

INFORMAZIONI AI SOCI

NOTIZIARIO DELL'ASSOCIAZIONE PENSIONATI DELL'ISTITUTO BANCARIO ITALIANO

MARZO 1996

SALUTO DEL PRESIDENTE

La nostra Associazione, che è stata costituita nel 1976, compie vent'anni. Un pensiero riconoscente va pertanto a tutti quanti hanno collaborato alla sua fondazione e alla sua affermazione nel tempo.

Per il futuro, auguri di lunga vita alla nostra Associazione e di serenità e salute per tutti quelli che ne fanno parte.

Cordiali saluti.

GIOVANNI ROSTI

ESAME ED APPROVAZIONE DEL BILANCIO AL 31.12.1995

Il Bilancio 1995 nonché la Relazione sull'andamento economico e morale dell'Associazione sono stati approvati all'unanimità dal Consiglio Centrale. I documenti (vedi pag.2) vengono ora sottoposti all'approvazione dei Soci sulla base del principio "silenzio-assenso".

Eventuali osservazioni o dissensi dovranno pervenire al Presidente entro il 31 Maggio 1996.

TESSERAMENTO 1996

E' già iniziato sotto buoni auspici, ma dovrà essere completato quanto prima.

Le Sezioni sono invitate a fornire al più presto i dati in loro possesso.

Ciascun Socio è inoltre invitato a fare opera di propaganda presso eventuali ex Colleghi non ancora iscritti.

INIZIATIVE SOCIALI

Presso alcune Sezioni - tra le quali Torino - si è già tenuto l'incontro annuale dei Soci, nel quale, come consuetudine, si effettua la consegna degli omaggi ai Soci dell'anno precedente e si ritirano le quote sociali per l'anno in corso.

A cura del Consiglio Centrale, l'incontro per i Soci di Milano, Legnano e Novara si è tenuto il 7 marzo con soddisfacente partecipazione. Si è, fra l'altro, convenuto sull'opportunità di più ravvicinati incontri e sull'effettuazione di una gita nel prossimo mese di Maggio, con la partecipazione dei Soci e dei loro Familiari.

Attendiamo notizie sulle iniziative delle altre Sezioni.

RAPPORTI CON CARIPLO

Come preannunciato sul precedente Notiziario, in gennaio ha avuto luogo l'incontro con il Dott. Giussani, Capo del Personale della Cariplo, al quale è stata rappresentata l'attuale situazione della nostra Associazione, che avrebbe bisogno di essere anche finanziariamente sostenuta. Ci è stato assicurato interessamento al riguardo.

APIBI	Associazione	Presidente	GIOVANNI ROSTI	Via della Maiella 4	20131	MILANO	Tel. 02/2047759
	Pensionati	Vice Presidente	TARCISIO DELLEPIANE	Via C.Menotti 28	20129	MILANO	Tel. 02/29516285
	dell'IBI	Segretario	MICHELE CASSANO	Via Savona 69/A	20144	MILANO	Tel. 02/4232674

BILANCIO AL 31 DICEMBRE 1995

ENTRATE		USCITE	
Saldo creditore c/c CARIPLO al 31/12/94	L. 11.838.950	Acquisto e spedizione oggetti regalo	L. 3.234.000
Interessi su c/c al 31.12.94 e 30.6.95	L. 416.144	Spese sostenute per gli incontri dei Soci	L. 2.387.000
Incasso quote sociali	L. 7.545.000	Spese per trasferte dei Consiglieri	L. 724.700
Incasso quote relative al 1996	L. 140.000	Spese per contributi alle Sezioni costituite	L. 1.860.000
		Cancelleria, stampati, postali e varie	L. 2.468.800
			<u>L. 10.674.200</u>
		Rimanenza di Cassa al 31 Dicembre 1995	L. 9.265.894
			<u>L. 19.940.094</u>
Totale	<u>L. 19.940.094</u> =====	Totale	<u>L. 19.940.094</u> =====

RELAZIONE SULL'ANDAMENTO ECONOMICO E MORALE DELL'ASSOCIAZIONE

Nel corso del 1995 si sono costituite le Sezioni locali di Roma, Torino, Firenze, Genova, La Spezia e Napoli, che hanno organizzato i diversi incontri tra i Soci. Il Notiziario "Informazioni ai Soci" è uscito con regolare scadenza trimestrale, pubblicando anche racconti e articoli inviati dai Soci.

Al 31 dicembre 1995 i Soci risultavano 305 (contro i 254 al 31 Dicembre 1994). L'aumento è dovuto per 41 unità dall'iscrizione di Coniugi.

Le ENTRATE sono costituite, come di consueto, dai contributi dei Soci e dall'accredito degli interessi sul c/c bancario.

Nelle USCITE si registrano sensibili diminuzioni nell'acquisto degli oggetti regalo (da L. 5.070.000 a L. 3.234.000), nelle spese sostenute per gli incontri tra i Soci (da L. 2.952.000 a L. 2.387.000) così come nelle spese per trasferte dei Consiglieri (da L. 2.990.000 a L. 724.000).

La nuova voce del passivo di L. 1.860.000.= è rappresentata dai contributi alle Sezioni regolarmente costituite, in conformità alle delibere statutarie.

L'esercizio si è chiuso con un residuo di cassa di L. 9.265.894.=

Milano, 2 Febbraio 1996

Il Presidente



COLLABORAZIONE DEI SOCI AL NOTIZIARIO

Pubblichiamo l'articolo di VITTORIO PASQUARIO di Genova, che non aveva trovato posto nel Notiziario del Dicembre 1995, nonché quelli pervenutici da : SILVANO BERTAGNOLIO di Torino, PEPPINO SALZANO di Napoli, MARIO PALLI di Scarperia (Firenze).

Ringraziando i suddetti amici per la collaborazione, auspichiamo l'intervento anche di altri Soci.

E LA STORIA CONTINUA

Ognuno sa che fra le Commissioni che vivono in simbiosi con il Ministero della Guerra per fingere che si pensi a tutto, mentre in realtà non si pensa a nulla, vi è anche quella che chiamasi "Commissione per la difesa dello Stato".

E' una Commissione seria, a quanto pare, cioè dovrebbe essere tale, se all'atto pratico non diventasse ridicola.

Questa Commissione conscia che il pubblico si lamenta appunto del "nulla" che si è sempre fatto, ha deciso ora di fare "troppo"!

Pensando che lo Stivale è tutto aperto verso il mare, per essere veramente difeso bisognerebbe che fosse fortificato da Ventimiglia a Venezia girando la costa giù sino a Napoli, Reggio Calabria e poi per Taranto e Ancora arrivare a Venezia.

Una grande muraglia dunque sarebbe il progetto della benemerita Commissione.

Ma quì appare in scena un "ma". Ci vorrebbero troppi denari ed attualmente, secondo una nostra malattia cronica, ce ne sono pochi.

E' pur vero che per operazioni militari il denaro non mancò mai e mai mancherà perchè troppi sono coloro cui fa comodo spenderlo, ma bisogna pensare che una sola e continua fortificazione lungo tutta la costa Italiana, verrebbe effettivamente a costare uno sproposito.

Allora i grandi Soloni pensatori e genî della strategia pensarono di fare una cosa di mezzo: verrà cioè fortificata La Spezia e qualche altro punto costiero. Per le coste che rimanessero sprovviste di difesa e che potrebbero servire all'eventuale nemico per uno sbarco, la suddetta Commissione avrebbe deliberato, in caso ci venisse dichiarata guerra da una qualsiasi potenza, che il Ministero dovrà curare di avvertire il nemico sui punti in cui sarebbe conveniente che si presentasse, evitando quelli in cui non si potesse, da parte nostra, impedire uno sbarco.

Ecco come con poca spesa si provvede alla difesa della Patria!

E poi è luogo comune il dire che le Commissioni permanenti dello Stato fanno a chi meno lavora !

Tutto questo non me lo sono inventato, ma l'ho dedotto da un documento che mi è capitato tra le mani e che ho letto e riletto nel timore di non aver bene capito, la data di tale scritto è : 1870.

Oggi vi risulta che sia cambiato qualche cosa, almeno nelle linee generali, circa l'acume di alcuni (troppi) nostri governanti ?

L' INSONNIA

causa - prevenzione - terapia

Pur non essendo definibile come una vera e propria malattia, l'insonnia è uno dei disturbi per i quali ci si rivolge con maggior frequenza al medico ed è collocabile al 3° posto dopo i problemi derivanti dalle patologie gastroenteriche ed il mal di testa.

In parecchi casi il disturbo è legato a qualche manifestazione di stress, che impedisce quel giusto rilassamento della mente tale da permettere al soggetto di addormentarsi, non solo, ma di risvegliarsi al mattino in piena efficienza e benessere.

In qualche raro caso l'insonnia è sintomo di una malattia di origine psichiatrica, nei pazienti affetti da crisi depressive ad ampio spettro, da nevrosi persistenti o da disturbi provocati dalle varie forme di ansia.

La struttura del sonno notturno si articola in 4 o 5 periodi costituiti ciascuno da 5 fasi. La 1.a fase, della durata di alcuni minuti, si estrinseca in una veglia passiva, seguita poi per circa 20' da un sonno leggero. Si ha inoltre, per pochi minuti, il sonno profondo a cui fa seguito, per circa 1 ora, la vera fase del sonno intenso. Chiude il periodo l'ultima manifestazione, della durata di un quarto d'ora circa, definita sonno paradosso o FASE "REM", in cui si sogna.

Questi periodi, come abbiamo detto, si ripetono 4 o 5 volte durante la nottata e vanno sempre rispettati nel senso che intervenire, nella loro struttura, con l'uso di sonniferi, di farmaci ansiolitici ed ipnogeni, non fa che peggiorare la situazione.

Infatti l'abitudine di prendere ogni sera la "pillola che fa dormire", può determinare l'impossibilità di staccarsi senza fatica dal farmaco, anche per motivi psicologici.

Il sospendere questi farmaci disturba la successione dei periodi sovradescritti, provocando alterazioni della durata delle fasi, in particolar modo si assiste ad un aumento sproporzionato del sonno REM, che può portare ad incubi veri e propri e causare sonni agitati e non rilassanti.

Ma allora come possiamo curare l'insonnia se i farmaci non solo sono dannosi, per gli effetti collaterali che possono provocare, ma che determinano sempre dipendenza ed assuefazione ?

Innanzitutto il pasto serale deve essere leggero, oppure va consumato almeno 3 ore prima di coricarsi. Una passeggiata verso sera può giovare a prender sonno, esercizi fisici pesanti no. Può essere utile una tisana, un infuso sedativo a base di camomilla o di melissa o di tiglio. Non è mai stato dimostrato che il caffè favorisca l'insonnia, contrariamente a quanto si possa credere il problema è unicamente soggettivo e sono tante le persone che dormono tranquillamente solo se ne bevono una tazzina prima di mettersi a letto. Infine se, nonostante questi accorgimenti, il sonno tarda a manifestarsi, cerchiamo di pensare ad altro imponendoci uno stato di calma interiore, un rilassamento generale del nostro organismo, presupposti unici e necessari per prendere sonno, possibilmente sempre alla stessa ora.

Legger un buon libro può essere utile, ma solo qualche pagina per una decina di minuti, al massimo.

DE SENECTUTE

X In casa, regolarmente da solo, leggo Cicerone dalle "Vite Parallele" di Plutarco - magnifico libro regalo dato dalla Banca a clienti "importanti" come omaggio di Natale.

Mi ha colpito un passo di una lettera che questi scrisse all'amico Lucio Lucceio (...e allora ? dovrei cercar rifugio presso gli amici? ma quanti sono? li avemmo quasi in comune: di essi alcuni sono morti, altri inspiegabilmente divennero indifferenti. Non so per qual destino, la nostra vita si svolge in un tempo che, proprio quando saremmo dovuti essere al culmine del prestigio, ci fa perfino vergognare di essere vivi.) - Perchè non scrivo un piccolo pezzo sulla terza età? D'altronde questo grandissimo autore non ha scritto della vecchiaia? poi mi sono fermato e col sorriso sulle labbra ho pensato: è come parlar di corde in casa dell'impiccato, bisogna parlar d'altro, e girandomi ho intravisto, nella mia piccola ma fornita biblioteca, un vecchio pamphlet intitolato: "Frizzi e sorrisi dell'abate Galiani". Sbircio l'occhio sul primo aneddoto: In un ballo mascherato a corte, il Galiani, mentre danzava con una bella sconosciuta, le dette un approfondito pizzicotto. La dama, per mettere in imbarazzo l'abate, si tolse la mascherina. Era la regina Maria Carolina. Ma ci voleva ben altro per imbarazzare il Galiani, che, con aria falsamente compunta e contrita, pregò con voce querola: - Madame la Reine, si votre coeur est dur comme votre cul, je suis perdu ! Alla regina non rimase che sorridere, femminilmente compiaciuta dell'implicito complimento ricevuto.

Ferdinando Galiani, bellissima figura di diplomatico e letterato del '700 ebbe un posto di grande rilievo nella storia delle idee illuministiche per alcuni suoi scritti di notevole pregio politico ed economico. Fu napoletano nel più profondo dell'anima e del napoletano possedeva tutte le qualità (intelligenza, curiosità culturale, spiritosità, superficialità, serietà e generosità insieme) e tutti i difetti (pigrizia, instabilità di carattere, superstizione, maldicenza, e scetticismo). Era, insomma, un "homme d'esprit" che ottenne nei salotti e nella corte di Parigi grandissima considerazione. Coltissimo e disincantato, rotto a speculazioni giuridiche, economiche e filosofiche riuscì a rafforzare i punti d'incontro fra due capitali, Napoli e Parigi, i cui sovrani assistevano al tragico trionfo dell'assolutismo insieme alle regine, entrambe figlie di Maria Teresa d'Austria, che nel 1789 e nel 1799 dovettero pagarne le conseguenze.

" Un vecchio brontolone un giorno si guardò in uno specchio e si vide tutto smagrito e grinzo. Col suo solito tono stizzoso commentò : Ah, non se ne fanno più di quegli specchi che ai miei tempi ti facevano apparire tanto bello ! "

Ed io come un allocco sono saltato da palo in frasca.

Napoli 4 Febbraio 1996

Peppino Salzano

- neapolitano -

DIVAGAZIONI DI UN VECCHIO FIORENTINO

Passano gli anni ed ora, libero da impegni che mi hanno assorbito assai a lungo, mi piace indugiare su ricordi lontani nel tempo: i ricordi della mia fanciullezza.

Qui rivedo una vecchietta alla buona, punto brontolona, la mia cara nonna, che tuttora ricordo con viva commozione, con la quale alla Domenica ed in certi altri giorni dell'anno, andavo volentieri in Chiesa, anche se ciò mi costringeva a levate assai mattutine, alla Basilica fiorentina di Santa Croce, molto prossima alla nostra abitazione.

Ci andavo volentieri perchè mi piaceva sostare ad ammirare le grandi statue di marmo bianco e policrome, situate nelle parti laterali ed al centro del Tempio, rappresentanti uomini a me allora sconosciuti che mi incutevano soggezione ed al tempo stesso alimentavano le mie fantasticherie di fanciullo.

Guardavo, invece, di sfuggita un affresco altissimo in una cappella prossima all'altare maggiore raffigurante una piccola chiesa tutta bianca, la facciata ornata di rosone, che nella mia fantasia somigliava ad una chiesa di fraticelli fuori città, ed un monaco, enorme in prospettiva con la chiesa, con la tonaca color tabacco ed un braccio levato in alto a schermo delle folgori. Questo monaco mi dava addirittura un senso di paura.

Entrando nella Chiesa, mi piaceva spaziare con lo sguardo sull'Altare Maggiore di color giallo-oro, che dal semicerchio dell'abside dominava la Basilica, e sui vetri istoriati rossi e violetti resi opachi dal tempo.

La nonna era una vecchietta di tanto cuore e molto rispettosa che mi aveva insegnato a girare intorno alle lapidi, talune con immagini a rilievo consunte dai secoli e dal calpestio dei fedeli, dalle quali era rappresentata buona parte della pavimentazione della Basilica.

Poi, col trascorrere degli anni, le fantasie della fanciullezza vennero a cessare: seppi chi erano gli uomini rappresentati dalle grandi statue di marmo e che il monaco era San Francesco.

Quando, frequentando il ginnasio, presi un po' di dimestichezza col latino, fui in grado di decifrare le epigrafi poste sulle basi di alcune statue. Seppi che Santa Croce fu definita dal Foscolo nei Sepolcri il tempio che accoglie e serba "l'itale glorie". Purtroppo le spoglie di Dante "il Ghibellin fuggiasco" si trovano altrove. Il Professore di Lettere al Liceo molto spesso ci declamava con passione i Sepolcri: era un acceso sostenitore della grande poesia dei Sepolcri.

Allora, e non so se tuttora, i letterati erano schierati, per le opere del Foscolo, in due tendenze: i cosiddetti "sepolcristi" ed i "grazisti". Questi ultimi sostenevano che "Le Grazie" erano poeticamente superiori ai Sepolcri. Ricordo che due emeriti professori universitari della Facoltà di Lettere ebbero un acceso alterco in piazza San Marco, di fronte all'Università, su questo argomento.

Allora erano altri tempi!

Durante la declamazione dei Sepolcri io ricordavo spesso le visite a Santa Croce con la mia amata nonnina e le mie fantasticherie di allora ed a volte venivo sorpreso dall'insegnante con la testa fra le nuvole.

Scarperia (Firenze),Febbraio 1996

Mario Palli