



salute & famiglia

senza età

1076 LUGLIO AGOSTO 2015 euro 3,00

Direttore scientifico
Paolo D'Onise

**IL VINO
che le
DONNE
vogliono!**

EXPO
*Le Regioni
protagoniste*

RICERCA
Il segreto
della
Curcuma

**MARCHE
ACQUASANTA TERME**
Vacanze in Salute



NAPOLI premia
la Buona Sanità

in QUESTO NUMERO



6

Nasce Ifel...
vino dell'amore



8 CREPET
*Figli: poche regole, chiare.
Non discutibili*

12 IL PERSONAGGIO

La memoria del gusto



16-22

EXPO 2015
Abruzzo, Toscana
Liguria, Calabria



34 EDUCATIONAL

A Varese il Museo multisensoriale

32 RICERCA & INNOVAZIONE

Calli e duroni, un problema estetico, ma non solo

28 RIABILITAZIONE

Longevità attiva e aspettativa di vita



46 SORRISI

Ortodonzia nei bambini

56 RICERCA SCIENTIFICA

*Può il Curry prevenire il
morbo di Alzheimer?*

58 MANGIARSANO

Tutti vogliono la quinoa: specialità senza glutine a 5 stelle



CARCERE,
RIABILITAZIONE
ELAVORO

Delle tante riforme importanti ma in secondo piano rispetto a quelle che ci passano sopra la testa senza cambiare nulla (le uniche che avranno discussione volentieri in parlamento) quella della Giustizia sembra non arrivare mai, mentre quella del carcere ha qualche difettino... "Inapprezzabile". Mi ostingo all'ennesima considerazione scrupolosa (così ho le prove che dice ciò da almeno vent'anni) riportato nell'inserto "La Lettura" del Corriere della Sera. Si intitola "Il carcere non può essere una pena". In sostanza, dopo un protocollo in cui si dice che finalmente il ministero vuole analizzare lo stato carcerario in Italia adesso "finalmente" incarica i quattro "Gli Stati generali dell'esecuzione penale". Per sei mesi i carcerati saranno all'attenzione dei media e dell'opinione pubblica. Un comitato scientifico costituirà "tavoli tematici" su aspetti tecnologici e consultazione pubblica per arrivare ad un articolato quadro finale (sic!) oggetto di seminari e dibattiti aperti alla cittadinanza". Al termine il compito - qui l'appello ai giornalisti e alla stampa tutta - di dare un appporto determinante alla crescita di una nuova cultura penale, ossia "la criminalità non si fronteggia versando i rei già individuati e condannati ma ponendo le premesse socioeconomiche per ridurre al minimo le ragioni del delinquere...". Siamo d'accordo. Ma lo strumento che unico può riabilitare, sfuggire dal crimine, dedicare, emancipare, reintrodere socialmente e integrare chi ha sbagliato una volta è e rimane il lavoro. In carcere bisogna che i detenuti lavorino. Attraverso il lavoro ci si può riscattare, si possono riacquistare i debiti con la società. Il lavoro fa bene, moralmente e psicologicamente, soprattutto a chi ha fragilità manifeste. I lavori forniti devono tornare ad essere la base della pena. Di ogni pena. Le carceri sospirano perché non ne costruiscono nuove e le facciano fare ai coinvolti.

Questo è il mio paneto nella "cultura penale". Sono infatti stracoccano che se veramente ogni condanna si tramutasse (in percentuale alla gravità) nell'obbligo a lavorare... (altro che pena di morte!) i crimini si ridurrebbero della metà in Italia.

Irene Guazzatti
Iguazzatti@veneta.it



Laura Bolgeri racconta 50 illustri personaggi attraverso i loro piatti

LA MEMORIA DEL GUSTO

Giorgio Strehler **Umberto Orsini** **Elio Iacopelli**
Carlo Natoli **Federico Sciamma**
Salvatore Fois **Carlo Mazzacurati**
Mario Soldini **Claudio Scintone**

Elio De Capitani **Umberto Bressanini**
Pap Rhoma **Marco Baliani** **Orlando Orlando**
Luca Novelli

LA MEMORIA DEL GUSTO
Conduzione con Andrea Vitali

Laura Bolgeri

Mario Martone Magistro
 Fernando Botero Misericordia Magrì
 Carlo Zolo Paladino Sebastiano
 Lucidi Rumiz Dario Fo Vassalli
 Ossie Sharif Gatimbetti Bodci
 Salvatore Veca Gatti Vattimo Oliviero Toscani
 Giorgio Tornatore Il Marco Paolini

Laura Bolgeri con lo scrittore Andrea Vitali.
 «Lui mi ha raccontato l'importanza
 delle tradizioni alimentari legate alla
 natura e all'ambiente».



Nell'anno dedicato al tema del cibo, ci siamo imbattuti in un'opera geniale, per i risultati veramente inaspettati e le pagine che mescolano in maniera invitante ricette, vissuti, analisi sociali, tradizioni, storia, aneddoti, curiosità. Immaginate una cinquantina di grandi personaggi che raccontano il loro 'piatto della memoria', quel ricordo indelebile legato al cibo che resiste oltre gli anni e gli accadimenti. Da Federico Fellini a Giorgio Strehler, da Pupi Avati ad Asciano Celestini, da Dario Fo a Renzo Arbore, da Umberto Galimberti a Renzo Piano. Dalla fine degli

anni '80 al 2005, con integrazioni successive, fino al 2015. Laura Bolgeri, classe 1932, regista Rai per oltre trent'anni, ha raccolto queste sue conversazioni intime e pienne di vita, di luoghi, di volti. Ha filato servizi di tg e documentari (in particolare per Renzo Piano e per Rai Educational) sui temi dell'arte, della cultura, poi delle questioni sociali e civili, spostando l'obiettivo verso le organizzazioni di volontariato nel mondo, con particolare attenzione per il Senegal. Donna di tv, di linguaggio visivo, che però in questo suo percorso le espressioni dei personaggi e i piatti ce li lascia

"Nel sogno mi è comparso un grande piatto da portata, riempito di una specie di crema densa, da una parte di colore bruno e dall'altra gialla - raccontava Fellini - Una linea a 's' divideva al centro i due toni. Il segno del Tao del sogno mi suggeriva allora una possibile interpretazione della vita"



Federico Fellini

immaginare tutti, avendo scritto lo scritto, non l'immagine. Ne è nato "La Memoria del Gusto. Conversazioni sull'impronta del cibo", edito da Cinquesensi quest'anno. Un'opera in cartoncino, iniziata chiacchierando con Fellini mentre girava La voce della Lupa, sua ultima impresa.

"Avevo letto di Fellini e lo avevo conosciuto - si racconta la Bolgeri nella nostra intervista - ma nelle mie conversazioni con lui sul tema 'sapori e risogni' scoprii molto di più: mi raccontò di un sogno, che aveva annotato nel suo 'quaderno dei segni' e ricordandolo era come se stesse trasducendo in una sequenza cinematografica quelle visioni oniriche. Un piatto da portata con una sorta di crema densa all'interno a formare un segno simile a quello del Tao... una qualche interpretazione della vita era chiara in quel piatto ed in quel sogno, secondo il Maestro. Ricordo meglio le cose inventate - mi disse - Sono molto più vere".

Nel libro il cibo è visto da molteplici prospettive: tradizioni, ricette, contenuti emotionali, paesaggistici, sociali e filosofici.

"Il cibo e i sapori riguardano la propria storia affettiva, il legame con territorio e tradizioni, ma anche i grandi temi sociali del mondo, come la fame o le diversità. Il prof. Massimo Montanari, dell'Università di Bologna,

ricorda ad esempio come la cucina italiana sia scrigno di tradizioni popolari da tutelare, riconoscendo grande valore alla cultura contadina, in un momento in cui si stanno ripercorrendo sentieri antichi: al resto il cibo è orgoglioso al lavoro agricolo, le studi dell'agricoltura nelle Università, le iniziative degli orti in città. Per il filosofo Gallimberti, i sapori sono fonte di conoscenza e tracce per superare i confini, aprire al confronto con l'altro, il diverso, superare i problemi di un 'secolo nomade'. Ma per lui, come per tutti i suoi interlocutori, la chiacchierata in torno al cibo è diventata anche un ricordare l'infanzia, rivivere emozioni. I sapori della Brianza nei suoi ricordi sono legati ai salumi, ai momenti in cui c'erano i soldi per poterli comprare ed era una festa del palazzo. Sensazioni e sensazioni, mentre oggi ci è bombardato da una pubblicità che punta sul visivo, e i ragazzi ne sono frastornati. Marco Polonzi, nato nella valle del Po, mi ha invece spiegato come la nonna preparava la sua merenda di pane fritti: Credete che bagnasse nel latte delle fette di pane raffermo, le passasse nell'uovo, per poi friggerle nel burro. Alla fine le copriva di zucchero".

Oggi il mondo del visivo (dove il cibo imperversa) alimenta da queste percezioni-sensazioni legate agli alimenti?

"In questo percorso di chiacchierate intime e profonde (parlare di cibo è stato un po' come scoprire letti nascosti di questi personaggi, entrando in una grande empatia), i filosofi e gli scienziati mi hanno spiegato che la memoria di un sapore coinvolge la parte più arcaica del cervello, il sentire e l'odorato. Il vedere un piatto, invece, e vederlo preparare, riguarda più la corteccia cerebrale (la parte meno profonda). Per questo per Gallimberti l'aroma della cucina materna e quella del paese natio hanno un grande potere evocativo, che suscita nostalgia senza pari. Ed è per questo che per i filosofi, in un mondo anorettico di sentimenti, valorizzare le setzazioni che grungono del cibo è fondamentale. Renzo Bodei mi spiegò che mentre le cose che vediamo sono definite, i sapori che coinvolgono i nostri sensi, prima di tutto il gusto e l'olfatto, non sono facilmente rappresentabili, hanno dei confini più labili. E il ricordo dei sapori resta come incapsulato dentro di noi e ha un grande potere evocativo". Così per lui il sapore della nostalgia è quello dell'aragosta della Sardegna della sua infanzia. Non è solo un sapore fisico che si avverte sulla lingua - preciso - ma anche ciò che questo crostaceo dalle grandi antenne emanava, il suo rapporto con quel mare".

Ha indagato, attraverso i piatti della memoria, grandi personaggi: cosa l'ha colpita?

"Le interviste muovono all'approfondimento dei caratteri, da cui sono emerse particolarità poco noti. Anche Dario Fo fu in vena di confidenze durante la chiacchierata a casa mia: mi raccontò della sua mamma, 'una ventidina lombarda, ma erudita e sagge'; del suo amore per i risotti e i minestroni di verdure, di come ne prepararli in casa

Per il filosofo Bodei
"Mentre le cose che vediamo sono definite, i sapori che coinvolgono i nostri sensi non sono facilmente rappresentabili. E il ricordo dei sapori resta come incapsulato dentro di noi, ha un grande potere evocativo".



Renzo Bodei

"Per un pranzo di fidanzamento, un menù di 22 portate era un classico dalle mie parti, in Emilia". Così Pupi Avati inizia a spiegare l'origine del pantagruelico pranzo narrato nel suo film Storia di ragazzi e di ragazze. "Tortellini in brodo, fegato fritto al limone, manzo lessato con salsa di peperone, pollo lessato con intingolo di prezzemolo e cipolline, lepre alla cacciatoria con zucchine fritte, anatra in umido con dadini di sedano, cotolette di maiale...". E la lista non finisce qui.



Pupi Avati



"Come la memoria del territorio è un punto di partenza per costruire città future vivibili, anche la memoria e la cultura dei sapori che ci sono stati tramandati possono diventare un incentivo per una crescita sostenibile": così il grande architetto genovese Renzo Piano nella sua conversazione sul gusto

maniere diverse, del suo risatto con l'uva nera, di tradizione contadina. La conversazione con Gino Paoli mi ha confermato che il mito del personaggio esorbitante ed enigmatica è da sfatare. Di origini friulane, ma cresciuto a Farmaccia a Genova e di anima ligure, Paoli si immerso nei ricordi misteriosi, parlandomi dei *knodeli* (patatine di pane farcite di speck e formaggio), della zuppa di orzo tostato, della pirolo dolce di pomodoro e di quello solato di spinaci. Il filosofo Giovanni Battista, che pensava tortuosa, nel trattarne con i sapori ed i paesaggi della sua Calabria, delle mattonelle, piccoli peperoni verdi, bisilunghi, fritti. *"Fresce con le dita per il giombo, le mattonelle erano una leccornia - mi raccontò - ancora calde, bollenti, le rubavo dal piatto, prima che la nonna sciolesse le patate"*. Giorgio Streblow mi parlò invece del suo *"non-gusto"* per il cibo: *"Noi trentini in genere siamo un po' lontani dall'ègizie sordidezza, o gelosia - disse - non amiamo e non diamo troppa importanza al rituale della tavola, che è per noi del tutto occasionale. In genere, la verità, dopo lo spettacolo, si mangia senza fare caso al cibo"*.

Veroamente caratteristico il caso delle 22 portate del pranzo di Pupi Avati.

"Quello di Pupi Avati è un episodio celebre: il

pantagruelico pranzo da 22 portate narrato nel suo film Storia di ragazzi e di ragazze, al tempo vincitore del Nastro d'Argento per la regia.

"Per un pranzo di fidanzamento, un menù di 22 portate era un classico dalle mie parti, in Emilia - mi raccontò - Per un matrimonio il pranzo era duplice: 22 portate a casa della sposa e mezzogiorno e 22 a casa dello sposo la sera. 44 portate in una giornata per gente che abitualmente mangiava solo un primo era un segno di grande generosità. La cucina di Renzo Arbore è la sua storia delle mattonelle, piatti di ghiottonerie provenienti da tutte le parti d'Italia e del mondo: anche i cosotti del freezer ne erano pieni. Su un ripiano, un quaderno di ricette scritte a mano con l'ordinata calligrafia di sua madre. Il quaderno della mamma o della nonna è una costante nei ricordi, scrizi di ricchezza da tramandare e ricordi affettuosi".

Qual è il suo piatto della memoria?

"Ora che ci penso, direi un semplice antico ricordo che da piccola lo preparavo con grande piacere e attenzione per mio padre, e poi in seguito, nella vita, è stato sempre un gusto, un rito affettuoso. Oggi lo preparo ancora a mia figlia".

Maria Chiara La Revere