

# Unitre...X te

Dal 1993 ... senza limiti di età

**UNIVERSITA' DELLA TERZA ETA'  
SAN MAURO TSE**

**OTTOBRE 2024**

## NUOVO ANNO, NUOVO GIORNALINO

Con il nuovo Anno, anche il **Giornalino** si rinnova.

Da uscita annuale si passerà a cadenza mensile.

L'obiettivo è quello di **condividere ogni mese** una sintesi delle attività svolte all'interno della nostra sede: conferenze, laboratori, lingue straniere, attività di movimento, visite a musei, ecc...

Il giornalino uscirà ad inizio mese e sarà fruibile in **bacheca** e visibile sul **sito** dove potrà essere anche **scaricato e stampato**.

A **fine anno** riuniremo tutti i numeri e verrà pubblicato un volume che racchiuderà le principali attività svolte nell'Anno Accademico.

Buona Lettura!



## UNITRE SUL PONTE VECCHIO E INIZIO ISCRIZIONI

**15 Settembre**

Come tradizione, anche quest'anno l'Unitre San Mauro ha allestito il **gazebo sul ponte vecchio** durante la domenica dedicata alle associazioni sanmauresi.

**18 Settembre**

Iniziano le iscrizioni, grande affluenza fin dalle prime ore del mattino.



## INAUGURAZIONE ANNO ACCADEMICO 2024/25

**Venerdì 4 Ottobre 2024.** Sala gremita, molti visi conosciuti ma anche molti nuovi iscritti.

Dopo il **saluto della** Sindaca di San Mauro Torinese Giulia Guazzora, la nostra presidente **Anna Fumarola** ha inaugurato l'Anno Accademico 2024/2025 esponendo gli obiettivi dell'Unitre le cui finalità sono educare, formare, informare, socializzare ecc. e presentando il Consiglio Direttivo con le relative cariche.

Il vicepresidente **Antonio Giambro-ne** ha illustrato l'importanza nel territorio di un'associazione come l'Unitre che diffonda i principi di formazione culturale anche ai non più giovani mantenendo viva la capacità di apprendere con piacere e curiosità. Lo slogan *"Il sapere non ha età"* è emblematico per la nostra Unitre.

E' seguita la presentazione di Pier Carlo Roveda del **programma**: dalle molte conferenze ai corsi e labo-



ratori (97) con la presenza di 78 docenti (tutti volontari). Quattro le lingue straniere con 15 classi. Di particolare interesse le Attività di movimento che si effettueranno nella palestra della Piscina Gramsci. L'informatica è presente con 4 corsi.

**Mauro Bussi** ha presentato il programma di massima delle gite e le uscite previste per Ottobre.

La **Biblioteca** (situata in segreteria) composta da 1400 volumi è stata presentata con dovizia di particolari dalle bibliotech-arie Rossella Ridolfi e Luciana Bongiovan-ni.

In coda alla festa, Ileana Piga del corso di Laboratorio teatrale, ci ha fatto divertire con un breve monologo.

Un piccolo rinfresco, apprezzato da tutti, ha concluso questo bel pomeriggio.



## INCONTRIAMO LA SINDACA

Il **7 Ottobre** la Prima Cittadina Giulia Guazzora, ha dato inizio all'A.A. 2024-2025 intrattenendoci con una conferenza sul tema "Come sta cambiando San Mauro" e facendo un bilancio a metà del suo mandato di quello che è stato fatto, quello in corso d'opera e ciò che è in progetto.

Numerosi gli interventi del pubblico presente, per tutti la sindaca ha avuto risposte esaurienti. Alle 17,30 purtroppo per impegni istituzionali la Sindaca ha concluso la sua conferenza rendendosi disponibile per altri incontri.

La presidente Anna Fumarola salutandola le ha consegnato a nome di tutta l'Unitre un bel mazzo di fiori accompagnato da un applauso dei presenti.



## INCONTRO CON L'AUTORE: GIANNI OLIVA

Grande affluenza di pubblico il 16 Ottobre per **Gianni Oliva**, docente di Storia delle Istituzioni Militari e studioso del periodo 1940-45, che ha presentato il saggio "45 milioni di antifascisti".

Introduce al saggio con una celebre frase di Winston Churchill del 1940: "In Italia sino al 25 luglio c'erano 45 milioni di fascisti; dal giorno dopo, 45 milioni di antifascisti. Ma non mi risulta che l'Italia abbia 90 milioni di abitanti". Questa frase fotografa la situazione del paese in quel periodo.

L'autore ancora una volta ci costringe a guardare alla storia con onestà, facendo luce su quanto i "conti non fatti sul passato" pesino ancora sul presente.

In conclusione, ha presentato il suo primo romanzo "Il pendio dei noci" che racconta la storia del sergente Julien Vertou che con gli alpini condivide la trincea sul Monte Grappa durante gli ultimi mesi del primo conflitto mondiale.

Un romanzo di amore e guerra, di montagne e neve, di uomini piccoli e grandi rimescolati nella Storia.



## L'ARTE DELLO STENCIL

Questo è un corso del tutto nuovo per la nostra Unitre. Occorre ritagliare una mascherina e riempire di colore gli spazi vuoti. Tutto qui? Semplice vero? E invece no, si possono fare dei meravigliosi capolavori che la docente Monica Fabris proverà a far realizzare, lezione dopo lezione, alle sue allieve e che

poi avremo modo di apprezzare durante la Mostra dei laboratori il prossimo maggio. Le partecipanti sono molto entusiaste di imparare e sicuramente l'insegnante sarà più che soddisfatta delle loro capacità e dei risultati di preparazione raggiunti.



## L'ANGOLO DEL LIBRO: *Il vento conosce il mio nome* di Isabelle Allende 2023

Tutti conosciamo **Isabelle Allende**, autrice di innumerevoli romanzi alcuni dei quali compreso questo, sono disponibili nella nostra biblioteca.

Questo romanzo narra le vicende di 2 bambini distanti nel tempo e nello spazio che condividono traumi ma che sopravvivono non perdendo mai la speranza, senza smettere di sognare e trovando sulla loro strada persone capaci di umanità,



generosità e solidarietà.

**1938** Samuel bambino ebreo la cui madre per salvarlo dalla deportazione e dall'orrore nazista mette su un treno che dall'Austria lo porterà in Inghilterra insieme al suo violino per iniziare una nuova vita.

**2019** Anita che con la madre dal Salvador fugge dalla guerra civile e cerca rifugio negli Stati

Uniti, dove però separata dalla mamma si ritroverà sola in un centro di accoglienza.

Ma c'è anche Selena, giovane assistente sociale che chiede aiuto ad un noto avvocato con la speranza di rintracciare la sua mamma.

Questo libro è una testimonianza delle scelte estreme a cui i genitori possono arrivare pur di salvare i propri figli.

Un libro assolutamente da leggere.

## MUSEI REALI DI TORINO



Si inaugura, il 22 Ottobre, la stagione delle "uscite 2024-25" con la visita ai Musei Reali. Due folti gruppi, accompagnati da guide bravissime si ritrovano in Piazzetta Reale.

Si inizia con il **Palazzo Reale**, prima e più importante residenza sabauda in Piemonte fino al 1865. Bene Unesco fu progettata negli anni da Filippo Juvarra, Amedeo di Castellamonte, Pelagio Pelagi, Benedetto Alfieri e Ascanio Vittozzi. L'interno con le stanze ricche di magnifiche decorazioni, arazzi e mobili affascinano per la loro bellezza.

Entriamo nella **Cappella della Sindone**, progettata ed edificata da Guarino Guarini per ospitare la Sacra Sindone, il telo di lino con impressa l'immagine di Cristo. Dopo l'incendio nel 1997, la Cappella fu oggetto di una complessa opera di restauro terminata nel 2018 quando è tornata visitabile.

L'**Armeria Reale** istituita da Carlo Alberto nel 1837 è situata nella stupenda Galleria della Regina decorata da C.F. Beaumont. E' una delle più ricche collezioni di armi e armature antiche del mondo.



## TOUR MUSEALE-PALAZZO ISTITUTI ANATOMICI

Il 28 Ottobre mattinata dedicata alla visita di tre musei.

Si inizia con il **Museo della Frutta**, inaugurato nel Febbraio 2007, espone oltre mille varietà di frutti plastici (mele, pere, pesche...) modellati a metà Ottocento dall'agronomo Francesco Garnier Valletti.

Successivamente accompagnati da due guide, si entra al **Museo di Antropologia Criminale Cesare Lombroso**, che raccoglie le sue collezioni di crani, resti scheletrici umani, oltre a foto, manufatti e tanto altro. Strumenti atti a studiare l'antropologia criminale, da lui fondata.

L'ultima tappa della giornata è il **Museo di Anatomia Umana Luigi Rolando** primo museo ad essere ospitato dal 1898 al Palazzo degli Istituti Anatomici, sede universitaria, espone preparati a secco e in liquido, modelli in cera, cartapesta e legno, oltre a collezioni di resti antropologici.



# Unitre...X te

Dal 1993 ... senza limiti di età

## UNIVERSITA' DELLA TERZA ETA' SAN MAURO TSE

### NOVEMBRE 2024

## ATTIVITA' DI MOVIMENTO

Presso la palestra della Piscina Gramsci

Dop molte vicissitudini la Piscina Gramsci in Via del Porto 13 a San Mauro ha finalmente aperto i suoi spazi e l'UNITRE ha potuto offrire nuovi locali per le attività motorie, concordando un affitto della palestra con la società gerente **VOZ** (detta società ha offerto a tutti i tesseri Unitre uno sconto del 10% su tutte le attività della piscina).

**Lunedì 4 Novembre** tutti pronti per iniziare. Alle ore 16 incontro del primo gruppo, si incomincia con **BIODANZA - corso avanzato** seguito dalla docente Alma Meli Santa.

Certo la palestra è molto bella e grande, i movimenti si possono eseguire con molta più libertà e soddisfazione.

Il giorno dopo, al mattino, anche il **corso principianti di BIODANZA**, docente Concetta Napolitano incomincia con grande successo.

Seguiranno **BRAIN LONGEVITY\*YOGA E SALUTE** (Gian Piero Cadei), **QI GONG + AUTO-SHIATSU** (Paola Naretto Rosso), **MEDITAZIONE DINAMICA** (Damiana Petrarchin), **YOGA: IL RESPIRO-L'ENERGIA SOTTILE** (Laura Meda), **GINNASTICA DEL BENESSERE** (Emanuele Sottile) e **YOGA CON LA SEDIA E MUDRA** (Emanuele Sottile).

L'apprezzamento per queste attività è stato super gradito considerate le moltissime iscrizioni. Un grazie soprattutto ai bravi insegnanti che collaborano con la nostra Unitre.

Presso la sala della Scuola Allende

In questa sala messa a disposizione della Scuola Allende si svolgono i corsi di **ALLENAMENTO FUNZIONALE CONTRO LA PERDITA DELLA MASSA MUSCOLARE** (Rosario Di Stabile) e **TAI CHI CHUAN** (Stefano Sarti).



QI GONG e AUTO-SHIATSU



BIODANZA—AVANZATO



BIODANZA—PRINCIPIANTI

## ASSEMBLEA DEGLI ASSOCIATI

Venerdì **8 novembre** 2024 si è svolta l'Assemblea triennale degli Associati presso la sede di via Dora 13. Si è deliberato quanto segue:

- Approvazione del Rendiconto consuntivo 2023/2024 al 31/07/2024 e quello preventivo 2024/2025.
- Conferma del Consiglio Direttivo in carica.



## ARTETERAPIA :TECNICHE GRAFICHE DI MEDITAZIONE CREATIVA

Studi sulle neuroscienze hanno dimostrato che la mente, per rigenerarsi, ha bisogno di momenti di completo relax ed essere svuotata da ansie, pensieri e preoccupazioni. Si tratta di riuscire a raggiungere uno stato mentale di massima positività e gratificazione che si verifica solo durante lo svolgimento di alcune particolari attività e che corrisponde ad una completa immersione in ciò che si sta facendo. E' per questo che, con grande entusiasmo, ho proposto questa esperienza mindfulness a tutti coloro che avevano la curiosità di sperimentare questo nuovo laboratorio di ARTETERAPIA.

Le tecniche grafiche portano alla creazione (libera e guidata) di motivi decorativi, geometrici ed astratti, basati su intrecci e grovigli di forme e linee il cui risultato è sempre gratificante. Finalità del corso è dunque lasciare che la mente si concentri solo sul processo di "creazione", soffermandosi sul "QUI ED ORA", in quel luogo di consapevolezza che si prende cura di noi e poter aspirare ad un buon rilassamento psicofisico riducendo lo stress e trovando un senso di profonda calma interiore che rigenera la mente.



La docente Roberta Gioia



## LABORATORIO DI CALLIGRAFIA

Ritroviamo anche quest'anno **Delia Senes** che insegnerà con molta pazienza e garbo ai suoi allievi quella che a tutti gli effetti è una vera e propria arte, per imparare a tracciare elegantemente le varie forme di scrittura, utilizzando carta, inchiostro, penne e pennini.

In un mondo ipertecnologico dove tutto corre veloce, scrivere con una bella calligrafia, è sicuramente un

lusso che solo chi ne ha la capacità può concedersi.



## SGUARDI D'ARTISTA: IL MONDO VISTO CON GLI OCCHI DEI GRANDI PITTORI.

di Monica Arena

Cari Amici,

anche quest'anno ci ritroviamo per indagare insieme nuovi Sguardi d'Artista, ripercorrendo le vite di grandi pittori come il norvegese Edvard Munch, artefice del famoso "Urlo", uno dei dipinti più famosi al mondo e vera e propria icona del nostro tempo. Nonostante una vita costellata da disagi psichici e tragedie familiari,



Munch è riuscito con forza e determinazione ad avere una brillante carriera e ad uscire dal buio della disperazione. Abbiamo visto come la sua produzione sia molto più ampia e variegata rispetto all'"Urlo", che ha messo in ombra tutte le altre opere, che sono all'incirca 40.000.

Queste e altre storie sono le protagoniste dei nostri incontri, pomeriggi per me piacevolissimi in cui scambiamo idee, opinioni, riflessio-



ni e molti sorrisi che ogni volta mi scaldano il cuore.

Le storie degli artisti ci permettono anche di esplorare luoghi ed epoche diverse, di capire per esempio come si viveva nella Roma del '600, dove i grandi committenti erano ancora il Papa e i cardinali, o nell'America di inizio '900 o nella Francia della Belle Epoque.

Voglio ringraziare tutti Voi per il vostro calore e la simpatia con cui mi accogliete ogni volta.



## L'ANGOLO DEL LIBRO: *Come l'arancio amaro* di Milena Palminteri - 2024

A pochi mesi dalla sua pubblicazione, questo romanzo continua ad essere forse, il più venduto del 2024.

L'autrice **Milena Palminteri** al suo esordio, partendo da una storia vera costruisce un romanzo che dagli anni '20 arriva fino agli anni '60, raccontando la storia di diverse donne.

Agrigento 1960, Carlotta 36 anni, un doloroso passato alle spalle e laureata in giurisprudenza, dopo gli studi anziché lottare per diventare avvocato accetta un lavoro in un Archivio notarile. Ma è proprio lì

che cercando le sue origini fra carte polverose scopre i segreti -



sempre taciuti - della sua famiglia.

Tutto ha inizio nel '24 quando a Sarraca - nome di fantasia - Nardina sposa il nobile Carlo Cangialosi, ma non riesce a rimanere incinta, mentre la bellissima Sabedda umile serva, si ritrova con un figlio in arrivo e a non sapere come camparlo. E' a questo punto che entra in scena la madre di Nardina, Bastiana che, in accordo con il campiere Don Calogero propone alle due giovani un patto scellerato che avrà ripercussioni sulle loro vite per moltissimi anni. Ed è da qui, quando iniziano a soffiare i venti del Fascismo e fino agli anni '60, che le menzogne, i rapporti negati e difficili che Carlotta arriverà, ancora soffrendo a conoscere tutta la verità.

## VISITA A PAVIA E ALLA CERTOSA



Stava albeggiando, il 12 Novembre, quando con due pullman al gran completo siamo partiti alla volta di **Pavia** e della **Certosa**. Il mattino, in compagnia delle guide, è stato dedicato alla visita della città, partendo dal **Castello Visconteo**, fortezza medievale che oggi ospita i **Musei Civici**; l'**Università** una delle più antiche al mondo, e in cui hanno studiato e insegnato personaggi illustri, quali Alessandro Volta, Ugo Foscolo, Carlo Goldoni; il bellissimo **Duomo** con la sua facciata incompiuta; la **Basilica di San Michele** in stile romanico, opera molto fragile perché costruita in pietra arenaria; il **Ponte coperto** sul Ticino e **Piazza della Vittoria**, dove abbiamo salutato le guide e liberamente siamo andati a pranzo.

Il pomeriggio, un breve tragitto in pullman ci ha portati a visitare la **Certosa**, uno dei massimi capolavori del Rinascimento che comprende un monastero, un santuario e un museo, che la guida, un monaco cistercense ci ha fatto conoscere con dovizia di particolari.



## MUSEO DEL CINEMA E ASCENSORE DELLA MOLE

Il 27 Novembre ed il 9 Dicembre si esce per andare al cinema, precisamente al **Museo del Cinema**, la cui sede si trova all'interno della Mole Antonelliana, il monumento simbolo della città che attraverso un percorso interattivo, racchiude e illustra tutta la storia del cinema dal **Muto**, il **Teatro d'ombre**, le **Lanterne magiche**, ai più spettacolari **Effetti speciali** dei giorni nostri. Il cuore del museo è l'**Aula del Tempio** e da lì la **Rampa elicoidale** che come una **pellicola cinematografica** si srotola a salire verso la **cupola**. Il percorso è sede di mostre temporanee e permette di ammirare l'intera Aula.

Al centro l'**ascensore panoramico** porta fino al **Tempietto**, dove è possibile vedere il panorama sulla città. Inaugurato nel 2000 è uno dei musei più apprezzati e più visitati.







**Unitre...X te**

Dal 1993 ... senza limiti di età

**UNIVERSITA' DELLA TERZA ETA'  
SAN MAURO TSE**

**DICEMBRE 2024**

## AUGURI NATALIZI E GRANDE TOMBOLATA

E' finito il primo trimestre di "scuola". Si sono svolte molte attività e conferenze particolarmente interessanti, seguitissime dai soci dell'Unitre.

Quindi, come tutti gli studenti, possiamo godere le vacanze di Natale con, oltre ad un buon riposo, l'incontro con amici, parenti e magari un viaggio desiderato.

**Venerdì 20 dicembre 2024** ci si è incontrati per il consueto pomeriggio di festa nella Sala Conferenze.

Un **breve dialogo** tratto dalle "operette morali" di Giacomo Leopardi, recitato da Franca Celona e Antonio Giambone, ha introdotto la classica Tombolata che ha coinvolto il pubblico.



Ma parliamo della **Tombola**:

è il tradizionale gioco da tavolo nato proprio in occasione del Natale, quasi trecento anni fa e precisamente nel 1734 sotto il regno di Carlo III di Borbone. Il re voleva legalizzare il gioco d'azzardo del Lotto per impinguare le casse dello stato, un frate però si oppose sostenendo che ciò avrebbe corrotto le anime dei fedeli. Allora il gioco venne così sospeso per il periodo natalizio. I napoletani, contrariati dal veto imposto, lo organizzarono in versione

casalinga; i numeri sorteggiati venivano fatti *capitombolare* e mescolati in un sacchetto, così è nata la **TOMBOLA**. All'estrazione di ambo, terno, quaterna, cinquina e tombola sono associati premi.

Per quanto ci riguarda, con la vendita delle cartelle si è raccolto **500 euro**, interamente devoluti a "Specchio dei Tempi" della STAMPA per aiutare persone in difficoltà. Si ringraziano tutti i soci che partecipando hanno permesso questa iniziativa.



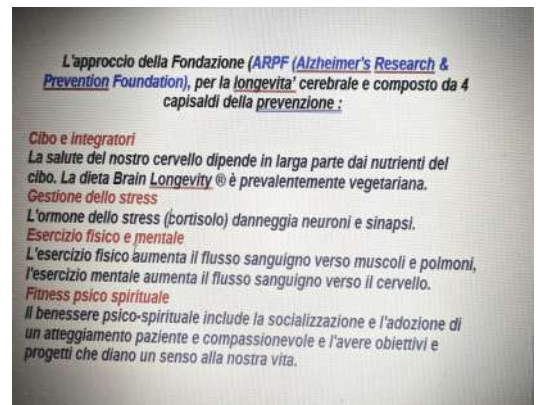
A conclusione, dopo i graditi **saluti dall'Amministrazione Comunale** attraverso l'Assessora Daisy Miatton, è seguito un **brindisi di bollicine** accompagnato da una fetta di panettone.



## BRAIN LONGEVITY & YOGA E SALUTE

Quest'anno nelle Attività di movimento è arrivata una new entry: Brain Longevity – yoga e salute.

Il docente **Gian Piero Cadei** ha illustrato nello schema a lato di cosa si tratta e dei risultati che con questo corso si possono raggiungere.



## Perché proporre “MOMENTI DI LETTURA”? di Anna Montanaro

**Perché** la lettura è fonte di benessere.

**Perché** attraverso la lettura di un testo possiamo migliorare la conoscenza del mondo e di noi stessi.

**Perché** è bello condividere il piacere di un'emozione che nasce dalla lettura e dall'analisi di un brano.

**Perché** le riflessioni che scaturiscono dalla lettura di certi autori possono portare alla scoperta di parti di noi che erano in ombra.

**Perché** la lettura potenzia l'immaginazione.



**Perché** la lettura ci dà strumenti per esprimere i nostri sentimenti e comprendere quelli degli altri.

## GIOCHIAMO A BURRACO

Come sappiamo l'Unitre è un'Associazione il cui scopo non è soltanto offrire opportunità di apprendimento attraverso i suoi numerosi corsi, ma è soprattutto un invito alla socializzazione favorito da un ambiente rilassato e informale. Per questo motivo da diversi anni nella nostra Unitre ci si può anche divertire giocando a carte, e precisamente al gioco del Burraco.

**Franca Ronco** segue con grande impegno l'organizzazione e lo svolgimento del gioco.

Questo gioco è nato probabilmente in Paraguay intorno agli anni '40, appartiene alla famiglia della pinnacola ed è parente stretto della canasta, si è diffuso in Italia intorno agli anni '80 diventando uno dei giochi a carte più



apprezzato. Prevede l'utilizzo di due mazzi da 52 carte, i giocatori solitamente possono essere 4 o 6, ma non è insolito anche giocare singolarmente, a squadre e anche con tre giocatori.

## PITTURA AD OLIO di Gaetano Soldano

Anche quest'anno, per il ventesimo anno, il corso di pittura a olio è ricco di volti "vecchi" e molti nuovi. Partecipanti che riempiono l'aula con entusiasmo e di questo sono molto contento e grato!

S'impara l'arte del dipingere. Infatti quando si dipinge, la creatività viene liberata riuscendo a manifestare emozioni e sentimenti. In più l'auto-stima si rafforza, perché la soddisfazione di creare qualcosa da soli aumenta la fiducia in noi stessi e aiuta ad essere più felici.

Sovente il brusio aleggia come una musica lieve: è la voglia di conoscersi o anche solo di parlare dei nipotini, dei problemi di salute e altro. In altri momenti invece, silenzio, l'impe-



gno dei colori e le forme non permettono di parlare, è la concentrazione... ma come sempre quello che regna è la voglia di socializzare, liberare la mente.

Questo ormai è uno dei corsi più longevi e vi ringrazio di cuore.



## L'ANGOLO DEL LIBRO: *L'età fragile* di Donatella di Pietrantonio - 2024

Questo libro di **Donatella Di Pietrantonio**, vincitrice del **Premio Strega 2024**, è come la maggior parte dei suoi romanzi ambientato in Abruzzo, ed è ispirandosi ad un fatto di cronaca realmente avvenuto negli anni Novanta in un paesino appenninico sulla Maiella, che racconta di quanto la fragilità ci possa attraversare per tutta la vita, e lo fa narrando le vicende di Lucia e della sua amica Doralice che vivono in prima persona quei tragici eventi. Lucia, voce narrante, lavora come fisioterapista nel paesino dove ha sempre vissuto, è separata e dedica il suo tempo ai pazienti, al padre anziano con cui vive e agli amici del coro della chiesa. Questa routine viene però spezzata quando in pieno periodo pandemico si ritrova a dover riaccogliere la figlia



Amanda trasferitasi a Milano, da cui torna diversa, più cupa, più silenziosa e forse in fuga da una relazione morbosa della quale però non rivela niente alla madre, ma che lei intuisce. E' quando l'anziano padre le svela l'intenzione di lasciarle in eredità un terreno ai piedi del Dente di Lupo (quel territorio dove trent'anni prima persero la vita due sorelle, e l'unica sopravvissuta fu la sua amica Doralice), che Lucia viene riportata nel passato a quei drammatici giorni. Momenti che entrambe a modo loro hanno cercato di superare ma senza successo, Doralice addirittura emigrando in Canada pur di mettere più distanza possibile dai fatti, Lucia invece creando intorno a sé quella tranquilla monotonia priva di qualsiasi scossone. Alternando passato e presente Lucia rivive così la sua fragilità prima di ragazza e donna poi, ma rivedendola anche negli occhi di sua figlia. Insomma, a qualsiasi età si può essere fragili.



In occasione delle feste natalizie, il corso di **Decoupage Avanzato**, la cui docente è Priscilla Fontanella, ha **realizzato un pupazzo** molto simpatico ed allegro. E' stato esposto nel corridoio centrale per augurare **Buone Feste** a tutti i partecipanti alle attività dell'UniTre.



## MUSEO DELLA SINDONE, DUOMO DI TORINO E CHIESA DI S. LORENZO

Accompagnati da guide qualificate, il 12 e il 17 Dicembre quattro gruppi hanno visitato:

il **Museo della Sindone** - Fondato nel 1936 dalla Confraternita del Santo Sudario. In esso sono esposti reperti, immagini e documenti relativi alla storia del **Sacro lino**. Ospita inoltre la preziosa cassetta in cui il *Telo sindonico* fu conservato dal '500 fino al 1998. Sempre nel 1998 il museo fu trasferito nella sua attuale ubicazione, la cripta della Chiesa del Santo Sudario, visitabile a seguito della visita al museo.

Il **Duomo di Torino** - La Cattedrale di S. Giovanni Battista è il fulcro religioso della città di Torino e si trova in Piazza San Giovanni. È sede vescovile dell'arcidiocesi della città di Torino, e ospita al suo interno una delle reliquie più importanti della cristianità, la **Sacra Sindone**. La sua costruzione in stile rinascimentale barocco ebbe inizio alla fine del XV secolo. Al suo interno capolavori di pittori e scultori e anche la reliquia del Battista. Dopo il grave incendio del 1997 che provocò ingenti danni alla Cappella del Guarini e dopo i successivi restauri, la Chiesa inferiore ospita il Museo Diocesano di Arte Sacra.

La **Chiesa di S. Lorenzo** - È chiamata anche Real Chiesa di S. Lorenzo perché voluta dai Savoia e fu progettata dal Guarini e finita di costruire nel 1680. È in stile barocco con pianta ottagonale e si trova in Piazza Castello a margine della Piazzetta Reale e a fianco di Palazzo Chiavese. Non è visibile immediatamente perché senza facciata, ciononostante una volta varcata la porta ed essere entrati al suo interno si è circondati da opere magnifiche, ed è grazie alle sue ridotte dimensioni che questa chiesa è particolarmente apprezzata per l'atmosfera intima e raccolta che trasmette. La Cupola del Guarini è illuminata da otto finestroni ellittici che visti da basso compongono quella che oggi è chiamata ironicamente la "*faccia del diavolo*"



## MUSEO DEL CINEMA— SECONDA VISITA

Data la grande richiesta il 9 Dicembre un ulteriore gruppo di iscritti è andato in visita al **Museo del Cinema**. I partecipanti (come del resto anche gli altri gruppi del 27 novembre), in piena libertà, hanno avuto l'opportunità di poter visitare anche la mostra in corso nell'Aula del Tempio: *Movie Icons - oggetti dal set di Hollywood* (Forrest Gump, Harry Potter, Guerre stellari, Matrix, ecc).



# Unitre...X te

Dal 1993 ... senza limiti di età

**UNIVERSITA' DELLA TERZA ETA'  
SAN MAURO TSE**

GENNAIO 2025

## CORSO DI CHITARRA

Il 21 Ottobre scorso è partito il corso di chitarra; numerosi i partecipanti con diversi livelli di esperienza, tanto che abbiamo dovuto dividere il corso in **due gruppi**:



- il **primo** per chi non ha mai preso una chitarra in mano o non si sente confidente sugli accordi, guidato da **Pasquale Abbattista** e coadiuvato da **Marco Chiappalone**.

- il **secondo** per chi conosce i principali accordi, curato da **Mauro Bussi**.

L'obiettivo è quello di riunire i due gruppi entro la fine del corso.

La chitarra è uno tra gli strumenti musicali più suonati, grazie alla sua versatilità

(accompagnamento, solista... ) ed alla comodità di trasporto. E' fondamentale un costante allenamento/studio; suonare qualche decina di minuti al giorno, permette ad un principiante di "strimpellare" alcune canzoni in poco tempo. Da quel momento si apre un mondo di soddisfazioni.



## FISIOTERAPIA E RIABILITAZIONE: *Il dolore muscolare* di Alessio Sansò

Il **dolore** è definito dall'**International Association for the Study of Pain**, come "*un'esperienza sensitiva ed emotiva spiacevole, associata ad un effettivo o potenziale danno tissutale o comunque descritta in rapporto a tale danno*".

Il **dolore muscolo-scheletrico** ha un'origine eziopatogenica multifattoriale ed è spesso causato da **traumi** o **sforzi intensi** così come da **disordini cronici di varia natura** (osteoartrosi, tendiniti) che si verificano a livello di ossa, articolazioni, muscoli. **Il dolore è un sintomo e non una causa** e può comportare limitazione del movimento e rigidità. Spesso il dolore si associa ad uno stato infiammatorio dei tessuti che a cascata innescava una sensibilizzazione dei recettori preposti a generare la sensazione dolorosa. L'intervento terapeutico del **Fisioterapista** è costituito da numerose tecniche di **mobilizzazione passiva** di diverso tipo, sempre rispettose della fisiologia articolare, tra cui le **manipolazioni vertebrali** caratterizzate dalla alta velocità, minima forza e minima ampiezza di esecuzione.

Il trattamento viene completato da speciali tecniche di **manipolazione miofasciale** e da specifici ed **individualizzati esercizi terapeutici**.

La sua azione professionale avviene nel pieno rispetto del paziente, secondo un approccio olistico conforme al concetto di salute dettato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità e collabora con i medici di medicina generale, con gli specialisti e le altre figure sanitarie, sulla base dei **principi dell'interdisciplinarietà** e nel rispetto delle competenze di ciascuno.

**Affidatevi alle mani esperte dei professionisti della salute e vi prego non cercate in internet le risposte ai vostri problemi.**



## LINGUE STRANIERE (PARTE PRIMA)

I corsi dedicati alle lingue straniere sono sempre molto richiesti. **Chi** perché vuole rinfrescare la conoscenza dagli anni di scuola, **chi** perché avendo figli all'estero desidera dialogare con nipoti ecc., **chi** semplicemente vuole mettersi alla prova per imparare. **Quattro** le lingue nel nostro programma con **11** insegnanti che volontariamente dedicano il loro tempo con molto impegno e bravura .



### SPAGNOLO

La lingua nota oggi come **spagnolo** deriva da un dialetto del *Latino parlato* sviluppatosi nella Spagna settentrionale. Nel corso degli ultimi mille anni si diffuse a Sud e poi con l'Impero Coloniale spagnolo in particolare nelle Americhe. E' la seconda più parlata nel mondo con oltre 550 milioni di persone che la utilizzano. Ed è la lingua ufficiale in 21 nazioni.

Nell'Unitre di San Mauro i corsi sono quattro suddivisi in vari livelli i cui insegnanti sono:

1° e 3° Margarita Vilaseca Parcerisas; 2° Marcello Autino; 4° Gloria Maria Bruno.



SPAGNOLO 1° LIVELLO



SPAGNOLO 2° LIVELLO



SPAGNOLO 3° LIVELLO



SPAGNOLO 4° LIVELLO



### FRANCESE

Il francese è una lingua romanza che discende dal *Latino volgare* parlato nella Gallia settentrionale.

Lingua ufficiale in 29 paesi è parlato da oltre 300 milioni di persone al mondo.

Il francese è stata la prima lingua inserita nell'Unitre fin dall'a.a. 1994/1995.

I corsi sono quattro suddivisi in vari livelli seguiti da questi insegnanti:

1° e 2° Antonio Giambrone; 3° Giuliana Dominici; 4° Maria Maddalena Allais.



FRANCESE 1° LIVELLO



FRANCESE 2° LIVELLO



FRANCESE 3° LIVELLO



FRANCESE 4° LIVELLO

## UNA PASSEGGIATA IN NATUROPATIA di Cristina Arras



Il titolo dei nostri incontri nasce dall'idea che, durante una passeggiata, abbiamo l'opportunità di essere "immersi" in un contesto piacevole, nel quale poter osservare e apprendere. Durante una passeggiata possiamo scegliere ad ogni incrocio dove andare e, sempre, avremo l'opportunità di apprendere qualcosa di nuovo ... nessuna strada è "giusta" o "sbagliata" ma solo più lunga o più breve, più impegnativa o meno. Ogni percorso ci permetterà di conoscerci sempre meglio e acquisire maggiore consapevolezza sul modo in cui ci avviciniamo alla vita...dobbiamo solo aver voglia di passeggiare e perlustrare il territorio che ci circonda!

La **naturopatia** però è una delle vie che possiamo percorrere per occuparci di noi, della nostra salute e del nostro benessere. Durante la "passeggiata naturopatica", accompagnati dal naturopata che svolge un ruolo di "guida", apprendiamo (o ci avviciniamo all'apprendimento) l'ascolto di noi stessi e dei

segnali che il nostro corpo ci invia perché, prima che il nostro malessere/disagio si manifesti attraverso un sintomo e venga diagnosticato come malattia, il nostro corpo comincia a emettere segnali di allerta.

Le parole chiave della naturopatia sono: **RACCOLTA DATI, TERRENO COSTITUZIONALE, AUTOGESTIONE DELLA SALUTE, PREVENZIONE ATTIVA, TRATTAMENTO.**

E' importante essere aperti. Godetevi la trasformazione e la guarigione, ma non pensate di aver imparato abbastanza. Siate aperti, così imparerete di più, e quello che avete imparato non diventerà un ostacolo.

## CORSO DI INFORMATICA a cura di Igor Roveda e Giuseppe Bellino

Anche quest'anno nella nostra Uniret teniamo dei corsi di informatica. Dallo scorso anno si svolgono nella scuola media "Dalla Chiesa" di San Mauro che ci ha gentilmente messo a disposizione l'aula attrezzata con pc. Nell'arco dell'anno accademico sono così strutturati: si inizia con il **corso base** della durata di 7 lezioni. Un po' di teoria e poi le basi del funzionamento del Pc; l'archiviazione delle foto e dei testi e altre cosette.



I DOCENTI

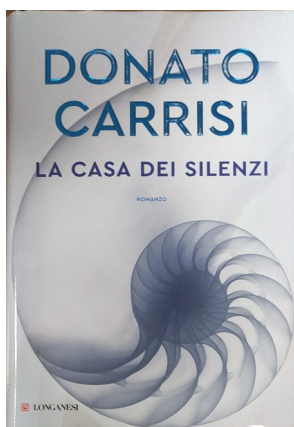
Il secondo corso è sulla **posta elettronica**; 3 lezioni riguardanti l'apertura di un indirizzo e-mail, la spedizione di testi e foto e l'impostazione grafica delle lettere stesse per dar loro una forma elegante.

Il terzo è su **Internet e social media**. Spieghiamo, oltre a un po' di storia, il funzionamento di Internet, come fare ricerche sia di testi, informazioni e foto in quell'oceano di notizie che ormai esistono nel web. Diamo anche informazioni sui social media, la loro utilità e le precauzioni da prendere per una navigazione sicura visto che purtroppo i rischi e le truffe ormai abbondano.

Per ultimo teniamo un corso di **secondo livello sul Pc**. In pratica è la prosecuzione del corso di primo livello con ulteriori approfondimenti. Mostriamo inoltre le basi di utilizzo di Word e di Excel visto che c'è parecchia richiesta da parte dei nostri studenti.

## L'ANGOLO DEL LIBRO: *La casa dei silenzi* di Donato Carrisi - 2024

Per gli amanti di Donato Carrisi, quest'ultimo libro arricchisce il suo vasto panorama letterario con il ritorno di Pietro Gerber, psichiatra infantile esperto di ipnosi e per questo conosciuto come "L'addormentatore di bambini". Già presente in tre grandi successi dello scrittore e regista, (*La casa delle voci - La casa senza ricordi - La casa delle luci*) non necessariamente devono essere letti in ordine, ma sono definiti "Gemelli" dallo stesso Car-



risi, in quanto caratterizzati dal tema ricorrente della casa come rappresentazione della mente. Questa volta Gerber deve aiutare Matias, un bambino che nonostante una famiglia agiata e tanto amore attorno a lui, non può più dormire. I genitori ormai disperati, vedono in Gerber, grande conoscitore della mente umana, la loro ultima spiaggia. Un bel libro avvincente e scorrevole, dove in un crescendo di tensione psicologica il confine tra sogno e realtà si dissolve e man mano che la narrazione scorre verso la fine, tutto si chiarisce...o quasi. Che dire, Carrisi è sempre una certezza.

## ACCADEMIA DELLE SCIENZE



L'Accademia delle scienze è un'Accademia scientifica i cui iscritti sono tutti studiosi, anche stranieri, orientati soprattutto verso la matematica, la meccanica e la fisica. Dalla sua nascita ad oggi molti sono stati i cambiamenti fino a diventare negli anni duemila, un ente di diritto privato che si pone come obiettivo quello di contribuire al progresso scientifico promuovendo ricerche, organizzando convegni, seminari, pubblicandone poi i risultati. Ha sede in un palazzo seicentesco progettato dai Gesuiti per ospitare un collegio destinato a giovani nobili, e quando nel 1784 la proprietà passò allo Stato Sabaudò, ne fu concessa una parte all'Accademia delle Scienze da poco costituita.



23 GENNAIO

I quattro gruppi Unitre partecipanti alla visita guidata, oltre a conoscere la storia dell'Accademia, hanno anche potuto ammirare le sale auliche del palazzo: lo Scalone Guariniano e al Piano Nobile, la Sala dei Mappamondi, la Sala lettura e la Sala lunga dove sono conservati gli archivi storici.



24 GENNAIO



30 GENNAIO



31 GENNAIO

## MAUTO—MUSEO NAZIONALE DELL'AUTO



Il 29 Gennaio due sono i gruppi che hanno visitato il MAUTO

Il Museo Nazionale dell'Auto di Torino ormai diventato il MAUTO è nato nel 1932, ma fu inaugurato solo nel 1960 nell'attuale sede a breve distanza dal Lingotto. Nel 2005 iniziarono i lavori di ristrutturazione terminati nel 2014, in questa occasione anche l'esposizione fu totalmente rivista. Dispone di una delle collezioni di auto più rare e più belle del mondo, dalla metà dell'800 ad oggi e sono oltre 80 i marchi automobilistici presenti provenienti da diversi paesi.

