

IL GIORNALINO DI SILIQUA

ANNO XIII - N° 2

Marzo/Aprile 2019

Giornale indipendente amatoriale fondato nel 2005 da Roberto Collu

Dir. Responsabile *Claudia Sancius*

Edito da *Edizioni Pittoresche di Luca Sida*

Mail: edizionipittoresche@gmail.com

Sito: giornalinodisiliqua.altervista.org

LA SCUOLA CELEBRA IL GIORNO DELLA MEMORIA A SILIQUA

CULTURA&SOCIETÀ

I PRIMI 10 ANNI
DELL'AUSER SILIQUA

p. 02

L'**Auser Siliqua** ha 10 anni. Dieci anni sono passati da quando **Isetta Casula** (nella foto) concretizzò, nel 2008, l'idea di creare un'associazione Auser anche a Siliqua, raccogliendo informazioni presso altre associazioni già da anni

Segue a pagina 2



Anche Siliqua ha celebrato, il 27 Gennaio, il **Giorno della Memoria** per non dimenticare. L'iniziativa è stata realizzata dall'Istituto comprensivo di Siliqua, con il patrocinio dell'Amministrazione comunale. Vi hanno partecipato le classi della scuola media e alcune classi della scuola primaria. L'anniversario della Giornata della Memoria è il 74imo anno dalla liberazione da parte dell'Armata Rossa.

Segue a pagina 5



CONTIXEDDU
DE FORREDDA
S'ORA DE MULLI

p. 06

CULTURA&SOCIETÀ

I PASTORI SILIQUESI
DONANO I LORO PRODOTTI
AI PROPRI CONCITTADINI

p. 03

APPROVATO ODG
SULLA CRISI
AGRO-PASTORALE

p. 04

SPORT

IL CALCIO SILIQUA
VINCE IL BIG MATCH
E RITORNA IN VETTA

p. 12

MATTIA PITZALIS
A OLBIA UN ESORDIO VINCENTE

p. 13

LE RUBRICHE DEL GIORNALINO DI SILIQUA

SALUTE&BENESSERE

BASTA CON LE PRE-OCCUPAZIONI

LOMBALGIA

P. 10

CERCA&TROVA

BACHECA
DI ANNUNCI GRATUITI

P. 14

TUTTI A TAVOLA

RICETTA DI MARCO PIRAS
FREGOLA ALLA CAMPIDANESE

p. 11

CULTURA & SOCIETÀ

CULTURA & SOCIETÀ

>> segue dalla prima pagina

operative in diversi comuni del territorio. Quest'anno 2018 l'**Auser Siliqua** ha raggiunto quota 700 soci, un numero e un traguardo notevoli, se si considera che la comunità conta solo circa 4 mila abitanti. La ricorrenza dei dieci anni di vita dell'**Auser Siliqua** è stata festeggiata, il 22 dicembre, in una affollata assemblea dei soci presso il ristorante Zinnigas. È stato un incontro per illustrare ai soci l'operato dell'Auser Siliqua in ambito sociale, con lo scopo di evidenziare il significato e il valore dell'azione del volontariato. L'evento è

stato, anche, un momento di incontro e di dibattito, ma non è mancato il divertimento con le danze dei ballerini auserini, che hanno movimentato e rallegrato la serata. Il corso di ballo di gruppo per i soci è una delle ultime iniziative del Direttivo; l'iniziativa è finalizzata a creare piacevoli occasioni di condivisione e di sincera aggregazione sociale.

I lavori sono stati aperti dalla presidente, **Isetta Casula**, la quale ha fatto una lunga relazione della vita dell'Associazione, partendo dalla sua nascita fino alla fine di quest'anno 2018, quando l'Auser Siliqua ha raggiunto un traguardo notevole di partecipazioni. Un sentito ringraziamento va agli attivi operatori del direttivo dell'Associazione di Siliqua. Nell'attuale **Direttivo** operano **Isetta Casula**, presidente, e i consiglieri **Gianpaolo Pisano**, **Annalaura Curreli**, **Pamela Demontis**, **Silva Corda**.

Nel dibattito è intervenuta anche

la presidente regionale dell'**Auser Sardegna**, **Franca Cherchi**. Anche Franca Cherchi ha evidenziato l'importanza dell'operato del volontariato Auser a livello regionale e nazionale e ha invitato i responsabili siliquesi a continuare sulla strada seguita fino ad oggi, a operare a risolvere i problemi dei meno fortunati bisognosi di aiuto e sostegno materiale e morale. Sono intervenuti anche alcuni operatori di altre comunità del territorio, che hanno portato a conoscenza dell'assemblea l'esperienza talvolta più che decennale delle loro sedi Auser.

La serata è continuata con la consegna delle pergamene ai soci nati nel 1938 (ottantenni Francesco Sitzia, Gino Iannello) e 1928 (novantenni). È un'altra iniziativa del Direttivo, che fa onore all'Auser Siliqua. È un modo per comunicare con i soci, che per l'Associazione sono sempre al primo posto.

GINO IANNELLO

NUOVA APERTURA IN CORSO REPUBBLICA: PESCHERIA "SA MENDULEDDA"

"**Sa Menduledda**", la pescheria in Corso Repubblica 148, ha cambiato gestione. A Mauro, gestore per 30 anni, è subentrato **Gianni Oliviero**, anche lui di Sant'Antioco e anche lui pendolare. Gianni è un giovane pieno d'entusiasmo per questo lavoro a Siliqua, che lui stesso chiama "avventura". **Gianni** è consapevole delle difficoltà in cui si trovano gli esercizi commerciali del paese, ma egli spera di conquistare la clientela con la buona qualità del pesce, con un prezzo accessibile e con le buone maniere. **Signor Gianni, come mai ha deciso di aprire una pescheria a Siliqua?**

«Perché facendo delle indagini commerciali ho visto che ce n'era una soltanto, subito dopo ho sentito il mio compaesano,



che mi ha consigliato di provare questa avventura dato che lui ha lavorato 30 anni a Siliqua».

E un pendolare anche lei? Il viaggiare le crea qualche problema?

«Penso che viaggiare per lavoro non piaccia a nessuno, però io lo faccio volentieri dato che si tratta del mio avvenire».

Quando ha cominciato a fare questo lavoro?

«Ho iniziato a fine 2009. Arrivavo da un periodo negativo per il lavoro e mio padre mi consigliò di provare questo mestiere, come pescivendolo, e da allora non ho più smesso».

Proviene da una famiglia di pescatori?

«Sì, provengo da una famiglia di pescatori dalla parte paterna, da mio padre a mio fratello e tutti i miei zii, anche mio nonno Domenico a suo tempo era pescatore».

Cosa può fare per richiamare i clienti, accontentare i più esigenti?

«Penso che con i clienti bisogna essere gentili, cordiali, ma soprattutto leali e onesti, e ovviamente portare dell'ottimo pesce ad un prezzo accessibile».

Quali sono le specialità che a Siliqua si vendono meglio?

«In questo primo mese che lavoro qui, ho notato che la gente di Siliqua consuma molte orate».

Da dove proviene la sua merce?

«Il pesce che porto in pescheria proviene dal mercato all'ingrosso di Cagliari in viale La Plaia, qualche specie di pesce invece lo ritiro da alcuni pescatori, ovviamente con tanto di tracciabilità del prodotto».

Da questo inizio di vendita quale impressione si è fatto della piazza commerciale di Siliqua?

«Per quanto riguarda la piazza commerciale di Siliqua, credo sia evidente che la crisi purtroppo come in tanti posti d'Italia, si faccia sentire parecchio. Però, come già detto, quando si porta del buon pesce con un prezzo accessibile, la gente ha la possibilità di acquistare pesci 2-3 volte la settimana».

GINO IANNELLO

I PASTORI DONANO FORMAGGIO, RICOTTA E LATTE AI CITTADINI SILIQUESI

Nei giorni scorsi i pastori di gran parte della Sardegna hanno gettato per strada migliaia di litri di latte di pecora appena munto. Il tutto ovviamente in segno di protesta. Il motivo? La guerra del latte. Un malcontento che ha ragioni ben precise: tanti allevatori infatti ritengono sia meglio buttarlo

per strada, piuttosto che svenderlo alle industrie di trasformazione, che lo pagano soltanto 60 centesimi al litro, meno di una bottiglia d'acqua. La situazione è diventata insostenibile. Il prezzo attuale del latte non copre neppure le spese. La protesta quindi è andata avanti. E anche a Siliqua, un paese con un

consistente numero di capi ovini, un gruppo di allevatori locali hanno deciso di continuare a manifestare, evitando però lo sversamento del loro prodotto frutto di un duro lavoro, distribuendo gratuitamente ai presenti, circa trecento persone del posto e dell'hinterland, il formaggio fresco, il latte appena munto e la ricotta appena fatta. Inoltre, un particolare degno di nota: i pastori hanno portato e donato i loro prodotti caseari anche alla casa per anziani e alla casa famiglia del paese.

Anche le attività commerciali hanno aderito alla protesta abbassando le serrande dei loro negozi. E' stata una forma di "protesta" moderata, una battaglia bianca che voleva soltanto il sostegno della comunità. E così è stato. Infatti, dalle ore 18,00 alle ore 20,00 nel cortile retrostan-



te il Monte Granatico, un gruppo di pastori del posto, con la collaborazione di alcune associazioni locali (Gea e Pan), hanno distribuito gratuitamente alla popolazione il latte di pecora, il formaggio e la ricotta fumante prodotta sul posto. La partecipazione com'era d'auspicio è stata massiccia: la popolazione siliquese, l'amministrazione comunale e le associazioni, nonostante la giornata fredda, hanno dato un segnale forte e tangibile di solidarietà ai pastori. L'evento è stato

ripreso da alcuni giornalisti, da un emittente tv (Rai 3) e dal cameraman locale Alfonso Perra. «Preferiamo regalare il latte e i suoi derivati ai nostri paesani ed ai bisognosi», hanno detto gli organizzatori dell'iniziativa, «piuttosto che svenderlo a prezzi irrisori alle industrie di trasformazione».

I produttori ed i pastori, inoltre, si augurano che ci sia un intervento immediato da parte delle istituzioni: «non possiamo lavorare a queste condizioni», hanno affermato con amarezza. Pertanto, chiedono che il prezzo del latte venga portato a non meno di 70 centesimi al litro. Un euro è considerato dagli allevatori un prezzo

equo. Mentre, il prezzo è calato dagli 85 centesimi al litro della scorsa stagione, ai 60 di quella attuale.

Da sottolineare infine che in Sardegna vivono oltre 4 milioni di ovini, praticamente la metà dell'intero patrimonio nazionale. E circa la metà del latte ovino prodotto in Italia proviene dalla Sardegna e viene in gran parte lavorato dalle cooperative dei pastori e dalle piccole industrie locali.

ROBY COLLU

IL VESCOVO IN VISITA PASTORALE

La visita pastorale a Siliqua del vescovo della diocesi di Cagliari, **S.E. Monsignor Arrigo Miglio** (nella foto), alla parrocchia di Siliqua, **San Giorgio Martire**, è durata due giorni. L'arcivescovo è arrivato in parrocchia sabato 19 gennaio nel pomeriggio. Alle 16,30 in Parrocchia ha avuto un incontro con il **Consiglio Pastorale Parrocchiale**.

Alle 18,00 **S.E. Monsignor Miglio** ha presieduto la celebrazione della Santa Messa. Nella sua presentazione del brano del Vangelo ha esaltato l'importanza della famiglia nella società di oggi. E' la famiglia che deve dare l'esempio



di unità e di proposta alla chiesa, rappresentata nei suoi parroci e tutta la gerarchia ecclesiastica. Tra i numerosi fedeli era presente anche la sindaca di Siliqua, **Francesca Atzori**.

La visita pastorale è proseguita domenica mattina, 20 gennaio. Alle 9,30 S.E. Arrigo Miglio ha presieduto la celebrazione della Santa Messa dedicata ai bambini e ai ragazzi di siliqua. Al termine della messa vi è stata una breve presentazione della Chiesa di San Giorgio Martire a cura dello studioso **Antonello Secci**.

GINO IANNELLO

CULTURA & SOCIETÀ

APPROVATO ODG SULLA CRISI DEL SETTORE AGRO-PASTORALE

Giovedì 14 febbraio, alle ore 19.00, si è riunito, in seduta straordinaria, il Consiglio comunale per discutere e approvare un Ordine del Giorno dell'ANCI Sardegna a sostegno del mondo agro-pastorale.

In apertura di seduta la sindaca, **Francesca Atzori**, ha dato letto il documento dell'ANCI, presentando in primo luogo la posizione dell'**Amministrazione comunale di Siliqua**. "Il Consiglio Comunale nel considerare l'attuale crisi del settore agro-pastorale che è sfociata in una imponente protesta dei pastori sardi, ritiene opportuno discutere ed approvare un Ordine del Giorno di sostegno al mondo pastorale e che dia una sponda istituzionale alle manifestazioni di piazza e alle giuste rivendicazioni che vengono dal mondo agricolo e zootecnico.

Nel sostenere, non solo con le parole, ma dal punto di vista istituzionale le rivendicazioni dei pastori che vedono, nel 2019, il prezzo del latte scendere del 50% in tre annualità, questa situazione impegna il sindaco, la Giunta e il Consiglio Comunale a creare un canale di dialogo con i pastori singoli e associati, con le organizzazioni agricole, con il sistema cooperativistico della produzione e con quello industriale. Con la riduzione del prezzo del latte del 50% viene a mancare nel circuito economico della Sardegna una massa enorme di denaro, che manca nella piccola economia locale delle nostre comunità. Le figure del pastore, dell'allevatore, dell'agricoltore sono figure insostituibili, in Sardegna, dal punto di vista sociale, economico, storico e culturale. Non è certamente un'esagerazione affermare che senza pastori non esiste la Sardegna. La questione della pastorizia, dell'allevamento, della produzione del latte, della sua trasformazione e della vendita dei prodotti derivati è una questione decisiva per tutta la Sardegna. Il pastore, l'allevatore e l'agricoltore hanno una funzione non solo di natura privatistica, ma anche pubblica a favore della comunità, come presidio insostitu-

ibile del territorio, per la sua fruizione e tutela. Da queste semplici considerazioni ne deriva il fatto che le comunità e le istituzioni locali sostengano appieno le giuste rivendicazioni che arrivano dal mondo agro-pastorale, sostengano le lotte per la dignità del lavoro che devono essere espresse sempre in modo pacifico e dentro l'alveo della civiltà e delle regole comuni; auspicano che le lotte dei pastori non degenerino, mai. Il Consiglio esprime l'auspicio che pastori, organizzazioni di categoria, cooperative di produttori e industriali riattivino il tavolo di concertazione sul prezzo del latte per rivedere al rialzo tale prezzo e ridare dignità al lavoro nelle campagne della Sardegna." All'esposizione della proposta dell'ANCI segue un'ampia discussione, nella quale intervengono i consiglieri **Sandro Contu**, il vice sindaco **Maurello Sarais**, l'assessore **Isacco Fanni** per la maggioranza, e il consigliere **Giorgio Liscia** per il gruppo di minoranza. Il documento viene approvato all'unanimità e sarà trasmesso all'attenzione del Presidente della Regione Sardegna, dell'Assessore regionale dell'Agricoltura e alla segreteria dell'ANCI Sardegna.

a cura di **GINO IANNELLO**



DALLE SCUOLE UN SEGNALE PER NON DIMENTICARE

>>segue dalla prima pagina

Il 27 gennaio è una ricorrenza istituita per legge, serve per ricordare la tragedia della Shoah. E' dedicata agli ebrei vittime nei campi di concentramento nazisti. Sarebbe opportuno ricordar e anche che, oltre agli ebrei, altre popolazioni furono vittime dell'Olocausto, come alcune popolazioni delle regioni occupate, altrettanto si può dire degli oppositori politici, delle minoranze etniche, di appartenenti a comunità religiose di vario orientamento. La data della Memoria è stata stabilita dall'Assemblea Generale delle Nazioni Unite il primo novembre 2005, in occasione delle celebrazioni del sessantesimo anniversario della liberazione dai campi di concentramento nazisti.

Al Montegranatico gli alunni della scuola media e primaria si sono esibiti con musiche, canti, brevi rappresentazioni teatrali, filmati, tutti momenti toccanti pieni di profonde emozioni che hanno coinvolto il numeroso pubblico presente in sala. Per tutti è stata un'occasione di riflessione su un tema che spesso è ancora attuale. Per l'occasione gli studenti hanno allestito una ricca mostra di fotografie, disegni, lettere che ricordano il triste evento. Nel loro lavoro, scritto e orale, i ragazzi sono stati molto espressivi e spontanei nei gesti e nelle letture, tanto da ricevere un incondizionato plauso dalla loro preside, anche i loro insegnanti hanno fatto un buon lavoro nel preparare gli

alunni. E' stata una manifestazione ben riuscita, gli alunni hanno avuto alcune settimane di tempo per preparare l'evento, ben diretti e supportati dai loro insegnanti.

La Giornata della Memoria della scuola ha avuto due momenti. Lunedì 28 gennaio l'evento è stato soltanto per le due scuole, media e primaria. Mercoledì 29 la manifestazione è stata ripetuta alla presenza dei genitori e del pubblico.

La sindaca, Francesca Atzori, l'assessore Isacco Fanni e la preside, Silvia Minafra, nei loro interventi hanno sottolineato l'importanza della ricorrenza del 27 Gennaio, ma hanno soprattutto elogiato e ringraziato gli alunni per la loro bravura.

GINO IANNELLO

UN PANNELLO INFORMATIVO E UN DEFIBRILLATORE NEL CORSO REPUBBLICA

Saranno presto attivi a Siliqua un pannello informativo situato nel corso Repubblica all'altezza dell'ex Municipio, con lo scopo di trasmettere le informazioni che il Comune dovrà dare ad un maggior numero di persone, soprattutto chi non usa internet. Nella stessa postazione, a fianco, è stato installato un punto di emergenza con un defibrillatore che sarà messo a disposizione di personale adeguatamente specializzato al suo utilizzo. Questo progetto è stato finanziato dall'unione dei comuni Montedda e Fanaris.

Il defibrillatore è un apparecchio che in molti casi di arresto cardiaco può salvare tante vite umane. Costa poche centinaia di euro, è facile da usare perché funziona in automatico e può permettere, attraverso delle scosse elettriche, di riattivare il battito cardiaco e salvare quindi in extremis dalla morte cardiaca improvvisa.

In caso di arresto cardia-

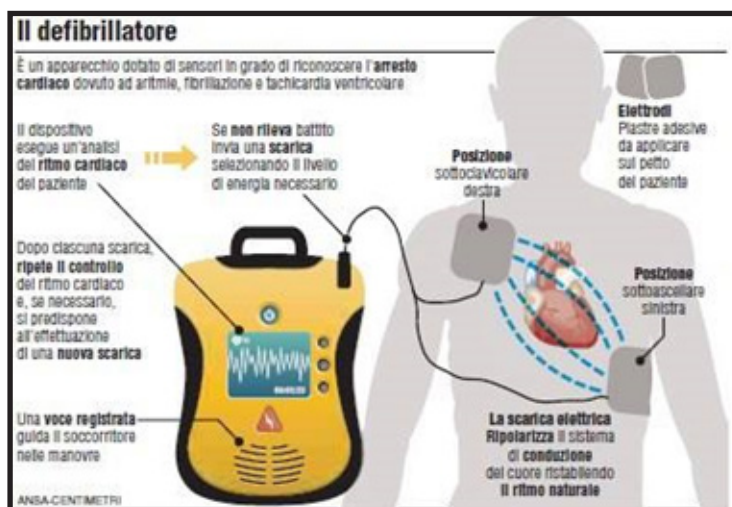
co, il defibrillatore deve intervenire entro cinque minuti, va utilizzato sempre anche quando con il massaggio cardiaco non si registra la ripresa del respiro perché il polso può risultare assente sia in caso di asistolia sia in caso di fibrillazione.

Il defibrillatore fa un'analisi del ritmo cardiaco e se riscontra la necessità di dare una scarica, basta premere un pulsante perché questa avvenga. E' formato da un elaboratore che analizza i dati, ottenuti

grazie a due elettrodi che vanno applicati sul torace (uno a destra l'altro a sinistra). La macchina dà automaticamente le indicazioni, con una voce elettronica che guida nell'intervento, stabilisce se siano necessarie una o più scariche elettriche e se si debba poi intervenire con il massaggio cardiaco (che va protratto anche per circa un'ora).

Il defibrillatore può essere usato anche da personale non medico, adeguatamente istruito con un corso di rianimazione cardiopolmonare (la teoria si studia anche online e la pratica dura un paio d'ore) dopo il quale viene rilasciato un patentino. Non si deve fare alcuna diagnosi, infatti, la fa automaticamente l'apparecchio analizzando il ritmo cardiaco, sarà poi il defibrillatore a dare l'indicazione se il paziente ha bisogno di essere sottoposto o meno a defibrillazione.

ROBY COLLU



CONTIXEDDU DE FORREDDA

S'ORA DE MULLI

Unu sannori casteddàiu fiat beniu una borta, in s'atòngiu, a circai cor-dobinu in su sartu (pronunc. satu) de Silicua.

A pustis chi iat caminau a longu, chentza chi mancu agatessit su chi circàt, ca fiat pagu abistu, iat circau de biri ita ora si fiat fata, ma si fiat acatau ca no portàt s'arrellògiu; si-ndi fiat scarèsciu in domu sua, in Casteddu.

Mancu mali ca, a pagu tretu de issu, ddui fiat unu madau de brebeis.

Si-ddui fiat acostau, iat tzerriau a su pastori e dd'iat pregontau: <<Po prexeri, su meri, mi podit nai ita ora est?>>

E issu dd'iat arrespustu: <<Est s'ora de mulli!>>

Su sannori, po no fai figura lègia, ca no sciat a cali ora si mulliat, iat torrau gràtzias e iat sighiu a caminau.

A pustis de unu pagheddu, fiat lòm-piu a un'àteru madau. Ingunis puru iat tzerriau e iat pregontau a su pastori: <<Su meri, po prexeri, mi podit nai ita ora est?>>



E issu: <<Est s'ora de mulli!>>

Custa borta puru, su sannori no nci fiat arrennèsciu a sciri s'ora, cumentu issu boliat.

Comuncas, iat torrau gràtzias e iat sighiu a andai a innantis. Iat atobiau un'àteru pastori chi fiat andendi a su madau e, innantis de ddi fai sa pregunta, iat pentzau: <<De custu pastori no mi lassu collionai de siguru; imoi ddi fatzu sa pregunta in àtera manera.>>

Dd'iat nau, duncas: <<Bon'òmini, a ita ora mulleis is brebeis?>>

E issu: <<Sèmpiri a sa pròpiu ora!>>

A su sannori casteddàiu agiu-mai ddi pigàt su funtori po su feli; mancu intzaras nci fiat arrennèsciu a sciri s'ora!

ANNA RITA CARDIA

SI È SPENTA A 103 GIUSEPPINA PAU, LA NONNINA ORIGINARIA DI SILIQUA

E' venuta a mancare lo scorso mese a Carbonia Giuseppina Pau, la nonnina originaria di Siliqua. Era nata l'11 gennaio del 1916 in Tunisia. Lo scorso mese, aveva compiuto 103 anni. Era la seconda donna siliquese in vita più longeva. Cresciuta in una famiglia numerosa, come tante a quel tempo, si era sposata con Michele Cois ed aveva avuto sette figli. Dopo il matrimonio si era trasferita a Carbonia, dove suo marito svolgeva l'attività di minatore. I suoi genitori erano Greca Lai e Antonio Pau di Siliqua. Quest'ultimo morì nel 1924, per cui la madre vedova con i suoi tre figli (Giuseppina, Antonietta e Armando), fece rientro a Siliqua. All'epoca Giuseppina aveva appena otto anni. La madre, poi, si risposò a Siliqua con un ve-

dovo, Giovanni Murenu, allora padre di quattro figli (Maria, Francesco, Greca e Amedeo). Da quella unione nacquero altri quattro figli (Domenico, Carmine, Paolo e Angelina). Giuseppina Pau, dopo il

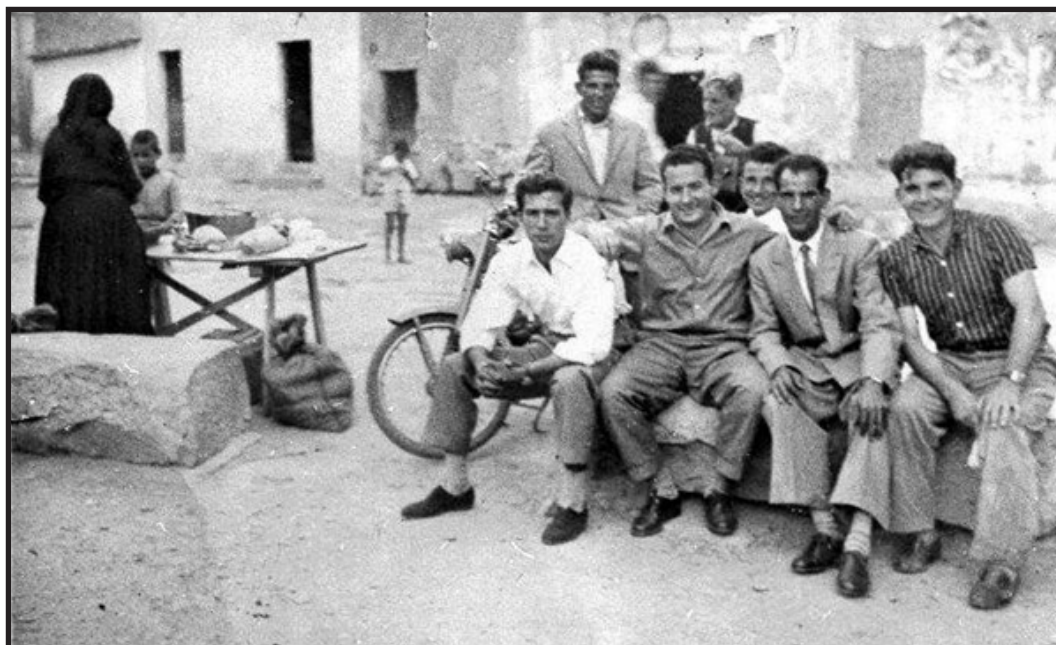


suo rientro dalla Tunisia, aveva vissuto a Siliqua, fino a quando si sposò con Michele Cois. I due si trasferirono poi a Carbonia per motivi di lavoro: il marito infatti lavorava in miniera. Vedova da circa 44 anni aveva svolto un vita tutto sommato semplice. Nel corso della sua vita è sempre stata una buona massaia, ma anche una brava madre: ha tirato su una famiglia numerosa, con sette figli da accudire. La tipica donna di una volta. Lucida nei ricordi, è stata costantemente circondata dall'affetto non solo dei figli, ma anche dei nipoti e pronipoti.

Il funerale si è svolto il 4 febbraio scorso, presso la chiesa di Gesù Divino Operaio, che si trova in via Mazzini a Carbonia.

ROBY COLLU

LE IMMAGINI DI UNA VOLTA: PIAZZA MARTIRI NEL 1948



Un gruppo di giovani calciatori seduti nella piazzetta di Siliqua, all'epoca non ancora pavimentata, e con delle lastre in granito utilizzate come panchine. Da sinistra (seduti): Ivo Concas (all'epoca 17 enne), Ivo Melis, Peppino Saiu (di Villacidro), Efisio Sollai e Nino Massa; in alto da sinistra: Anselmo Sollai e Nicolino Frongia. La signora a sinistra, venditrice ambulante di castagne, noccioline e bacche di mirto, si chiamava Antonietta Rosas (era di Uta).

SILIQUEA, LA DOTT.SSA CARLA PIRAS (MEDICO DI BASE) FARA' AMBULATORIO ANCHE IN PAESE

La **Dottoressa Carla Piras** che ha sostituito la **Dottoressa Liggi**, andata di recente in pensione, farà ambulatorio tre volte alla settimana anche a Siliqua, nell'ambulatorio della Guardia medica di via Manzoni. Questo gli orari: Lunedì dalle 15 alle 16
Giovedì dalle 12 alle 13
Venerdì dalle 15 alle 16.

Riceve inoltre per appuntamento per le visite specialistiche e il sabato per le urgenze, dalle 8 alle 10, chiamando il n. 328 0373283.

Nel sito del Comune di Siliqua è riportato il seguente annuncio: *"Si avvisano i pazienti della Dott.ssa Piras che l'ambulatorio osserverà inizialmente gli orari esposti nei locali della guardia medica che riportiamo di seguito. Chi non avesse ancora provveduto ad effettuare il cambio può rivolgersi all'amministrazione comunale per avere indicazioni su come procedere."*

Il Sindaco e l'amministrazione comunale".



ECCO GLI ORARI AGGIORNATI DEGLI AMBULATORI DI SILIQUEA

Dr. Massimo Perra (ambulatorio nel corso Repubblica n. 167/A) orario: Lunedì, Martedì e Venerdì dalle 9,30 alle 12,30; Mercoledì dalle 17,00 alla 19,00 e Giovedì dalle 16,00 alle 18,00. Per urgenze tel. 340 1067468.

Dr. Mauro Cocco (ambulatorio in via Umberto I° n. 5), orario: Lunedì, Mercoledì e Venerdì dalle 9,30 alle 11,30 e dalle 16,00 alle 18,00; Martedì e Giovedì dalle 9,30 alle 11,30. Per urgenze tel. 347 7648928.

Dr. Enrico Spadaccino, pediatra (Poliambulatorio in via Carducci snc) orario: Lunedì dalle 11,00 alle 13,00, Martedì dalle 11,00

alle 12,30, Mercoledì dalle 17,30 alle 19,00, Giovedì dalle 11,00 alle 13,00, Venerdì dalle 9,00 alle 10,30. Per urgenze tel. 328 7487455.

Dr. Fabio Frau, veterinario (ambulatorio nel corso Repubblica n. 125) orario: Lunedì, Giovedì e Venerdì dalle 10,00 alle 12,30, Martedì e Mercoledì dalle 16,30 alle 19,00. Visite a domicilio su appuntamento. Prenotazioni al numero 349 2402924.

Dr. Massimiliano Pittau, dentista (ambulatorio in via Iglesias n. 18) orario: Lunedì dalle 15,30 alle 19,30, Martedì, Giovedì e Venerdì dalle 10,00 alle 13,00 e dalle 15,30 alle 19,30. Per prenotazioni e info. Tel. 0781 73396.

Guardia Medica, (ambulatorio in via Alessandro Manzoni n. 1) orario: tutti i giorni feriali dalle ore 20,00 alle ore 8,00 del giorno successivo. Sabato e prefestivi dalle ore 10,00 alle ore 8,00 del giorno successivo. Domenica e giorni festivi dalle ore 8,00 alle ore 8,00 del giorno successivo. Tel. 0781 73873.

ROBY COLLU

L'IMPORTANZA DELLA MUSICA C'È ALTRO OLTRE IL RAP

Dopo aver parlato dell'importanza dei libri, parliamo di quella della musica, altra fra le cose che adoro oltre ovviamente ai libri e ai gatti. La musica è sempre esistita e ha sempre fatto compagnia all'uomo sin dall'era preistorica, quando bastoni sbattuti tra loro erano il massimo del sound. Poi, si è passato ai flauti, ai mandolini, ai tamburi e infine al sintetizzatore. E le canzoni. Già. Quelle che ti spari a tutto volume alla radio. Quelle che impari a memoria dimenticando completamente le stupide canzonette educative che ti insegnano all'asilo. Quelle che ti ascolti con gli auricolari e mozzi la mano a tutti quelli che ti interrompono. Una volta che senti la canzone che diventerà la TUA preferita, sai che quel suono non ti lascerà più. Purtroppo, la musica sta venendo troppo commercializzata: tutto ruota intorno alla figura del cantante, si sentono sempre le stesse canzoni fino allo sfinimento, e dulcis in fundo, quasi mai le canzoni le hanno scritte i cantanti. Ora, e posso dirlo con sicurezza, il genere musicale più amato è ciò



che chiamo "rap scadente". Si tratta di quel rap sempre uguale e pieno di roba alla cavolo che piace tanto agli adolescenti. Ora non voglio dire niente contro i rapper, ma credo che i cantanti siano un po' svogliati. Secondo me, bisognerebbe provare

ad ascoltare le canzoni che nessuno ascolta più o quelle degli artisti che nessuno conosce: si possono scoprire belle sorprese. Ho come l'impressione che qualcuno avesse creato quella base noiosissima e la gente se la fosse comprata e digitato parole a caso su Google per infilarcele dentro. Non intendo mettermi contro qualcuno, ma credo che la musica andrebbe valorizzata di più, arricchita di suoni ed emozioni diverse. Inoltre, se ci fate caso, a quasi nessuno importa delle parole che ci sono scritte. Lo sapevate ad esempio che "Pachidermi e Pappagalli" è una critica contro i media, accusati di esagerare tutto? E che è una critica contro le potenze, una messa in discussione delle vere origini dei nostri cellulari o delle piramidi? La prossima volta che ascoltate una canzone, cercate di coglierne il senso. Spesso si trovano dei significati nascosti a cui nessuno fa caso. E, buon Dio, cercate di affinare un po' i gusti! Quando sono in pullman e sparano la musica, parte sempre la stessa base!

ASIA PISANU

IL ROCK ALLEGRO DELLA C-BAND SPOPOLA NEL CAGLIARITANO NELLA FORMAZIONE MUSICALE ANCHE IL TASTIERISTA SILIQUENSE GIANLUCA MAMELI

Il gruppo rock C-Band si era formato nel 2013 come trio con Elisa Pia alla voce, Alessio Carrus alla chitarra e Gianluca Mameli alle tastiere, con l'idea di proporre un repertorio comprendente una selezione dei migliori brani rock italiani ed internazionali dagli anni '60 a oggi sempre proposti in modo allegro e personale.

«Negli anni raccogliamo l'apprezzamento degli appassionati che frequentano piazze e locali della Sardegna», fa sapere il tastierista siliquense Gianluca Mameli, «partecipando anche a diversi eventi importanti, anche a livello nazionale, tra cui il Campari Soda Tour 2016: siamo stati una delle tre band selezionate nella provincia di Cagliari (ed una delle sei in tutto il territorio sardo) per partecipare all'evento». L'evento si era poi ripetuto nel 2017, ma in quella occasione la C-Band era stata l'unica a partecipare all'evento, scelta diret-



tamente dagli organizzatori (MCM Comunicazione, Milano).

«Abbiamo avuto la fortuna di collaborare con ottime persone, prima che bravi musicisti», racconta Gianluca Mameli, «Questo ci ha consentito di tenere vivo ed evolvere il progetto musicale, al di là delle divergenze caratteriali e musicali e degli impegni personali e lavorativi, riuscendo anzi a creare un'ottima valvola di sfogo, saldando i rapporti tra i componenti del gruppo, con i quali ci si frequenta

anche fuori dall'ambito musicale».

La formazione attuale è composta da Laura Marongiu alla voce, Maurizio Boi alla chitarra, Gianluca Mameli alle tastiere, Sergio Sorresu al basso e Armando Loru alla batteria. Tutti musicisti dell'hinterland di Cagliari.

«Salutiamo calorosamente tutti i lettori», conclude Gianluca, «e ringraziamo Roby Collu e tutto lo staff del Giornalino di Siliqua, per averci dedicato questo spazio», conclude Gianluca Mameli.

Per chi volesse conoscere meglio la C-Band, ecco i link alle pagine Facebook e YouTube della formazione musicale.

Facebook: <https://www.facebook.com/c.band.ca/> -

YouTube: https://m.youtube.com/channel/UCG_BSEXEvAJ08wnxfCL-7T1A/videos .

ROBY COLLU

USCITO IL LIBRO "LE FAREMO SAPERE"

AL SUO INTERNO ANCHE UN RACCONTO DEL SILIQUESE BACHISIO BACHIS



Infanzia e adolescenza viste dai giovani talenti sardi, nel libro "Le faremo sapere", edito da La Biblioteca dell'identità de L'Unione Sarda, che raccoglie racconti e immagini di autori e illustratori giovani e meno giovani, esordienti o già conosciuti con radici stabili in Sardegna o altrove, che

hanno risposto alla chiamata alle arti de L'Unione Sarda, e sono stati scelti, da un gruppo di lettura. Tra questi c'è anche un racconto del siliquese Bachisio Bachis. Nato a Siliqua nel 1971, dopo molti mestieri, ora è disoccupato. Fa parte del collettivo "Scrittori da palco". Ha partecipato al volume "Repertorio dei matti della città di Cagliari", Marcos y Marcos. Inoltre, ha un blog: Sovranismo o barbarie. Nel libro edito da L'Unione Sarda, c'è un suo racconto, da pag. 21 a pag. 25, intitolato «E chi vuole colpi, venga all'Oasi Papa Giovanni», dove descrive alcune storie della sua infanzia citan-

do alcune persone di Siliqua, come la storia di Ciccio Piras (raccontata dalla nonna), poi parla dei libri di formazione I Quindici (che spiegavano ai bambini il come e il perché delle cose) e infine la storia di una sua vacanza a Santa Margherita di Pula all'Oasi Papa Giovanni, dove i ragazzini più grandi esclamavano: «E chi vuole colpi, venga all'Oasi Papa Giovanni», che da appunto il titolo al suo racconto. Il libro "Le faremo sapere" è disponibile nelle due edicole del paese in abbinamento con L'Unione Sarda, a soli 3,70 euro più il prezzo del quotidiano.

ROBY COLLU

I FURBETTI DI ABBANOVA: LA STORIA DEL SIG. ROSSI DI SILIQUA

Il signor Rossi di Siliqua (è un nome di fantasia in sostituzione del nome reale) ha chiamato il 22 gennaio 2019 il servizio clienti Abbanoa al numero verde 800 062692, gratuito da rete fissa (mentre, chiamando col cellulare il n. 848 800974 il servizio è a pagamento) per avere informazioni sulle imminenti bollette arretrate da pagare (anni 2016-17-18, non ancora arrivate a causa degli incendi alla sede amministrativa di Abbanoa in viale Diaz 116 a Cagliari, che ad ottobre prima e a dicembre poi, nel 2016, distrussero tutto: locale, call center, computer e archivi).

Ma il signor Rossi, ha chiamato il servizio clienti di Abbanoa anche per avere delucidazioni su come mai non gli è ancora arrivata la bolletta con segno "meno", relativa alla quota di depurazione addebitata e non dovuta, in quanto come specificato nelle bollette precedenti c'era scritto: "Utenza non servita da un impianto di depurazione perché risulta temporaneamente inattivo o è stato temporaneamente inattivo".

Dopo circa 10 minuti di paziente attesa al telefono, finalmente, risponde l'operatrice. Il signor Rossi le da il suo codice utente (visibile in una qualsiasi bolletta Abbanoa) e le chiede come mai non gli sono ancora arrivate le bollette. La signorina (gentilissima e cordiale) risponde: "Le bollette sono state emesse. L'eventuale ritardo è dovuto alle Poste

italiane". Poi, aggiunge: "Sappia comunque che se si registra al nostro sito Abbanoa può vederle senza chiamare noi. Intanto, se mi da un indirizzo email gliel'ho mandato subito". Promessa mantenuta. Infatti, il signor Rossi, poco dopo entra nella propria posta personale e trova l'email di Abbanoa con allegate le bollette richieste. Prima lo zuccherino: la bolletta con segno "meno" relativa alla quota depurazione e quota fissa addebitata e non dovuta è di circa -430 euro. "Evvai", esclama per la buona novella il signor Rossi. Poi, però, rimane con l'amaro in bocca nel visualizzare la successiva: infatti, quella relativa agli anni 2016-17-18 è di quasi 700 euro.

Ma il bello deve ancora venire. Infatti, il credito di 430 euro non viene stornato in questa bolletta, ma in quelle successive. Oltre al danno la beffa. Il signor Rossi, infatti, riceve un'altra "sorpresa": deve pagare l'acqua di tre anni, dal 15/3/2016 al 14/9/2018 (fattura totale pari a circa 700 euro) in tre sole rate di euro 235 ciascuna: la prima scade il 15 marzo 2019, la seconda, dopo circa un mese, il 29 aprile 2019 e la terza il 13 giugno 2019.

Complimenti Abbanoa, il debito lo volete subito (alla faccia delle 60 rate), il credito invece lo restituite chissà quando. Eppure sono soldi degli utenti: addebitati e non dovuti, per vostra negligenza (impianto di depurazione inattivo!!).



L'amministrazione comunale di Siliqua corre ai ripari per venire incontro e placare gli animi ai cittadini siliquesi tartassati dalle super bollette di Abbanoa. A tale proposito, la sindaca Francesca Atzori, ha pubblicato su facebook il seguente post: "Si avvisano i cittadini che non sarà necessario andare ad Abbanoa per avere chiarimenti e/o supporto sulla rateizzazione. A seguito degli incontri con i vertici di Abbanoa e delle richieste presentate dall'amministrazione, dopo alcuni solleciti, nelle prossime settimane sarà attivo uno sportello dedicato ai cittadini dove si avranno tutte le informazioni esatte ed il giusto supporto su come effettuare la rateizzazione. In questi giorni, infatti, la disinformazione da parte di tanti ed il giustificato allarmismo che si è venuto a creare, stanno generando notevoli preoccupazioni tra tutti. Chi volesse fissare già un appuntamento con Abbanoa può venire domani in Comune, ufficio del sindaco. Siamo a disposizione per i primi chiarimenti e per far sì che non ci siano ulteriori disagi.

La Sindaca".

& SALUTE

ABBIANTERRE

BASTA CON LE PRE-OCCUPAZIONI

Sono stanca di dovere stare attenta a dire sono una psicologa. Salutare le persone e poi avere paura di metterle in imbarazzo perché "la gente" può immaginare che le persone che saluto abbiano dei problemi perché si rivolgono a me. Penso che su questa terra tutti gli esseri viventi abbiano dei problemi e che a volte non si è in grado di risolvere da soli. Non possiamo sempre farcela con le nostre sole forze e magari possiamo non casca il mondo se chiediamo aiuto. Se stiamo male nel fisico nessuno si vergogna di andare dal medico. Se ci fanno male le

ossa non ci vergogniamo di andare dall'ortopedico, oppure se abbiamo mal di denti andiamo dal dentista. Però se ci fa male qualcosa dentro che ci impedisce di vivere serenamente, quella "cosa lì" cerchiamo di ignorarla sino a che poi diventa una patologia? Ci preoccupiamo solo quando lo stress ci chiude la gola, quando non riusciamo a dormire, quando siamo nervosi e irriducibili, però pensiamo che nessuno possa confortarci. Ci sono innumerevoli possibilità per riprendere a stare bene e se stiamo bene psicologicamente ci ammaliamo meno, perché anche il corpo ritrova la sua armonia. Le preoccupazioni ci portano ad immaginare che ciò che dobbiamo affrontare non andrà bene, perché anziché preoccuparci, ce ne occupiamo, già evitiamo l'ansia. Che cos'è l'ansia? È la paura del futuro perché lo immaginiamo sempre in negativo e siccome

le convinzioni poi si trasformano in realtà è facile che qualcosa possa andare storto. Come mai la nostra vita sembra così poco interessante? Perché nel corso degli anni ci siamo dimenticati di noi, dei nostri bisogni, delle nostre inclinazioni e ci siamo caricati di tante responsabilità da non sapere più cosa ci manca davvero. Abbiamo perso noi stessi rincorrendo i nostri doveri che sono diventati i padroni della nostra vita. Però la vita è bellissima se possiamo viverla come desideriamo, basta non arrendersi al pessimismo, credere ancora che qualcosa di bello ci possa capitare, affrontare le nostre difficoltà come delle sfide, piuttosto che come dei "dispetti del destino" che poi non è detto che certe cose se ci capitano non servano a farci riprendere la strada, quella che ci eravamo scordati di percorrere.

Dott.essa BRUNA PISANO



LOMBALGIA

Si tratta di un disturbo aspecifico: non si può parlare di una patologia in sé, non è possibile ricondurlo ad una sola causa, perché è riconducibile a più fattori e può presentarsi in diverse forme e avere più localizzazioni.

Le cause del dolore vertebrale sono numerose. Alcuni studi hanno evidenziato che solo il 20% delle lombalgie è provocato da un problema specifico della colonna vertebrale (patologie rachidee); il restante 80%

è provocato da cause non specifiche quali posture e movimenti scorretti, stress psicologici, lavori pesanti, sovrappeso, squilibrio tra muscolatura anteriore e posteriore. La lombalgia può avere una durata variabile, si può classificare in: Acuta: con durata inferiore alle 4 settimane, Subacuta: durata compresa tra 4 e 12 settimane e quindi Cronica: con durata superiore ai 3 mesi.

La lombalgia acuta è caratterizzata da un tipo di dolore, causato da una disfunzione del tessuto connettivale, muscolare, articolare e discale, che si accompagna a fenomeni infiammatori. L'infiammazione e il dolore fanno parte del processo di guarigione e cessano, in media, entro i 30 giorni. In questo tipo di lombalgia rientra il comune "colpo della strega". Il dolore acuto a livello del rachide è un segnale d'allarme, una reazione di difesa, che porta a cambiare posizione; ha un ruolo protettivo e adattativo, serve a impedire i movimenti che possono danneggiare ulteriormente la colonna vertebrale.

Il dolore cronico è legato ad un mantenimento della sintomatologia nel tempo, un dolore esteso, talvolta irradiato ai glutei e agli arti inferiori, una limitazione della mobilità articolare, una errata gestione ergonomica del corpo, associati ad un basso livello di attività fisica, dieta scorretta e altri disturbi dell'apparato locomotore o disfunzioni interne.

La FISIOTERAPIA prevede una sinergia tra le comuni e più moderne terapie fisiche strumentali: Infrarosso, TECAR terapia, stimolazioni magnetiche; unite a terapie manuali: Massoterapia, Pompages, Tecniche osteopatiche e manipolazioni del tessuto connettivale (fascia superficiale e profonda). □ importante fornire informazioni utili al paziente per un corretto utilizzo della colonna e indirizzarlo verso esercizi e posture utili, avvalendosi di metodiche come McKenzie, Mezieres e Souchard. Assieme ad una corretta riabilitazione può essere utile avvicinarsi ad attività specifiche come il pilates per ottenere più fluidità e controllo nei movimenti.

Dott. Giacomo Porcu - Fisioterapista

UNA NUOVA PARAFARMACIA A SILIQUA

Chiude la parafarmacia **BIO VET di Fabiola Carta** e apre quella della **PHARMATOP SRLS**, sempre in Corso Repubblica al N. 57. Una parafarmacia a Siliqua è un servizio di cui la cittadinanza si è resa conto di non potere fare a meno dopo la chiusura della precedente. Ecco perché molti cittadini si sono mobilitati e, tramite la dottoressa Sara Saiu, siliquese, hanno sollecitato la riapertura di un'altra parafarmacia. La dottoressa Sara, che presta servizio a Siliqua alcuni giorni la settimana, è stata molto gentile e disponibile a rispondere ad alcune nostre domande. La redazione del Giornalino ringrazia la dottoressa Sara e augura che la parafarmacia sia un servizio che risponda alle esigenze dei cittadini siliquesi.

Dottoressa, come è nata l'idea di aprire una parafarmacia a Siliqua?

«L'idea è nata in seguito alla chiusura della parafarmacia della collega Fabiola Carta. Da allora molti conoscenti mi hanno fatto notare che si sentiva la mancanza di questa figura nel paese. Crediamo che i cittadini debbano avere la possibilità di scegliere dove potersi recare a chiedere un consiglio e in genere il farmacista in parafarmacia ha più tempo da dedicare rispetto ad una farmacia dove la dispensazione dei farmaci con ricetta richiede più tempo e attenzione».

Quali sono i prodotti in vendita?

«I prodotti in vendita sono i più svariati: a partire dai farmaci Sop (senza obbligo di prescrizione) e Otc (Over the counter, farmaci di banco), agli integratori, prodotti erboristici di ogni genere, cosmesi naturale, cosmesi nichel free, prodotti per la detergenza, per l'infanzia, e siamo in grado di fornire ausili sanitari di tutti i tipi compresi i presidi con prescrizione Asl».

C'è anche il reparto di medicina veterinaria?

«C'è anche il reparto di veterinaria. Senza prescrizione, come integratori vitaminici, e antiparassitari, ma anche quelli per i quali è necessaria la ricetta del veterinario. Inoltre, trattiamo parafarmaci per l'igiene e l'alimentazione dell'animale».

Ritiene che Siliqua possa essere una piazza produttiva per questo tipo di servizio?

«Perché no? Offriamo molte possibilità di scelta e prodotti con buone offerte, anche grazie ai magazzini degli altri punti vendita, quindi pensiamo che i clienti possano trovare da noi ciò di cui hanno bisogno».

Come è stata accolta dai siliquesi l'apertura della nuova parafarmacia?

«L'esordio è stato positivo e auguriamo di proseguire anche meglio nel futuro! Un mese di apertura è ancora poco per rispondere a questa domanda. Ma vorremo approfittare per ringraziare la clientela che si è rivelata molto gentile e calorosa».

La liberalizzazione sui farmaci ha aperto nuove opportunità di lavoro ai giovani farmacisti?

«Con la liberalizzazione dell'attività di vendita dei farmaci e la con-



seguito apertura di circa 4000 parafarmacie nel territorio nazionale, si aprono sicuramente per i giovani farmacisti nuovi e più articolati orizzonti di realizzazione lavorativa. Noi comunque non siamo più "giovani" avendo alle spalle oltre dieci anni di esperienza».

Quali sono gli obiettivi della nuova normativa?

«In realtà la normativa vigente è sempre quella del D.L. 2006 che ha liberalizzato l'apertura delle parafarmacie, perché il D.L. concorrenza del 2017 disciplina la proprietà delle farmacie, ma non modifica la normativa in vigore sulle parafarmacie».

GINO IANNELLO



a cura di
Marco Piras

TUTTA LA FAVOLA

FREGOLA ALLA CAMPIDANESE

Ingredienti per 4 persone:

Gr. 350 di fregola media, gr. 200 di salsiccia suina fresca, gr. 300 di pomodori pelati, gr. 100 di pecorino grattugiato, 1 spicchio d'aglio, 4 foglie di alloro, basilico e prezzemolo a piacere, 1 bicchiere di vino bianco e uno di vino rosso, 1 bustina di zafferano, olio di oliva q.b, sale.

Preparazione:

Su una pentola capiente versate l'olio, appena caldo, fate rosolare l'aglio e il prezzemolo finemente tritato. Dopo un minuto versate nella pentola la salsiccia spezzettata o tagliata a rondelle. Quando la salsiccia è ben rosolata, versate il vino e l'alloro. Lasciate insaporire mescolando continuamente. Completate aggiungendo i pomodori pelati (prima frullateli) regolate di sale e lasciate cuocere il sugo per almeno altri 20 minuti a fuoco lento. Versate la fregola nella pentola con lo zafferano e mescolate sempre. Terminate la cottura con una manciata di basilico fresco e il pecorino fresco.

Consiglio del cuoco: Se la fregola si asciuga nella fase di cottura, aggiungete un mestolo di acqua calda.

Vino consigliato: Rosso giovane

IL SILIQUA SI AGGIUDICA IL PRIMO BIG MATCH

FORO

Continua la marcia trionfale del **Calcio Siliqua** che con il quarto successo consecutivo rimane a tre lunghezze dalla capolista Sant'Anna Arresi, che guida la classifica con 31 punti. Tra l'altro, la squadra sulcitana sabato 23 febbraio alle 15,30 sarà la prossima avversaria dei siliquesi, al comunale "Manuel Grassetti". Nel match del 16 febbraio, l'undici guidato da Michele Corda, in formazione rimaneggiata (assenti **Mattia Pilloni, Daniele Frau, Alessio Congiu, Fabio Sirigu e Luca Frau**), con una prova superlativa ha superato in trasferta il Sanluri col punteggio di 2-1. Come accade nella gara di andata, l'antica sfida tra le due fortezze storiche, il Castello Medioevale di Siliqua e il Castello Giudicale di Sanluri, se l'è aggiudicata Il Conte Ugolino della Gherardesca. I nostri undici gladiatori siliquesi hanno piegato l'Atletico Sanluri grazie alle reti dei "gemelli del gol": **Luca e Max Collu**. Il mister **Michele Cor-**

da ha schierato la seguente formazione, col modulo 4-4-2: Simone Medda in porta; davanti a lui Alessandro Sarais, Manuel Sirigu, Alessio Todde e Silvio Bonomo a formare la linea difensiva; Lele Pusceddu, Max Collu, Luca Collu e Nicola Ibba a centrocampo, in avanti Tommy Grassetti e Alessio Melis.

La cronaca. I padroni di casa hanno preso l'iniziativa cercando di scardinare la difesa siliquesa che si è difesa senza affanni. Le due squadre si sono affrontate prevalentemente a centrocampo. Alla mezz'ora il Siliqua ha usufruito di un calcio di punizione dai 25 metri. **Alessio Melis e Luca Collu**, senza chiedere la distanza, si preparavano alla battuta, con i giocatori avversari intenti a piazzarsi in barriera: **Luca Collu** ha battuto a sorpresa e la sfera si è infilata in rete con una precisa parabola, 0-1.

Pronta la reazione dei padroni di casa, ma la retroguardia siliquesa non si è scomposta. Al 38' Siliqua in dieci: **Silvio Bonomo** subisce un fallaccio e impreca contro l'avversario: l'arbitro, **Ilenia Pisano** della sezione di Oristano, non fischia il fallo ed espelle il difensore siliqueso.

Il **mister Michele Corda** effettua un cambio tattico: fuori **Lele Pusceddu**, dentro **Mirco Soddu**, spostato terzino. Il primo tempo si conclude col Siliqua in vantaggio per 1-0.

La ripresa si apre con il Sanluri in avanti, che cerca di sfruttare la superiorità numerica alla ricerca del pari.



Max Collu

Luca Collu

Ma il Siliqua si difende con i denti e al 25' su azione d'angolo raddoppia: mischia furibonda nell'aria del Sanluri, serie di batti e ribatti, il pallone si alza a campanile e **Max Collu**, ben appostato sul dischetto, effettua un tiro al volo che passa in mezzo ai difensori avversari e s'infilta in rete a mezz'altezza, 0-2. Esultano i numerosi tifosi siliquesi presenti sugli spalti dello stadio "Campu nou". Il finale è incandescente.

A dieci minuti dalla fine il direttore di gara assegna un calcio di rigore generoso ai padroni di casa. Dal dischetto, batte **Federico Fabbri**, ma il tiro rasoterra va fuori.

I padroni di casa non demordono e al 40' accorciano le distanze con un gran tiro a giro di **Jacopo Congia** che si infila sul sette. Ma ormai è troppo tardi: poco dopo, arriva il triplice fischio e il Siliqua può festeggiare questa importante vittoria.

Nel big match del 23 febbraio il Calcio Siliqua ha battuto la capolista Sant'Anna Arresi 2-0 con i gol di **Alessio Melis e Tommy Grassetti** e ritorna in vetta a pari punti con la squadra sulcitana.

ROBY COLLU

Marcatore

- 8 reti: Alessio Melis
- 7 reti: Mattia Pilloni
- 6 reti: Max Collu, Thomas Grassetti
- 5 reti: Luigi Todde
- 4 reti: Luca Collu e Daniele Frau
- 2 reti: Nicola Ibba
- 1 rete: Samuele Muscas, Fabio Pau, Andrea Pittau, Fabio Sirigu e Manuel Sirigu

Dati aggiornati al 23/2/2019

	PT	G	V	N	P	F	S	V	N	P	F	S	V	N	P	F	S
Calcio Siliqua	31	13	10	1	2	47	16	7	0	0	34	7	3	1	2	13	9
S. Anna Arresi	31	13	10	1	2	32	11	6	0	0	21	5	4	1	2	11	6
Atl. FC Sanluri	24	12	8	0	4	30	18	5	0	1	15	7	3	0	3	15	11
Dif Serramanna	22	12	7	1	4	32	23	4	1	1	22	10	3	0	3	10	13
Verde Isola	21	12	7	0	5	22	14	4	0	2	10	5	3	0	3	12	9
Italpiombo	19	12	6	1	5	21	20	4	0	2	9	7	2	1	3	12	13
Portoscuso	16	12	5	1	6	30	27	4	1	1	21	6	1	0	5	9	21
S. Anna 2010	7	12	2	1	9	17	37	1	1	4	8	15	1	0	5	9	22
M. Campidano	5	12	1	2	9	20	49	1	1	4	11	22	0	1	5	9	27
Arcidano	3	12	1	0	11	9	45	1	0	5	6	19	0	0	6	3	26

fonte Unione Sarda

MATTIA PITZALIS: UNA SPERANZA DEL CALCIO SARDO



Mattia Pitzalis, 18enne, nato a Cagliari il 4 aprile del 2000, siliquese doc, ex terzino sinistro della Primavera del Cagliari, è stato convocato lo scorso anno in Nazio-

nale Under 17 dal Commissario Tecnico Emiliano Bigica, per partecipare al Torneo dei Gironi che si è svolto a Coverciano dal 25 al 27 novembre dello scorso anno. Una notizia, che era stata accolta con piacere ed entusiasmo dagli sportivi siliquesi, tutti orgogliosi del proprio beniamino. Mattia, giovane promessa del settore giovanile del Cagliari calcio, ha

esordito la scorsa stagione nella Primavera del Cagliari guidata da Max Canzi, tra l'altro realizzando alcuni bei gol, pur essendo un difensore. Il giovane talento siliquese è cresciuto nella scuola calcio del Siliqua, dopo la "gavetta" nelle categorie Piccoli Amici, Pulcini ed Esordienti, circa otto anni fa fu visionato dai dirigenti del Cagliari calcio e, dopo i provini, venne "ingaggiato" dalla società rossoblù. In questa stagione è stato dato in prestito all'Olbia (in serie C1).

E' alto 1,80, gioca come difensore esterno sinistro (è un mancino puro), ma si adatta a fare anche il difensore centrale. Spera, un giorno non lontano, di poter giocare in serie A. Col Cagliari ovviamente. I requisiti d'altronde li ha: è bravo, si dedica al lavoro ed è umile.

E' giovane, deve imparare ancora

molte cose nel calcio, per diventare un giocatore completo. Ha una carriera tutta da costruire, sia con la testa che con i piedi. Proviene da una famiglia in cui tutti praticavano il calcio: suo padre, suo nonno Francesco, i suoi cugini, e i suoi zii. Insomma, il calcio fa parte del suo Dna.

Nell'Olbia, Mattia Pitzalis, ha guadagnato in campo la ribalta contribuendo in maniera decisiva alla vittoria contro la Carrarese. Il difensore siliquese, con una buona prestazione ha conquistato tutti per grinta e qualità. Nella sua prima gara da titolare nell'Olbia, terminata con un prestigioso successo della squadra gallurese, si è distinto in particolar modo per la sicurezza e l'agonismo. Per la cronaca è il primo calciatore siliquese che è entrato nel calcio professionistico.

ROBY COLLU

MR WAY: IL GIOCO A QUIZ SPOPOLA ANCHE A SILIQUA

L'iniziativa dei giochi a quiz spopola anche a Siliqua. Grande partecipazione sabato sera 2 febbraio presso la sala del ristorante pizzeria "La Locomotiva" dove i clienti presenti, dopo cena, hanno aderito numerosi all'appuntamento con un gioco a quiz: **Dr. Why, condotto da Alessandro.**

Una sfida a chi risponde a più domande. Il gioco a squadre risulta molto coinvolgente e sta riscuotendo un grande successo anche a Siliqua, al punto che per dar spazio a questo intrattenimento, ieri è stata spenta anche la tv che trasmetteva la partita di calcio su Dazn, Juve - Parma.

Nei tavoli della sala, divisi in gruppi di amici, i concorrenti delle rispettive squadre si sfidano a chi risponde a più domande. Il divertimento è assicurato. Infatti, ad ogni domanda, i concorrenti delle squadre partecipanti prima si consultano tra loro, poi esultano quando qualcuno del proprio gruppo azzecca la risposta.

Insomma, è sicuramente un ottimo modo per trascorrere una serata diversa.

Un gioco diverso dal solito, dove ci si diverte perché oltre ad alcune domande bizzarre che vengono proposte ai concorrenti, non importa come ci si piazza in classifica, ma rispondere alle domande, anche tirando a indovinare, perché certe volte ti può anche andar bene.

Per la cronaca, la gara di ieri sera è stata vinta dal **gruppo dell'amministrazione comunale con la Sindaca**, che si è aggiudicato una bottiglia di vino doc.

ROBY COLLU



DAL 1° MARZO IL PANIFICIO "DA GABRY" APRE ANCHE IL VENERDÌ SERA, COL PANE APPENA SFORNATO

Il panificio "Da Gabry" di Gabriella Meloni sito in via Mannu n°8 a Siliqua, comunica alla gentile clientela che dal 1° marzo 2019 aprirà anche il venerdì sera dalle 18,00 alle 20,30, col pane appena sfornato. Mentre al mattino è aperto tutti i giorni, compresa la domenica. Queste sono le varie tipologie di pane e altri prodotti da forno che producono: pane sardo di semola, pane integrale, panini all'olio, al latte, con ricotta, insemolati, cocò di semola e farina, civraxiu (di farina e di grano con lievito madre), pane arabo, pane con "gerda", focacce (farcite con peperoni, melanzane e pomodoro), pizze al taglio, dolci sardi, ravioli, pasta fresca (tagliatelle). Info e prenotazioni: 347 9898158

ROBY COLLU

CERCA & TROVA

IL BARATTO DI SILIQUA

Inserzioni GRATUITE alla E-Mail: edizionipittoresche@gmail.com specificando in oggetto: "INSERZIONI SILIQUA" Il Giornalino di Siliqua presta solo un servizio, non riceve alcun compenso sulle contrattazioni, non è responsabile sulla provenienza e sulla veridicità delle inserzioni. Gli annunci saranno lasciati per tre edizioni del Giornalino, poi, salvo comunicazione degli inserzionisti, saranno rimossi.

- STUDENTESSA universitaria iscritta in Medicina e Chirurgia, impartisce ripetizioni di Chimica per ragazzi delle medie e superiori, Matematica e Biologia per medie e biennio. Disponibile anche per aiuto studio in Italiano e Storia e aiuto studio per elementari. Prezzi modici. Info 3488446576 (Francesca).

- RITIRO ferro vecchio, batterie usate, detriti e altro materiale ingombrante. Eseguo lavori di giardinaggio, edili, intonaci, tinteggiatura e piccoli trasporti. Info 328 0676071 (rif. Mimmo).

- IMPARTISCO ripetizioni, fornisco aiuto nello studio e nello svolgimento dei compiti, agli studenti della scuola primaria e secondaria di primo grado. Contattatemi dalle 15,00 alle 20,00 al numero: 388 0907008 (anche su WhatsApp). Rif. Greca.

- SI ESEGUONO lavori di giardinaggio, piccoli trasporti con smaltimento di erbacce, ferraglia e detriti. Info 340 0610278 - 349 2773901. (Rif. Ciccio e Pietro)

- LAUREATA in Lingue e Letterature straniere, impartisce ripetizioni di inglese, spagnolo e italiano. Info 3406600397

- ESEGUO ripetizioni di matematica, geometria e fisica. Info 348 8635442.

- MANUTENZIONE stufe a pellet e scaldini a gas, pitture e piccoli lavori di edilizia, servizio trasporto persone per visite mediche e commissioni varie, lavori di idraulica. Disponibile anche il sabato e la domenica. Tel. 346 1772405 (rif. Andrea).

- DOTT.SSA CARLOTTA Bolliri, Biologa nutrizionista, riceve previo appuntamento a Siliqua, in C.so Repubblica, 67 presso il Centro estetico Deidda. Si esegue valutazione della composizione corporea, anamnesi nutrizionale, educazione alimentare per il singolo individuo o gruppi di persone. Si eseguono piani dietetici personalizzati per persone in condizioni fisiologiche e patologiche. Contatti: 3484261106; mail: bolliricarlotta@gmail.com

- FALEGNAME serio e affidabile svolge lavori di restauro, infissi e mobili su misura, montatore mobili e tanto altro. Prezzi modici. Info 340 7083385 (Franco).

- CERCO LAVORO in qualità di baby sitter, dog sitter, eseguo inoltre commissioni a persone anziane. Info. 346 1788199 (Rif. Giorgia).

- LAUREATA in Lingue e Letterature straniere, impartisce ripetizioni di inglese, spagnolo e italiano. Info 3406600397

LA TAPPA A SILIQUA IL VIAGGIO IN BICI DEL MUSICISTA SEBASTIANO DESSANAY

Ogni giorno una tappa in un diverso paese della Sardegna. E' questo il progetto del musicista sardo **Sebastiano Dessanay** (nella foto di Francesca Ardau), artista cagliaritano da anni residente in Inghilterra, a Birmingham, che ha deciso di attraversare con la sua bicicletta tutti i 377 Comuni della Sardegna.

Il suo viaggio sulle due ruote ha preso il via lo scorso 26 ottobre con la sua prima tappa a Lollove, in provincia di Nuoro. Un progetto ambizioso, con l'intento di intraprendere un lungo viaggio artistico, che durerà circa un anno, dedicato alla Sardegna, sua terra d'origine. Non si tratta però di un



semplice viaggio in bici, ma soprattutto di un progetto creativo, fatto di **incontri culturali e musicali** con la popolazione sarda. Ma anche di un progetto ecologico, con il suo unico mezzo di trasporto: **la bicicletta**. Ogni giorno sarà

dedicato ad un paese diverso. Il mese scorso la sua tappa ciclistica era dedicata a Siliqua. Ma già il 3 febbraio il suo viaggio in bici continua con lo spostamento da un comune all'altro. Prossima tappa: Vallermosa. Sebastiano Dessanay è un contrabbassista cagliaritano, da anni inserito nella scena jazzistica internazionale. In ogni paese della Sardegna cercherà di suonare e interagire con altri musicisti e in particolare con i suoni della natura. Ogni sua avventura sarà poi immortalata in una pagina web <https://377project.com> un diario con le foto di tutti i Comuni sardi sinora visitati: 90/377

ROBY COLLU

A 4 ZAMPE

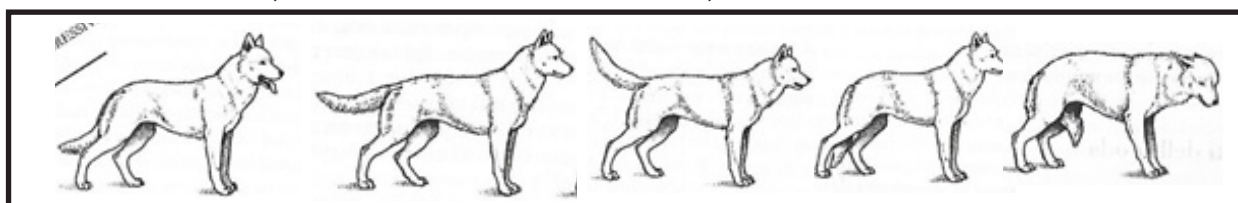
IL BAROMETRO DELLE EMOZIONI

AMICI

"Il mio cane era contento perché stava agitando la coda." ... disse il proprietario dopo una pinzatina. Quanto siamo sicuri di saper riconoscere i segnali che ci invia il nostro cane? Sappiamo evitare gli equivoci e prevenire un' aggressione? Spesso e sottolineo ancora troppo frequentemente vengono ignorati e fraintesi i molteplici significati della coda. La sua forma, la sua posizione e il suo movimento sono un vero e proprio BAROMETRO di emozioni molto complesso ma non indecifrabile. Sfatiamo un altro antico mito per cui se un cane scodinzola siamo al sicuro sempre e comunque. Chiediamoci: come scodinzola? Esaminiamo il contesto in cui lo sta facendo e come lo sta facendo; e' un movimento ampio o incerto, e' veloce o sinuosamente lento, lo

scodinzolio chiude la battuta a destra o a sinistra e in che posizione si trova rispetto alla linea della schiena del cane? Queste sono solo alcune delle domande che dobbiamo fare a una coda per risalire allo stato d'animo del cane. Anche orecchie, bocca, occhi e tronco vanno presi in considerazione, tutto il corpo del cane parla e uno scodinzolio può rivelare diverse intenzioni a seconda del contesto che ci si presenta. La coda ci dice l'umore del cane, la sua posizione gerarchica rispetto a un suo simile o a un membro della sua famiglia umana; una coda alta ad esempio esprime fiducia e una posizione sociale di superiorità, al contrario una coda bassa indica paura e sottomissione. La posizione della coda non e' solo un fatto visivo: tenere alta la coda permette al cane di scoprire la zona perianale le cui ghiandole rilasciano degli odori che si traducono in messaggi olfattivi per gli altri cani. Un soggetto timido tenderà a ridurre questo rilascio di informazioni coprendo la zona con la coda bassa per passare più inosservato. Un cane felice di vederci, desi-

deroso di interagire muoverà la coda con eccitazione ed ampie oscillazioni ma come sempre dobbiamo adattare questi principi basilari tenendo conto della diversità di razza. Osserviamo una coda sempre alta in terrier e chow-chow oppure nel whippet una coda sempre bassa tra le zampe; al contrario cani come il carlino e il bulldog che presentano una coda molto corta quindi poco espressiva, devono agitare tutto il didietro per farsi comprendere, risultando anche buffi e più difficili da interpretare. Questa carenza di informazioni ci impedisce di avere una totale comprensione del nostro cane e continua ad essere causa di situazioni pericolose quali aggressioni che, quando si concludono con esiti non gravi portano il proprietario in confusione: "mi ha morso ma un attimo prima stava scodinzolando!" A tal proposito direi - non è tutto oro quel che luccica. - Chiediamoci allora come si sente il nostro cane in ogni interazione con noi o con altri cani, imparando ad osservare con cognizione di causa la sua coda e tutto il suo corpo col quale ci comunica tantissimo.



Le immagini qui sopra (nell'ordine da sinistra a destra) ci mostrano dapprima la coda neutra di un cane rilassato e vigile; nelle due immagini che seguono osserviamo che la coda e' dritta ma parallela al terreno e sale con l'aumentare della dominanza o minaccia di aggressività facendosi più tesa. Quarta e quinta immagine a destra ci svelano un cane a disagio, impaurito con una coda bassa e appena nascosta tra le zampe posteriori che diventa sottomesso

ed estremamente impaurito chiudendosi verso il basso con tutto il corpo, si uniscono al quadro uno sguardo basso e orecchie abbottinate indietro, la coda si nasconde ulteriormente tra le zampe. La lettura di tutti questi particolari può sembrarvi estremamente difficile ma non abbiate paura di provarci! Se prestiamo davvero attenzione al nostro amico a 4 zampe quando siamo con lui tutto verrà naturale giorno dopo giorno. Questa attenzione ci consente di migliorare l'attività di gioco con lui; durante le passeggiate saremo in grado di notare gli elementi che attraggono la sua attenzione e partecipare alla sua voglia di perlustrare

accompagnandolo nelle sue piccole ma speciali scoperte (ad esempio una lucertola nel cespuglio) servirà a rafforzare il nostro rapporto di binomio. Comprendere uno stato di tensione, un disagio del cane trasmesso col corpo ci permetterà di portarlo via da una situazione a lui poco consona; l'incontro con un suo simile verrà gestito meglio anche da noi proprietari se sappiamo riconoscere il linguaggio del nostro cane. Quindi abbiate il coraggio e la curiosità di scoprire quale grande e meraviglioso mondo ci sia dietro alla vibrazione di una coda pelosa e vi posso assicurare che tutta la vostra vita con Fido cambierà e sarà ancora più speciale!!

CRISTINA UCCHEDDU

IL PRESENTE giornalino è un periodico bimestrale indipendente realizzato a livello amatoriale.

La testata è regolarmente registrata presso la cancelleria del Tribunale di Cagliari al n° 19/07 del 16/07/2007.

Qualsiasi inesattezza, suggerimento, o cosa ritenuta lesiva deve essere segnalata tempestivamente alla nostra Redazione: Tel. 340 1131557

E-mail: edizionipittoresche@gmail.com

sito web: giornalinodisiliqua.altervista.org

Chiunque è autorizzato a riportare e ripubblicare le

notizie contenute sul Giornalino di Siliqua, ma deve citarne la fonte.

Grafica e impaginazione a cura di: Claudia Sancius
Tiratura: 230 copie. Stampe: Stampato il 28 Febbraio 2019, da Ed. pittoresche di Luca Sida.

LE SPESE di questo numero riguardanti: stampe, piegatura, pinzatura, distribuzione, locandine a colori, tassa annuale all'Ordine dei Giornalisti, etc. sono state sostenute con le offerte dei lettori (a seguire l'elenco dei nostri sostenitori).



Nella foto, Siliqua, anni '60: alcuni componenti del gruppo musicale "I Glaciali" al cinema Verdi. Si riconoscono le seguenti persone: Nives Massa, Serafino Massa, Tosella Pusceddu, Franco Collu, Adelchi Zanda, Viviana Doneddu, Gianni Pau, Aurora Pittau, Franca Contu, Silvio Mereu, Manuli ?, Scanu ?

ECCO I LETTORI CHE HANNO CONTRIBUITO ALLE SPESE DI QUESTO NUMERO

RINGRAZIAMO tutti i lettori che hanno contribuito, spontaneamente, alle spese di stampa e di gestione del Giornalino di Siliqua di questo mese. Ecco i nomi di coloro hanno contribuito (offerte elargite dal 1° Gennaio al 180 Febbraio 2019): clienti Bar Sardegna, clienti Cartolerie Frongia Gabriella e Katia Orrù, Tabaccheria Devino, clienti Enoteca di Fabrizio Pitzianti, clienti Frutta e verdura di Simona Melis, Market di Loredana Deidda,

Bar Dodò di Doriana Mei, Oreficeria di Lucia e Marcello, Fiori e piante di Lucia Puddu, Articoli da regalo di Michele Corrias, Efsio Alba, Anna Melis, Teresina ed Emilio Alba, Luisella Melis, Matilde Bachis, Franco Collu, Maria Fonnesu, Vincenzo Diana, Maria Francesca Melis, Giovanni Deias, Rosella Palmas, Mario Pisanu, Giuseppe Pillitu, Fiorenzo Pontis, Maria Marconi, Giovanni Pau, Fernando Piras, Giovanni Orrù.

ECCO DOVE POTETE TROVARE IL GIORNALINO DI SILIQUA

Gli esercizi commerciali dove potete trovare il Giornalino cartaceo sono i seguenti: Tabaccheria di Rosy Devino, Cartoleria Ka-

tia Orrù, Cartoleria Gabriella Frongia, Enoteca e surgelati di Fabrizio Pitzianti, Frutta e verdura di Simona Melis.

