLO IN COPPIA VOLANTE</b>	60	Dal Lun. al Sab.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 17,50 Cadauno

CORSO TENNIS (dalle ore 15 alle ore 19) dal 4 ai 16 anni compresi	DURATA	TURNI	ORARI	QUOTA BASE costo unitario
<b>MONOSETTIMANALE QUADRIMESTRALE</b> > da 4 anni a 8 anni * massimo 8 allievi per campo/ora > da 9 anni a 16 anni * massimo 4 allievi per campo/ora	60 min.	Dal lun. a Ven. Sabato	Dalle ore 15.00 alle ore 19.00 Dalle ore 09.00 alle ore 12.00	€ 230,00
<b>MONOSETTIMANALE ANNUALE</b> > da 4 anni a 8 anni * massimo 8 allievi per campo/ora > da 9 anni a 16 anni * massimo 4 allievi per campo/ora	60 min.	Dal lun. a ven. Sabato	Dalle ore 15.00 alle ore 19.00 Dalle ore 09.00 alle ore 12.00	€ 450,00
<b>BISETTIMANALE QUADRIMESTRALE</b> > da 4 anni a 8 anni * massimo 8 allievi per campo/ora > da 9 anni a 16 anni * massimo 4 allievi per campo/ora	60 min.	Dal Lun. al Ven. Sabato	Dalle ore 15.00 alle ore 19.00 Dalle ore 09.00 alle ore 12.00	€ 435,00
SERIE CASSIO dal 17° anno compreso	DURATA	TURNI	ORARI	QUOTA BASE costo unitario
<b>COLLETTIVO MONOSETTIMANALE QUADRIMESTRALE</b> (Minimo 3 allievi - Massimo 4)	60 min.	Dal Lun. al Sab.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 282,00
<b>COLLETTIVO MONOSETTIMANALE ANNUALE</b> (Minimo 3 allievi - Massimo 4)	60 min.	Dal Lun. al Sab.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 540,00
<b>COLLETTIVO BISETTIMANALE QUADRIMESTRALE</b> (Minimo 3 allievi - Massimo 4)	60 min.	Dal Lun. al sab.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 540,00
<b>COLLETTIVO BISETTIMANALE ANNUALE</b> (Minimo 3 allievi - Massimo 4)	60 min.	Dal Lun. al sab.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 1.056,00
<b>INDIVIDUALE (orari da concordare con il corsista)</b> > 5 lezioni > 10 lezioni	60 min.	Dal Lun. al sab.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 205,00 € 400,00
<b>INDIVIDUALE X 2 PERSONE (orari da concordare con corsisti)</b> > 5 lezioni > 10 lezioni	60 min.	Dal Lun. al sab.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 134,00 € 231,00
<b>LEZIONI VOLANTI - 1 ORA</b> > Lezione singola > Lezione in coppia	60 min.	Dal Lun. al sab.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 42,00 € 27,00
<b>PERIODO ESTIVO * ragazzi e adulti</b> (dal 20.05.2013 al 19.09.2013) > 5 lezioni singole > 10 lezioni singole > 5 lezioni in coppia > 10 lezioni in coppia	60 min.	Dal Lun. al ab.	Giorni/orari da concordare con maestro	€ 195,00 € 380,00 € 130,00 € 210,00

**INFO: Centro Sportivo BONACOSSA**  
 Via Mecenate, 74 – Milano Tel 02.5061277  
 e-mail [staffmilanosport\\_tt@libero.it](mailto:staffmilanosport_tt@libero.it)  
[www.centrobonacossa.com](http://www.centrobonacossa.com)



# L'isola di QUATTRO

A cura della Redazione giovani – Per raccontare la vostra storia giovane: redazione.g@gmail.com – Ci trovate sul blog <http://isoladiquattro.wordpress.com>

## FARE DI UN'ISOLA UN ARCIPELAGO



### BENTORNATI A TUTTI!

La redazione giovani è in continuo movimento! Affamati di novità (e di cibo), in una delle nostre ultime riunioni-cena (più cena che riunione...), ci siamo decisi a cavalcare l'onda dei social media e abbiamo deciso di lanciarsi in una nuova esperienza, Facebook. Perché? Non si tratta di una pura questione di moda, dietro a questa decisione c'è stato un lungo periodo di studio e valutazione, al termine del quale è emersa la volontà di sperimentare una diversa via di comunicazione con i lettori, che andasse ad affiancare il giornale cartaceo e il blog. Ecco quindi su facebook... segnatevi questo nome, cercateci e cliccate su quell'onnipotente tastino che ancora ci divide: [www.facebook.com/isoladiquattro](http://www.facebook.com/isoladiquattro)

### FATECENE VEDERE DELLE BELLE

Una delle novità sarà ovviamente la tempestività dell'informazione! Vogliamo vedere i vostri scatti, immagini rubate alla città, immagini che trasmettano i vostri sentimenti nei confronti della nostra metropoli! Da parte nostra, useremo questo nuovo canale anche per rendervi partecipi della vita redazionale, riportandovi i retroscena delle riunioni (soprattutto delle riunioni-cene, ma solo i retroscena raccontabili). Attenzione attenzione attenzione: organizzeremo dei contest! Preparate l'armamentario e svegliate il paparazzo che è in voi... non si sa mai.

### GUARDA COSA TI SCATTO

Solo quattro (guarda che caso!) parole: CARICATE MILIONI DI FOTO! Vogliamo vedere i vostri scatti, immagini rubate alla città, immagini che trasmettano i vostri sentimenti nei confronti della nostra metropoli! Da parte nostra, useremo questo nuovo canale anche per rendervi partecipi della vita redazionale, riportandovi i retroscena delle riunioni (soprattutto delle riunioni-cene, ma solo i retroscena raccontabili). Attenzione attenzione attenzione: organizzeremo dei contest! Preparate l'armamentario e svegliate il paparazzo che è in voi... non si sa mai.

### APPUNTAMENTO MENSILE CON L'ISOLA VINTAGE

A maggio 2013 l'Isola di Quattro compirà 5 anni! Lo sappiamo che non si può parlare di vero e proprio vintage, ma questi anni sono stati importanti e densi. Vogliamo iniziare a ringraziare tutte le persone che hanno creduto nel progetto e hanno deciso di condividere la propria storia e le proprie esperienze! Grazie di cuore, speriamo di poter continuare a raccontare il mondo che vediamo e che voi ci dipingete così bene! Forza giovani, cerchiamo sempre nuove storie! L'isola vintage sarà un appuntamento che crederemo mensilmente, linkandovi e proponendovi le vecchie pagine dell'Isola...

Un saluto a tutti dalla redazione giovani di QUATTRO!

## Filosofia, arti marziali, ginnastica: Tutto questo è il TAIJIQUAN o Tai Chi

Con la bella stagione, se vi guardate intorno nei parchi della nostra città, vedrete, un po' isolati, nel verde, gruppi di persone che si muovono lentamente, con grazia, spostando con i loro corpi l'aria che li circonda: sono leggeri, aggraziati, liberi anche quelli in sovrappeso.

L'ultima performance cui abbiamo assistito e a cui si riferisce l'immagine che pubblichiamo si è svolta un sabato mattina di fine primavera alle ore 10 nel giardino dell'Istituto Comprensivo Statale Madre Teresa di Calcutta in zona Ungheria-Meccenate.

Un piccolo gruppo di persone guidate da Giuliana, l'insegnante dell'associazione Volobliquo [www.taichi-yang.com](http://www.taichi-yang.com), partecipavano ad una dimostrazione all'aperto di Tai Chi: gesti rallentati, movimenti coordinati, visi sereni. Guerrieri dello spirito.

L'insegnante, vestita di un pigiama nero come richiede la disciplina, ci conferma: "C" è un grande interesse anche da parte di chi non conosce la pratica e le sue origini storiche e culturali e queste lezioni di prova sono molto utili per dare una prima dimostrazione di ciò che Tai Chi offre anche a un occidentale. Molte scuole sono interessate e noi tendiamo ad aumentare la presenza dei ragazzi ai nostri corsi perché secondo la filosofia Tai Chi questa disciplina dovrebbe iniziare al più pre-

sto e durare tutta la vita".

Risale intorno al 1000 a.C. il testo fondamentale della medicina cinese in cui si prescriveva "per coloro che risiedevano nelle regioni centrali, umide e pianeggianti, e che quindi soffrivano di

tonio, 52 anni, grafico, "il Tai Chi unifica il movimento e la meditazione e grazie alla respirazione profonda, ossigena e stimola le risposte immunitarie sia del corpo che della mente".

L'antica arte del Tai Chi, rivista in chiave rivoluzionaria, fu imposta ai cinesi da Mao Tse Tung, il grande timoniere, come terapia antinvecchiamento e anche come "obbligo statale" a rilassarsi per un popolo stressato da una dittatura dura e, per alcuni aspetti, priva di umanità. E così i giardini delle città cinesi si riempirono, e ancora oggi è così, di uomini e donne di tutte le età che si cimentavano sot-

to gli occhi vigili dei maestri di regime nella filosofia taijiquan. I differenti stili di taiji sono sei e sono ufficialmente riconosciuti ed approvati dal Governo Cinese e sono i soli che possono essere eseguiti dal popolo. Altre discipline come il Falung Gong basate su Verità, Compassione e Tolleranza sono ritenute blasfeme e pericolosamente borghesi e i suoi praticanti perseguitati dal governo cinese.

Ma dimentichiamo le implicazioni culturali e politiche che non ci appartengono e rifacciamoci alla massima latina "mens sana in corpore sano" e partiamo da qui per capire perché il Tai Chi sta di-

ventando una pratica in grande ascesa nel mondo occidentale che ha sempre più bisogno di rilassarsi.

"Non mi interessano più di tanto le origini del Tai Chi quanto il fatto che dopo una seduta mi sento rilassata e flessibile sia mentalmente che nei movimenti" ci confessa Roberta, 32 anni, impiegata, due figli, che lo pratica da 2 anni.

E a conferma del sempre maggior interesse occidentale per questa disciplina, l'ultimo sabato di aprile, ormai da diversi anni, si organizza la Giornata Mondiale del Tai Chi e per 24 ore consecutive un gruppo di persone diverse per cultura, lingua e età si riuniscono in luoghi diversi nel mondo per compiere gli stessi gesti silenziosi e leggeri privi di aggressività, che stimolano il libero fluire dell'energia vitale.

Sono molte in città, e anche in zona 4, le organizzazioni che propongono corsi tenuti da insegnanti associati a ITCCA (International Tai Chin Chuan Association). I parchi della nostra zona dove si pratica il Tai Chi sono quelli della Palazzina Liberty, del parco Alessandrini e poi le palestre o i giardini di Scuole cui si appoggiano i vari operatori del settore. Ad esempio, presso EFOA in via Benaco o presso la scuola San Giovanni Bosco di via Sordello, promosso dalla Associazione dei Genitori, o ancora all'ARCI di via Oglio. Per informazioni sui corsi, sugli incontri in città e sulle manifestazioni potete rivolgervi a [www.itcca.it](http://www.itcca.it)

Francesco Tosi



Dimostrazione Tai Chi alla Scuola Madre Teresa di Calcutta

## Un nuovo poliambulatorio ICP a Rogoredo

Con inaugurazione il prossimo 19 settembre, apre dal 1 ottobre in via Monte Palombino un nuovo poliambulatorio per rispondere alle esigenze degli abitanti di Milano-Rogoredo e del quartiere Santa Giulia.

Grazie alla collaborazione con ASL Milano e la Zona 4, ICP (Istituti Clinici di Perfezionamento) ha individuato e ristrutturato una nuova sede in via Monte Palombino 4. E' a 350 metri dalla fermata MM Rogoredo FS e servita dal bus 84. La struttura è dotata di tre ambulatori in cui si alterneranno medici specialisti in Angiologia, Cardiologia, Neurologia, Ortopedia e Otorinolaringoiatria per un totale, in una prima fase, di 75 ore di prestazioni specialistiche ambulatoriali.

Oltre a 10 medici specialisti, presteranno servizio un Coordinatore infermieristico, due Infermieri professionali ed un referente amministrativo della Spedalità. Per una seconda fase, è allo studio la possibilità di attivare altre specialità, quale un ambulatorio di Medicina dello Sport, ed un punto prelievi, aperto al sabato.

Analogamente, all'attività dei medici specialisti, si potrà affiancare nel pomeriggio, in collaborazione con ASL Milano, l'attività dei Medici di Medicina Generale.

**Consulta  
Periferie Milano**

**6ª CONVENZIONE DELLE PERIFERIE**

**Mercoledì 26 settembre  
ore 18**

**Urban Center  
Galleria  
Vittorio Emanuele**

info:  
[www.periferiemilano.it](http://www.periferiemilano.it)



## IL TESORO NASCOSTO

**"Tutti sogniamo? Quanti sogni facciamo per notte?"**

*"Dormiamo circa un terzo della nostra vita e il sogno occupa un quarto del nostro sonno. Questo significa che i sogni coprono un dodicesimo della nostra esistenza. E' molto? Sì, perché se li mettiamo in fila, uno accanto all'altro, nell'arco di sessant'anni avremo un sogno lungo cinque anni".*

Quanto scrive Laurent Lanchance ci fa riflettere soprattutto quando ci sentiamo dire

sto tempo, il corpo fisico è in "fase di recupero": vengono riparati i tessuti danneggiati, avviene la secrezione degli ormoni della crescita e la rigenerazione degli organi sposati. Il "sonno lento" favorisce la guarigione del corpo fisico. Anche gli animali, quando non stanno bene, come prima naturale medicina utilizzano il sonno: io ricordo il cane che avevo nella mia casa da ragazza, che quando era am-

sonno REM possiamo beneficiare di una "fase di recupero" psicologico: lo stress accumulato durante il giorno viene eliminato, vengono liberate le emozioni repressate e integrate le nuove conoscenze. Avviene la trasformazione della memoria a breve termine in memoria a lungo termine e la riprogrammazione dell'informazione genetica. Inoltre in periodi di intenso apprendimento o di cambiamenti accelerati della nostra vita, sogniamo più del solito, perché il sogno favorisce il processo di adattamento. Questo avviene in tutti. Certamente il ricordo del sogno varia da una persona all'altra nel senso che se siamo interessati alla nostra vita onirica, ricordiamo più facilmente la trama dei nostri sogni. In una notte possiamo ricordare più sogni, ma soprattutto quello del mattino.

Avremo così accesso ad una fonte privilegiata di informazioni sulla nostra vita da svegli. La saggezza popolare dice "La notte porta consiglio" ed effettivamente il sogno diventa una fonte preziosa che ci aiuta a fare chiarezza nelle nostre scelte e decisioni diurne.

C'è un modo eccellente per captare i messaggi notturni: consiste nel tenere un **diario quotidiano dei sogni** e rileggerli spesso: è una saggia abitudine che permette di prestare attenzione ad ogni informazione, ad ogni avvenimento, ad ogni consiglio che l'intuizione, che è così attiva durante il sonno, mette a nostra disposizione.

**Camilla Boca**

Psicologa clinica  
camilla.boca@virgilio.it

Disegno  
di Mercè Zegarra  
Urauzito



da alcune persone: "Io non sogno mai" e fa sorgere in noi il desiderio di attingere informazioni alla Neurofisiologia del sonno e agli studi fatti dalle Neuroscienze, per sapere come vanno effettivamente le cose durante il sonno.

Come la Scienza ha ormai dimostrato, tutti sogniamo. In una notte normale il tempo del nostro sonno è suddiviso in 4-6 periodi di **sonno REM** (Rapid Eye Movement), che avvengono ogni 90 minuti, intervallati da altrettanti periodi di sonno profondo. Nella fase di sonno profondo, detto anche "sonno lento", l'attività cerebrale funziona al rallentatore e le onde cerebrali emesse (misurabili con l'EEG), sono molto ampie. Durante que-

malato entrava nella sua cuccia e dormiva lungamente, senza mangiare, e mio padre gli avvicinava la ciotola alla bocca per farlo bere. Dopo un primo ciclo di sonno profondo della durata di circa 90 minuti, compare la fase del **sonno REM** che provoca una intensa attività cerebrale. L'attività cerebrale fa emettere al cervello onde rapide mentre il corpo è profondamente addormentato, senza tono muscolare.

L'espressione "sonno paradossale" o "paradossale", sinonimo di sonno REM, deriva dal fatto che il cervello è pienamente sveglio mentre il corpo è profondamente addormentato e temporaneamente paralizzato. Durante il ciclo del

## Nuovi progetti per anziani in zona 4

Sono appena partiti due nuovi progetti attivati presso la Residenza Sanitaria per Anziani "Casa per coniugi" di via dei Cinquecento 19 (zona Corvetto) finalizzati a facilitare e prolungare la permanenza degli anziani del territorio al proprio domicilio creando con loro relazioni assistenziali a distanza.

Il primo progetto si intitola **ANZIANI PIU' COINVOLTI & PIU' SICURI** e si tratta di un programma domiciliare di assistenza a distanza eseguito da figure tutor che, affiancandosi all'anziano fragile e solo, agiscono con lui mettendo in campo semplici azioni di supporto della vita quotidiana (busta dei numeri utili, uso mirato del cellulare, contatti telefonici programmati) e facilitando la relazione col Medico di Base per la gestione aggiornata del proprio profilo medico-sanitario. L'obiettivo finale è quello del benessere fisico e psicologico degli anziani nel proprio domicilio.

Il secondo progetto si chiama **AMBULATORIO DI PSICOGERIATRIA** e si rivolge all'anziano che sta attraverso

sando un momento di disagio, di calo dell'umore, di preoccupazione per una diminuzione della memoria o per altri cambiamenti delle sue capacità cognitive e comportamentali. Si rivolge ai familiari, ad esempio, nel caso di anziani che hanno necessità di una diagnosi precoce di decadimento cognitivo o che, avendo già una diagnosi, desiderano informazioni sull'evoluzione della malattia, sui trattamenti e sulle modalità di gestione di sintomi psichici e comportamentali, come: aggressività, apatia, girovagare, isolamento, depressione. L'Ambulatorio è condotto dal dottor Gianlorenzo Masaraki, psichiatra, e dalla dottoressa Donatella Zenobio, psicologa. Gli specialisti, al termine della visita, compileranno una breve relazione scritta che verrà consegnata all'utente o ai familiari per il medico di base.

L'adesione ad entrambi i progetti è gratuita ed occorre rivolgersi alla RSA telefonando al numero telefonico 02 5392964, il martedì e il giovedì dalle 14.30 alle 20.00

### CONSULENZE GRATUITE AL CENTRO RAMAZZINI

Riprende il programma delle giornate di consulenza specialistica gratuite, rivolte alla popolazione della zona 4, proposte dal Centro Ramazzini di via Mecenate 8. Sia la consulenza osteopatica che quella fisioterapia, entrambe precedute da visita ortopedica, sono completamente gratuite e si propongono come un valido servizio di prevenzione offerta agli abitanti della zona.

Queste le prime date:

**2 ottobre**  
**CONSULENZA**  
**FISIOTERAPICA**  
tel. 393 3321556

**12 ottobre**  
**CONSULENZA**  
**OSTEOPATICA**  
tel. 393 4416728

Le prenotazioni potranno avvenire telefonicamente nei pomeriggi di martedì - giovedì - venerdì dalle 12 alle 15 direttamente ai numeri di telefono dei singoli professionisti.

## Dedicato alle donne I consulenti a Milano/1

**C**osa sono i consulenti? Cosa fanno? Chi ci lavora? Chi, adesso, a Milano, va nei consulenti per avere prestazioni? Quali prestazioni? Proviamo a rispondere a queste domande prima con uno sguardo alla città di Milano e poi nel prossimo numero sulla Zona 4. I consulenti si chiamano ora "Consulenti familiari integrati" (CFI) e sul sito di ASL Lombardia vengono definiti come "...Centro multi-professionale di prevenzione e assistenza sanitaria-psicologica sociale all'individuo, alla coppia e alla famiglia nelle diverse fasi della vita". Scopriamo quindi che si occupano di:

- gravidanza e nascita, contraccezione, andrologia, sterilità, interruzione volontaria di gravidanza
- menopausa, diagnosi precoce dei tumori femminili
- sessualità, disagio psicologico individuale e familiare
- diritto di famiglia e problemi sociali, mediazione familiare
- adozione nazionale e internazionale, affidamento familiare

Da anni è in atto un progressivo spostamento della finalità dei consulenti (come prevista dalla Legge 405/75) dalla centralità della sessualità, contraccezione e procreazione consapevole alla centralità della famiglia tradizionale. Un gruppo di cittadine si è costituito come Gruppo Consulenti nell'ottobre 2011 all'interno dei vari Tavoli organizzati dalla Commissione Pari Opportunità del Comune di Milano. Alcune hanno una competenza professionale sul tema dei consulenti, altre sono consigliere di zona o semplici cittadine. Il gruppo si è da-

to l'obiettivo di verificare la realtà dei consulenti per capire quale ruolo hanno oggi e quale potrebbero avere in futuro, in rapporto alla domanda delle donne e dei nuclei familiari sul territorio.

Alcuni dati su Milano, dove la rete dei consulenti familiari dell'ASL si basa su 18 CFI pubblici oltre a 15 accreditati (di cui 13 totalmente obiettivi di coscienza). Operano anche cinque consulenti privati laici non accreditati che hanno scelto di essere non vincolati e, nel 2010, hanno fornito prestazioni a 23.607 persone. Gli accessi al sistema dei CFI pubblici sono circa 112.000 mentre nei CFI privati circa 90.000; le attività sono circa per il 50% sanitarie e per il 50% socio-sanitarie ovvero psico-sociali o sanitarie ad elevata integrazione sociale (35% psicologiche, 15% psicosociali). Nell'area della protezione dei minori e dell'abuso e maltrattamento contano circa 32.000 prestazioni annue, svolte prevalentemente nel sistema dei CFI pubblici. In relazione all'utenza sono circa 1.000 i minori in carico ai CFI con provvedimenti dell'Autorità giudiziaria.

Per l'accesso al servizio, l'ASL ha recentemente applicato una nuova regola: ora le donne dovranno accedere ai consulenti con la ricetta del medico, questo vuol dire che pagheranno le visite 22,50 euro con l'aggiunta di 6 euro per la ricetta; il libero accesso verrà garantito solo in pochi casi.

**Dall'indagine del gruppo consulenti** emerge una riduzione della loro presenza sul territorio, attraverso il ridi-

mensionamento del numero e degli organici (il progetto è portare i consulenti pubblici da 18 a 9 offuscandone l'identità all'interno di servizi multi disciplinari). La conseguenza sarebbe il peggioramento della loro efficacia, in controtendenza rispetto alle linee guida del Piano Socio-sanitario Nazionale e alle indicazioni (Health 21) dell'Organizzazione Mondiale della Sanità.

Si registrano anche forti limitazioni alla laicità dei consulenti - laicità che è nella lettera e nello spirito della legge istitutiva - attraverso l'accreditamento di un numero crescente di strutture private confessionali (su 17 consulenti privati accreditati dalla Regione solo 3 sono laici); la carenza di personale non obiettore di coscienza (sulla legge 194, la contraccezione); il finanziamento dei Centri Aiuto alla Vita e del progetto Nasko, attuato come prevenzione della interruzione volontaria di gravidanza. Il gruppo poi ha constatato che la legge 194 che regola l'interruzione di gravidanza è disattesa in Lombardia: il 67% dei ginecologi sono obiettori di coscienza, così come sono obiettori il 47% degli anestesisti e il 40% dei paramecisti. La cifra è più bassa a Milano dove i ginecologi obiettori toccano il 56%.

A partire da questo quadro generale, nel prossimo numero ci focalizzeremo sui consulenti della nostra Zona, presentando la loro importante attività sul nostro territorio, così come è stata presentata in alcuni incontri anche presso il Consiglio di Zona.

**Luciana Barbarano**

Rubrica a cura di Lorenzo Baido

CURIOSI PER

*Natura*

## Il tarlo asiatico. La lotta continua

Cari lettori, vi ricordate del fantomatico tarlo asiatico (Anoplophora chinensis) di cui parlammo nel lontano marzo 2007? Sì, proprio lui, quel cerambicidico bianco e nero dalle antenne lunghe che dal 2000, causa probabilmente un indebito passaggio tramite bonsai "extracomunitari" provenienti dalla Cina, sta terrorizzando i nostri alberi, in particolare le latifoglie ornamentali. Ebbene, il nostro sgradito ospite (non che c'enti direttamente lui, s'intende, che se ne sarebbe rimasto volentieri a casa sua) ha scatenato una lotta feroce da parte di tutta la Regione Lombardia e a tutti i livelli. Cartelli di avviso e attenzione del tipo "wanted dead or alive"; abbattimenti in massa di alberi, sia quelli colpiti che quelli più prossimi; distruzione delle ceppaie e dei tronchi infetti, ripetuti trattamenti insetticidi con prodotti fitosanitari; utilizzo di competitori biologici come nematodi, ditteri o funghi parassiti. Manca effettivamente solo la bomba atomica. Insomma la guerra è quantomeno aperta e virulenta e non risparmia neanche Milano dove all'inizio di questa estate sono state abbattute decine di alberi proprio a causa di un focolaio del nostro tarlo. Ultima sperimentazione prevista in ordine di tempo è quella dell'Università Statale di Milano e della Fondazione Minoprio che stanno studiando nuovi antagonisti del tarlo. Fra questi alcuni parassitoidi, che stile "alien" colpiscono l'insetto dall'interno.

Cogliamo lo spazio di questa rubrica anche per dare a voi tutti informazioni generali che possano aiutarvi nel riconoscimento dell'illustre criminale. Oltre alle caratteristiche dell'adulto, facilmente riconoscibile per le dimensioni ragguardevoli (tocca i 10 cm comprese le antenne), si capisce facilmente se un albero ha subito un attacco dalla presenza di fori di sfarfallamento, da cui sono uscite le larve, perfettamente tondi e piuttosto evidenti, o da cumuli di segatura ai piedi di esemplari di alberi di specie sensibili come aceri, noccioli, carpini, ontani, lagerstroemie, ecc... (elenco completo sul sito regionale). In questi casi è bene segnalare la cosa al Servizio Fitosanitario Regionale al numero verde per le segnalazioni (031 320507) o scrivere una email allegando foto significative all'indirizzo: tarloasiatico@regione.lombardia.it.

Ma concludiamo con una curiosità che ho trovato sul mensile degli operatori di Bosco in Città: "Sentieri in città". Esiste già un videogioco sul nostro tarlo asiatico dal titolo "Diventa un acchiappa-anoplophora" reperibile sul sito <http://beetlebusters.info/beABeetleBuster.php>. Da provare per tutti i novelli acchiappa insetti!





## EVENTI GRATUITI

### IACP ISTITUTO DELL'APPROCCIO CENTRATO SULLA PERSONA

via Burlamacchi 11, tel. 02 537220  
segreteria.nord@iacp.it

#### I GIOVEDÌ DEI GENITORI

Ciclo di serate a tema per non smettere di imparare

**Giovedì 13 settembre ore 20.45**

#### QUEL CHE RESTA DEL PADRE

Una riflessione sul ruolo paterno nella famiglia e nella nostra società.

Condurrà la serata il dottor Andrea Pascale psicologo, psicoterapeuta, docente IACP.

La partecipazione è gratuita. E' gradita l'iscrizione.

### CONSIGLIO DI ZONA 4 OFFICINA DELLA MUSICA DI MILANO

Sabato 15 settembre ore 18.30 – cortile di via Pomposa 2

Domenica 23 settembre ore 11 – cortile di via Mompiani 5

#### NOTE IN CORTILE

Due concerti particolarmente dedicati agli inquilini delle case del quartiere Mazzini, che vi potranno assistere direttamente dalla propria abitazione.

### ASSOCIAZIONE VOLOBLIQUO

Domenica 16 settembre ore 10.30

davanti alla Palazzina Liberty

#### LEZIONE APERTA DI TAI CHI, DI QI GONG E DI ESERCIZI TAOISTI

Una lezione offerta a tutti, anche a coloro che non conoscono ancora questa antica arte marziale. E' gradita la partecipazione e la pre-

senza di singoli praticanti o di altri gruppi di Tai Chi al fine di creare un punto di incontro e di pratica anche di stili diversi.  
L'iniziativa è ripetuta ogni terza domenica del mese.

### COMITATO X MILANO ZONA 4

Giovedì 20 settembre dalle 17.00 alle 21.00

presso la Cascina Cuccagna, via Cuccagna ang. via Muratori

#### FESTA D'INAUGURAZIONE DELLA BANCA DEL TEMPO "CUCCAGNA"

In una comunità di scambio ogni oggetto o necessità trova la sua giusta risposta.

Tutti i giovedì dalle 17.00 alle 19.00 la Banca del Tempo (BdT) sarà aperta a chi vuole iscriversi e aprirsi al mondo dello scambio. Il metro di misura non è il denaro ma il tempo.

Il tutto avviene alla pari: il lavoro di chi imbianca una stanza vale quanto il lavoro di chi dà ripetizioni di matematica. Venite a conoscere tutte le opportunità!

### ASSOCIAZIONE SPORTIVA FRANCESCO D'ASSISI

Via Dalmazia 4

Sabato 22 settembre dalle 9.30 alle 12.00 circa

#### 4° STRAFORLA

Marcia non competitiva 3 e 6 km per le vie del quartiere Forlanini, con partenza da via Dalmazia/Piazza Carnelli e arrivo presso l'oratorio della Parrocchia di San Nicolao della Flue. In collaborazione con l'Oratorio San Nicolao della Flue e l'Istituto comprensivo Francesco d'Assisi. Contributo di partecipazione di 5 euro per maglietta, premi, ristoro.

### BOTTEGA DI COLDIRETTI

presso Cascina Cuccagna, in via Muratori

Sabato 22 settembre dalle 10 alle 19

#### LA VENDEMMIA SBARCA IN CITTÀ

Una giornata dedicata a grandi e bambini per vivere l'emozione di una vera raccolta e pigiatura dell'uva.

Lungo il muro interno della cascina saranno ricreati dei filari di vite con grappoli che in due momenti della giornata, alle ore 10.30 e alle ore 15.30 potranno essere staccati dal tralcio e portati nel tino per una vera e propria pigiatura in diretta alla quale potranno partecipare tutti.

Durante la giornata inoltre si terrà un *farmers' market* dedicato interamente all'uva e ai suoi prodotti: i grappoli, il mosto, le conserve, le marmellate, il vino, i dolci e anche le creme di bellezza.

Verso le 12.30, show di cucina con uno chef che, usando la "Pasta delle donne" della Coldiretti, mostrerà diversi modi di preparare un primo piatto con un condimento a base di uva. Seguiranno degli assaggi gratuiti sia della pasta che dei vini offerti ai consumatori sui banchi degli agricoltori.

La giornata sarà anche l'occasione per presentare la prima tessera della Bottega di Campagna Amica dedicata ai residenti del quartiere e che darà diritto a uno sconto del 15 per cento sugli acquisti effettuati il mercoledì, il giovedì e il venerdì.

### ASSOCIAZIONE EUTERPE OTTAVANOTA

23 settembre dalle 16.30 alle 19.00

#### DANZE FOLK INTERNAZIONALI

Palazzina Liberty di Largo Marinali d'Italia

In collaborazione con l'Associazione A.r.a.s. (associazione di volontariato Onlus che fornisce servizi di relazione e di aiuto, di ascolto telefonico e di supporto alle persone in difficoltà, rivolto in particolare agli anziani), un evento imperniato su danze popolari e folk da imparare ed eseguire tutti insieme o semplicemente, assistere ad uno spettacolo musicale insolito.

Le danze saranno condotte dai due esperti: Duilio Maifrini e Gabriella Madonia, la musica dal vivo sarà eseguita dal gruppo musicale "Nocino Folk".

### CENTRO ARTISTICO CULTURALE MILANESE

in collaborazione con il Consiglio di Zona 4

Domenica 23 settembre dalle 9 alle 19

#### EXPO ARTE CORVETTO

Mostra-Concorso di Pittura, Scultura e Ceramica

La manifestazione avrà luogo lungo il parterre alberato di corso Lodi, da piazzale Corvetto a viale Brenta. **Premiazione delle opere migliori alle ore 17.**

Iscrizione per gli artisti: € 25 – Misura Stand: metri 4,5

### ASSOCIAZIONE CULTURALE SIFA CONSIGLIO DI ZONA 4

#### BIBLIOPILM - A TUTTO CINEMA

Ciclo di incontri a cura di Cristina Chiochia, per fornire strumenti di lettura e comprensione delle tecniche cinematografiche.

Presso la **Biblioteca Calvairate**, via Ciceri Visconti, nelle seguenti date: 26 settembre, 17 ottobre, 7 novembre, 5 dicembre.

26 settembre dalle ore 18.15 alle ore 19.15.

#### IL DIALOGO ED I PERSONAGGI

IL ROMANZO Nick Hornby UN RAGAZZO

IL FILM Fratelli Weiz ABOUT A BOY

### CENTRO CULTURALE ANTONIANUM

Corso XXII Marzo 59/A

6 ottobre ore 15.30

#### CANTO E BELCANTO

Primo appuntamento a cura di Giancarlo Landini dell'iniziativa "Incontri in biblioteca - Canto e belcanto - Viaggio nel mistero della voce" Il tema del primo incontro - **Il belcanto** - focalizza l'attenzione sulla voce artistica, vale a dire sull'uso della voce impostata così come è andato formalizzandosi nella tradizione occidentale dal Seicento ai nostri giorni.

# RITIRA GRATIS LA TUA TESSERA

# 15%

## di sconto su tutti i prodotti se vieni in bottega il mercoledì giovedì e venerdì

## oppure, se preferisci ordinare da casa,

## la spesa te la portiamo noi

## GRATUITAMENTE

(per un acquisto minimo di 35€)



## CAMPAGNA AMICA

### La Bottega della Cascina Cuccagna

ORTOFRUTTA

FORMAGGI YOGURT E LATTICINI

CARNE E SALUMI VINI, OLII E ACETI

MIELE, MARMELATE E CONSERVE

PANE, PASTA E BISCOTTI



COLDIRETTI

un nuovo modo di fare la spesa

dal martedì al venerdì

9:30 / 13:30 e 15:00 / 20:00

e il sabato dalle 09:30 alle 20:00

Tel. 02.5517577

Via Privata Cuccagna (Via Ludovico Muratori ang. Viale Umbria)  
www.agricolturamica.it/la-bottega oppure ideaagricola@coldiretti.it



**TEATRO SILVESTRIANUM**  
Via A. Maffei 29 - Milano - tel. 02.5455615 - www.teatrosilvestrianum.it

**STAGIONE 2012-2013**

<p><b>Sabato 27 ottobre 2012</b> Compagnia FAVOLA FOLLE</p> <p><b>HO VISTO UN RE</b> CABARET MILANESE Regia di Carlo Compare</p>	<p><b>Sabato 10 novembre 2012</b> Compagnia IL PIOPPPO</p> <p><b>IL POVERO PIERO *</b> di A. Campanile - regia di L. Pagetti</p>
<p><b>Sabato 24 novembre 2012</b> Compagnia IL MOSAICO</p> <p><b>SOTTOBANCO *</b> di D. Starnone - regia di R. Puddu</p>	<p><b>Sabato 1 dicembre 2012</b> Comp. TEATRALE ARESINA</p> <p><b>PESCI PICCOLI</b> di L. Sperzaga - regia di A. Zanoletti</p>
<p><b>Sabato 15 dicembre 2012</b> Compagnia SCUOLA TEATRO OSCAR</p> <p><b>IL CANTO DI NATALE **</b> di C. Dickens - regia di G. Foletto SPETTACOLO BENEFICO FUORI ABBONAMENTO</p>	<p><b>Sabato 12 gennaio 2013</b> Compagnia LA LAMPADA</p> <p><b>NIENTE SESSO SIAMO INGLESI</b> di A. Marriotti - regia di C. Muggiana</p>
<p><b>Sabato 19 gennaio 2013</b> Compagnia CITTÀ DI MILANO</p> <p><b>DELITTO AL CURRY</b> di M. Bagnara - regia di F. M. Di Pippo</p>	<p><b>Sabato 9 febbraio 2013</b> Compagnia I BARLAFUSS</p> <p><b>FORTUNA E DANEE IN SEMPER DISPIASEE</b> di A. Curcio - E. De Filippo tradotta in milanese da R. Marelli e M. Omari</p>
<p><b>Sabato 23 febbraio 2013</b> Compagnia SDEA</p> <p><b>NON SPARATE SUL POSTINO</b> di D. Benfield - regia A. Monti</p>	<p><b>Sabato 9 marzo 2013</b> Compagnia LA MARMOTTA</p> <p><b>L'ARIA DEL CONTINENTE *</b> di M. Martoglio - regia di F. Giuffrida</p>
<p><b>Sabato 23 marzo 2013</b> Compagnia AMICI DELLA PROSA</p> <p><b>GALANTUOMO PER TRANSAZIONE</b> di G. Giraud - regia di E. N. Battaglion</p>	<p><b>Sabato 6 aprile 2013</b> ASSOCIAZIONE TEATRALE CULTURALE ALTA TENSIONE QUARTA PARETE - GRUPPO TEATRO GUALBERTO NIEMEN</p> <p><b>IL PRIGIONIERO DELLA SECONDA STRADA *</b> di N. Simon - regia di M. Salvadeo</p>
<p><b>Sabato 20 aprile 2013</b> Compagnia FILODRAMMATICA GALLARATESE</p> <p><b>LA FORTUNA CON LA F MAIUSCOLA</b> di A. Curcio - E. De Filippo - regia di G. Melchiori</p>	<p><b>Sabato 11 maggio 2013</b> <b>FESTA DEL SILVESTRIANUM E DELLE PREMIAZIONI</b> FUORI ABBONAMENTO</p>

Tutti gli spettacoli teatrali iniziano alle ore 20.45 - \* Partecipa al concorso FITA 2012-13 - \*\* Fuori abbonamento

<p><b>ABBONAMENTO 12 SPETTACOLI</b> POSTO FISSO PRENOTATO PER L'INTERA STAGIONE</p> <p>INTERO € 85,00 RIDOTTO* € 75,00</p> <p>La sottoscrizione degli abbonamenti è possibile dal 17 settembre al 25 ottobre presso la segreteria del teatro</p> <p>* Riduzione applicata a ragazzi fino a 18 anni - adulti oltre 60 anni</p>	<p><b>BIGLIETTO SINGOLO</b> POSTO NUMERATO</p> <p>INTERO € 12,00 RIDOTTO* € 10,00</p> <p><b>INFO E PRENOTAZIONI</b> www.teatrosilvestrianum.it SEGRETERIA lunedì/venerdì ore 16.00 - 18.30 - TEL. 02.5455615</p>
---	--

ACCESSIBILITÀ AI DISABILI - AL SABATO PARCHEGGIO INTERNO GRATUITO NON CUSTODITO

## EVENTI

7-19 settembre

## FESTA DELLA COOPERAZIONE

## Diversi luoghi di Rogoredo

Animazione, giochi, incontri presso il centro Sportivo Rogoredo 84, il parco di via Medea, il Salone della cooperativa di via Freikofel 1.

Sabato 15 alla Rogoredo 84, ore 13: "A pesca con papà", alle 21 musica, ballo e baby dance.

Domenica 16 una giornata al parco di via Medea, con pranzo e musica

Da venerdì 14 a domenica 23 settembre

## L'INSOLITO CORVETTO

una ricca programmazione di concerti, spettacoli teatrali, laboratori per adulti, ragazzi e bambini, cene ed eventi culturali e sportivi, organizzata da decine di enti, associazioni e cittadini del quartiere. Tale iniziativa si inserisce nel progetto di Coesione Sociale "Arcipelago Mazzini" che dal 2011 è attivo grazie ad un partenariato tra



associazioni e cooperative storiche del territorio di Zona 4. La Cooperativa La Strada è capofila del partenariato.

Si parte venerdì 14 a partire dalle 17.30, presso il cortile di via Mompiani 5 con l'apertura della manifestazione e, dalle 18.00 con un Concerto presso il Laboratorio di Quartiere Mazzini.

Per tutta la settimana, poi, le attività si terranno in diversi orari e luoghi del quartiere: piazza Gabrio Rosa, Teatro della Quattordicesima, Arci Corvetto, scuole, mercato comunale, cortili.

Evento conclusivo, domenica 23 settembre, presso il Teatro della Quattordicesima di via Oglio 18, dove dalle 18 in poi si esibiranno in diversi spettacoli teatrali varie associazioni.

Per tutta la settimana, poi, le attività si terranno in diversi orari e luoghi del quartiere: piazza Gabrio Rosa, Teatro della Quattordicesima, Arci Corvetto, scuole, mercato comunale, cortili.

Evento conclusivo, domenica 23 settembre, presso il Teatro della Quattordicesima di via Oglio 18, dove dalle 18 in poi si esibiranno in diversi spettacoli teatrali varie associazioni.

28-29-30 settembre

## STRAPONTE

## Ponte Lambro - Parco di via Serrati

3 giorni di attività sportive diversificate, adatte ad ogni fascia d'età: la corsa campestre, i tornei di calcio, pallavolo, carte e bocce, l'uso libero del campo da basket, esibizioni di pratiche sportive di varia natura (con la partecipazione anche degli arcieri e del judo di Rogoredo).

Verranno anche allestiti banchetti informativi ed espositivi, con il materiale prodotto dagli utenti dei laboratori di alcuni servizi della zona.

Il Consiglio di Zona 4 organizzerà un punto informativo dedicato al futuro di una porzione dell'area verde dell'ecomostro, somministrando un questionario per conoscere il punto di vista degli abitanti rispetto all'imminente progettazione dell'area.

Infine, sabato 29 settembre alle ore 11 verrà presentata presso il Centro Civico di via Parea la pubblicazione "Un Ponte a colori. Accompagnare la rigenerazione di un quartiere della periferia milanese", di Calvaresi C. e Cossa L., che racconta l'esperienza del Piano di Accompagnamento.

All'organizzazione dell'iniziativa collaborano, oltre al Laboratorio di Quartiere, tutti i soggetti attivi di Ponte Lambro.

## TEATRI



## TEATRO FRANCO PARENTI

Via Pier Lombardo 14 - tel. 02 59995206  
www.teatrofrancoparenti.it

3-7 ottobre

## SARABANDA

dall'omonimo testo di Salvatore Veca, con nove interpreti da Marocco, Senegal, Zambia, Iran, Cuba, Equador e tre italiani. Regia di Laura Pasetti

10-17 ottobre

## IL DIARIO DI MARIPIA

testo e regia Fausto Paravidino, con Monica Samassa, Iris Fusetti, Fausto Paravidino

11-21 ottobre

## RADIO ARGO

di Igor Esposito - diretto e interpretato da Peppino Mazzotta musiche inedite e progetto sonoro Massimo Cordovani

## TEATRO LA SCALA DELLA VITA

Via Piolti de' Bianchi 47  
Tel 02 63633353 - 3338832030  
www.teatrolascaladellavita.it

## ANIMAZIONE TEATRALE PER BAMBINI DAI 4 AI 7 ANNI

Orario: tutti i giovedì dalle 17.15 alle 19.00. Costo: due rate da 150 euro cad. Inizio corso: giovedì 4 ottobre - Iscrizioni entro il 20 settembre.

## TEATRO PER RAGAZZI DA 8 A 13 ANNI

Orario: sabato dalle 10.45 alle 12.30. Costo: due rate da 150 euro cad. Inizio corso: sabato 6 ottobre

I due corsi annuali saranno condotti da Alberto Beccio, attore professionista, e Irene De

Luca, attrice ed animatrice teatrale. Info: Irene: 340 5577938 - Alberto: 348 8710867

## TEATRO SILVESTRIANUM

Via Maffei 29 - Tel. 02 5455615  
www.teatrosilvestrianum.it

Sono aperte le iscrizioni per gli abbonamenti della Stagione 2012/2013. Si potrà, senza alcun impegno, prenotare il posto preferito, salvo disponibilità, di persona presso la segreteria del teatro da lunedì a venerdì 16.30-18; per telefono, lasciando sulla segreteria telefonica il proprio recapito, sarete richiamati al più presto; via e mail all'indirizzo teatro@teatrosilvestrianum.it

## TEATRO CARCANO

Corso di Porta Romana 63  
tel 02 55181377 - 02 55181362

Da giovedì 20 a mercoledì 26 settembre Antonio Salines in

## LA VERSIONE DI BARNEY

di Massimo Vincenzi dal romanzo di Morde-

cai Richler

Regia di Carlo Emilio Lerici

Da mercoledì 3 a domenica 14 ottobre

## Paola Pitagora e Roberto Alpi in

## HONOUR

di Joanna Murray-Smith, con Viola Graziosi e Evita Ciri  
Regia di Franco Però

## SPAZIO TERTULLIANO

Via Tertulliano 70 - tel 02 49472369  
info@spaziotertulliano.it  
www.spaziotertulliano.it

VIENI A GIOCARE A TEATRO

Sono aperte le iscrizioni al corso di teatro per bambini dai 6 ai 10 anni: da ottobre a giugno, un incontro settimanale di 1 ora e mezza. Lezione di prova gratuita: lunedì 15 ottobre ore 17.30.

## NON FINGERE RECITA

Corsi per ragazzi (dagli 11 ai 13 anni e dai 14 ai 18 anni), Corso base e Corso avanzato per adulti



**QUATTRO e ZOE Olistic vi propongono  
Tre incontri gratuiti sul vostro benessere**

presso la Biblioteca Calvairate - via Cicero Visconti ang. Piazzale Martini

**MARTEDI' 25 SETTEMBRE 2012 ORE 18.00**  
Il mal di schiena causa di mal...essere.  
Consigli pratici per affrontarlo.

**MERCOLEDI' 24 OTTOBRE 2012 ORE 18.00**  
Ernia del disco-artrosi all'anca-Cervicalgie.  
Tre patologie molto diffuse.  
Quali le cause, come prevenirle.

**MARTEDI' 20 NOVEMBRE 2012 ORE 18.00**  
Come una corretta respirazione può influenzare positivamente il nostro benessere e combattere i dolori muscolo-scheletrici.



**Relatore dei tre incontri Paolo Beretta**, Massofisioterapista Chinesiologo. Diploma nazionale CSEN settore postura e benessere. Master Pancafit® Metodo Raggi®, Tecnico di riequilibrio posturale Metodo Raggi® con Pancafit®, Insegnante di educazione fisica e per 15 anni allenatore di pallavolo. Docente collaboratore in corsi di formazione professionale di "Allungamento Muscolare Globale Decompensato Metodo Raggi®".

**EVENTI**

**SO CRITICAL SO FASHION**

**21-23 settembre 2012  
SO CRITICAL SO FASHION**

Presso la location di Frigoriferi Milanesi in via Piranesi 10. Orari apertura: venerdì 21 ore 17-23; sabato 22 ore 10-22, domenica 23 ore 10-20.

L'appuntamento di riferimento della moda etnica durante la settimana della moda milanese. Tre giorni di eventi, incontri e workshop per presentare al pubblico una moda che segue principi di responsabilità etica, sociale e ambientale senza rinunciare a bellezza, innovazione e tendenze.

Protagonisti dell'evento saranno stilisti, artigiani e produttori attenti alla qualità e all'ambiente, marchi di sartoria ricercata ed indipendente i cui prodotti finali sono il risultato di una precisa ricerca di materiali, di artigianalità innovativa e recupero di antiche tradizioni, ma anche di scelte di produzione, packaging e distribuzione attente all'impatto ambientale. All'interno della tre giorni il visitatore di *So Critical So Fashion* potrà partecipare a workshop in cui imparare a creare o personalizzare accessori e capi di abbigliamento, assistere a performance di artisti, gustare cibo biologico e ascoltare musica live e dj-set.

**MOSTRE**

**WOW SPAZIO FUMETTO**

Viale Campania 12 - Info: 02 49524744  
www.museowow.it

**7-23 settembre  
FUMETTI DIVERSI**

L'universo gay raccontato dai fumetti da Lupo Alberto agli X-Men. Un percorso espositivo a cura di Alexis Rosas che testimonia come il fumetto ha raccontato le tematiche gay utilizzando mezzi e canali diversi, dalla denuncia all'umorismo.

Ingresso libero. Orari: martedì-venerdì 15.00-19.00 - Sabato e domenica: 15.00-20.00

**CENTRO ARTISTICO  
CULTURALE MILANESE**

viale Lucania 18

**PALIO ARTISTICO CITTÀ DI MILANO**

Seconda edizione che vede la partecipazione di ben 24 Associazioni d'Arte di Milano e provincia, che insieme vogliono sensibilizzare le Istituzioni, il pubblico e la critica alla opera attività dei vari gruppi artistici. Ciascuna associazione parteciperà al Palio con otto quadri di altrettanti propri Soci-Artisti.

La manifestazione quest'anno si terrà nel **Corile d'Onore di Palazzo Isimbardi**, con ingresso da Corso Monforte 35, **dal 18 al 29 settembre**, con ingresso libero tutti i giorni dalle 10 alle 18.

La cerimonia di premiazione si terrà **venerdì 21 settembre alle 17.30**.

**FRIGORIFERI MILANESI**

Via Piranesi 10

**dal 2 al 7 ottobre  
LA SETTIMANA DELLA COMUNICAZIONE**

Inaugurazione: 2 ottobre a partire dalle 18.30. Dalle 19 alle 23 performance dei musicisti **Steve Piccolo** e **Gak Sato** presso lo spazio Cubo. Partecipazione all'inaugurazione gratuita su invito, da richiedere a [info@frigoriferimilanesi.it](mailto:info@frigoriferimilanesi.it)

Durante La Settimana della Comunicazione sarà possibile visitare: **"Fight-Specific Isola"**, a cura di **Isola Art Center**, esposizione collettiva.

**"GuardaMI, volti e storie della Città verso l'Expo: AfricaMI"**, un reportage fotografico con cui i fotografi dell'**Istituto Italiano di Fotografia** - coordinati da Massimo Bassano, docente per il National Geographic - documentano le culture che convivono a Milano, la città di Expo 2015.

**"Svegliati!"**, a cura di **ROJO@artspace Milano**, personale di Yolanda Dominguez che espone, per la prima volta in Italia, una selezione dei suoi più riusciti progetti su tematiche quali il conflitto di genere e il ruolo delle donne nella società contemporanea.

**6 ottobre**

In occasione della **Giornata del Contemporaneo** organizzata da AMACI (Associazione dei Musei d'Arte Contemporanea Italiana), saranno aperti al pubblico i caveau e i laboratori di restauro di Open Care e il laboratorio di produzione artistica "Penso con le mie ginocchia" di Mario Airò, Stefano Dugnani, Diego Perrone. Si potrà inoltre ammirare l'installazione **El Viaje De Las Palabras** di Chema Alvargonzales, della collezione Open Care.

Il comitato soci Coop P.za Lodi Rogaredo organizza per i soci ATL Coop

**Sabato 15 settembre 2012**  
**GITA A**  
**CLUSONE E GROMO (BG)**

**PROGRAMMA:**

- ore 7.15 Partenza davanti Ipercoop PiazzaLodi
- ore 7.25 Partenza da Rogaredo ang. Via Feltrinelli
- ore 9.30 Incontro con la guida a Clusone e visita della città  
Pranzo - pomeriggio visita guidata a Gromo  
Rientro in serata

Quota di partecipazione: € 36,00. La quota comprende: A/R con bus, visite guidate, pranzo, assicurazione. Le prenotazioni si ricevono presso Ufficio soci Ipercoop tel. 02

**GALLERIA BIANCA MARIA  
RIZZI & MATTHIAS RITTER**

Via Cadolini 27 - Tel. 02 58314940  
www.galleriabiancamariarizzi.com

**18 settembre - 26 ottobre**

**LAST FLOWERS  
PERSONALE DI JERNEJ FORBICI**

A cura di Fortunato D'Amico. Jernej Forbici è un artista sloveno che, attraverso il linguaggio della pittura, racconta e denuncia i soprusi compiuti dall'uomo nei confronti della natura. Inaugurazione: martedì 18 settembre, ore 18 - 22. Orari: martedì - venerdì dalle 14.30 alle 19. Sabato su appuntamento. Domenica e lunedì chiuso.

[www.quattronet.it](http://www.quattronet.it)

**COMPUTER SERVIZI**

via Comelico, 30  
20135 Milano  
0255010932

**ASSISTENZA E VENDITA  
COMPUTER E STAMPANTI**  
Acer, HP, Toshiba, Dell, Asus,  
Samsung, Fujitsu, Canon, Epson

**INTERVENTI A DOMICILIO  
E IN LABORATORIO**

**CARTUCCE E TONER  
ORIGINALI E COMPATIBILI**

[www.pc113.it](http://www.pc113.it) | [computer-servizi@fastwebnet.it](mailto:computer-servizi@fastwebnet.it)

**FALEGNAME ESPERTO**

esegue ANCHE piccole riparazioni  
(tapparelle, serrature, infissi, etc.)  
Restauro e modifica mobili

ENRICO SCARAMUCCI  
Via Pier Lombardo, 23 - 20135 Milano  
334/9965328

**VETRAIO & CORNICIAIO**

Sostituzione vetri di ogni tipo a domicilio  
Vetrate termoisolanti e antirumore  
Vetri per porte interne e finestre  
Vetrine per negozi, specchi

Cornici in ogni stile - moderne e antiche  
Via Arconati, 9 - ang. P.le Martini

Tel/fax 02 54.10.00.35 - Cell. 338 72.46.028

**Associazione Italiana Malattia di Alzheimer**

21 settembre 2012  
**GIORNATA MONDIALE ALZHEIMER**

L'Associazione sarà presente con un gazebo in piazza Medaglie d'Oro per sensibilizzare la cittadinanza, distribuire materiale informativo e somministrare gratuitamente i test della memoria, in collaborazione con gli Ospedali Maggiore Cà Granda e Policlinico.

**CASA DELL'ARTIGIANO**  
dal 1969

Ferramenta in genere  
Utensili delle migliori marche  
Rivenditore VICTORINOX

Via Fratelli Bronzetti 11 - 20129 Milano  
Tel/Fax 02 7610583 - [www.casadellartigiano.it](http://www.casadellartigiano.it)



## CORSI

### NAMUR

#### IL POSTO DEL RESPIRO

Via Spartaco 29, ingresso da Via Paullo 16,  
tel. 02 87073490 - e-mail: [respira@namur.it](mailto:respira@namur.it)  
[www.namur.it](http://www.namur.it)

#### Giovedì 13 settembre

Presentazione gratuita del corso di **BIOPILATES®**, con la collaborazione della Dr.ssa Francesca Sapienza (psicoterapeuta)

#### Martedì 18 settembre dalle 20.00 alle 21.30

#### Giovedì 20 settembre dalle 13.00 alle 14.00

Presentazione gratuita del corso di **QI GONG**, con la collaborazione della Dr.ssa Marta Regina (psicologa). Il termine **Qi Gong** si riferisce a una serie di pratiche e di esercizi collegati alla medicina tradizionale cinese e in parte alle arti marziali che prevedono la meditazione, la concentrazione mentale, il controllo della respirazione e particolari movimenti di esercizio fisico.

#### venerdì 21 settembre

Presentazione gratuita del corso di **FELDENKRAIS® E RESPIRO**, con la collaborazione di Francesca Fabris ed Elisa Fronteddu (insegnanti associazione AII MF). Esplorare il respiro per muoversi con abilità e facilità

Prenotazione obbligatoria: per orari e disponibilità chiamare il Centro Namur

### CENTRO CERDI KALA YOGA

via Tito Livio 23 - tel. 339-4732767 (Sangeet Kaur)  
[info@kundaliniflow.com](mailto:info@kundaliniflow.com) - [www.kundaliniflow.com](http://www.kundaliniflow.com)

#### da lunedì 17 a giovedì 27 settembre

#### CORSI GRATUITI DI KUNDALINI YOGA

in orario "pausa pranzo", al pomeriggio e alla sera, condotti da diversi insegnanti.

Che cosa è il **kundalini yoga**? Si tratta di una scienza sacra che combina movimento, respirazione, suono, meditazione, rilassamento. Il suo potere deriva dal liberare il potenziale, tradi-

zionalmente chiamato Kundalini, generalmente latente, che risvegliata attiva il nostro potere autocurativo e riequilibra il sistema corpo-mente-anima.

**Cerdi Kala**, invece, è un'antica espressione mistica che significa Spirito sempre elevato. Incoraggia a sviluppare quella forza interna e alta vibrazione che sostengono le persone al di là degli alti e bassi della vita.

Il calendario prevede classi di Kundalini Yoga per tutti, anche per uomini e atleti, in diverse fasce orarie. Il calendario completo e tutte le informazioni sul sito.

### ALTROTEMPO

Via Contardo Ferrini 11

#### Martedì 18 settembre dalle 9.30 alle 13.00

**OPEN DAY** e mattina di gioco per bambini e bambine da 8 mesi a 3 anni accompagnati da un genitore, nonno o tata

#### Mercoledì 19 settembre dalle 10.00 alle 12.00

**SPAZIO RELAX NEOMAMME** mattina di incontro per mamme con bambini da 0 a 8 mesi  
Incontri gratuiti con prenotazione obbligatoria

### COMUNE DI MILANO

#### Settore Lavoro e Formazione

#### CORSI DI LINGUE

Presso la sede di Corso XXII Marzo 59 - Tel. 02.884.65.554/5/8 - Fax 02.70006945 - e-mail: [PLO.XXIIIMarzo@comune.milano.it](mailto:PLO.XXIIIMarzo@comune.milano.it), si tengono corsi di Inglese, Italiano Lingua Straniera e Tedesco per il Lavoro in fasce orarie diurne e serali.  
Orario Segreteria: dal lunedì al venerdì 10.00/12.30 - 15.00/18.30 - lunedì-giovedì: 10.00/12.30 - 15.00/19.30 - venerdì: 10.00/12.30 - 15.00/18.00

### CONSIGLIO DI ZONA 4 CAM di Zona 4

Sono aperte le iscrizioni ai corsi gratuiti organizzati dai CAM della zona 4. I corsi partiranno da ottobre e i posti sono limitati; per informazioni e iscrizioni: CAM di via Oglio 18 tel. 02.884.58420, CAM di via Parea 26 tel. 02.884.47455, CAM di via Mondolfo 1 tel. 02.884.46895

### CORSO DI FORMAZIONE ALLA CONSAPEVOLEZZA DELLA RELAZIONE

10 lezioni della durata di due ore ciascuna a cadenza settimanale a partire dal mese di ottobre presso il **Centro Civico di Via Oglio 18**. Il corso è tenuto dalla Prof.ssa Gabriella Vazzoler dell'Istituto di Psicosintesi.

### IL CORPO, LA DANZA, L'ARTE

Laboratorio di danzaterapia e arteterapia dell'Associazione The Moving Circle  
10 incontri di un'ora e 30 minuti per incontro, che si terranno tutti i giovedì dalle 19 alle 20.30 a partire dal 4 ottobre, presso il CAM Parea

### CORSO DI DECOUPAGE

Presso il CAM **Mondolfo**, per anziani, il mercoledì dalle 14.30 alle 17.30

### LABORATORIO DI BIGIOTTERIA BASE E SPERIMENTALE

Presso i CAM **Parea** e **Mondolfo**, per Adulti, il lunedì dalle 19.00 alle 21.00 ed il mercoledì dalle 18.00 alle 19.00

### GINNASTICA PER LA MENTE

Presso il CAM **Parea**, per Anziani, il lunedì dalle 17.20 alle 18.20.

### ASSOCIAZIONE LUISA BERARDI

Sede di via degli Etruschi 5

Sono aperte le iscrizioni 2012-13 ai Corsi per adulti, che contribuiscono a sostenere le attività a favore di bambini e famiglie in difficoltà del nostro quartiere.

**INGLESE** - 30 ore di lezione divise in moduli di un'ora e mezza il mercoledì mattina.

Possibilità di avviare due percorsi: livello elementare e principianti.

Inserimenti previo test di valutazione (per livello elementare) **HATHA YOGA** per signore - 30 ore di lezione divise in moduli di un'ora ciascuna il martedì mattina.

Posti limitati a max 10 iscritti per gruppo. Avvio dei corsi: metà ottobre.

**Prima lezione di prova gratuita e senza impegno** per entrambe le proposte.

Per informazioni e prenotazioni: tel. 328 62 41 767 - e-mail: [ass.luisaberardi@libero.it](mailto:ass.luisaberardi@libero.it)



MAESTRI CAMPIONESI






E' UNA INIZIATIVA



Milano, via Maestri Campionesi - zona Cinque Giornate Porta Romana  
in vendita appartamenti, uffici, negozi in costruzione



**6** in terrazza

**6** in giardino

**6** in piazza

**6** IN CLASSE A\*

ELEVATO RISPARMIO ENERGETICO  
TECNOLOGIA ALL'AVANGUARDIA  
MATERIALI DI PRESTIGIO  
ELEVATA QUALITA' COSTRUTTIVA

\* INDICE DI PRESTAZIONE ENERGETICA PER LA CLIMATIZZAZIONE INVERNALE  
INTESSO DI CALORE RISTRETTO (KW) IN UN'ORA INCL. PER 1000 ANZIANI: 25.000 (100% 100%)  
ANZIANI: VALORE DI PROGETTO (KWH/KVANTO ANNO) - VALORE LIMITE DI LEGGE (KWH/KVANTO ANNO)  
NEGOZI VALORE DI PROGETTO (KWH/KVANTO ANNO) - VALORE LIMITE DI LEGGE (KWH/KVANTO ANNO)  
SPAZIO VALORE DI PROGETTO (KWH/KVANTO ANNO) - VALORE LIMITE DI LEGGE (KWH/KVANTO ANNO)

02 4895.8416  
[www.campionesi6.it](http://www.campionesi6.it)  
[info@campionesi6.it](mailto:info@campionesi6.it)

INIZIATIVA FINANZIATA CON MUTUO

COMMERCIALIZZAZIONE A CURA DI




UFFICIO INFORMAZIONI  
E VENDITE IN LOCO  
VIA MAESTRI CAMPIONESI 6