

SALUTI & BICI

Una escursione cicloturistica breve, adatta per questa stagione, da compiersi in mezza giornata o a cavallo del mezzogiorno, può avere come meta **Cernusco sul Naviglio**. Si prende la cicloala della Martesana al termine di via M.Gioia e la si percorre fino a via Padova dove si piega a sinistra in via Idro seguendo la curva del Naviglio. All'intersezione con il fiume Lambro si entra nella zona dell'impianto idraulico che regola il flusso delle acque del fiume. Questo passaggio richiede qualche cautela perché ancora non è stata posata la necessaria spalletta di protezione. Comune di Milano e sede milanese del Magistrato per il Po infatti non sono ancora riusciti a mettersi d'accordo per compiere i semplici lavori indispensabili per permettere il passaggio dei ciclisti in sicurezza. Superato questo punto, si sottopassa la tangenziale (anche qui occorrerebbero semplici lavori per pavimentare e illuminare il tunnel e per lo sgombero delle macerie scaricate abusivamente) entrando, per breve tratto, in Comune di Cologno Monzese. Proseguendo sempre lungo il Naviglio si arriva a Vimodrone. E' preferibile tenere la destra del corso d'acqua: questo tratto di strada è appena stato sistemato e dotato di illuminazione. Dopo poco, si arriva a Cernusco sul Naviglio dove si notano subito le consistenti recintazioni piantumazioni per l'ingrandimento del parco già esistente in fregio al Naviglio. Si arriva così al ponte di via 4 Novembre, dotato di belle spallette con pilastri lavorati, e lo si prende girando a sinistra. Proseguendo dritti si entra nella zona pedonale (il passaggio delle bici è consentito), molto estesa, ben pavimentata e con un buon arredo urbano. Si consiglia di indagare all'interno di quest'area nella quale sono presenti caffè, pasticcerie, ristoranti e molti altri negozi di ottimo livello. Ancora una volta, si può così prendere atto di come la pedonalizzazione di porzioni del territorio urbano, oltre ad accrescere la vivibilità in generale, non solo non deprime le attività commerciali, ma al contrario crea le condizioni ottimali per il loro esercizio e sviluppo e per la loro qualificazione. In via Bourdillon, a ridosso della centrale area verde della Vecchia Filanda, si trova poi un grande edificio a corte nel quale le entrate dei negozi sono rivolte all'interno, mentre sulla strada si affacciano solo le vetrine a finestra. Dopo aver bighellonato nell'area pedonale, è giunto il momento per due visite. La prima a Villa Greppi (XVIII sec.), attualmente sede municipale, in piazza Unità d'Italia. Interessanti sono sia il portico centrale con tre ordini di colonne binate, sia le due facciate. La costruzione è inserita in un bel giardino, recentemente risistemato. La seconda meta è costituita da Villa Alari Visconti (XVIII sec.) in via Cavour. E' una costruzione, slanciata e mossà, al centro di un ampio giardino. Dopo aver ammirato dall'esterno la facciata su via Cavour, conviene riprendere il ponte di via 4 Novembre e girare a sinistra lungo il Naviglio per andare ad ammirare la facciata a sud. Per rientrare a Milano, si segue la stessa strada dell'andata. In alternativa - non appena l'ATM avrà riattivato il servizio di trasporto delle bici metropolitana - il rientro potrà avvenire anche utilizzando la linea 2 verde. □ **Luigi Riccardi**

IN MOVIMENTO

SCI DI FONDO. La Poliup 10 di Milano (via Padova 61 - tel.2613674 dal lunedì al venerdì dalle 16 alle 19) organizza una serie di gite domenicali dedicate ai fondisti. Il programma prevede: 9/2 Brusson-Champoluc; 2/3 La Thuile; 23/3 Courmayeur-Val Ferret. La quota di partecipazione ad ogni singola gita è di 25mila lire.
SCI DI FONDO 2. La sezione milanese del Cai (via S. Pellico 6 - tel. 86463516-8056971) propone per domenica 2 febbraio una giornata di fondo in Val d'Aveto sull'Appennino ligure-emiliano. Costo d'iscrizione: 25/35mila lire.
SCI DI FONDO 3. Edelweiss (via Perugia 13/15 - Milano - tel.55191581 - 6468754) organizza un week-end dedicato allo sci di fondo, il 15 e 16 febbraio sull'altopiano di Asiago. Quota di partecipazione: 185/195mila lire (viaggio e trattamento mezza pensione).
SNOWBOARD. Per gli appassionati di snowboard la Poliup 10 di Milano organizza per domenica 9 febbraio una giornata allo Snow Park di Valgerola (Sondrio). Quota: 63mila lire (viaggio, giornaliero e uso attrezzature).
SNOWBOARD 2. Questo nuovo fenomeno sportivo sarà di scena anche a Milano, sabato 8 febbraio, nel parcheggio dello Stadio Meazza. Verrà costruita la rampa da snowboard più grande del mondo: 70 metri di lunghezza e 22 di altezza, ricoperti da oltre 100 tonnellate di neve.
PODISMO. A Pioletto il 16 febbraio si corre il 19° Cross Sociale. Chilometraggio a seconda delle categorie. Per informazioni: signor Polli, tel. 92699050. □ **L.F.**

BAMBINI/ 1



Il Triceratopo nella sezione di Paleontologia del museo di Storia Naturale

Se qualcuno pensa ancora che i musei siano luoghi troppo noiosi per i bambini è arrivato il momento di cambiare idea. Laboratori didattici che trasformano bambini in piccoli scienziati, scavi archeologici, giornalini culturali, pittori in erba che non hanno paura di esprimersi e che fanno il verso a Picasso. Negli ultimi tempi le istituzioni museali milanesi, private e pubbliche, si sono fatte in quattro per guadagnarsi l'affetto dei giovanissimi, con risultati che in alcuni casi fanno pensare ad un vero e proprio «baby boom».

Iniziamo la nostra carrellata con un museo che sembra nato apposta per ravvivare la curiosità dei giovanissimi: il Museo nazionale della Scienza e della Tecnica «Leonardo da Vinci». Nel 1996 sono stati quasi 100.000 gli scolari - dalle scuole materne ai licei - che l'hanno visitato. Il vero fiore all'occhiello del Museo sono i «laboratori interattivi», sette in tutto, che rappresentano il modo più efficace e divertente per avvicinare i bambini alla scienza. Nei laboratori del «Leonardo da Vinci» già a tre anni i piccolissimi iniziano a prendere confidenza con il mondo dell'acqua e delle «membrane saponose». Come? Naturalmente giocando con le bolle di sapone. Poi, gradualmente,

riconosciuto dal Provveditorato, studiato appositamente per gli scolari delle scuole elementari. Prevede un periodo di preparazione in classe e due visite guidate alla Pinacoteca, la prima di «osservazione» e la seconda di «laboratorio». Ai più piccoli si chiede di individuare nei dipinti appesi alle pareti le espressioni codificate dei sentimenti umani. Successivamente le tradurranno graficamente, a loro modo. Sempre a Brera i bambini lavorano sui colori primari con tecniche che ricordano la pop-art: intervengono con i colori su un loro ritratto fotografico in bianco e nero stampato su un foglio lucido trasparente. In quinta elementare si tratta invece di compiere un'indagine poliziesca: vengono forniti alcuni «indizi» e i bambini devono risalire all'opera. Se ciò non bastasse, sempre a Brera i piccoli «operatori culturali» allestiscono persino una mostra.

Anche nella casa-museo di Gian Giacomo Poldi Pezzoli i bimbi sono i benvenuti: ogni visita guidata è accompagnata da schede da incollare, colorare, completare. Alcuni titoli delle schede? «Caccia ai tesori», «L'occhio magico», «Navi, leoni e cioccolata». Al Poldi Pezzoli va segnalata inoltre un'iniziativa didattica rivolta agli insegnanti e a cura della dottoressa Maria Teresa Balboni Brizza: un vero e proprio corso di aggiornamento per «fare scuola» al museo. Per informazioni chiamare lo 02/801515.

Piccoli scienziati e micro Picasso nei musei si gioca e s'impapa

passano ad indagare i cinque sensi, i fenomeni della riflessione e della rifrazione della luce e così via. I laboratori, ognuno coordinato da un animatore scientifico, sono aperti tutti i giorni dalle 10.00 alle 17.00 e il sabato e la domenica dalle 10.00 alle 18.00. Il venerdì è riservato alle scuole, che devono prenotarsi al numero 02/4855330.

Un altro museo che accende la curiosità e la fantasia è senza dubbio quello di Storia Naturale, la cui sezione di Paleontologia, da quando è uscito sugli schermi il film «Jurassic Park», è sempre più luogo di pellegrinaggio dei piccoli studiosi della fauna preistorica. E proprio per venire

incontro alla sete di conoscenza dei paleontologi del futuro, il Museo civico di Storia Naturale di Milano da qualche tempo organizza per le scolaresche una visita guidata al Parco della Preistoria (all'interno del Parco dell'Adda) con scavo paleontologico. Si, proprio così. È prevista una simulazione di scavo durante la quale i bambini, muniti di setacci, secchielli e palette, ricercheranno e classificheranno dei veri fossili, che al termine della giornata potranno conservare per ricordo. Per informazioni rivolgersi allo 02/783528. A due passi dal Museo di Storia

Naturale, anche il civico Planetario Hoepli si sta attrezzando: all'interno della volta stellata è stata già sperimentata una fiaba-gioco con il coinvolgimento dei bambini e di una compagnia teatrale. La storia? Bisognava cercare di liberare le stelle catturate da una strega malvagia... E adesso viene il bello, nel senso che ci occupiamo di Belle Arti. Nonostante la Pinacoteca di Brera non sia esattamente un luogo dove mettersi a giocare, anche qui le iniziative per imparare divertendosi non mancano. Ha ormai concluso il periodo di sperimentazione un progetto, già

UMBERTO SEBASTIANO

RACCONTI & RICETTE

Dolci e lievi son le chiacchiere delle monache

Ogni festa, specie religiosa, cioè ancorata alle tradizioni popolari manda i suoi segnali festosi, che poi si traducono e si organizzano in vere e proprie liturgie. Così il Natale sappiamo che si connota, nel suo rituale gastronomico con il panettone che, da Milano, si è diffuso nel mondo. Mentre a Pasqua ci sono le uova, sode, dipinte o di cioccolatone dentro la sorpresa. E il carnevale? Il carnevale non è una festa religiosa, però ha i suoi riti e le sue liturgie, profane e spesso profanatorie, quando la concessa libertà diventa follia. Ebbene, anche il carnevale ha un suo segno, diffuso ma con nomi diversi per indicare pressoché la stessa cosa. Se la sostanza è la medesima, le frittelle carnevalesche di Milano si chiamano «ciaccer di monegh». Le chiacchiere, per indicare qualcosa di scarso peso, facilmente friabile, di modesta consistenza. In più delle

monache, che più dolci e meno petegole non è possibile davvero trovare. Come di altri prodotti della tradizione familiare, ahimè, anche questo ormai è stato coinvolto dal mercato seriale, le si comprano persino nei grandi magazzini, togliendoci uno dei piaceri che l'accompagnavano, che era quello di far proprio due chiacchiere, in cucina, per mangiarcele ancora un po' tiepide.

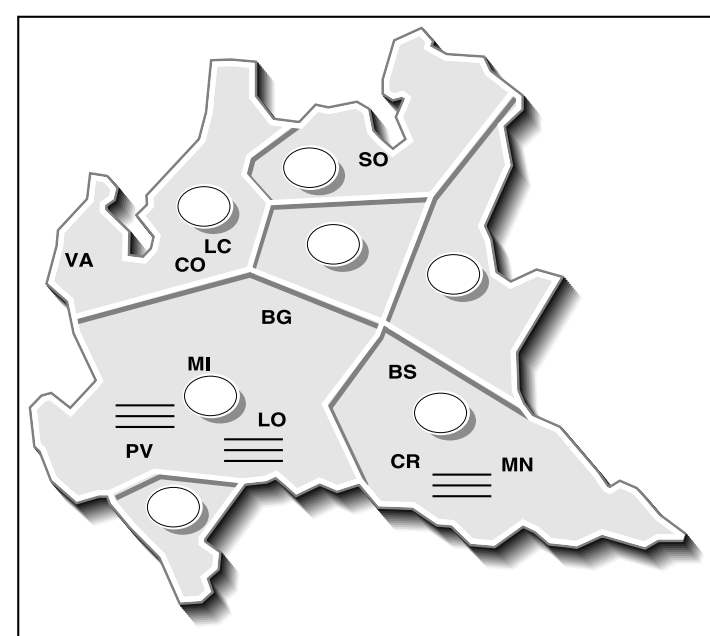
Abbiamo detto che si tratta di un costume che vale un po' in tutta Italia e che la differenza spesso non va oltre la fantasia dei nomi. Ed ecco che a Torino si chiamano «bugie»: come le bugie, appunto, non stanno in piedi, si rompono e si sbriciolano. E in Toscana si chiamano «cenci», vale a dire stracci, con analogo valore di senso, ma ci sono pure le varianti da tenere in considerazione,

che parlano di «donzellini» e di «nastri di monache». Un bel giro che può riservare sorprese di ambigua maliziosità verbale appena in Veneto con le «fritole», che è quasi una commestibilizzazione del sacro «oggetto» dialettale. Per dilagare, infine, con le «frange», cioè le «frappe» romane o napoletane, a ribadire il concetto del cencio. E ancora i «crostoli», le «zezzarille», le «zippulasse», gli intrighini...

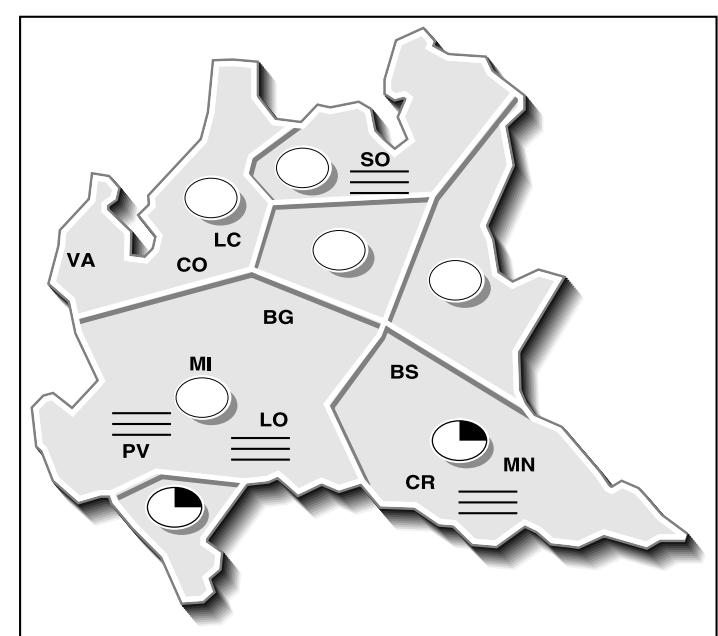
Adesso non resta che mettersi ai fornelli, con pazienza. Disponete 350 gr. di farina su una spianatoia, fatevi una conca al centro e ponetevi 40 gr. di zucchero, tre uova sbattute, 50 gr. di burro ammorbidito a pezzettini, mezzo bicchiere di grappa (o Marsala) e un pizzico di sale. Amalgamate bene insieme tutti gli ingredienti e lavorate a lungo l'impa-

sto, fino a quando diventa liscio ed elastico, quindi lasciatelo riposare per almeno mezz'ora coperto con uno strofinaccio. Stendete la pasta con il mattarello allo spessore di circa mezzo centimetro, poi ripiegatela in due e ristendetela di nuovo, ripetendo quest'operazione un paio di volte. Ricavate infine una sfoglia molto sottile (per facilitare le cose potete utilizzare una macchinetta a rullo, dividendo la pasta in 4/5 panetti). Tagliate la sfoglia a rettangoli e praticate al centro due incisioni, oppure tagliatela a strisciole e arrotolatele leggermente. Fate friggere poche chiacchiere per volta in abbondante olio (o strutto), rigirandole di tanto in tanto fino a quando diventano belle dorate, quindi scolatele con un mestolo bucatto e fatele sgocciolare su carta assorbente. Quando sono tiepide spolverizzatele con zucchero a velo.

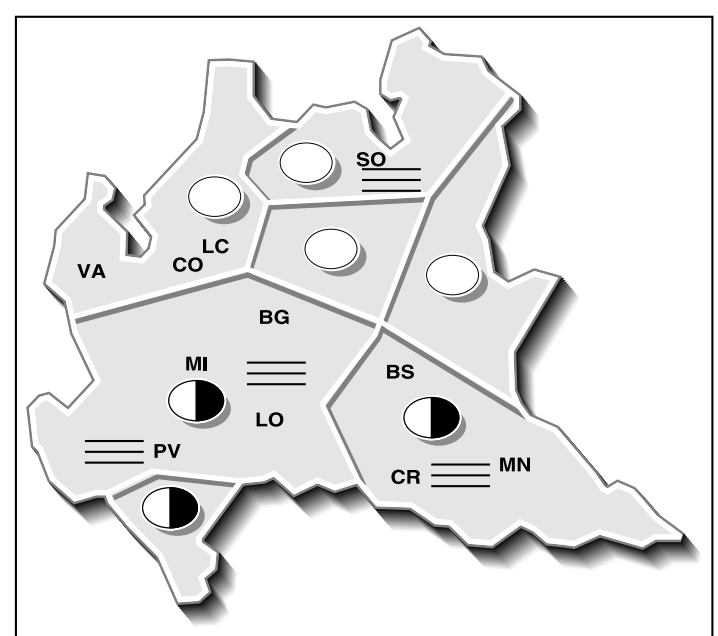
IL TEMPO CHE FARÀ



VENERDÌ
L'alta pressione che si è stabilita sulla Lombardia garantisce tempo stabile. Secondo il Servizio agrometeorologico regionale il cielo si manterrà sereno «su tutti i settori» con assenza di precipitazioni. Le temperature non subiranno variazioni di rilievo. Le minime si manterranno fra -4 e -1°C; massime fra 7 e 10. I venti saranno deboli di direzione variabile. In pianura (2; 3) e nei fondovalle brinate e gelate estese con foschie anche dense e banchi di nebbia «in dissolvimento dal pomeriggio».



SABATO
Assisteremo ad una «lieve attenuazione delle condizioni di stabilità». Il cielo si manterrà «su tutti i settori in prevalenza sereno» con possibili annuvolamenti dalla serata su Oltrepò pavese e bassa pianura orientale (1; 3). Non sono previste precipitazioni. Le temperature tenderanno a diminuire per quanto riguarda i valori massimi. Venti deboli prevalentemente dai quadranti orientali. Durante la notte, in pianura e nei fondovalle, saranno possibili brinate e gelate estese unite a banchi di nebbia.



DOMENICA
Ancora per oggi, su Alpi e Prealpi (4; 5; 6; 7), il cielo si manterrà «sereno o poco nuvoloso» mentre sulla pianura e sull'Oltrepò (1; 2; 3), a partire dal pomeriggio, si avrà un aumento della nuvolosità dovuto ad un'attenuazione dell'alta pressione i cui effetti si avvertiranno su tutta la regione a partire da lunedì. Nella giornata festiva non dovrebbe comunque piovere né nevicare. Le temperature saranno in ulteriore diminuzione. Venti da deboli a localmente moderati orientali.

1 Oltrepò Pavese
2 Pianura Occidentale
3 Pianura Orientale
4 Alpi e Prealpi Occ.
5 Valli Bergamasche
6 Garda-Valcamonica
7 Valtellina

○ Sereno
 ☁ Poco nuvoloso
 ☁ Nuvoloso
 ☁ Molto nuvoloso
 ● Coperto

☁ Nebbia
 ☁ Foschia
 ☁ Pioggia
 ⚡ Temporale
 ☁ Rovescio
 ❄ Neve

P&G Infograph