

# menotre

Giornale dell'Associazione "L'uovo di Colombo"  
con contributi di operatori e utenti dei servizi socio sanitari

## fistiotti, Radicine e zizzole

di Franca Rovini Papi

Allora, e mi riferisco ai primi anni trenta, Viareggio era formata da tre nuclei ben distinti: il centro, con la Via Garibaldi e l'elegante e discusso Lungomare, la Darsena con le sue barche e i piccoli cantieri pulsanti di vita e di rumori, cari ai viareggini e, infine, oltre la Torre Matilde, il quartiere più povero con la parte terminale della via Regia, della via San Francesco, le belle chiese di S. Antonio e della SS. Annunziata e tante brevi strade dai nomi familiari: via della Ferrovia, via del Forno, via S. Antonio, via della Foce...

Via della Saponiera era una delle stradine che dalla via Pinciana portavano al "Fosso", come allora veniva chiamato il canale. Non ancora asfaltata s'individuava facilmente per avere una fontanella sull'angolo "la polla" e da un lato una fila di casette tutte uguali. Qui abitava l'Angiò, una lontana parente molto povera e molto disgraziata, che si appoggiava alla nostra famiglia alla quale era affezionatissima. Era la mia Tata e con lei ho passato ore indimenticabili non solo nella mia infanzia.

Spesso mi conduceva a casa sua. Passavamo per quelle stradine animatissime, che sapevano sì di miseria e tanta, ma anche di generosità, affetti, amicizie. Ci fermavamo spesso a parlare in piccoli capannelli, mentre un po' invidiosa guardavo gruppi di bimbi correre scalzi, dietro a giocattoli costruiti da loro stessi.

Adoravo la casa dove l'Angiò abitava: la chiave sempre infilata nel portoncino marrone a due battenti, l'ingresso che fungeva anche da salotto, la cucina ampia con il camino, il secchio di rame per l'acqua, la ramina per bere, la finestrella vicino all'acquaio di marmo, la madia profumata di pane, la porta che si apriva sull'orto stretto e lungo con il gabinetto, "il comodo", in fondo: l'orto con l'immancabile fico, qualche breve filare di verdura seminata a tempo giusto, separato da una rete dagli altri orti e, come gli altri orti, arricchito dalla pompa per attingere l'acqua necessaria per l'igiene della casa e personale. Le reti divisorie, basse e a maglie larghe, permettevano una vita comunitaria fatta di scambi, di chiacchiere, di confidenze.

Alle due camere da letto si accedeva dalle scale di pietra che erano nell'ingresso; in tutto quattro stanze, rese più calde dal pavimento di mattoni rossi, dai vecchi mobili sempre lucidi e ben tenuti, dalle preziose e severe fotografie incorniciate, dai centrini ricamati con pazienza quando l'inverno non permetteva di stare nell'orto. Così erano le casette di via della Saponiera, dove approdavo con gioia, a volte accompagnata dal nonno Angelo, che durante il lungo tragitto mi parlava di Viareggio e della sua storia e lì mi trattenevo anche a dormire in un immenso ed alto letto di ferro insieme alla mia Tata, che forse rivedeva in me una sua figlioletta morta di

spagnola. L'Angiò, che "tirava avanti" a fatica, era rimasta sola con un figlio, Francesco. Questi dopo avere superato l'ottava classe, cosa della quale la madre quasi analfabeta era orgogliosissima, doveva imparare un mestiere. Entrata in casa, ne prendevo possesso come di un bene ritrovato e, preso qualche giocattolo che tenevo nella credenza, uscivo nell'orto. Calata la sera, dopo i saluti alle bimbe del vicinato, rientravo in cucina dove la Tata stava preparando la cena annunciata da un delizioso profumo. Era quasi un pranzetto, che la sera a quei tempi non si usava, cenando i più a caffelatte, ma la Tata



per farmi piacere si concedeva questo lusso. Pur piccola volevo aiutarla e, non potendo avvicinarmi al fornello, pensavo ad apparecchiare. La tavola era quadrata; da un lato, appoggiato al muro, c'era una specie di divano vecchiotto e scolorito e, dagli altri, le seggiole. Stesa la tovaglia di canapa bianca, di bucato, la Tata mi diceva di mettere le posate di ottone lucidissime e i bicchieri. Lei avrebbe messo le scodelle, il fiasco del vino e l'acqua fresca, presa alla "polla", che era luogo d'incontro per il vicinato. Poi, cosa per me divertente e curiosa, poneva nel centro della tavola una di quelle saliere-pepiere di vetro grossolano con al centro il contenitore degli stuzzicadenti, nella quale aveva già preparato un pinzimonio, dosandone i quattro elementi, come Dio comanda. Mentre sull'orlo del fornello sobbolliva pianissimo il tegame di coccio con il sugo finto, impreziosito da un modesto pezzo di carne, Francesco era rientrato; come ogni sera si era lavato alla pompa dell'orto e di nuovo entrato in cucina aveva acceso il lume a petrolio e lo aveva posto sulla tavola. Sì, perché nei primi anni trenta l'acqua e

la luce elettrica nelle case di quei poverissimi quartieri non arrivavano ancora.

Magia: nella cucina in penombra intorno al lume ad un tratto brillavano le posate, più bianca appariva la tovaglia, più allettanti le scodelle che la Tata riempiva di "fistiotti" ben conditi. E cominciava il rito, perché di rito si trattava e tale è rimasto nella memoria. "Stasera è festa in casa dell'Angiò" commentavano i vicini, che sentivano ad un'ora insolita quel profumo indimenticabile di domenica penetrare dalle porte socchiuse. Dopo "il buon appetito" scendevano momenti di silenzio per gustare appieno la pasta; in casa mia non usavano i "fistiotti" e poi si mangiava sempre pasta scotta. Dalla Tata era diverso; forse perché la pasta al sugo era un piatto della domenica, le venivano riservate tutte le cure, sia pure nella modestia degli ingredienti. Dopo qualche momento di silenzio, i commenti e pochi discorsi sulla giornata trascorsa; io ascoltavo e stavo zitta perché speravo di avere ancora un po' di pasta. La Tata, che capiva, mi chiedeva: "Ti farà male?" "No, dopo non mangio altro" e sapevo di dire una bugia perché mi aspettavano altre delizie.

Quasi mai mangiavamo la carne che, riposta nella moscaiola, sarebbe servita il giorno dopo. Tolle le scodelle, ben ripulite da quel buon pane scuro, posto intero sulla tovaglia e tagliato via via che serviva, era il momento delle chiacchiere, rigorosamente in vernacolo, e del pinzimonio. E venivano in tavola le "radicine" (i ravanelli), così belle nei loro colori contrastanti, così buone con il loro acuto sapore, che tenute per le foglie venivano inzuppate nella saliera comune, posta sotto il lume al centro della tavola. Per me era una trasgressione vera e propria, dolcissimo momento conviviale, goduto appieno; la Tata ne era consapevole, nella sua saggezza forse capiva che per tutta la vita mi sarei ricordata di quelle splendide cene e dell'affetto che lei aveva per me. Ma non era finito, mentre Francesco ed io scherzavamo, la Tata portava in tavola "il dolce". Allora, a seconda della stagione, sulla tovaglia apparivano le zizzole oppure le sorbe, o le susine un po' acerbe e i fichi colti negli orti vicini, qualche volta "i ballocciori".

E per finire due dita di vino rosso allungato con l'acqua fresca della fontanella; poi, mentre la Tata rassettava la cucina, una stanca partita a briscola sulla tovaglia che ormai aveva perso il suo nitore per qualche macchia di vino, di olio, di sugo e che sarebbe stata lavata nella grande conca con la cenere. Infine assonnati e sazi, spento il lume e accese le candele, via su per le scale a conquistare il letto; io, la Cocca, con negli occhi il brillio delle posate di ottone, il rosso delle radicine, il colore indefinibile di quegli indimenticabili "fistiotti".

# Cucina, memoria e incontri...

di Chiara Franciosi

La farina eburnea e inconsistente nel suo barattolo.  
Le uova tronfie di rotondità nel cesto.  
Le vanitose erbe aromatiche libere sul tavolo.  
Il latte addormentato nel frigorifero.  
Una pingue zucca gialla sul davanzale della finestra.  
E poi i limoni ruvidi, allegri come una giornata di sole, là... sul lavandino.

Quel cestello forato, pieno di generosa ricotta, affianco a quello snob del cacao amaro.

D'ambra brillante lo zucchero grezzo, impudiche le fragole rosse.

Mi aspettano, curiosi, per incontrarsi sapendo che ogni volta potrà essere diverso.

Accettano, rassegnati, le provocazioni e gli azzardi di accostamento.

Ascoltano, pazienti, il dispiegarsi lento del mio ricordare ai bambini....

“Sul finire dell'estate, si preparava un piatto semplicissimo, la zuppa di galera (pane ammollato in acqua, olio, sale, pomodoro maturo e basilico).

Il tocco magico era dato dal nonno che, seduto al tavolo sotto la pergola sul mare, coglieva un grappolo d'uva ancora acerba e lo spremeva sulla zuppa...”

Non si offenda lo sdegnoso aceto nella sua ampollina sulla mensola ma quell'agro aveva tutto un altro sapore.

## Sapere e Sapore

di Alberta Albertini

Quando si va ai convegni si apprendono molte informazioni, e spesso tornando a casa, e soprattutto nel tempo, si finisce per dimenticarne gran parte dei contenuti.

Una volta, invece, ho partecipato ad un seminario di studio, dove un relatore, dopo una brillante ed originale esposizione, disse una frase che non ho più dimenticato:

“Nella vita è importante mescolare il Sapere con il Sapore”.

Immediatamente nella mia mente è apparsa una stadera (la vecchia bilancia) con i due piatti di ottone bilanciati esattamente allo stesso livello.

Su uno ci vedevo il “Sapore” e sull'altro il “Sapere” e cioè quando c'è il giusto amalgamarsi tra i due ingredienti si raggiunge il desiderato equilibrio psico-fisico, per me importante meta da raggiungere.

## Pane briosce

Durante la rivoluzione francese, quando il popolo povero e stremato dalla fame, chiedeva il pane fuori dal palazzo reale, pare che la regina Antonietta rispondesse che se non avevano pane mangiassero le briosce. Così, secondo me, lei credette di aver scoperto la formula per risolvere i problemi di fame del popolo, visto che per lei era facile in mancanza di pane, consumare le briosce.

Mi immagino che il popolo potrebbe aver così risposto: “Cara regina, per te è facile scegliere tra pane o briosce, ma per noi che non sappiamo neanche cosa sono le briosce l'alternativa è morire di fame.”

# Quella cucina così grande

di Sirio 2004

Ritrovarsi nella cucina di nonna Cesira era una gran festa per noi nipoti, ricordo le tendine all'uncinetto sopra al lavello di marmo, dove non c'era il rubinetto ma un grosso secchio di metallo, contenente l'acqua della pompa ed un enorme ramaiolo; di lato una fila di bicchieri sempre a portata di mano, perché l'acqua ai ragazzi non doveva mai mancare. La cucina economica a legna con i cerchi incandescenti e sopra il bollitore, nel forno c'era sempre qualcosa a cuocere, così che quel profumo di buono ti faceva venire l'acquolina in bocca.

La grande tavola di marmo dove mia madre e i suoi nove fratelli sono cresciuti, facendo a gara a chi arriva per primo alla polenta, rovesciata proprio nel centro della tovaglia.

La tavola dove mio padre di ritorno dalla guerra vide seduta per la prima

volta l'amore della sua vita e gettò le fondamenta della mia esistenza.

Quella tavola era troppo alta per me quando nonna preparava i tortelli, così mi ci nascondevo sotto e la nuvola di farina che scendeva giù mi sembrava neve; ed ero io la fata d'inverno che trasformava i cattivi in statue di ghiaccio.

La casa dei nonni era un paradiso in mezzo ai campi ma la cucina è il luogo che io ricordo con più gioia; ritornavo infreddolito da scuola e lì mi aspettava un pranzo caldo e tanto affetto ma dopo... i doveri, rigovernavo con lo sgabello sotto ai piedi e le maniche della maglia immancabilmente inzuppate fino ai gomiti.

È dentro a quella stanza che mi sono vista crescere e diventare donna, ricordo che gli eventi importanti è lì che sono stati vissuti, le discussioni tra i grandi, le mie prove del "ballo di

Simone", il mio primo pianto per amore confidato a nonna; i dubbi amletici delle mie scelte, le gioie delle conquiste e infine i confronti tra due donne che non erano più solo madre e figlia.

Era bellissima quella cucina con pochi mobili ma secolari adesso sarebbero definiti "arte povera", c'era solo il frigo, le pentole di alluminio la madia e la piattaia. In estate si lavava per terra con le secchiate d'acqua, tutto era così spartano ma libero e saporito.

Adesso per lavoro entro nelle case e vedo il lato cottura di circa due metri, tutto attrezzato fino al soffitto, oppure cucine megagalattiche che sembrano uscite da un settimanale di arredo, tutto perfetto, in un ordine maniacale, tutto lucido non adoperato. Bellissime per carità, ma che tristezza!! E i bambini dove sono? Nella stanza da gioco naturalmente!

# Pantagruel

di Dante Agabiti

Io non so resistere a ciò che riguarda il mangiare. Non faccio differenze fra quello che è buono o cattivo.

Nell'aria frizzante del mattino, un bicchiere di vino e una focaccia ripiena di stracchino, da gustarsi in santa pace, mi soddisfa sempre. Anche una lasagna buttata là, tanto per dirne una, la divoro con grande soddisfazione. Spegnendo il televisore, chiudendo la radio, perché sentire ancora che c'è gente che muore di fame, in India, Africa, e tanti ragazzi di

Cuba che rovistano nel pattume dell'immondizia, mi rattrista. Pantagruel si aggira di qua e di là nei momenti più strani di notte, e due uova affrittellate cotte col burro con sopra due strati di fontina, a me piacciono.

Senza scordarmi che faccio pur i conti con mia madre la mattina e mi tocca litigare a morte e lavare il tegamino, oppure la pentola, dove con il sugo della pasta asciutta mi sono divorato quasi mezzo chilo di pane. E naturalmente

cercando di non lasciare tracce quasi come se fossi un assassino. Vedete cari miei a me (e vi svelerò il segreto), prende fame dopo aver visto film di sesso, allora anche il pane con la cipolla, e vi giuro che è buono, me lo divoro.

E divento un Pantagruel... La pizza poi, quando passo da qualche pizzeria non la diniego, specialmente quando le cose mi vanno bene... "Viva la pappa col pomodoro!" diceva Gian Burrasca e ne combinò di tutti i colori...



# Laboratorio

# Lessico.....

acuradiCinziaValle

## IlCibo a Casa Mia.

Il cibo a casa mia è apprezzato da tutti e quattro: da mio padre, mia madre, mio fratello e da me. In cucina prepara da mangiare mia madre, il piatto preferito sono le lasagne e la mamma sapendo che mi piacciono molto, me le prepara spesso. Noi non siamo mangioni, però quando mia madre cucina gnocchi, tordelli.... Sentiamo il buon profumo e diventiamo dei grandi mangioni.

Di solito quando si sente male, mia madre ed io ci dividiamo i compiti cioè io apparecchio, mio fratello sparcchia e mio padre lava i piatti. Quando siamo a tavola tutta la famiglia, i miei genitori a me e mio fratello hanno insegnato che ci si alza da tavola solo dopo aver finito di mangiare, e io questo proposito penso che non sia una bella cosa!

(Marco)

## Cibo a Casa Mia

Il cibo in casa mia era molto abbondante perché ero figlia unica. Specialmente per il mio compleanno la mia mamma si metteva il grembiule nuovo e cucinava tutto il giorno; per esempio faceva la panna cotta e la ricotta frita. Io avevo 16 anni e la mia mamma mi diceva: "guardami e impara". Dopo tutto quello

che aveva già fatto dava il tocco finale e faceva la torta crema e cioccolato e, in poche parole, veniva una torta di due colori. Gli ingredienti erano: tanto cioccolato che veniva scaldato nel latte, poi la crema veniva messa insieme alla farina. Dopo veniva apparecchiato con una bella tovaglia nuova, eravamo quasi undici persone e quando eravamo tutti in tavola la mia mamma serviva uno per uno il pranzo e poi, alla fine, faceva le porzioni della bellissima torta che, come ho citato prima, era di crema e cioccolato.

(Paola)

## Cibofelicità

Ricordo che da adolescente, quando a settembre andavo a Bagni di Lucca a casa della mia amata nonnina mangiavo a sazietà e non come dai miei genitori che non mangiavo nulla perché a quanto pare l'aria di mare mi toglieva l'appetito. La nonna Nela per colazione mi arrostitava sul fuoco pane casalingo con il burro e mi preparava una bella ciotola di caffelatte dove lo inzuppavo. A mezzogiorno, prima del pranzo mi dava un elisir per stimolare l'appetito. Mi ricordo che mi faceva la pasta al ragù dove poi, finita la minestra intingevo il pane nel sugo. Come secondo una bella fetta di carne ai ferri; ricordo che era

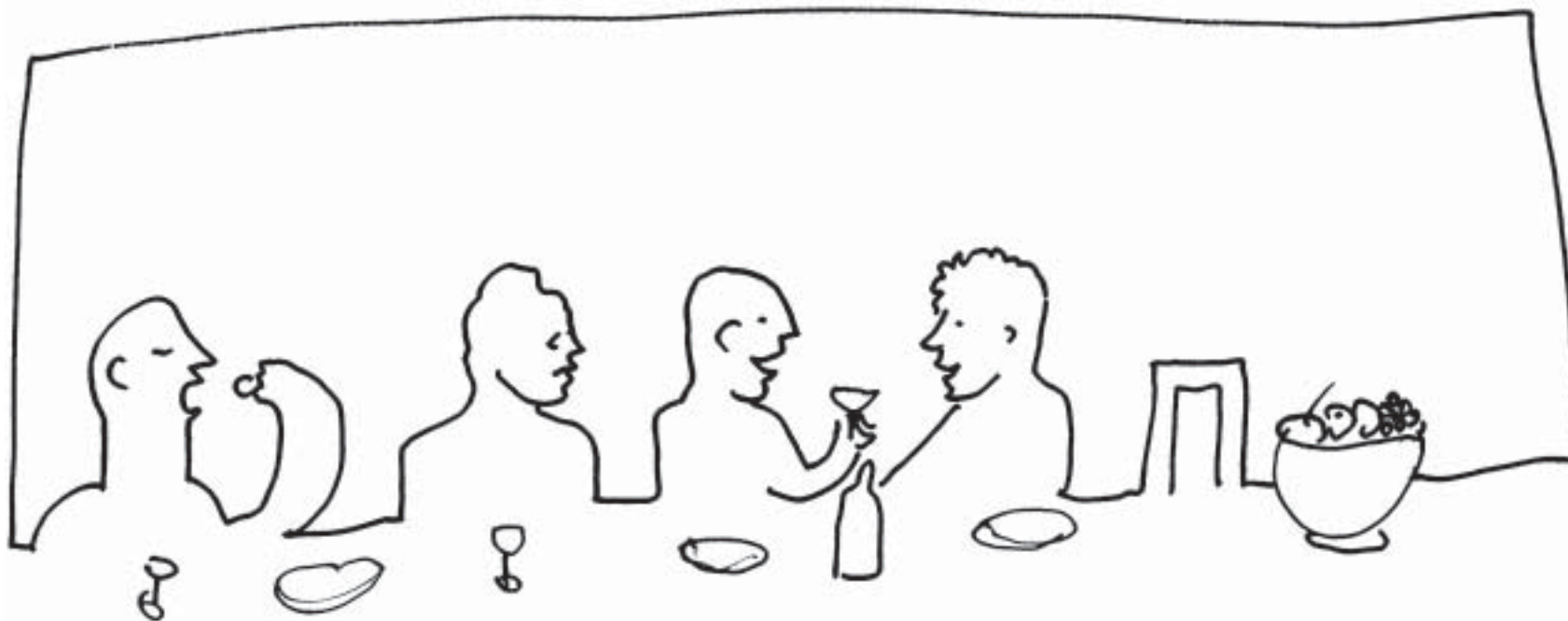
tenera e cotta bene; perché la carne al sangue non mi è mai piaciuta. Quando veniva il mio fidanzato Alessandro, oggi mio marito, preparava una deliziosa zuppiera di crema con savoiardi. Era fantastica! Era anche un altro momento di gioia perché invitava il mio zio (suo fratello) a cui ero molto affezionata. Questo era per me un vero momento di felicità.

(Simonetta)

## Per Me il Cibo è:

uno strumento di sostegno come del resto lo è l'amicizia e l'amore;  
una mia paura come la paura di restare sola,  
un amico e un compagno e però lo posso paragonare alla falsità della gente;  
un ricatto come mio padre che mi dice che se non dimagrisco non otterrò nulla;  
un piacere come l'essere amata;  
una punizione come quando voglio mettermi qualcosa di aderente per uscire, ma non posso perché sono grassa;  
un pericolo come la droga;  
conforto come una vera amicizia;  
una scappatoia come il dormire.

(Sara)



disegni di Gianluca Fercioni

# di Scrittura

ronieDeboraCodecasa

# Sedato

## Se il cibo...

Se il cibo mi parlasse, non credo che mi direbbe molte cose, forse mi prenderebbe un po' in giro dicendomi: "mangiami, mangiami e poi guarda cosa sei diventata!!!".

Forse il cibo pensa che io sono innamorata di "lui", a tutti gli effetti, perché lo guardo, lo scruto, lo mangio o meglio lo divoro come fosse "un uomo". Insomma, il cibo è mio alleato, ma allo stesso tempo e maggiormente è il mio più grande nemico!

(Marco)

## Merenda al Laboratorio.

Io sono un ragazzo che partecipa al laboratorio di scrittura. Dopo aver parlato dell'argomento su cui scrivere il proprio pensiero, ad una certa ora sentiamo bussare alla porta, che è appare Monica, che segue i ragazzi del progetto: "un uovo in cucina", che ci invita ad assaggiare la torta che hanno preparato.

Questo ci permette di fare una piccola merenda, di stare insieme ai ragazzi che lavorano nel progetto che si chiamano: Marco, Chiara, Consuelo e Piero.

Solitamente preparano degli ottimi dolci e tutto questo ci permette di fare una pausa dalla scrittura scambiando qualche parola con gli altri.

(Marco)

## Una Merenda Sotto le Feste di Natale.

Era una giornata piovosa e la mia mamma decise di fare la pizza quattro stagioni, preparava l'impasto acqua e farina, poi prendeva il mattarello e la pigiava e la girava nella maniera che venisse tonda. Poi veniva messo l'olio d'oliva, pomodoro, prosciutto, insomma tutto quello che serve per fare la quattro stagioni. Poi accendeva il forno e metteva dentro la pizza mentre io e le mie amiche si giocava a carte. Eravamo precisamente in sei attorno al tavolo.

(Paola)

## Cibo e Famiglia

Il cibo, come molte altre cose della vita, porta ad una comunione d'intenti.

Con il cibo la comunione d'intenti può essere più di una. Oltre a quella più specifica di sedersi a tavola e mangiare - nel caso di una famiglia c'è quella che corrisponde quasi a un rito e cioè sedersi, comunicare, e al contempo avere fra i membri della famiglia una sorta di dialogo.

C'è il padre che al figlio ancora adolescente chiede come sia andata la scuola e se a quella materia sia stato interrogato o meno, con la madre che ascolta muta, non perdendosi una virgola del breve resoconto del figlio.

O la bambina - ancora sotto i dieci - che parla dell'amichetta Lucia e di quanto ami giocare con lei dopo la scuola e tutti i fratelli lì ad ascoltare all'infuori del solo Mario, il minore, che si scaccola impudentemente.

Piccole cose che però hanno un loro peso specifico sull'equilibrio familiare. Pensate, per esempio, a due genitori che hanno tirato su i propri bambini non parlando di niente e non chiedendo mai loro niente a proposito della loro vita privata, mentre erano a tavola.

Lasciandoli liberi - questo sì - (ma liberi di che cosa poi?) di guardare solo e soltanto la televisione. Ahi, ahi, queso sì che è un piccolo sopruso perpetrato ai danni dei piccini; ma se ci pensate bene è anche un danno che i genitori hanno fatto a loro stessi: chi gli darà più l'infanzia dei loro bambini?

Non potranno certo, in tarda età, farsela spedire a rate. Io credo molto al rito della tavola dove tutti si incontrano e ogni giorno si scambiano qualcosa. Certo non sempre saranno rose e fiori, ci potranno essere talvolta piccoli battibecchi, piccole incomprensioni, ma è d'altronde un dazio che va pagato se la famiglia vuol restare unita e compatta tramite il dialogo e la manifestazione (e caspita quanto mi piace questa parola!) del reciproco affetto.

(Alessandro)

## Cibo e Felicità

L'atto del mangiare accompagna una persona dalla propria nascita alla morte. Quando ero bambino non facevo molto caso a ciò di cui mi nutrivò, avevo dei gusti un po' difficili, non apprezzavo pienamente quello che mangiavo. Con il crescere ho realizzato che mangiare bene è uno dei piaceri massimi dell'esistenza. Da circa cinque anni a questa parte ho cambiato radicalmente il mio rapporto con la gastronomia. Non solo ho allargato vistosamente la gamma dei miei gusti, ma la mia soddisfazione nel mangiare è sinonimo di felicità. Felicità in senso lato ma anche più prettamente personale, penso al ritrovarsi ad esempio il sabato sera con gli amici per una bella pizza, dove l'atto semplice di consumare un cibo si accompagna alla socializzazione. Dal punto di vista personale invece, avendo il senso del gusto più sviluppato che anni fa, riesco a distinguere meglio i sapori, e quindi apprezzo maggiormente qualsiasi portata che scelgo.

Il momento in cui sono maggiormente legato al cibo è il sabato sera, quando esco con i miei amici per cenare.

Fino a poco tempo fa eravamo legati escusivamente ad un solo posto di ristorazione. Con il passare del tempo abbiamo "sperimentato" altri locali e ne abbiamo guadagnato in varietà e consistenza.

Scegliamo senza un criterio ben preciso, ristoranti o pizzerie anche se alla fine optiamo per le pizzerie. Si discute spesso sul tipo di pizza da mangiare, sulla bevanda da accompagnarci e sul conto da pagare. A volte ci scambiamo pezzi di pizza per assaporare meglio la varietà dei cibi proposti dal locale. Usciamo dopo aver pagato un conto, spesso più che ragionevole e ripartiamo alla volta di qualche pub. Il mangiar bene è quindi fondamentale per la buona riuscita del sabato sera, che per me rappresenta l'unica uscita serale della settimana, ed ha dunque un pasto privilegiato.

(David)

# Ritrattini

acuradiDeboraCodecasa

## *Il laboratorio:*

tutti intorno a un tavolo, i  
fogli i nostri piatti, le  
penne le nostre posate,  
le pietanze i nostri  
pensieri.  
Gianluca

**S**e l'amore fosse un cibo potrebbe essere una bella aragosta, un pomodoro fresco condito con olio e sale, delle fragole e per finire un bel gelato non importa di che gusto ma sarebbe bianco e dolce che più lo lecchi e più ti rinfresca, ti rincuora e ti dà energia...

**S**e la gioia fosse un cibo potrebbe essere un piatto di spaghetti allo scoglio ricchi di muscoli e vongole, un'insalata con le noci, una macedonia, un dolce al cioccolato oppure una bella fragola rossa, grossa, profumata e saporita...

**S**e la solitudine fosse un cibo potrebbe essere un pane arabo accompagnato da una birra che consumata da soli ti tiene compagnia, o un omelette, una crostata o una torta di mele che quando sei triste, solo e giù di morale ti compri, ti porti a casa e in un batter d'occhio fai fuori...

**S**e l'amicizia fosse un cibo potrebbe essere il pane perché fa compagnia a molti piatti, un bel castagnaccio, un grappolo d'uva bianca

## Se la mia vita fosse un cibo sarebbe...

**Q**uesto è un periodo della mia vita in cui sono serena, allegra, spensierata e tranquilla, insomma attualmente il gusto della mia vita è di cioccolato all'amarena. Non so bene se nella realtà questo gusto esiste, gusto di cioccolato perché, si sa, più la si mangia più vien voglia di mangiarla e amarena perché mi viene pensato a quel colore amarena intenso e forte che si vede sciolto sui gelati belli bianchi allo yogurt o al fior di latte. Il colore rosso profondo dell'amarena è brillante, le ciliegine non fanno che aumentarne il sapore e guarnire il tutto...

**S**e io fossi un cibo sarei molto probabilmente, un piatto di spaghetti al pomodoro. Gli spaghetti perché ricchi di carboidrati ti danno forza ed energia a lungo, per tutto il giorno, per tutta la settimana, per tutto il mese, insomma finché si dura a mangiarmi... Ahimè però conditi con semlice pomodoro perché è sufficiente farsi solo un po' più avanti che subito entrano in atto le mie difese. Non do confidenza più di tanto quindi come potrebbero essere conditi con sughi particolarmente elaborati??

**S**e io fossi un cibo sarei un peperoncino perché mi piace scherzare quando mangio.

**I**o non vorrei essere un cibo...

**S**e potessi essere un cibo vorrei essere un piatto di spaghetti alle arselle, perché non le mangio mai, e poi sono un piatto molto fine, un piatto italiano, non rompe i denti, vengono dal mare, il loro colore: un marroncino quasi crema con le arselle che ricamano il tutto...

**S**e fossi un cibo sarei un aragosta con le chele che sentono le voci...

**S**e fossi un cibo sarei patate, piselli, pesce e aglio.



# ...e i piatti

## ...Scrivere a Camaione

con chicchi una banana non posso non pensare che grossi e succosi, una briosc al cioccolato, un buon vino tipo chatenè dè pap, una bella anguria che aperta fra un bel gruppo di amici, fetta, fetta sazia tutti riempiendo l'anima e il cuore...

**S**e la paura fosse un cibo potrebbe essere il pane, un pollo arrosto, un fungo, il salame...

**S**e la libertà fosse un cibo potrebbe essere il mio pranzo della domenica, tortelli al sugo con arrosto, un pacchetto di patatine cips, un cocomero, un frutto tropicale perché quando mangio un mango o un ananas, una fetta di cocco o questi frutti ricchi di succo (sono stati l'unica fonte di sostenimento per chi in passato era disperso su un'isola deserta) vengono da paesi lontani...

**S**e l'arte fosse un cibo potrebbe essere un piatto di maccheroni con formaggio grana, con un buon bicchiere di chianti rosso...

**Alessio, Giacomo, Gianluca, Lilio, Marco, Stefano e Vanessa.**

Ritratti nei piatti

**S**e Marco fosse un cibo sarebbe un toro, una patata, una bella anguria, una granita al caffè.

**S**e Lilio fosse un cibo sarebbe un pesce lesso al limone, un cetriolo, una macedonia con panna, un' anguria, non saprei definirlo...

**S**e Alessio fosse un cibo sarebbe una fava con i baccelli dentro, una gallina, tonno e fagioli, un kiwi perché i suoi capelli sono corti e vellutati come la buccia di questo frutto...

**S**e Gianluca fosse un cibo sarebbe un fritto misto di pesce, gobbi o liquirizia, una prugna per la sua pelle scura...

**S**e Giacomo fosse un cibo sarebbe una zuppa alla toscana, un salmone con le uova di storione, un bell'arrosto con patate e aromi, della cioccolata...

**S**e Vanessa fosse un cibo sarebbe una ciocca d'uva bianca al sole, una mora, un dolce alla frutta, crema e fragole, un sorbetto al lampone...

**S**e la Stefania fosse un cibo sarebbe una mora, un pesce (anche se è di Lucca), il buccellato, cioccolata perché i suoi colori sono scuri...

**S**e Debora fosse un cibo sarebbe una briosce alla crema, prosciutto e melone, peperoncino rosso, una ciliegia, frutti di bosco...



di Grazia Longo

# Primo, *secondo* e...

“Ci siamo messi insieme per farsi du’ risate”, è il titolo della commedia brillante interpretata dalla Compagnia teatrale di cui faccio parte da circa un anno.

La più recente rappresentazione si è svolta presso il Teatro di Pietrasanta alla presenza di un folto pubblico che riempiva la platea.

Avevo paura di non farcela, anche perché le prove (e quelle ce ne sono state tante...!), erano piuttosto faticose, considerando che si svolgevano di pomeriggio, tra il caldo, la stanchezza (e a volte un po’ di noia), dopo un’intera mattinata trascorsa sul lavoro.

Durante qualche prova mi sentivo un po’ fuori luogo (io e le mie manie di superiorità...), invece mi sono resa conto che le cose semplici (e un po’ di umiltà) sono le più belle.

Fare teatro coi miei compagni, simpatici e un po’ bizzarri..., compresa Lora Santini, Maria Angela e Antonia, mi divertiva davvero tanto. L’impegno e le esplosive risate che ne derivavano, mi sono servite come terapia, come cura del disagio che a volte provo nello stare con gli altri.

Avevo già avuto esperienza di teatro, quando ero ragazzina, in collegio. Per la recita di Natale interpretai l’Arcangelo Gabriele e fui

molto soddisfatta, anche nell’essere riuscita a convincere una mia compagna a recitare con me.

Tornando alla rappresentazione a Pietrasanta devo confessare che poco prima di entrare in scena per il PRIMO tempo, (ma anche per il SECONDO) ero molto agitata, ma dopo tanta agitazione e non so quante sigarette fumate dietro le quinte... è andato tutto bene.

Anche i miei compagni del centro sono stati bravi, forse dubitavo un

po’ di loro i primi tempi, invece si sono distinti, a detta di tutti, come una rivelazione.

È stato gratificante vedere che l’intero pubblico si è tanto divertito con le nostre scenette, le nostre battute, le canzoni, le poesie, gli aforismi, i balletti...

La soddisfazione di tutti è stata grande insomma, e io ho assaporato tutto questo come avessi gustato un OTTIMO...DOLCE!



Primo  
*secondo*  
dolce



Foto: Riccardo Panzera



*"Due sono le cose importanti della vita, la seconda è mangiare (bene)"*

Questa parafrasi di una famosa battuta di Roberto Benigni racchiude in sé una verità immediatamente percepita da chiunque, poiché dà l'idea, l'immagine, dell'importanza che il cibo ha nella vita di ognuno di noi.

Questa importanza è, com'è ovvio, legata innanzitutto alla sopravvivenza del nostro organismo, ma lo è anche a uno dei nostri cinque sensi, il gusto, e quindi inevitabilmente ed in maniera indissolubile al piacere.

Fiumi d'inchiostro sono stati scritti da Petronio in poi sui piaceri della tavola, per cui non vale la pena ripetere o scimmiettare i testi dei grandi, vale però la pena ricordare e ricordarsi che se è vero che nella storia dell'umanità e anche nella nostra personale grandi amori e amicizie sono nati a tavola o a tavola sono stati suggellati, è anche vero che il momento del cibo, della convivialità, rappresenta qualcosa di più che il semplice sfamarsi, divenendo parte di un tempo che esce dalla nostra quotidiana fretta, di un attimo che ci riconduce nella sfera degli archetipi più profondi del nostro essere donne ed uomini. Ma bando alle ciance e veniamo al sodo.

Ecco qua per voi tre ricettine facili facili prese dal mio ricettario e da leccarsi le orecchie.

## Fioridizuccaripieni con unamousse di crostacei

### **Ingredienti per 4 persone:**

12 fiori di zucca, 100 grammi di ricotta vaccina, 100 grammi di code di scampi sgusciate, ½ peperone giallo, uno spicchio d'aglio, sale, una macinatina di pepe.

### **Preparazione:**

saltare in padella per 4 minuti con un goccio d'olio e lo spicchio d'aglio gli scampi e il peperone, poi togliere dal fuoco e frullare insieme alla ricotta fino ad ottenere una mousse. Togliere la parte inferiore ai fiori di zucca, mettere la mousse in una siringa da pasticciere, riempire i fiori, disporli in una pirofila e metterli in forno caldo per pochi minuti dopo averli irrorati a filo con ottimo olio extra vergine.

Servire tiepidi

## Marinato viareggino crudo

### **Ingredienti:**

200 grammi di acciughe o triglie sfilettate freschissime,  
2 spicchi d'aglio,  
un bicchiere d'olio,  
un peperoncino,  
2 cucchiari di foglie di rosmarino,  
½ bicchiere di aceto di vino bianco.

**Preparazione:** disporre i filetti di pesce in un vassoio, salare e pepare. Preparare la marinata tritando aglio, rosmarino e peperoncino. Dopo averli soffritti in abbondante olio aggiungere l'aceto, lasciare cuocere 5 minuti poi versare la marinata caldissima sui filetti di pesce. Lasciare riposare almeno 3 ore.

## Carpaccio Gabriella

### **Ingredienti per 4 persone:**

otto fettine sottili di pesce freschissimo (muggine, mormora o altro pesce nostrale),  
il succo di un arancia,  
due cucchiari di erba cipollina tritata,  
olio, sale, pepe nero appena macinato.

### **Preparazione:**

disporre le fettine di pesce su un piatto o vassoio, salarle, peparle, cospargerle col succo d'arancia, con un filo d'olio e l'erba cipollina. Fare scaldare il piatto o vassoio fino a che i filettini di pesce cominciano a sbianchire e servire tiepido.

# Personedisabili esport

di **Elena Martinelli**  
Responsabile Centro Attività Motorie

Il binomio è apparentemente di poca importanza rispetto ai tanti problemi che la persona disabile e la sua famiglia devono affrontare nell'arco della vita ed invece proprio lo sport si sta dimostrando con sempre maggior forza un mezzo insostituibile di recupero e di integrazione per le persone portatrici di una qualche disabilità. In Europa circa 38 milioni di persone, un europeo su 10 di tutte le età, soffre di disabilità. In tutta l'Unione, queste persone incontrano ostacoli non soltanto nel cercare e conservare il lavoro ma anche nel trovare trasporti accessibili, accesso fisico a edifici e servizi o accesso a istruzione e formazione necessarie per il lavoro. Incontrano inoltre ostacoli per accedere alle tecnologie che permetterebbero loro di essere maggiormente coinvolte sia sul lavoro che nella società in generale...

Tra i principali ostacoli che le persone con disabilità devono affrontare vanno annoverati gli atteggiamenti negativi ed emarginanti della società. Molto rimane da fare per cambiare atteggiamenti che collocano in formule stereotipate i disabili nella società. Le strategie più efficaci sono quelle basate sui diritti contro la discriminazione e sulla promozione delle persone con disabilità. Pari importanza riveste inoltre l'integrazione che mira a consentire alle persone disabili di partecipare, ove possibile, all'istruzione, all'occupazione e alle attività ricreative aperte a tutti.

Ebbene, che la disabilità sia compatibile con l'attività fisica ricreativa e l'attività sportiva è ormai dimostrato dallo sviluppo notevole che, da oltre 50 anni, le varie specialità sportive hanno avuto in quasi tutti i tipi di disabilità

motoria sia a livello di gioco che di competizione agonistica, con confronti a livello internazionale, organizzati secondo gli schemi dei campionati del mondo o delle olimpiadi (chiamate paralimpiadi e ospitate in Italia nel 1960 per la prima volta a fianco delle olimpiadi).

Per i disabili psichici la pratica sportiva a livello agonistico si è sviluppata più tardi negli Stati Uniti nel 1968 quando la Fondazione Kennedy prese in considerazione la possibilità di far praticare a soggetti affetti da sindrome di Down alcune discipline sportive (Special Olympics International).

La partecipazione dei disabili mentali è prevalentemente di tipo non competitivo anche se, ad esempio, alcuni ragazzi Down di Livorno concorrono tutti gli anni al Trofeo Accademia Navale gareggiando contro gli equipaggi di atleti normodotati ed altre esperienze simili vengono spesso segnalate anche nelle gare di atletica leggera, di nuoto, di equitazione.

Gli atleti portatori di disabilità fisica che praticano sport agonistico sono tesserati con la Federazione Italiana Ciechi Sportivi (FISD), nata nel 1990 dall'unione di tre federazioni che già si occupavano dello sport disabili: la Federazione Italiana Sport Handicappati, la Federazione Italiana Ciechi Sportivi, la Federazione Silenziosi Sportivi Italiani.

Anche con altre tipologie di disabilità, si può praticare attività motorie e sportive opportunamente adattate, con finalità di prevenzione (nelle pachisomie, cardiopatie ischemiche, diabete) o a scopo terapeutico (negli obesi, nei cardiopatici, negli ipertesi, nei pneumopatici, nei depressi psichici).

## Quante sono le persone disabili che praticano sport?

Nella pubblicazione annuale 2000 del Centro Nazionale di Documentazione e Analisi sull'infanzia e l'adolescenza, nessun accenno viene fatto ai numeri riguardanti i ragazzi disabili che praticano attività sportive.

Questo mi ha sorpreso, in considerazione anche del fatto che moltissime sono le iniziative di sensibilizzazione che si sono succedute a partire dalla seconda metà del secolo scorso, che i ragazzi e gli adulti sono, in ambito sportivo, una entità in costante crescita e che molti nostri atleti disabili raggiungono i massimi risultati a livello internazionale.

A fianco di una maggiore visibilità mi sono resa conto anche che è necessario un maggior coordinamento tra quanti, per dovere istituzionale o per volontariato, si occupano della persone disabili e quanti operano nel mondo sportivo.

In occasione del Convegno 2002 "Handicap", motricità e sport, organizzato in preparazione all'Anno Europeo del Disabile 2003, ho provato

a coinvolgere le associazioni di volontariato e le associazioni sportive che ospitano attività sportive adattate.

Allo scopo abbiamo richiesto alla Federazione Italiana Sport Disabili (FISD), allo SPECIAL OLYMPICS, alla Regione Toscana, alla Provincia di Lucca e ai 7 Comuni della Versilia, di fornirci l'elenco di queste associazioni, cooperative o gruppi di volontari.

Ebbene, fatta eccezione per la FISD (atleti tesserati), non esiste un elenco e nessuno è in grado di sapere quali e quante sono le associazioni impegnate in questo settore.

Allora ho contattato personalmente alcune associazioni di volontariato della zona per invitarle a portare la loro testimonianza al Convegno ma ho trovato molta diffidenza.

A questo proposito, a partire dall'anno 2002-2003 è stato istituito presso le Università Italiane il Corso biennale di Laurea Specialistica in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive e Adattive affinché i laureati in Scienze Motorie acquisiscano competenze specifiche nell'ambito delle attività motorie e sportive adattate ai disabili. Le società sportive e le associazioni dovrebbero esserne informate e scegliere di avvalersi della consulenza di professionisti culturalmente e scientificamente preparati.

## Perché lo sport?

La spinta motivazionale, la consapevolezza di quanto la persona disabile abbia bisogno di proposte concrete che lo aiutino all'inserimento in un contesto sociale nel quale le barriere reali e culturali non esistano più, scaturisce proprio dal mondo sportivo, dagli studiosi, dagli operatori e soprattutto dagli atleti disabili, essi stessi promotori e animatori di iniziative.

Lo sport abbatte le barriere perché, di fatto, l'atleta disabile è in primo luogo un atleta.

L'atleta deve competere con se stesso prima che con gli altri, l'atleta si allena per vincere, l'atleta rispetta e viene rispettato dagli altri atleti, tra atleti si crea una complicità, che supera le diversità perché ascurisce dal comune amore per lo sport, dall'impegno e dal sacrificio che accomuna tutti gli atleti.

Qualcuno può pensare che la pratica sportiva sia, per le persone disabili, una minuscola goccia rispetto alla vastità e alla complessità dei problemi che quotidianamente si trovano ad affrontare.

Ma se è vero, come è vero, che la barriera più difficile da superare è quella culturale, ecco che attraverso lo sport questo diventa realmente possibile. In uno stadio, in una palestra, in piscina, sulle piste di sci e di ciclismo, in barca a vela, nel poligono di tiro, in un maneggio, in un campo di calcio, come pure in tutti gli altri ambienti sportivi, gli atleti disabili e normodotati sono in perfetta sintonia. Si confrontano, si combattono, si sostengono, si stimano.

Il percorso di integrazione tra disabili e normodotati trova proprio nello sport il terreno fertile educativo per entrambi e per l'intera società civile.

disegni di Luca Burratti





# Dal centro Taratata di Pietrasanta



Mercoledì 11 Agosto, probabilmente alle prime ore dell'alba, Ciatti si è addormentato per non svegliarsi più. Riccardo, conosciuto da tutti come il

Ciatti, ci ha lasciato come ormai da tanto tempo era sua abitudine fare, senza disturbare, in silenzio. Aveva 51 anni, la maggior parte dei quali vissuti al limite, con spirito anarchico e una grossa carica umana.

A Viareggio lo conoscevano tutti.....

Il ricordo che segue è frutto dei pensieri delle persone che l'hanno conosciuto e non lo vogliono dimenticare come Annamaria, Cesare, Vibek, Raffaele, Barbara, Guido, Giuseppe, Ivo. (Antonella, Barbarina e io ci scusiamo con tutte le persone che non menzioniamo solo perché sono tante, veramente tante). Un collage di testimonianze che formano un unico pensiero, nel ricordo di una persona che nonostante tutte le sue contraddizioni, rimarrà nei ricordi di tutti quelli che hanno avuto la fortuna di conoscerlo.

*Ciatti era un signore, si muoveva nel mondo con fare gentile. Aveva un*

*grande senso dell'amicizia. Era capace di mettere a suo agio chiunque con quella sua capacità di avere una parola buona per tutti. Non parlava mai male di nessuno, se aveva qualcosa da dire lo faceva sottovoce senza clamore quasi volesse trovare una scusa agli errori degli altri. Quando lo incontravi ti accoglieva come se non ti vedesse da tanto tempo, tanto era l'affetto che esprimeva.*

*Aveva sempre un consiglio da darti, soprattutto ai più giovani, ponendo come parametro di confronto se stesso, la sua storia, e i suoi sbagli.*

*Era una persona importante, con il suo carisma costruito sicuramente anche con le sue contraddizioni, ma anche e soprattutto con la sua tenacia a cambiare, cercando di migliorarsi e arricchire la propria vita, con il coraggio di dire basta e fare scelte coraggiose e faticose.*

**CIAO CIATTI' CI MANCHI**

## Notizie dall'Associazione

# Tavola Rotonda - L'inclusione sociale

### CONSAPEVOLEZZA AL DIRITTO DI CITTADINANZA.

L'Associazione "L'Uovo di Colombo" organizza per il prossimo 9 ottobre una tavola rotonda sul tema: "L'inclusione sociale: consapevolezza al diritto di cittadinanza".

L'iniziativa, proposta dall'associazione, è stata organizzata grazie alla collaborazione dell'Azienda USL 12, al sostegno di varie istituzioni: Conferenza dei Sindaci, Comune di Viareggio, Provincia di Lucca, CESVOT, Circostrizione Darsena e alla sponsorizzazione di privati, enti e istituti bancari.

Alla tavola rotonda, che si terrà a Viareggio, via Comparini 6, prenderanno parte: il magistrato Gherardo Colombo, la presidente dell'Associazione "Libertà e Giustizia" Sandra Bonsanti, un dirigente del CESVOT, Tania Grillandini direttore responsabile soci e organizzazione della UNICOOP Tirreno, la presidente del Centro Nazionale del Volontariato M. Eletta Martini, la responsabile dell'Unità Funzionale per l'inclusione

sociale della AUSL 12 Ondina Della Martina, il Direttore dell'Azienda USI 12 Giancarlo Sassoli. Coordinerà i lavori Massimo Toschi, referente per la Regione Toscana sui temi della pace.

La giornata avrà inizio alle ore 11, presso la sede dell'Associazione "L'Uovo di Colombo" dove i relatori avranno l'opportunità di conoscere più da vicino la nostra esperienza visitando alcuni luoghi dell'associazione con i soci-lavoratori, gli utenti, gli operatori, i volontari; ai presenti verrà offerto un buffet, realizzato con la collaborazione degli stessi utenti impegnati nel laboratorio di cucina. Alle ore 14.30 è previsto l'inizio dei lavori con i saluti delle autorità: Il Sindaco di Viareggio, il Presidente della Conferenza dei Sindaci, il Presidente della Provincia.

L'associazione "L'Uovo di Colombo" ha ritenuto di dover proporre ai vari soggetti istituzionali e non questo momento di

riflessione partendo dalla consapevolezza che la risposta ai problemi di salute mentale, handicap e dipendenze e alle situazioni di disagio non può unicamente comprendere farmaci, psicofarmaci, psicoterapie, assistenza socio-sanitaria o inserimento lavorativo ma prevedere un intervento complessivo che permetta alla persona in condizioni di bisogno o di disagio un processo di reale inclusione sociale che presupponga la consapevolezza della fruizione del diritto di cittadinanza. L'iniziativa vuole essere un'occasione di discussione e di riflessione su questo tema sviluppando gli aspetti del diritto, della cultura, del volontariato, dei servizi attivati e da attivare, della dignità e della diversità della persona.

### Per informazioni:

0584 385905 0584 67051  
3383259595 335 7106157  
3395817644



## Comunicazione

L'associazione comunica che il giorno 28 settembre 2004 si terrà il primo incontro che darà inizio al *Corso di cultura di base* presso l'associazione in via Comparini n°6 a Viareggio.

Tutti i martedì dalle ore 14.30 alle ore 16.30.

Il corso sarà tenuto da Francesco Pieruccetti esperto di educazione degli adulti. Con la collaborazione di professionisti. Per informazioni: 0584-385905 chiedere di Chiara Franciosi o Cinzia Valleroni.

*Il prossimo numero sarà dedicato a:*

**do re mi fa sol la si do...  
note di vita**

*Partecipate inviando i vostri lavori (massimo una cartella) a*  
**mentre**  
*via Comparini c/o CESER*

55049 Viareggio  
tel. 0584 385905  
fax 0584 385931

## mentre

*Giornale dell'Associazione "L'Uovo di Colombo"*  
*con contributi di operatori e utenti dei servizi socio sanitari*

via Comparini c/o CESER 55048 VIAREGGIO  
tel. 0584 385905 fax 0584 385931

### Direttore responsabile

Chiara Sacchetti

### Consiglio di redazione

Alberta Albertini  
Petra Bacci  
Ilde Bigicchi  
Cinzia Cinquini  
Debora Codecasa  
Ondina Della Martina  
Paola Dinelli  
Luigi Guidotti  
Luciana Madrigali  
Franca Rovini Papi  
Cinzia Valleroni

### Hanno collaborato:

Dante Agabiti  
Michele Bresciani  
Chiara Franciosi  
Gianluca Fercioni  
Grazia Longo  
Elena Martinelli  
Riccardo Panzera  
Sirio  
Centro Taratà

Laboratorio "Atena", Laboratorio Camaioere



### Assessorato al volontariato



### Comune di Viareggio Assessorato alla cultura Assessorato alle politiche sociali



### Fondazione Carnevale



### BILANCIO ASSOCIAZIONE "L'UOVO DI COLOMBO" - anno 2003

#### ENTRATE

##### Contributi:

USL (per socializzazione)	5.500,00
Comune di Pietrasanta (per uliveto)	14.493,71
Circoscrizione M.Polo-Terminetto-T.Lago-Darsena (parchi)	14.489,92
Fondazione Cassa di Risparmio Lucca (per Menotre)	1.000,00
Credito Cooperativo (per ecogirando)	700,00
C.N.R. (per zootecnia)	450,00
Comune di Viareggio (per Menotre)	1.000,00
SEA (per Menotre)	660,00
VEA	250,00
Fondazione Carnevale (per Menotre)	516,00
Fondazione Pucciniano (parchi)	3.000,00
Contributo scuole per Ecogirando	1.663,00
Circoscrizione Torre del Lago (per Giostra dei Sapori)	500,00
Circoscrizione Torre del Lago per Campino	15.493,70
Comune di Forte dei Marmi (per Pineta)	12.000,00
Contributo Provincia per la Coop.	6.321,76
Contributo Provincia per Menotre	1.000,00
Contributo da privato	1.350,00
Lavanderia-Contributi	520,00
Laboratorio di cucina-Contributi	180,00
Mercatini	6.878,20
Rimborso AIAB	196,28

##### Vendite:

Attività zootecnica	7.652,99
Miele	2.700,00
Vendite Uliveto	816,50
Vendite verdure	1.500,00
Tesseramento anno 2003	460,00
<b>Totale</b>	<b>101.292,06</b>

#### USCITE

Gruppo Orto-Coop	29.998,06
Uliveto	2.201,31
Manutenzione Verde (parchi e giardini)	5.716,55
Miele	2.809,79
Menotre	3.670,40
Campino T.Lago	3.129,29
Ecogirando	2.481,00
Attività di socializzazione - pranzi - decoupage ....	1.713,14
Attività di laboratorio di cucina	591,95
Attività di zootecnia	4.167,14
Lavanderia	509,25
Pineta F.Marmi	11.777,59
Mercatini	2.695,75
Spese generali	6.875,64
<b>Totale</b>	<b>78.336,86</b>

#### TOTALE GENERALE

**22.955,20**

file:bilancioanno2003

#### NOTE

\* la donazione è costituita dalla vendita delle verdure e contributo da privato

° il totale generale comprende anche le cifre non ancora incassate