

## 2º Verso i 150 anni dell'Unità d'Italia

1861 - 2011

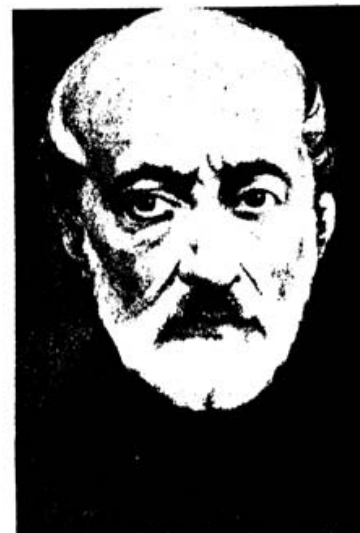
### Giuseppe Mazzini e la Giovine Italia

Che **Giuseppe Mazzini** sia stato un grande personaggio italiano l'avrai capito anche leggendo le targhe di strade, di piazze e di scuole, intitolate a lui. Non c'è città o paese d'Italia che non ricordi in questo modo Giuseppe Mazzini. Vediamo allora che cosa ha fatto per l'Italia.

Nato a Genova nel 1805, Mazzini si iscrisse giovanissimo alla Carboneria; fu arrestato e imprigionato nel carcere di Savona. Capì ben presto gli errori della Carboneria e decise di fondare una nuova associazione, la **Giovine Italia**; la nuova associazione, anche se agiva con cautela per sfuggire alla polizia, era tutt'altro che segreta: non usava un linguaggio particolare, stampava manifesti, volantini e giornali, diffondendoli dappertutto perché tutti li leggessero; si rivolgeva a tutti gli Italiani, ricchi e poveri, istruiti ed ignoranti. Non chiedeva ai singoli sovrani, come la Carboneria, la concessione della Costituzione, ma parlava chiaro di un'Italia unita, indipendente, libera e repubblicana.

Che cosa significavano queste parole?

- **unita** voleva dire che tutto il territorio doveva far parte di un unico stato;
- **indipendente** significava che non doveva essere soggetta a dominazione straniera;
- **libera** voleva dire che i cittadini dovevano avere libertà di parola, di opinione, di stampa;
- **repubblicana** significava che non doveva essere governata da un re.



#### La «Giovane Europa»

L'ideale del Mazzini non si limitò all'unità d'Italia, ma abbracciò un campo più vasto: affratellare le nazioni che aspiravano alla conquista della libertà. Per questo, esule in Svizzera, egli fondò la **Giovane Europa**, formata dall'unione della **Giovane Italia** con la **Giovane Polonia** e la **Giovane Germania**.

### Appuntamenti del mese

<p><b>Miércoles de Opera</b> Casa del Águila ruta 3, vía 5, esq. zona 4 18.00 horas INGRESSO GRATUITO</p> <p>01 settembre: <b>El hijo del Zar</b> di Franz Lehár.</p> <p>08 settembre: <b>Los Lombardos</b> di Giuseppe Verdi.</p> <p>22 settembre: <b>Una vida en siete arias.</b> homenaje.</p> <p>29 settembre: <b>Biografía e interpretaciones de "Maria Callas".</b></p>	<p><b>Nel mese della Patria</b> presentazione del <b>Cuarteto de cuerdas</b> <b>Las cuatro joyas</b> de las hermanas Villagrán</p> <p>giovedì 23 settembre ore 18:00 nella sede della S.D.A. 3 Avenida 9-08, zona 10</p>	<p><b>Club di conversazione</b> Tutti i giovedì dalle 10 alle 11 Iscrizione aperta</p> <p><b>Mercatino</b> Sabato 25 dalle 10 alle 12:30</p>	<p><b>Film del mese</b> <b>Mar Nero</b> di Federico Bondi con Ilaria Occhini 2009</p> <p>Lunedì 27 settembre ore 17:45 Martedì 28 settembre ore 9:00</p>
<h2>Inizio corsi: 13 e 18 settembre</h2>			

**15 settembre: Festa dell'Indipendenza di Guatemala**

# Pioggia

(riflessioni di Marco Vinicio Santizo)

Stanotte piove a Città del Guatemala. Le gocce cadono a ritmi diversi. Fuori si sente quella specie di fruscio, dentro casa lo sgocciolare è piuttosto pausato, lento.

La catinella che raccoglie l'acqua piovana dentro casa, amplifica lo schianto di ogni singola goccia. È una specie di eco, che tra un tac e l'altro evoca situazioni vissute e momento illusamente passati.

Stanotte non piove a dirotto, ma sono le ore, e il rumore della catinella dentro casa, a far ricordare le scene già viste di gente che piange, di montagne crollate, di frane per strada, e di strade di fango.

Qua non ci sono i monsoni a provocare le cosiddette tormente tropicali; da queste parti sono gli uragani a provocare i nostri tormenti, ma non solo, ci sono pure altri agenti "naturali" a provocare il nostro patire.

Stanotte il pianto all'esterno è un misto tra il dolore, causato dalla morte delle settantadue vittime a Tamulipas, nel Messico, e la gioia dei trentatré minatori vivi nel Cile. Stanotte il pianto cade sugli animi di quelli che, come la pioggia sul deserto, non conoscono neanche l'umidità che lascia il dolore sulla propria pelle.

Stanotte il pianto interno è diventato una specie di bisbiglio. Le lacrime cadono giù, quasi come uno striscio. Stanotte il pianto interno ha un altro ritmo; fuori si piange di dolore, oppure di gioia, ma dentro si piange d'oblio.

Stanotte piove sul bagnato. Stanotte piango sul pianto, direi, antico.



**WEB**  
**COME SI pronuncia?**

Attori meravigliosi dai nomi impronunciabili? Ecco come uscire dall'impeccio di nominarli senza fare figuracce. È on line da poco il sito internet [www.comesipronuncia.it](http://www.comesipronuncia.it) che, grazie a un nuovo sistema audio gestito da Futuraweb, fornisce la corretta pronuncia di nomi (non solo di attori, ma anche di cantanti e personaggi della politica e dell'attualità) oltre che di termini stranieri di uso frequente.

GRUPPI DI ALIMENTI	PANE, CEREALI E PATATE	FRUTTA E VERDURA	LATTE E PRODOTTI CASEARI	CARNE, PESCE E ALTRE FONTI PROTEICHE	ALIMENTI CONTENENTI GRASSI O ZUCCHERI
<b>Quali cibi comprendono</b>	Pane, cereali per la colazione, riso, avena, mais, miglio, segale e altri tipi di cereali, pasta, patate anche dolci, banane	Frutta fresca, surgelata e in scatola, insalata, verdura fresca e surgelata, succo di frutta, frutta secca	Latte, formaggi stagionati e freschi, yogurt	Carne di manzo, di maiale e di agnello, frattaglie (fegato e reni), pollo e tacchino, pesce, uova, noci, fagioli, lenticchie e tutte le altre fonti di proteine vegetali	Burro, margarina, oli, maionese, patatine fritte e snack aromatizzati, biscotti, torte, budini, gelato, cioccolato, dolci, zucchero e bevande dolci
<b>Consiglio</b>	Consumare una grande quantità di questi alimenti, che devono rappresentare almeno un terzo dell'alimentazione	Consumare almeno cinque porzioni al giorno di questi alimenti, che devono rappresentare almeno un terzo dell'alimentazione	Mangiare o bere questi alimenti in quantità moderate	Mangiare quantità moderate di tutti gli alimenti che fanno parte di questo gruppo	Non utilizzare frequentemente grassi e oli per cucinare e non consumare spesso cibi grassi o dolci
<b>Note aggiuntive</b>	È bene optare per la versione integrale. Questi alimenti a base di amidi forniscono energia e fibre alimentari e danno un senso di sazietà che aiuta a ridurre il desiderio di ingerire cibi grassi o dolci	La frutta e la verdura sono una fonte ineguagliabile di vitamine, di minerali, di fibre alimentari e di altre sostanze attive da un punto di vista metabolico	Se possibile, è meglio scegliere prodotti con un basso contenuto di grassi, i quali offrono una quantità equivalente di vitamine del gruppo B e di calcio, anche se una quantità inferiore di vitamine A e D	È preferibile consumare carni magre, o eliminare le parti grasse, e mangiare il pesce, specialmente quello grasso, due volte alla settimana. Fagioli e lenticchie costituiscono una ricca fonte di vitamine del gruppo B, di fibre alimentari e di sostanze attive da un punto di vista metabolico	È consigliabile scegliere alimenti a basso contenuto di grassi, quando possibile. Non è sano consumare una quantità elevata di patatine fritte, torte, biscotti e dolci, poiché questi alimenti contengono un numero limitato di vitamine e minerali

## DI FACCIA E DI SPALLE



Queste quattro signore (A, B, C, D) sono le stesse viste di spalle (1, 2, 3, 4), però non nell'ordine. Sapreste accoppiarle?