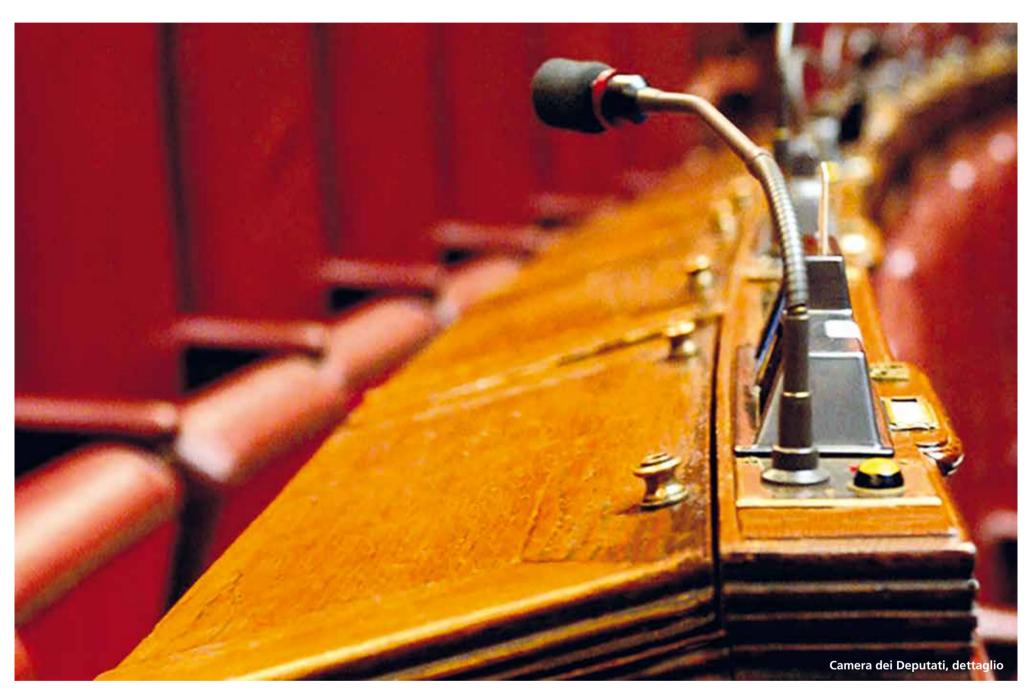


PRO INCHOSUBICIOS DE CONTROL DE C Quindicinale indipendente di informazione, politica, sport e spettacolo. Anno XVIII, n° 395 17 settembre 2022 www.nerosubianco.eu



Turnover



POLITICA

- dopo 50 anni approvato il Piano urbanistico comunale
- interviste alla sindaca Francese e ai consiglieri Anzalone e Mirra

ATTUALITÀ

- la mensa dei poveri compie 20 anni
- riapre l'asilo nido nel rione Turco
- la Lega navale riqualifica un tratto di litoranea alla foce del Tusciano

BATTIPAGLIA AMARCORD torniamo al 1965 con La Voce dei Piccoli, il giornalino della scuola elementare De Amicis

HANNO COLLABORATO Francesco Bonito, Ernesto Giacomino, Stefania Battista, Romano Carabotta, Simona Otranto, Anna Cappuccio













Con black dot+ ID, vogliamo offrirvi più di una semplice seduta ergonomica. L'obiettivo è quello di creare la migliore soluzione possibile di seduta per ogni persona in base alle sue esigenze anatomiche. Utilizzando i diversi cuscinetti si possono adattare gli schienali in modo individuale, supportando perfettamente anche eventuali disallineamenti della colonna vertebrale durante la seduta.



Via Variante SS 18, 138 Battipaglia (SA) sistema54.com

395/2022 www.nerosubianco.eu COMMENTI

Strisce tempestose

Straordinario successo dell'iniziativa "Ripassa con noi il calendario di settembre", messa in atto dal Comune lunedì 12 sul tratto superiore di via Gonzaga. Un evento teso alla sensibilizzazione delle famiglie sull'inutilità – se non dannosità – di qualunque organizzazione o pianificazione d'orari una volta riaperte le scuole. Favorendo, appunto, l'invio di pittoresche esortazioni in direzione di quella sovrastante miscela d'ossigeno, azoto e altri comburenti che chiamiamo cielo.

sfide*

Vi è da dire che la cosa era partita in maniera autoctona, quasi in sordina, poi per strada ha trovato partner inaspettati. Giacché, se tutte le scuole notoriamente riaprono il 13 settembre, noi quando andiamo a ridipingerle, le strisce pedonali nel tratto di via Gonzaga tra l'incrocio con viale della Libertà e quello con via Domodossola? Non dieci giorni prima, naturalmente. Non una settimana, non nel weekend immediatamente precedente. Un lavoro non è un vero lavoro se non lo fai il giorno prima: per cui, fiato alle trombe, mastri, lunedì si va a riverniciare. E già così, diciamolo, appare una scelta strategica d'una finezza irreale.

Ma quando s'è fortunati, non c'è niente da fare, il destino trova sempre il modo di favorirci ulteriormente. Accade, così, che il liceo scientifico Medi anticipa l'apertura d'un giorno rispetto alle altre scuole: proprio lunedì 12, quindi. Lo scientifico, non l'asilo privato Perzichetti: una fiumana prossima al migliaio di ragazzi, testa più testa meno. Con centinaia di auto messe in strada per accompagnarli.

E allo scientifico, si sa, o ci arrivi dal lato via del Centenario, o da quello via Gonzaga. Dove, nel frattempo, ci sono almeno due micro-cantieri, semoventi parcheggiati alla buona e operai a ridipingere le strisce dei vari passaggi pedonali. Alle otto spaccate, chiaramente: non tipo all'alba, ché magari per quell'ora s'era bell'e che finito. No, no: e che evento di socializzazione sarebbe, altrimenti?

Traffico alternato, quindi: ora in un senso, ora nell'altro (peraltro, senza



nessuno a dirigerlo, con veicoli da direzioni opposte che spesso s'infilano insieme sulla carreggiata ridotta e ci restano imbottigliati). Rallentamenti impensabili, code, clacson, litigi, ragazzi in ritardo. Neuropsichiatri che si fregano le mani.

Quello che in psicanalisi si chiama terapia d'urto, insomma: ti faccio capire la terribile importanza dell'imprevisto e la sua ineluttabilità, per cui vivi sereno e non progettare niente. Ci sarà sempre un funzionario di quelli bravi che saprà come incastrare le sue intenzioni con il tuo disagio.

Un'iniziativa unica, no? Rivoluzionaria, all'avanguardia. La sensibilizzazione del cittadino a tematiche d'importanza fondamentale per il pianeta quali autocontrollo, improvvisazione, ricerca d'imprecazioni sempre più calzanti e originali. Capostipite, si dice, di tutta un'altra serie di eventi istituzionali che punteranno alla nostra emancipazione e civilizzazione in altri aspetti del vivere comune: la rissa alla riunione di condominio, gli appellativi a chi ti parcheggia davanti al garage, le carezze affettuose al bancomat col prelievo fuori servizio dopo mezz'ora di fila.

Come si dice, insomma: stay tuned, Ma soprattutto, stay calm.

Ernesto Giacomino

Turnover

Era questo il titolo del mio editoriale. Pensato, scritto e impaginato. Due ore prima di andare in stampa è arrivata in redazione la notizia del via libera al nuovo Puc. Lascio doverosamente spazio a quest'importante ultim'ora, attesa da mezzo secolo. Userò questo scampolo di pagina per introdurre i temi principali di questo numero. All'imminente voto politico abbiamo dedicato "solo" la nostra copertina. Molto interessanti le interviste, sia quella a due voci (sindaca Cecilia Francese e Salvatore Anzalone) che quella a Maurizio Mirra; puntuali gli articoli di attualità; illuminanti gli interventi ospitati nella pagina *Salute*. Del primo giorno di scuola degli automobilisti scrive, con la consueta graffiante leggerezza, Ernesto Giacomino. Il pezzo forte del numero 395? *La Voce dei Piccoli*. Se volete tornare al 1965 andate a pagina 9, troverete una sorpresa.

Francesco Bonito

ULTIM'ORA

La giunta approva il Puc



La giunta comunale di Battipaglia, guidata dalla sindaca Cecilia Francese ha adottato mercoledì 14 settembre mattina, con voto unanime, il Piano urbanistico comunale (Puc). Un Piano atteso, auspicato, reclamato a gran voce da anni... Finalmente è stato approvato. Dopo oltre 50 anni la città di Battipaglia ha da oggi un nuovo strumento urbanistico, indispensabile per pianificare lo sviluppo del proprio territorio, in modo coerente con gli strumenti di programmazione urbanistica sovra comunali (in particolare il Piano territoriale di coordinamento provinciale).

«Si tratta di un evento storico che la città aspettava da decenni – ha dichiarato soddisfatta Cecilia Francese – Avevamo promesso che avremmo adottato questo fondamentale strumento di programmazione, al di là delle facili e strumentali polemiche di questi mesi. Si tratta di un atto che da solo qualifica l'operato della nostra amministrazione, a cui abbiamo lavorato con passione e intensità

con la partecipazione dei consiglieri comunali di maggioranza di questa e della precedente consiliatura, impegnati in un confronto serio e proficuo. Importante, se non decisivo, il contributo dell'ex assessore Gianpaolo Lambiase che per problemi personali ha dovuto dimettersi e che voglio qui ringraziare e salutare. Ringrazio, ovviamente, gli incaricati della redazione del Piano con cui ci siamo confrontati continuamente in questi anni, e l'Ufficio tecnico comunale per il contributo determinante al raggiungimento di questo obiettivo».

Il nuovo Puc di Battipaglia, sarà presentato sabato 17 settembre nell'aula consiliare, con la presenza della sindaca, dell'intera giunta comunale e dei redattori dello strumento urbanistico. «Invito i cittadini – ha concluso Cecilia Francese – e i rappresentanti del mondo produttivo, dell'associazionismo e della cultura, a partecipare alla presentazione e farci pervenire il proprio contributo di idee».





4 POLITICA www.nerosubianco.eu 395/2022

Lavori pubblici: il 2023 sarà l'anno buono?

L'autunno dei bandi è questo. E l'anno dei lavori il 2023. A spiegare lo stato dell'arte delle opere pubbliche da tempo attese in città sono la sindaca Cecilia Francese e Salvatore Anzalone, consigliere comunale delegato ai Pics ed ex assessore ai lavori pubblici nella giunta Santomauro. Nero su Bianco ha interpellato entrambi, cercando di fare chiarezza rispetto ai tempi e alle modalità di realizzazione di diverse opere pubbliche attese da mesi.



Sindaca Francese, parliamo della scuola Fiorentino: quando gli studenti potranno frequentare il nuovo istituto?

«I lavori dureranno almeno due anni. Si punta ad ospitare le attività didattiche nel nuovo plesso scolastico a partire dal mese di settembre 2024. Quindi riteniamo, e lavoreremo in tal senso, che già dall'anno scolastico 2024/2025 le attività didattiche potranno essere svolte nel nuovo edificio».

Come verranno utilizzati gli spazi dove sorgevano gli edifici dell'istituto comprensivo?

«Il nuovo plesso scolastico sarà ricostruito sul lotto dei vecchi Padiglioni, oramai già interamente demoliti, in via De Gasperi; mentre l'area che ospitava la vecchia scuola sita in via Pascoli verrà trasformata parte in parcheggio e per la maggiore estensione in area verde, attrezzata per i bambini e i ragazzi, anche a grazie al finanziamento specifico che l'amministrazione comunale ha intercettato sui temi della rigenerazione urbana a valere sulle risorse del PNRR. A giorni saranno pubblicati i bandi di gara per la progettazione, per questo e per gli altri tre interventi di rigenerazione urbana: mercato coperto, manutenzione straordinaria del PalaSchiavo e recupero delle aree del litorale comunale occupate da insediamenti abusivi, per un investimento complessivo di 10 milioni di euro».

Sindaca, a proposito di scuola, parliamo dell'ex edificio scolastico De Amicis. A che punto siamo con il progetto – concorso di idee?

«Entro la fine dell'anno è plausibile pensare di avere il progetto di fattibilità tecnico-economico del recupero della De Amicis, che rimane una delle priorità di questa amministrazione. Si tratta di una delle strutture storiche della nostra città, cui intere generazioni di battipagliesi sono profondamente legate. Deve tornare ad essere uno dei momenti centrali della vita sociale e culturale di Battipaglia. Abbiamo dato, su questa questione, precise indicazioni di priorità agli uffici».

Parliamo di gare e bandi. A rispondere con disponibilità è il consigliere

Salvatore Anzalone. Ci sono gare già avviate e prossime ad essere espletate?

«Uno dei bandi più attesi è stato pubblicato una quindicina di giorni fa – esordisce il consigliere comunale – Si tratta di quello relativo allo **stadio Sant'Anna**. Verrà demolito e ricostruito. Sono previsti 300 giorni per il completamento dell'opera.



L'importo complessivo dell'appalto, Iva esclusa, è di 832mila euro. Il progetto prevede il rifacimento degli spogliatoi, la realizzazione d' una palestra e di una sala convegni e l'illuminazione con quattro torri faro: capienza per 3.500 spettatori. Alla cifra per la realizzazione della struttura si aggiunge un altro milione di euro circa, proveniente in massima parte dal Bando Sport e Periferie, con una quota di cofinanziamento comunale di 300mila euro per poter rifare il manto in erba sintetica».

Altro tasto dolente, oggetto di continue proteste da parte della cittadinanza, è la pubblica illuminazione, il cui rifacimento è finanziato proprio dai Pics. È materia sua, consigliere Anzalone.

«Siamo in dirittura d'arrivo pure per questo. Il bando sarà pubblicato la prossima settimana. Si tratta di un importo complessivo di 3 milioni e mezzo di euro per rinnovare l'impianto in tutta la città, con luci led a basso consumo e più luminose».

Su questo interviene anche Cecilia Francese, comunicando una data precisa: «Entro l'inizio del nuovo anno si apriranno i cantieri della **pubblica** illuminazione, i cui lavori si completeranno entro il 2023. I lavori investiranno sin da subito più zone della città, a partire ovviamente da quelle in cui l'impianto versa in condizioni peggiori. Andremo, poi, a stanziare altri fondi, anche facendo ricorso all'avanzo di amministrazione, per fare sì che tutto il territorio comunale venga interessato. Intendiamo in questo modo rispondere ad una esigenza di riqualificazione urbana e di sicurezza».

Cosa si prevede, sindaca, per gli altri impianti sportivi?

«Con i fondi del Bilancio l'amministrazione intende intervenire sia sullo **stadio Pastena**, per realizzare la pedana per il lancio del giavellotto, garantendo così alla prestigiosa scuola di atletica del professore Cannalonga un ambiente consono, che sul **PalaPuglisi** per manutenzione ordinaria. Lo sport a Battipaglia ha grandi tradizioni, occorre rinverdirle, dando la possibilità alle giovani generazioni di praticarlo in strutture e spazi adeguati».

Stefania Battista





395/2022 www.nerosubianco.eu POLITICA / ATTUALITÀ 5

Trasparenza dei bandi e subappalti di Alba, Mirra solleva dei dubbi

È sui ritardi, ma anche sulle modalità di gestione degli appalti e degli affidamenti che si focalizza l'attenzione dell'opposizione. **Maurizio Mirra**, consigliere comunale di Civica Mente, attacca l'operato del governo Francese con la consueta puntigliosità.

«Siamo contenti che finalmente parta qualcosa. Per i Pics siamo fermi da quattro anni e si stava rischiando seriamente di perdere i finanziamenti. I lavori allo stadio Sant'Anna pure ci rendono felici. E che dire del mercato coperto? Le finestre di finanziamento del bando per la rigenerazione urbana le abbiamo suggerite noi e ci fa piacere che abbiano colto l'opportunità. Con il nuovo commissariato di P.S. il quartiere cambierà volto. Ben venga questa attesa accelerazione». Ma l'esitazione nella voce prelude al

Ma l'esitazione nella voce prelude al dubbio. Qualche accelerazione non vi convince?

«Siamo preoccupati per il **proget- to concorso relativo alla De Amicis.**A fare rilievi è stata l'Autorità
Nazionale Anticorruzione, non un
pinco pallino qualsiasi. Non sarebbe stato meglio annullare in autotutela e accogliere i rilievi dell'Anac?
Si rischiano ricorsi post concorso e
a quel punto si dovrà ricominciare
tutto daccapo con ulteriore perdita
di tempo».

Per il resto invece? Quali sarebbero i dubbi?

«Faccio l'esempio di piazza della Repubblica. Mica è normale che si faccia una gara per i lavori senza prevedere l'arredo urbano, e poi si incarichi la stessa ditta che ha avuto in affidamento i lavori di fornire anche l'arredo. Una procedura poco trasparente. E che dire dei continui subappalti di Alba? Abbiamo chiesto lumi, ma ci rispondono solo con atti che già



conosciamo. È del tutto ovvio che fino a quando non si firma il nuovo contratto e si continua con le proroghe, Alba non avrà personale sufficiente. Ma è normale che il Comune affidi lavori ad Alba e questa li dia in subappalto? Sembra un modo per aggirare le norme. Infine, c'è da rilevare che alcune persone collegate a ditte che hanno avuto incarichi dal Comune, erano direttamente o indirettamente riconducibili a candidati delle liste di maggioranza. Non è proprio un metodo trasparente. Magari sarà una coincidenza».

Qualcuno potrebbe obiettare: voi dell'opposizione non siete mai contenti.

«Apprezziamo che finalmente qualcosa si muova, ma i ritardi sono clamorosi. Il nostro ruolo è spronare, non accontentarci e, soprattutto, controllare. E tentiamo anche di proporre, ma di solito bocciano le nostre proposte senza neppure esaminarle. Speriamo in un cambio di rotta».

Stefania Battista

Aggiungi un pasto a tavola



Nelle tragiche ore dell'11 settembre 2001 che fecero davvero da spartiacque tra il vecchio ed il nuovo millennio, accadde anche un miracolo, che ha Battipaglia come protagonista. Ventuno anni fa, infatti, in via Gorizia, quella che è affettuosamente chiamata **Mensa dei poveri** consegnava i suoi primi pasti agli indigenti presenti sul territorio. E dopo tanti anni il miracolo prosegue, oltre la storia e oltre le difficoltà degli ultimi tempi.

Tutto è iniziato quando i primi bisognosi bussavano alle porte della parrocchia Santa Maria della Speranza, chiedendo a padre **Ezio Miceli** di procurare loro un pasto caldo: fu in quel momento che egli decise di fondare **Spes unica**, l'associazione di volontariato che tutt'oggi gestisce la Mensa.

La responsabile, **Simona Vocca**, ce lo racconta con il suo consueto sorriso e con gli occhi colmi di amore: «La mensa, da allora, vive di Provvidenza. In tutti questi anni non è mai mancato nulla, e anche in questi tempi di crisi economica siamo sempre riusciti a pagare tutte le bollette».

Quello che arriva quotidianamente, a seconda delle scadenze e delle necessità che si presentano di volta in volta, viene preparato e distribuito ai sessanta utenti (mediamente) che usufruiscono del servizio, assicurandosi, così, un pasto caldo ogni giorno. «La pandemia è stato un momento durissimo, soprattutto per la carenza

di volontari: abbiamo superato anche quello – sottolinea Simona – è stato sospeso il servizio ai tavoli: ora i pasti sono preparati dai cinque volontari del giorno in apposite vaschette d'alluminio, e consegnati agli utenti per poi essere consumati altrove». L'obiettivo è riattivare la mensa come era prima, dal momento che, come racconta la coordinatrice, si tratta non soltanto e non semplicemente di procurare cibo a chi ha fame, ma soprattutto di far sapere, a persone che sono normalmente sole, abbandonate ed emarginate, che ogni giorno c'è qualcuno che pensa e provvede a loro: è una fame interiore quella che la Mensa sazia, prima di tutto.

«Alla mensa crollano i muri e le barriere, si annullano tutte le distanze, sono abbattuti i recinti fatti di pregiudizi e di paure nei confronti dell'altro – conclude la responsabile - Mi sono ritrovata povera anch'io, spoglia di tutte le mie certezze, ricca delle mie miserie che negli anni andavo scoprendo, occhi negli occhi del fratello rom, musulmano, o barbone a dirgli col cuore: "Tu sei come me"». «Il nostro Dio, diventando uomo, si fa carico della storia di ogni uomo per salvarla, dal bambino abbandonato e non amato, alla mamma preoccupata per i suoi figli. Nessuno è escluso dalle premure di Dio Padre: solo ciò che si assume, si salva», commenta Padre Ezio Miceli.

Romano Carabotta



Una filiera corta, sicura, sostenibile ed etica.

Battipaglia, via Velia 2 - tel. 0828 300336 - www.caseificioiemma.com Punto vendita: Battipaglia, via Pastore 9 - tel. 0828 1920119



A volte è meglio arrivare tardi.



Per chi ha perso la prima, una seconda edizione ancora più bella.

Il libro si può acquistare presso **SFIDE** in via Plava 32, Battipaglia (tel. 0828 344848). In alternativa, si può ordinare telefonando o inviando un messaggio WhatsApp al 335 6743159.





395/2022 www.nerosubianco.eu ATTUALITÀ 7

Recupero e riqualificazione, l'esempio della Lega navale



Passeggiando sulla litoranea battipagliese, e precisamente in località Torre Tuscia, si potrà scorgere una piccola oasi verde: si tratta dell'area che nel 2018 il Comune ha concesso alla Lega navale di Battipaglia, i cui soci, coordinati da Andrea Benesatto, da Vincenzo Spinelli e dallo scultore Vincenzo Carucci, presidente della delegazione cittadina, hanno lavorato alacremente per restituire alla città uno spazio precedentemente occupato da edifici abusivi, poi abbattuti.

Lo scorso 3 settembre il sindaco di Battipaglia, **Cecilia Francese**, ha visitato il sito e ha sottolineato che quanto fatto dai soci della Lega navale (attualmente più di cento) incarna alla perfezione il modello di rigenerazione del litorale voluto dall'amministrazione comunale, in tutte le aree acquisite al patrimonio pubblico a seguito di repressione di abusi edilizi.

Tra i soci anche **Gennaro Bufano**, delegato della Lega navale per le scuole, che sta lavorando per proporre agli istituti del territorio corsi base di vela, canoa e pesca, con lo scopo di avvicinare i più piccoli alla conoscenza del mare e del mondo nautico.

Romano Carabotta

Un nuovo asilo comunale

Il rione Turco cambia volto. Riapre, infatti, dopo una lunghissima pausa, l'asilo nido comunale. A gestirlo l'associazione temporanea di imprese con capofila Fiumaidea. Dopo un "braccio di ferro" con l'amministrazione comunale durato sei anni. La procedura di gara per l'assegnazione della gestione dell'asilo nido comunale di via Carmine Turco era cominciata nel 2017. Per due anni la struttura era rimasta chiusa dopo lo scioglimento del contratto con il precedente gestore. Poi, all'atto dell'assegnazione, si era scoperto che erano necessaria una ristrutturazione e che persino gli arredi erano scomparsi. Un complesso che alla prima inaugurazione era all'avanguardia era diventato un guscio vuoto e malandato. Ma ora, finalmente, completati i lavori, i bambini e le famiglie del quartiere avranno un punto di riferimento. A loro disposizione un asilo nido com-

pletamente rinnovato (l'insegna è: Il

giardino incantato): ben 1700 metri

quadri di giardino e 330 di struttura

interna, dotata di tutti i comfort e di



arredi funzionali. Il nido potrà accogliere 6 lattanti fino ai 12 mesi, 12 semidivezzi fino ai 24 mesi, e altrettanti divezzi fino ai 36 mesi di età.

L'apertura sarà garantita dal lunedì al sabato con orari estremamente flessibili. Già dalle 7.30 del mattino gli operatori, tutti specializzati, potranno accogliere i primi arrivati. Le famiglie sceglieranno i tempi di permanenza con una certa flessibilità, potendo usufruire sia del tempo pieno che del tempo parziale o persino di quello prolungato fino alle 17.30. Le rette verranno fissate dal Comune in base al reddito Isee delle famiglie e all'orario richiesto.

Non toccate quei canestri!

Una notizia che farà gioire i piccoli cestisti battipagliesi: da qualche giorno sono stati rimontati i canestri nel **playground di villa Battipede** (noi di *Nero su Bianco* chiamiamo così la villa comunale di via Clarizia).

A inizio 2022 furono montati tabelloni e canestri nuovi e il campo è stato fruibile fino a metà maggio, quando qualche imbecille ha staccato gli anelli dai tabelloni. Risultato: uno dei pochi spazi sportivi all'aperto della città reso inutilizzabile. Ci sono voluti oltre novanta giorni, ma alla



fine si è provveduto a ripristinare i due canestri. Guardiamo al risultato e non ai tempi, per una volta, e ac-



cogliamo con letizia la buona nuova. Impossibile però non porsi due domande: chi è così profondamente stupido da distruggere un impianto che consente di giocare a basket a decine di bambini e ragazzi? Come è possibile che ciò avvenga e si ripeta nonostante la villa comunale sia recintata e presidiata?

Sperando di non dover in futuro commentare altri episodi di vandalismo di tale insensatezza, invitiamo i cittadini a "difendere" i propri canestri, segnalando comportamenti incivili e abusi.

F.B.

Nero su Bianco Quindicinale indipendente di informazione, politica, sport e spettacolo. Registrazione del Tribunale di Salerno n° 9 del 4 maggio 2005 Direttore responsabile: **Francesco Bonito**Editore: **Sfide** Battipaglia
Redazione: via Plava 32, Battipaglia - tel. 0828 344848
Progetto grafico e impaginazione: **Sfide**Stampa: **Grafica Litos** Battipaglia

Foto: Sfide Pubblicità: Sfide (tel. 0828 344848) www.nerosubianco.eu posta@nerosubianco.eu Hanno amichevolmente collaborato: Stefania Battista, Anna Cappuccio, Romano Carabotta, Ernesto Giacomino, Simona Otranto, Elisa Sarluca.

Leggilo dove e quando vuoi.



www.nerosubianco.eu Home | Archivio NSB | Le firme | RACCONTI | EXTRA | DOVE TROVARE NSB | CONTATTI



SALUTE www.nerosubianco.eu 395/2022

Salus in erbis

a cura della dr.ssa Simona Otranto - Erborista

Ansia e aromaterapia

L'aromaterapia può essere considerata un ramo della fitoterapia che si serve degli oli essenziali, ossia quelle sostanze volatili, fortemente aromatiche, dalla composizione eterogenea, presenti nelle piante. Il termine aromaterapia è di nascita recente: venne coniato e utilizzato per la prima volta dal medico francese Murice Gattefossè durante la Prima guerra mondiale quando iniziò a curare i soldati con questa tecnica. La comune pratica è però antica di almeno 5000 anni: in Egitto, Cina e altri paesi orientali gli oli venivano utilizzati non solo per le loro proprietà terapeutiche, ma anche per temprare il corpo e ottenere buoni auspici durante le cerimonie religiose. In Egitto, ad Heliopolis, era in uso un miscuglio di erbe che venivano bruciate al tramonto, in onore di Ra, dio del sole, affinché egli lo facesse sorgere ogni giorno.

Di recente l'aromaterapia è stata studiata su base scientifica e sono state osservate, attraverso molteplici studi, le numerosissime proprietà degli oli essenziali. Pertanto, ampi sono i campi di applicazione di questa tecnica, antica e moderna allo stesso tempo, che si basa prevalentemente sull'inalazione di essenze mediante la loro diffusione nell'ambiente.

Gli stati d'ansia, di agitazione, di forte apprensione, di tensione emotiva dovuti a timore, incertezza, attesa di qualcosa, paura del futuro sono in continuo aumento, soprattutto negli adolescenti. L'olio essenziale utile per eccellenza è quello di lavanda (Lavandula hybrida e Lavandula angustifolia). Tra le numerose proprietà della pianta rientrano quelle rilassanti e sedative. Qualche goccia di olio essenziale di lavanda sul cuscino dona serenità, facilita il sonno, attenua i dolori muscolotensivi di origine psicosomatica. Il consiglio è dunque quello di utilizzarlo la sera prima di





andare a dormire. Si può anche miscelare (2%) in un olio base vegetale (olio di mandorle dolci ad esempio) e applicare sul petto con dei massaggi circolari.

Se si preferisce, invece, utilizzare l'aromaterapia durante la giornata, ecco di seguito alcuni sintetici consigli.

Bergamotto (*Citrus bergania*). Il bergamotto è l'olio del sorriso. Antistress, antidepressivo, ridona colore alle giornate.

Pompelmo (*Citrus paradisi*). Si tratta di un olio che conferisce chiarezza alla mente, molto utile quando la confusione è legata a depressione o stanchezza. Dona immediatamente una sensazione di buon umore.

Arancio dolce (Citrus aurantium var. dulcis). Armonizzante, riequilibrante e tranquillizzante in caso di ansia. Come il colore del frutto ridona vitalità alle giornate.

Rosa (rosa damascena). Rafforza il cuore, scaccia la malinconia. L'olio essenziale di rosa rilassa l'anima e predispone alla tenerezza e all'amore, sviluppa la pazienza, la devozione e l'autostima. Dona gioia e allontana i pensieri negativi.

Sandalo (Santalum album). Il suo olio essenziale dona chiarezza mentale, è in grado di stimolare l'attenzione e la concentrazione. Ha proprietà rilassanti e calmanti, attenua lo stress e l'ansia, aiuta a riequilibrare l'umore.

Psicologia

Perché non dimagrisco?

La dieta comincia sempre con buoni propositi e con infinite aspettative. Purtroppo scegliere di iniziarla non basta per poterla portare a termine, né tantomeno per dimagrire. In più, ogni interruzione alimenta sensi di colpa per non essere stati capaci di realizzarla e ulteriori frustrazioni, che influiscono negativamente sul tono dell'umore e sull'immagine di sé. Il più delle volte non si tiene conto che il peso raggiunto e il dimagrimento non riguardano solo qualcosa di fisico, ma si legano strettamente alla dimensione psicologica ed emozionale. Il cibo, infatti, non è solo nutrimento, ma è tanto altro: è amore, è relazione, è vicinanza, è anche autoaffermazione e potere. Tutti questi significati si arricchiscono e si definiscono all'interno della storia personale di ognuno di noi. Come è stato il rapporto con il nostro primo cibo, il seno materno? Come è stato lo svezzamento? Come veniva considerato il mangiare nella nostra famiglia?

Nel corso degli anni si crea una connessione tra il cibo e la soddisfazione di bisogni emotivi, tra cibo e protezione, cibo e calore affettivo. Se non vado a scardinare questi legami spesso inconsci e non trovo altri modi per sentirmi protetto, felice, appagato, allora il bisogno di cibo e di mangiare si attiverà in modo impellente ogni volta che mi sento nervoso, insicuro, infelice. Dovremmo cominciare ad ascoltare la voce del nostro mondo interiore, aprire un dialogo con noi stessi e dare spazio alle emozioni ormai dimenticate e spesso scomode. Talvolta il corpo si ribella e chiude le porte alla dieta, perché le restrizioni alimentari richiedono sforzo ed energia che, emotivamente, non si hanno a disposizione se si è scarichi e poveri di vitalità. Inoltre, il peso può essere la voce disperata attraverso cui il mondo interiore cerca di dirci che ci siamo incamminati su una strada che ci ha fatto perdere di vista noi stessi, e i chili di troppo sono l'unico modo



per continuare a sentire di esistere, l'unico modo per camminare nella vita sentendosi protetti.

Perciò prima di iniziare logoranti percorsi alimentari con l'illusione di dimagrire ed essere felici, chiediamoci se la nostra vita ci piace, se quello che facciamo ci appassiona veramente, se e quanti interessi e desideri riusciamo a coltivare all'interno della routine quotidiana. Cerchiamo di riappropriarci delle nostre passioni, dei nostri sogni, riscopriamo un hobby, un interesse, l'amore. Facciamo germogliare queste passioni, alleggerendo la nostra vita di alcuni degli impegni con cui negli anni l'abbiamo caricata. Ricordiamoci che una vita che torna a essere vitale e un cuore che riprende a pulsare veramente investe inevitabilmente anche il corpo e il metabolismo. Perciò non pretendiamo da noi stessi, ma cominciamo a volerci bene, ascoltiamo le nostre emozioni, non come una perdita di tempo, ma come parte di noi. In questo modo riusciremo a rompere il circolo vizioso di peso ed emozioni che ci attanaglia e ricominceremo quel percorso tante volte interrotto.

Anna Cappuccio

psicologo clinico, psicoterapeuta

Il prossimo numero di **nerosubianco** uscirà sabato 1 ottobre







395/2022

www.nerosubianco.eu

BATTIPAGLIA AMARCORD

Correva l'anno 1965

Proprio nei giorni in cui usciva Nero su Bianco junior, il giornale scritto dagli alunni della scuola media Marconi, una nostra autorevole lettrice ci ha fatto fare una piacevole scoperta. Maria Antonietta Netri, stimatissima neurologa e figlia di Giuseppe, indimenticato insegnante presso la scuola elementare De Amicis, ci ha contattato perché custodiva una copia de La Voce dei Piccoli, il giornalino di quella scuola. Facile intuire quanto la coincidenza dei due fatti ci abbia colpito. Non appena abbiamo avuto tra le mani il giornalino, la curiosità è diventata meraviglia: leggere La Voce dei Piccoli in un baleno ci ha riportato indietro di oltre mezzo secolo.

C'è parso doveroso condividere questo "viaggio" con i nostri lettori. Il giornalino, stampato nell'aprile 1965, è formato da 20 pagine: impossibile, quindi, riprodurle tutte integralmente in un solo numero di Nero su Bianco. Perciò si è pensato di centellinare emozioni e notizie, pubblicando di tanto in tanto degli stralci. Cominciamo oggi con la copertina e due pagine interne. Leggendole, ritroverete i maestri, gli alunni, i protagonisti, le notizie, i valori e il candore di quel mondo che appare oggi irrimediabilmente lontano.

Francesco Bonito

La Voce dei Piccoli

Periodico delle Scuole Elementari del 1º Circolo Didattico di Battipaglia

In Copertina:

" Gesù è risorto "

Versi del maestro M. R. STABILE



Direttore Responsabile: ENRICO FEDULLO Redattore Capo: FRANCESCO BELMONTE

Comitato di Redazione:

Giuseppe Netri

Mario Stabile

Franca Sansone

R. Lucarelli e N. Carrozzo

Antonio D'Amore Clara Citarella

Antonietta Capone Lucia Panico

- Rubrica « Incontri »

— Rubrica « Poeti in erba »

- Rubrica « Lavori »

Rubrica « Il nostro ambiente »

- Rubrica « Sport »

- Rubrica « Piccolo Bazar »

- Rubrica « Angolo della Bontà » - Rubrica « Umorismo e Varietà »

Fotografia di MICHELE PALMIERI

COLLABORATORI: Lina Bassano; Angelina Caporale; Rosa Giuliano; Maria Paparella; Luigia Guariglia; Maria Magaldi; Ada Mastrangelo; Angelo Gallo; Eleonora Celentano; Giovanna Gibboni; Elisabetta Fiore; Antonietta Vi-Eleonora Celentano; Giovanna Gibbeni; Elisabetta Fiore; Antonietta Vigliar; Adele D'Addino; Luisa Sabia; Wanda Vicedomini; Alba Marandino; Silvia Granese; Maria De Martino; M. Rita Guzzi; Antonietta Lazzarini; Virginia Nocca; Diamante Conforti, Elvira Fedele; Giuseppina Babuin; Efenesia Baffa; Carolina Busillo; Elvira Carrozzo; Clementina De Sio; Iride Pascarella; Fernanda Ciaglia; Margherita De Vita; Diana Paraggio; Maria Lazzarini; Clara Elefante; Aristide De Crescenzo; Alberto Jannelli; Floro Morabito; Francesco Guzzi, Cosimo D'Ambrosio; Ernanni Longo; Vincenzo Panico; Giuseppe Fasano; Nicola Pace; Antonio Buongiorno; Pilippo Calabrò; Vito Caporale; Andrea Longo; Adolfo Ricci; Giuseppe Di Genio; Mario Simaldone; Giulio Elefante; Errico Cicatelli.

Autorizzazione del Tribunale di Salerno n. 214 del 15-12-1962 LINOTYPOGRAFIA M. PEPE - Via PIO XI, 98-100 - SALERNO



10 BATTIPAGLIA AMARCORD

www.nerosubianco.eu

395/2022

10

LA VOCE DEI PICCOLI

Tavola Rotonda

E' IL TURNO DEI MEDICI

La precedente « Tavola Rotonda » ebbe per primo attore il Comandante dei Vigili Urbani di Battipaglia: ci fu, quindi, una innovazione che piacque tanto ai bambini. Una volta tanto non erano essi ad esprimere le proprie opinioni ma erano diventati « intervistatori » di persone grandi ed anche autorevoli. Ai bimbi piace tanto interrogare, forse più che essere interrogati.

Ed allora, sulla scorta della precedente esperienza, anche questa volta abbiamo avuto undici intervistatori e ben tre intervistati.

Si sono messi a disposizione della scuola e degli alunni TRE MEDICI: l'Ufficiale Sanitario, il Medico Condotto ed il Sindaco, nella veste di « medico ».

L'argomento: l'IGIENE nei suoi

vari aspetti o almeno come è stato visto dai giovanissimi giornalisti.

L'incontro tra i piccoli intervistatori ed i medici si è svolto nella SALA DELLE RIUNIONI dell'Edificio « E. De Amicis » il giorno 8 aprile, alle ore 11.

Si è trattata quasi di una «conferenza stampa» che ha visto da una parte il Dr. Rodolfo ROSCI-GNO, Uff.le Sanitario; il Dr. Amedeo DE ANGELIS, Medico Condotto; il Dr. Domenico VICINANZA, Sindaco del Comune; e dall'altra 5 bambine e 6 fanciulli della V classe.

Presente il Direttore Fedullo, alcuni insegnanti della Redazione e la bella ed attiva crocerossina, impeccabile nella sua divisa, signorina Lucia TROTTA.



I tre medici intervistati ed il Direttore Didattico Fedullo

dei commercianti che non osservano le più elementari regole d'igiene ».

3) E' ora la volta di Agata PE-TROCCHI: "Dottore, perchè durante l'estate non si innaffiano almeno le vie centrali?"

A questa domanda risponde il Sindaco: « Fino a qualche anno fa, per la verità, le strade, durante l'estate, non venivano innaffiate. Ora però abbiamo provveduto anche a risolvere questo problema tanto sentito dai cittadini: il camion della Nettezza Urbana è un automezzo trasformabile. Su di esso può essere montato, al posto del fusto ricettivo delle immondizie, una cisterna per cui si trasformerà in autobotte innaffiatrice. Puoi star sicuro che almeno le strade principali verranno continuamente innaffiate ».

 Silvana MASTRANGELO: "Dottore, perché in periferia non si impe-

IGIENE CITTADINA, MOSCHE, RIFIUTI

Dopo un breve saluto del Sindaco il quale si è detto felice di poter intervenire alla Tavola Rotonda come medico e non come Sindaco si è passato al fuoco di fila delle domande:

 Antonella FIORAVANTE chiede: "Dottore, come si svolgerà nella prossima estate la lotta contro le mosche nelle strade cittadine?"

Dr. Roscigno, Uff. Sanitario: « E' stato ordinato per tempo il dovuto disinfettante e si spera che esso giunga entro la fine del corrente mese di aprile. Detto disinfettante sarà preparato in soluzione e poi, con apparecchi appositi, sarà cosparso sui muri esterni di tutte le abitazioni del comune ».

2) Si avvicina al microfono Caterina CHIARELLI: "Dottore, perchè si permette l'esposizione di genevi alimentari, ed in particolare delle carni, all'esterno dei negozi siti lungo le strade d'intenso traffico e, quindi, polverose?"

Dr. Roscigno: « Mia cara non è permesso nulla di tutto questo, anzi

posso assicurare te e tutti i bambini, nonchè gli adulti, che il Regolamento lo vieta espressamente: questa gente può e deve anche essere multata ed a ciò sono preposti i vigili urbani. Comunque debbo anche dirti che tutto questo avviene per le cattive abitudini



I medici ascoltano la domanda di un intervistatore

11

LA VOCE DEI PICCOLI

disce lo scarico dei rifiuti e delle immondizie nei canali di irrigazione e lungo le strade secondarie?"

Il Sanitario: « Quello che tu lamenti è vero e noi abbiamo cercato di impedirlo con una precisa ordinanza ma la popolazione dimostra una certa noncuranza per le ordinanze, per cui non ci resta che appellarci alla buona educazione di ogni cittadino ».

 Teresa SPERA: "Dottore, non si potrebbe proibire ai cittadini di buttare immondizia o acqua sporca sulle strade pubbliche".

Risponde il Sindaco: « E' severa, mente proibito gettare alcunché sulle strade, e questo in modo particolare dalle finestre o balconi.

Ma cercheremo di ovviare a questo grave sconcio dando ordini precisi e drastici provvedimenti contro i contravventori ».



Una panoramica generale della Tavola Rotonda

CESTINI, MANI SPORCHE, NUOVO ACQUEDOTTO

6) Vito LA MONICA: "Dottori, ritenete opportuno l'installazione nello abitato di cestini per la raccolta delle cartacce, che attualmente vengono gettate per terra?".

Interviene ancora il Sindaco: « Spet. ta ancora a me rispondere. Anche a questo si è pensato ed abbiamo fatto un regolare appalto con una Ditta la quale dovrà provvedere alla fornitura ed alla installazione dei cestini di cui tu parli. Naturalmente ci appelliamo anche alla buona educazione dei cittadini ».



La crocerossina Trotta nelle sue funzioni

7) Antonio DE LUCA: "Dottore, non le sembra che sia necessario aumentare il numero dei netturbini, affinche si possa ottenere un servizio d'igiene più efficiente nel paese?"

Risponde ancora il Sindaco: « Questo assolutamente no perchè i netturbini sono in numero superiore al consentito. Si deve avere un netturbino su ogni mille abitanti e noi invece di 30 ne abbiamo ben 48. Occorre una maggiore sorveglianza: questo si!" (n.d.r.: ed allora sotto a chi tocca!).

8) La domanda ad Angelino ANTI-MO: "Dottore, ritiene necessaria una maggiore vigilanza sull'igiene dei ne. gozi di generi alimentari? Ve ne sono tanti indecenti e la maggior parte degli esercenti toccano tali generi con le mani quasi sempre sporche!".

Il sanitario: « Posso garantirti che la sorveglianza c'è ma ti assicuro, altresi, che essa sarà intensificata per ovviare il più possibile a quanto da te giustamente l'amentato.

Il Condotto Dr. De Angelis interviene nel dibattito per far notare e giustamente che non manca solo una educazione civica ed igienica del rivenditore ma anche dell'acquirente. Egli racconta che a Trieste avvicinatosi ad un banco di vendita d'uva cerco di scegliere un grappolo toccandolo con le mani; il rivenditore gli fece, educatamente ma fermamente, notare che ciò era vietato e che, anzi, il suo gesto era anche passibile di multa.

(n.d.r.: a chi vuole intendere intenda!)

9) Pone la domanda Franco PAS-SARELLI: "Dottore, è vero che il cloro nell'acqua che beviamo fa male e danneggia specialmente la salute dei bambini? Se è così, perchè l'Ufficio Sanitario non obbliga il Comune ad erogare subito la nuova acqua nelle abitazioni dove vi è un maggior numero di bambini?".

Il Sanitario: « Il cloro che viene immesso nell'acqua non è dannoso nè alla salute degli adulti nè a quella dei fanciulli: esso, comunque, è immesso nell'acqua in proporzioni atte solo a disinfettare l'acqua stessa ».

Interviene anche il Sindaco: « Posso affermare che l'acqua del nuovo acquedotto non è clorata e posso anche affermare che stiamo provvedendo ad evadere tutte le domande di attacco sul nuovo acquedotto nell'ordine di 4 o 5 al giorno.

10) Corrado COLANGELO: "Dottore, ritiene giusto ed umano che le famiglie povere, le quali non hanno i
mezzi per pagare l'allacciamento della
nuova acqua potabile, siano condannate ad usare sempre, quando c'è, quella clorata?".

Il Sindaco: « Posso assicurarti che l'acqua sarà data a tutte la cittadinanza ed i poveri non pagheranno alcun contributo di allacciamento. Se poi l'allacciamento va un pò a rilento è stato causato da un errore tecnico non imputabile a noi: lungo il nuovo acquedotto mancavano i dovuti sfiatatoi ».

(continua...)



Via Olevano, 141/147 - Battipaglia (SA) - Tel.: 0828 30 70 50 www.iselezionatimobili.it - Seguici su 🚹 📵