

## BACHECA

nella Bachecca cerco, of-  
frio, vengo, leggo, guar-  
do la foto della rubri-  
ca, mi confronto con  
gli altri lettori, respon-  
do allo scherzo sia pre-  
te...

nella Bachecca cerco, of-  
frio, vengo, leggo, guar-  
do la foto della rubri-  
ca, mi confronto con  
gli altri lettori, respon-  
do allo scherzo sia pre-  
te...

# Da leggere

a cura  
della Redazione



## Opinioni a confronto

Alla Madonna di Lourdes

Egr. Direttore,  
Elisabetta Brusasco, una simpatica ragazza di Novi Ligure, che ha partecipato, insieme alla sua mamma Grazia, al pellegrinaggio diocesano a Lourdes, organizzato dall'Ofal la scorsa estate, ha voluto dedicare questa poesia alla Beata Vergine Maria. Nel ringraziare Betty che ha donato moltissimo a tutti quelli che l'hanno conosciuta, le invio il testo della poesia scritta il 1 ottobre 2009. Grazie.

*Lei nel mondo meraviglioso incontro,*

*Lei il cammino*

*la pace celeste*

*luce che incede*

*verso l'umano destino.*

*Come Lei nessuna*

*ci apre le porte*

*del cielo e dell'amore*

*dando forza*

*al nostro amore.*

*Noi con Lei*

*nessun affanno*

*turba il cuore*

*ospite e regina*

*del mondo*

*che a Lei s'inchina.*

*Come Lei nessuna*

e.s. - via mail

Cattolici e politica

Egr. Direttore,  
la ricerca IPSOS su Cattolici e politica fotografa un apparente paradosso: cresce l'astensionismo e il non voto tra i cattolici praticanti impegnati nelle associazioni e nel volontariato cattolico, ma cresce anche la voglia di esserci, di assumere responsabilità in un momento così difficile. Paradosso apparente perché il non voto e l'astensionismo, forse più che un distacco, un'indifferenza esprimono un'attesa. Una richiesta che è rimasta finora insoddisfatta perché non ha trovato soggetti politici capaci di intercettarla, valorizzando le risorse inesplorate del sociale cristiano. E dunque l'interpello riguarda anche in modo specifico il PD. In particolare, il paradosso della crescita dell'astensionismo unito alla voglia di una maggiore presenza dei cattolici in politica si presenta, per chi milita nel PD da credente, come un'esplicita richiesta di far vivere un partito che sia popolare, riformatore e nazionale. Popolare, interpretando così le radici profonde che i cattolici conservano nella vita quotidiana delle nostre comunità; riformatore, cioè capace di innovazioni coraggiose per sbloccare un Paese fermo, per cancellare le disegualianze crescenti e per ricomporre la frattura generazionale; nazionale, nel senso di accogliere quella cultura che i cattolici hanno saputo esprimere nel tessere e promuovere la partecipazione dei cittadini e il consolidamento delle istituzioni democratiche. La voglia dei cattolici di esserci e di esprimere i propri valori può essere ancora una risorsa per il futuro del Paese.

**On. Luigi Bobba Deputato PD  
e VicePresidente Commissione Lavoro**

Il "paesello" torna di moda"

Egr. Direttore,  
nei giorni scorsi ho letto su un articolo di Achille Scalabrini sulle pagine di Qn che parla della rivincita dei paesi in tempo di crisi. Il giornalista scrive che "adesso è tempo dei cento e cento bellissimi borghi di un Paese sconosciuto (ai propri abitanti) chiamato Italia. Adesso che la crisi è arrivata, alla faccia degli ottimisti, è tempo di rivincita per i paesi invisibili, quelli oscurati dall'esterofilia, tagliati fuori dalle autostrade, ignorati dalle guide turistiche. Sono a portata di mano, costano il giusto, nascondono bellezze per le quali gli stranieri pagherebbero un biglietto aereo. Insieme formano il vero paesaggio italiano".  
Leggendolo ho pensato al settimanale "Il Popolo" che da anni fa proprio questo: dare visibilità e voce a bellissimi paesi sparsi sulle nostre colline e montagne e lo fa con costanza ed entusiasmo. Grazie e continuate così!

Paola Cataldo - via mail

Le lettere - dattiloscritte e firmate - non devono superare indicativamente le 20 righe.

La redazione si riserva di pubblicare anche lettere più lunghe.

Indirizzate la vostra posta a:

Il Popolo (Opinioni a confronto),  
P.ta De Amicis 1 - 15057 Tortona (AL)  
fax: 0131/821427, mail: ilpopolo@libero.it

Tea Frigerio

Sfida al patriarcato

EMI

Pp. 112

Euro 10,00



Il libro della missionaria saveriana Tea Frigerio nasce da un interrogativo: è possibile che la Bibbia sia stata usata dal patriarcato per inculcare e diffondere sempre più l'antagonismo atavico delle donne? Il Testo sacro evita di parlare delle donne. Nell'elenco di figure femminili presenti nel Testo sacro, però, tra le pagine del Libro di Rut, brilla l'amicizia complice fra due grandi donne: Noemi e Rut, nuora e suocera. E se Rut lo avesse scritto una donna? Una donna saggia, con il senso dell'humour e dell'ironia. Questa breve opera inserita tra i "libri storici" del Primo Testamento potrebbe trarre origine proprio da una cultura femminile e il commento dell'autrice batte questa pista. Il libro di Rut, aiuta a rileggere, decostruire e ricostruire la storia delle donne, a sentire la loro presenza. A partire dallo studio di un testo biblico, è possibile quindi legittimare il femminismo che parla di sororità e solidarietà tra le donne, e percorrere il cammino che rivela interpretazioni da smascherare, decostruire e in generale invita a partire da nuove comprensioni.

V. Bocci

Le parabole spiegate ai ragazzi

Elledici

Pp. 64

Euro 4,90



E' arrivato in libreria il nuovo libro di don Valerio Bocci. Si tratta di un originalissimo sussidio catechistico, riccamente illustrato e indirizzato ai preadolescenti (11-14 anni e ai loro educatori), con caratteristiche nuove e originali e con il linguaggio più adatto ai ragazzi di oggi. Il testo utilizza episodi tratti dalla vita di tutti i giorni nelle parabole raccontate da Gesù per spiegare il regno di Dio che cresce nel mondo: pescatori che gettano le reti, contadini che zappano la terra, ragazzi che giocano sulla piazza. Ne deriva una storia in dieci puntate, costruite in questo sussidio come una fiction e con l'innovativa tecnica dell'ipertesto su carta, per una catechesi affascinante e comunicativa. Sul sito della rivista Mondo Erre (www.mondoerre.it) è possibile scaricare la guida per catechisti e animatori. Il sussidio fa parte di una collana editoriale divenuta negli anni un progetto catechistico di successo, intitolato La buona notizia, utile ai giovani per formarsi una vita "piena" di valori nel delicato cammino dell'educazione religiosa. La collana annovera altri otto titoli scritti da don Bocci.

Francesco Provinciali

Figli smarriti

San Paolo

Pp. 200

Euro 14,00



Francesco Provinciali, dirigente ispettivo del Ministero Istruzione, Università e Ricerca e collaboratore della rivista "Minori Giustizia" nel nuovo libro "Figli smarriti - Storie di bambini e ragazzi contesi e poco amati" con la prefazione di Maria Rita Parsi, vuole dare voce a quella parte di umanità, formata dai figli che "dolente bussa ogni giorno alle porte del nostro cuore". Lo scenario dove si muovono i vari personaggi è diversificato ma sempre significativo. In tutte le vicende di minori emerge un filo conduttore, che tesse l'ordito e la trama delle storie: la sofferenza dei piccoli protagonisti li rende alla fine soccombenti, vittime lacerate da interessi contrapposti, stritolati nella morsa dell'amore fino a diventare spenti figli dell'egoismo. Rita Parsi nella prefazione scrive: "I bambini che danno nome a queste storie sono disorientati perché qualcuno li ha smarriti. Sono bambini-Pollicino, che si riempiono le tasche di sassolini per segnare una qualche via di ritorno e costruire una bussola che li salvi. Bambini, poveri o ricchi, che sofferenza e solitudine hanno fatto crescere in fretta".

## Salute oggi

a cura di  
Laura Notti

### Come combattere l'influenza

Sono solo virus parainfluenzali per ora, ma l'influenza della stagione 2011-2012 è alle porte, visto che il suo arrivo ufficiale è previsto tra la fine del mese in corso e la metà di dicembre. Per combatterla con più incisività, meglio vaccinarsi e vaccinare anche i bambini, come medici e pediatri consigliano, e, proprio dalla metà di ottobre è in atto la campagna di vaccinazione per l'influenza stagionale. Il virus di quest'anno presenta le stesse caratteristiche di quello dell'inverno passato, costituito da tre ceppi: il ceppo A-H1N1, quello A-H3N2 e il ceppo B/Brisbane; di conseguenza il nuovo vaccino è anche per quest'anno un preparato trivalente, sostanzialmente immutato rispetto all'anno scorso. Anche per questa nuova ondata virulenta, la vaccinazione è consigliata prima di tutto alla popolazione

anziana, poi ai bambini oltre i sei mesi, e agli adulti con patologie croniche, o comunque con malattie che aumentino il rischio di complicanze dell'influenza. Inoltre è bene vaccinarsi se si è soggetti che hanno contatto col pubblico, ad esempio in strutture sanitarie, scolastiche o comunque operatori del servizio pubblico. Meglio fare la vaccinazione entro il mese di novembre, mettendo in conto che il vaccino non è subito attivo nel nostro organismo, ma che ha bisogno di una quindicina di giorni per produrre le difese immunitarie necessarie. Inoltre è bene ricordare che facendo la vaccinazione, non si diventa immuni all'influenza, ma che, se questa ci colpisce, sarà meno intensa e carica di complicanze (le più pericolose). La prevenzione dell'influenza stagionale va anche costruita con una serie di accorgimenti e regole di

semplice attuazione. Ad esempio non andandosela a cercare, evitando quindi il freddo e gli sbalzi termici, responsabili prima di tutto dei malanni di stagione. Perciò è meglio vestirsi a strati, in modo da correggere in breve tempo i cambiamenti di temperatura sul corpo. Sarebbe utile, ma non sempre possibile in verità, evitare i luoghi affollati, ove i virus si possono propagare velocemente. A questo proposito, specie per i nostri bambini, le aule scolastiche rappresentano un grande crogiolo di virus che i piccoli inevitabilmente si scambiano gli uni con gli altri; l'influenza o il raffreddore, per un bambino è una sorta di palestra per il proprio sistema immunitario, quindi è bene per un genitore non drammatizzare una situazione di costipazione, tosse o febbre, ma aiutare il nostro bimbo ad uscirne senza forzare i tempi di ri-

sposta del suo organismo, lasciandolo che tutto si svolga in modo il più possibile spontaneo (anche la febbre è una difesa). E' d'obbligo proteggere nelle giornate più fredde, gola e naso con sciarpe o copricollo (adatti soprattutto per chi va in moto); munirsi di guanti e calze che mantengano le estremità protette (si sa che piedi e mani si raffreddano più velocemente).. Aiutarsi durante la giornata invernale con tisane e bevande calde, non solo per reidratarsi, ma anche per dare sollievo al corpo che naturalmente tende a raffreddarsi. Anche in casa, non alzare troppo il riscaldamento dei nostri appartamenti, evitando che l'aria si secchi troppo. A tavola scegliere comunque una dieta leggera, con molta frutta e verdure, magari cotte, anche per introdurre nell'organismo sostanze utili per combattere freddo e malattie stagionali.

