

l'Informatore numero 100

La continuità di una presenza costruttiva

Quando un periodico arriva alla bella età del centesimo numero è naturale che a chi lo sta dirigendo venga la curiosità di vedere, di leggere e di capire il primo numero.

Lo abbiamo cercato e trovato quel primo numero che porta la data 1 febbraio 1981, poco meno di trentatré anni fa: copertina in carta paglia con indirizzo scritto a mano e con i francobolli per l'invio ai soci a mezzo posta ordinaria, dimensione fogli standard piegati a metà, stampa a ciclostile (sinonimo di "olio di gomito") e caratteri della storica Olivetti Lettera 22 incisi sulla cera.

L'appagata curiosità si è rapidamente trasformata in intensa emozione leggendo gli articoli di quel primo numero.

La presentazione del primo Presidente di Sweet Heart Arrigo Curiel. Un articolo di fondo che evidenziava lo spirito che ha animato i fondatori della nostra Associazione: "l'unanimità di intenti, la fattiva collaborazione di gruppo, la reciproca intesa". E poi "un lavoro considerevole in rapporto alle nostre forze, portato a termine semplicemente, quasi adombrato da un velo di umiltà che inorgoglisce chi ne comprende l'essenza". Ed infine il nostro Informatore inteso come "una tribuna aperta a tutti coloro che intendono contribuire al raggiungimento delle finalità statutarie".

Sempre in prima pagina l'articolo "come è nato il circolo Sweet Heart" di Vittorio Marinelli che ci riporta indietro nella storia. Quando il Centro di Riabilitazione aveva sede presso l'Ospedale S. Maria Maddalena con i medici dott. Gori e dott. Pivotti sempre accanto ed insieme ai loro cardiopatici.

Legittima la soddisfazione del redattore che alla nascita dell'Informatore, tre anni dopo la costituzione di Sweet Heart, constatava che "il nostro circolo è soprattutto un punto di incontro fra persone unite da un problema comune, ed essere in tanti e così affiatati dà a tutti noi sicurezza e tranquillità".

Viva commozione ha suscitato in noi l'articolo di Sergio Borri: Pienamente riuscito il "Festino sotto l'albero". E' la nostra festa, quella più importante e sentita dai nostri soci che ci vede insieme, come una grande famiglia, sotto l'albero di Natale. Quella festa che ogni anno organizziamo per Natale e che abbiamo celebrato in questi giorni con l'entusiastica partecipazione di oltre centotrenta soci (e alcuni si sono scusati per la forzata assenza).

Presenti alla "Festa sotto l'Albero" dell'anno 1980 il Vescovo di Trieste, mons. Bellomi, gli assessori comunali Gambassini e Frausin, tutto lo staff medico della Cardiocirurgia con il prof.

Camerini che "prende la parola per ringraziare il Circolo per quel continuo scambio di esperienze umane, che costituisce anche per i medici un indispensabile arricchimento affinché la loro professione non diventi routine ma rimanga nobilissima missione".

Nella stessa ottica gli articoli dei dott. Sabino Scardi e dott. Pierpaolo Gori, da sempre vicini alla nostra Associazione. Il dott. Scardi, allora Direttore del Centro per la lotta contro le Malattie Cardiovascolari dell'Ospedale Maggiore, affrontava nel suo articolo il tema della riabilitazione cardiovascolare. Il dott. Gori, responsabile del Centro Riabilitazione del Cardiopatico, trattava l'allora attuale e difficile problematica dei "pro e contro dei circoli di ex-pazienti".

Completavano il primo numero dell'Informatore rubriche meno "impegnate": un "calendarietto" che informava i soci in merito alle prossime iniziative, la presentazione di un libro, una breve poesia, un racconto natalizio e per concludere - in ultima pagina - accanto ad una immagine caricaturale e sotto il sarcastico titolo "cose serie", due ricette culinarie (bruschetta o "fetta unta" e crostini neri) consigliate da "el cogo".

Dopo trentadue anni da quel primo numero abbiamo voluto risentire alcuni dei redattori di allo-

ra: il primo presidente e direttore Arrigo Curiel, il dott. Sabino Scardi ed il dott. Pierpaolo Gori. Hanno tutti risposto con entusiasmo alla nostra richiesta di rievocare l'avvio di quell'iniziativa che per tanti anni poi è stata portata avanti, con uguale passione e dedizione, da quelli che ci hanno preceduto nella redazione del nostro periodico e nella direzione della nostra associazione. Non poteva mancare il contributo appassionato di Tullio Stricca, il Presidente che per ben dodici anni ha sapientemente diretto il nostro periodico ed il nostro circolo.

Pubblichiamo in questo numero 100 dell'Informatore questi preziosi contributi accompagnati dalle immagini di alcune pagine di quello memorabile evento e dalle prime pagine di alcuni significativi numeri che documentano un lungo percorso della nostra storia associativa.

Potremmo concludere qui le nostre annotazioni, ma non possiamo, letti gli articoli dei nostri occasionali e stimati collaboratori, effettuare alcune semplici considerazioni.

Ritroviamo negli articoli di "oggi" dei fili rossi che li legano agli articoli di "ieri".

La passione dei padri fondatori che non è mai venuta a mancare anche nei momenti più difficili dell'Informatore quando la maggior fatica, dovuta alla rarefazione di collaboratori, aveva ridimensionato il periodico ai soli resoconti dell'attività svolta. Una passione rigeneratrice che ha con continuità riposizionato il nostro giornale nel

ruolo di informatore, anche scientifico, sensibile alla realtà circostante che viveva e vive, con il supporto anche del personale medico, la vita concreta dei propri soci nella sua quotidianità.

Il desiderio e la volontà di partecipare alla "crescita" dei propri soci; al miglioramento della loro vita nel quotidiano; a ridare un senso alla loro vita sottraendoli, quando fosse necessario, alla solitudine con l'offerta di una reale amicizia e senso della compagnia.

Ma ritroviamo soprattutto la continuità di una presenza costruttiva fatta di disponibilità, impegno, sensibilità e senso di responsabilità che ci permette, con fraternità ed amicizia, di guardare avanti e lontano.

Così come evocato dal nostro primo presidente Arrigo Curiel.

Dario Gobbo
Presidente Sweet Heart - Dolce Cuore

Mantenere intatto il patrimonio ideale

Il Circolo Sweet Heart ha il punto di partenza con l'assemblea costitutiva del 4 marzo 1978. Trentacinque anni nel 2013. Una realtà viva. Ha una propria immagine, un proprio ruolo, un suo particolare carattere. Ha una presenza costruttiva ed un valido supporto ai suoi iscritti ed alla collettività. Il richiamo alla continuità, cioè alla tradizione è d'obbligo di fronte ai soci. E' necessario ricordare e non dimenticare il lungo cammino percorso nella volontà di mantenere intatto il patrimonio ideale. Anche perché, perseguire finalità previste e non previste, esige disponibilità, impegno, sensibilità e senso di responsabilità di chi voglia e, volendo, possa fare. Valori ai quali le persone si devono ispirare, non soltanto seguendo le norme statutarie, ma soprattutto le intenzioni che lo animano ed i comportamenti che tengono, poiché se esse hanno vita, vivono nelle loro coscienze.

Il Circolo sta avviandosi verso il trentaseiesimo anno di vita.

Non avere ceduto alle avversità, come avviene generalmente per un ammalato gravemente colpito, non ci ha fatto scivolare nella pigrizia e nella rassegnazione. Anzi. E' accaduto il contrario. Sommato tutto, riesaminando, anche con spirito critico, non abbiamo motivi per non guardare avanti e lontano, anche per la dimostrazione di come si possono impiegare i modesti mezzi disponibili, ottenendo frutto con il buon uso. Con serenità e fraterna amicizia.

Arrigo Curiel



Preziosa opera di informazione sanitaria

Se il fine principale della riabilitazione cardiologica è il ritorno del cardiopatico a uno stile di vita attivo e soddisfacente il più rapidamente possibile, altrettanto importante però è mantenere a lungo termine i vantaggi conseguiti nella riabilitazione ospedaliera. Da queste premesse nacquero in Germania e negli Stati Uniti i cosiddetti "clubs coronarici". Perciò nel 1978 fu creato a Trieste il Club Coronarico denominato Sweet Heart-Dolce Cuore che associa il ricordo del cuore malato alla gioia di vivere trasmesso da un'omonima canzone di altri tempi.

Forse non tutti sanno che il Club Sweet Heart è stato il primo club di cardiopatici sorto in Italia per iniziativa di un gruppo di cardiopatici che, affiancando l'opera dei Cardiologi, favorì la costituzione del Circolo.

Negli anni '70 la riabilitazione cardiaca era ai primordi e Trieste, insieme ad uno sparuto gruppo di altri Centri nazionali, divenne il principale Centro grazie alle tante iniziative del circolo guidato all'epoca da Arrigo Curiel che seppe aggregare tanti cardiopatici.

In tutti questi anni il Club ha svolto, secondo lo statuto, un'opera meritoria a favore dei malati di cuore e in particolare per i pazienti con cardiopatia coronarica. All'epoca questa era ritenuta una malattia invalidante che costringeva i pazienti quasi all'immobilità. Invece, la riabilitazione cardiologica rese la vita dei malati più "vivibile" migliorando nettamente la loro qualità di vita.

Ricordo con orgoglio la partecipazione dei nostri cardiopatici alla marcia non competitiva "Carsolina" dove non raccolsero la targa dei vincitori ma quella del gruppo più numeroso.

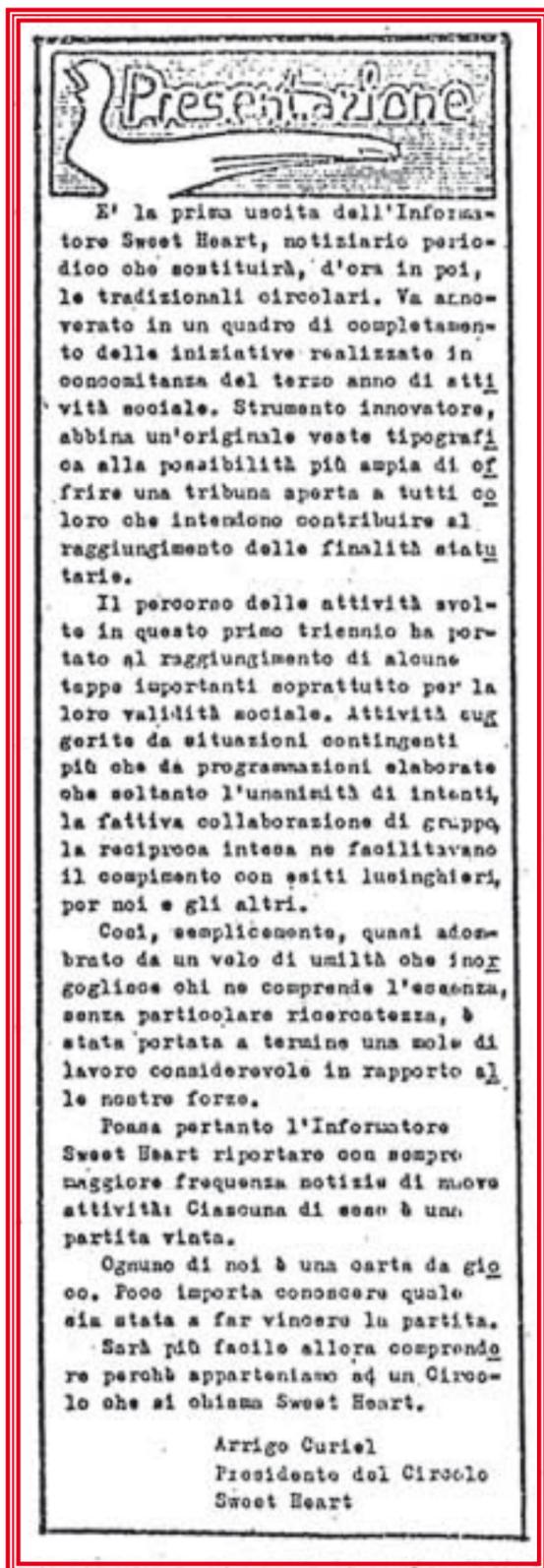
L'aggregazione dei pazienti nel Circolo favorì la loro socializzazione e l'inserimento nel programma riabilitativo di quelli più depressi e demotivati ma soprattutto facilitò il mantenimento a lungo termine del programma riabilitativo (educazione sanitaria, training fisico ecc).

Fra le numerose iniziative intraprese dal Club forse la più originale fu la pubblicazione di un periodico. Il primo febbraio 1981, infatti, fu pubblicato il primo numero dell'Informatore, il Notiziario del Club Sweet Heart-Dolce Cuore. Questo che stiamo leggendo è il numero 100 della rivista che ha rappresentato in tutti questi anni un tramite o una cerniera fra i pazienti e gli operatori sanitari (medici, infermieri, fisioterapisti). Non solo ma con i tanti articoli dedicati alla prevenzione primaria e secondaria della cardiopatia coronarica, ha svolto una preziosa opera di educazione sanitaria della popolazione triestina in generale, anche perché gli articoli erano scritti non solo dai cardiologi ma anche dagli stessi pazienti che potevano trasmettere ai cosiddetti sani le loro esperienze.

Con questo numero, festeggiando il 32° compleanno della rivista, non possiamo che augurare lunga vita all'Informatore e al Club Sweet-Heart-Dolce Cuore di Trieste.

Buon Compleanno all'INFORMATORE

Sabino Scardi



DR. SCARDI

LA RIABILITAZIONE CARDIOVASCOLARE

Situazione attuale e prospettive future

La riabilitazione è costituita dal complesso di procedure destinate ai pazienti colpiti da malattie invalidanti, per una più precoce e completa reintegrazione sociale, familiare e professionale.

In campo cardiologico le misure riabilitative sono state introdotte solo di recente quando ci si è resi conto che, anche per i cardiopatici, è possibile istituire programmi di ricondizionamento fisico.

Ma quali sono i cardiopatici che possono partecipare a questi programmi? A nostro parere tutti, ma in particolare modo i pazienti colpiti da una malattia coronarica e soprattutto gli infartuati. Bisogna ricordare infatti che oltre il 70% di questi malati hanno riserve sufficienti per riprendere le occupazioni precedenti.

I vantaggi della riabilitazione

Le migliori cause dell'invalidità postinfartuale sono il decondizionamento fisico e le ripercussioni psicologiche quali la depressione, la paura della ricaduta e l'impoverimento dell'immagine di se stessi.

L' miglioramento della sintomatologia, aumento della capacità fisica, ripresa della " gioia di vivere", un più rapido e completo recupero professionale, un miglior controllo della malattia attraverso un'adeguata prevenzione delle sue cause sono gli effetti favorevoli più importanti della riabilitazione cardiaca. Più studi internazionali hanno inoltre dimostrato anche una riduzione della mortalità nei pazienti che seguono regolarmente i programmi riabilitativi. Pertanto la riabilitazione si identifica con una serie di interventi omnicomprensivi e soprattutto duraturi nel tempo, quali:

- 1) Una valutazione clinica completa dell'infartuato;
- 2) Il trattamento di eventuali sintomi che limitano il suo stato di salute;
- 3) la valutazione della sua capacità fisica e lavorativa;
- 4) consigli professionali e interventi psicologici;
- 5) interventi educativi, anche a livello familiare, perché vengano modificate alcune

pag. 4

abitudini di vita che spesso sono alla base della malattia coronarica;

- 6) un programma di esercizi fisici.

L'intervento riabilitativo deve essere individualizzato

Gli infartuati, pur avendo in comune la stessa malattia, sono diversi per quanto riguarda la qualità e la quantità della "lesione" cardiaca. Pertanto la valutazione della qualità della malattia è di grande interesse per stabilire un programma razionale e individualizzato di riabilitazione fisica. Spesso l'esame clinico, l'elettrocardiogramma a riposo e sotto sforzo non sono sufficienti per un'esatta valutazione dello stato del cuore e delle coronarie. In questi casi di grande aiuto sono il cateterismo cardiaco e la coronarografia. Quest'ultimo esame è spesso indispensabile per conoscere lo stato di salute delle arterie coronarie, che portano il sangue e il materiale nutritivo a tutto il cuore. Ecco perché in questi ultimi tempi noi stiamo sottoponendo tutti i pazienti colpiti da infarto del miocardio alla coronarografia.

Situazione dei centri di riabilitazione

Ormai numerosi sono i centri di riabilitazione in Europa (specie quella orientale) e negli Stati Uniti. In Italia la situazione non è soddisfacente. Da una nostra recente inchiesta risulta che nelle altre regioni italiane sono attive in tutto solo 36 unità, per circa 20.000 persone in età lavorativa colpite ogni anno da infarto. Nella nostra Regione invece la rete dei presidi riabilitativi può ritenersi abbastanza soddisfacente: Trieste, Udine, Pordenone sono attivi da più anni, Monfalcone e Gorizia attiveranno i loro centri in un prossimo futuro.

È noto che uno degli obiettivi fondamentali della recente riforma sanitaria è proprio la riabilitazione. Speriamo che i politici si rendano conto dell'importanza di questa giovane branca della cardiologia e adeguino le strutture alle esigenze della popolazione.

dott. Sabino Scardi
Direttore Centro per la lotta
contro le Malattie Cardiovascolari - Ospedale Maggiore



Presente e vitale

Con una certa emozione ho riletto le mie poche righe sul primo numero dell'Informatore. L'emozione è forse almeno in parte legata a rivivere un periodo in cui avevo 32 anni meno di adesso ma anche senza dubbio sull'argomento dell'articolo: i circoli di ex-pazienti. Le esperienze internazionali del tempo mettevano in guardia nei confronti di queste associazioni per i pericoli legati alla dipendenza dai medici o dalle Strutture sanitarie e dalla malattia vista come momento aggregante. In realtà, come scrivevo allora, il Circolo Sweet Heart non era nella malattia che trovava il momento comune ma nel superamento della stessa: e mi sembra che il tempo mi abbia dato ragione visto che il Circolo è ancora presente e vitale.

Per quanto riguarda la dipendenza mi viene in mente l'inizio della ginnastica di mantenimento che al tempo si svolgeva nella palestra della Riabilitazione sita nell'ambito dell'Ospedale SM Maddalena, nostra prima sede. Quando, per problemi di spazio, sono stato costretto ad invitare i soci del Circolo a trovarsi degli altri spazi al di fuori dell'Ospedale, mi son trovato di fronte ad una certa riluttanza a lasciare il guscio protetto della Riabilitazione per andare "da soli" in una palestra esterna: questo distacco è stato forse per qualcuno traumatico ma è stato, a mio parere, un momento di crescita.

Della crescita fa parte anche il giornalino Informatore dove si succedute notizie della vita sociale alternate ad interventi di informazione sanitaria alle ricette toscane del buon Stortini che dal primo numero continua a sorriderci nel bel ritratto di Enrico Cozzolino.

Anche il giornale ha aiutato i soci del Circolo Sweet Heart a superare la malattia e a trovare degli spunti di vita: ricordo tante persone di una certa età, uomini e donne, che mi hanno confidato che la loro vita era addirittura migliorata da quando frequentavano il Circolo e la ginnastica di mantenimento. Avevano trovato delle amicizie e delle compagnie che li avevano sottratti alla solitudine e ridato un senso alla loro vita.

Pierpaolo Gori

DR. GORI

"PRO" E "CONTRO" DEI CIRCOLI DI EX-PAZIENTI

È per me un onore oltre che un vero piacere scrivere due parole per il primo numero di "Informatore", espressione della viva attività dei soci del Circolo Sweet Heart che svolge ormai da tre anni la sua attività.

Cocorre premettere che la realizzazione di un circolo di ex-pazienti che hanno trovato un momento comune nell'esperienza vissuta, ha spesso sollevato perplessità fin dalle prime esperienze sorte in paesi stranieri, soprattutto perché si considerava negativo il fatto di perpetuare il motivo di unione della comune malattia.

Anche se si deve riconoscere che questo pericolo esiste, non mi sembra tuttavia che questo sia il caso del Circolo Sweet Heart che non nella malattia, ma nel superamento della stessa ha identificato il proprio legame. Ed è perciò di ottimismo, anche se cauto, e non di pessimismo, che vengono animati i soci del circolo nelle loro molteplici attività, ottimismo derivato anche ma non soltanto dalla conoscenza della malattia che li ha accomunati e dalla consapevolezza che tale conoscenza possa essere di grande aiuto nel gestirla. Ed è di ottimismo che viene contagiato chiunque si unisca a questa associazione.

È stato inoltre osservato che tali circoli tendono a incrementare la "dipendenza" dalle strutture sanitarie di certi malati ed impediscono così il graduale "avvicinamento" che deve tendere ad un'autogestione della malattia. Devo confessare che questo dubbio ha reso anche me e non escludo che anche per alcuni soci dello Sweet Heart si possa aver avuto questa situazione.

Ritengo però che proprio questo "Informatore" possa essere un utile strumento per discutere il problema e proporre eventuali soluzioni.

pag. 5

Se questi possono essere alcuni motivi di perplessità, d'altra parte positivo riconoscimento senza riserve va dato ad alcune iniziative di indubbia utilità che hanno preso il via in questi tre anni di vita dello Sweet Heart, come le visite periodiche ai pazienti ricoverati in Cardiologia, le passeggiate sul Corso o le conferenze di educazione sanitaria atte a completare il supporto psicologico che la Riabilitazione dell'Infartuato deve fornire.

Non si deve dimenticare inoltre l'aiuto anche di ordine economico che il circolo Sweet Heart ci ha fornito sia con l'acquisto di apparecchiature essenziali alla nostra attività, sia dandoci la possibilità di partecipare a congressi o corsi di aggiornamento.

Ritengo quindi giusto e opportuno che la conoscenza di tali attività venga maggiormente diffusa e rivolgo quindi un cordiale augurio all'"Informatore", che possa diventare un interessante veicolo di notizie e di idee per tutti.

dott. Pierpaolo Gori
Responsabile del
Centro Riabilitazione
del Cardiopatico



Reazione all'indifferenza di fronte ai veri valori

L'auspicio di chi scrive è che qualcuno lo legga e soprattutto che capisca. Nacque su questi presupposti "L' Informatore" di Sweet Heart, dopo un paio di anni dalla fondazione si volle rendere edotti tutti, anche i meno assidui, sul vissuto del Sodalizio. Le prime copie ciclostilate esprimevano tutta la passione dei fondatori trasmettendo con articoli, oltre all' esempio, come quella aggregazione di cardiopatici fosse intesa. Quel "Circolo" non doveva essere interpretato come un luogo di feste, turismo e allegria ma, la precipua raffigurazione di un'unione racchiusa in un paritetico contorno e non la struttura verticistica ove, solitamente emergono le figure elette e gli altri ... passivamente partecipano. Hanno perseguito lo scopo con fatica abnegazione ma, i tempi e gli articoli per una pubblicazione trimestrale diventarono sempre più faticosi, la rarefazione dei partecipanti, gli impegni di chi poteva predisporre articoli formativi portarono "L' Informatore" ai soli resoconti delle attività svolte. Mi accorsi delle difficoltà allorquando, nominato presidente nell' aprile del 1999, dovetti predisporre il n° 68 per la scadenza di giugno. Il mio primo editoriale, avevo già scritto per il giornale aziendale ma, allora erano sufficienti le conoscenze professionali, ora bisognava far ricorso ... ai sentimenti, entrare nei meandri del post-infarto, ritornare su momenti e pensieri che si avrebbero volu-



to dimenticare. Seguirono 27 edizioni di cui tre speciali per il venticinquesimo dalla fondazione, per illustrare il "progetto d' analisi e terapia delle implicazioni psicologiche" e per ricordare, con l'illustrazione dei suoi studi, il cardiologo Fulvio Pivotti. Affermava Walt Whitman che l' uomo doveva "sbarazzarsi di tutto ciò che offende l' anima." Importante sarebbe stato capire il pensiero del Whitman in relazione all' anima, più razionalmente forse, intendeva l' animo quindi, noi stessi ed allora ... "tutto ciò che ci offende è da eliminare?" Tale assunto potrebbe essere la sintesi perfetta della virtù dell' indifferenza verso chi ci offende o mortifica, in qualsiasi contesto quindi anche la malattia e la morte. Ricordare

invece tutto ciò che risplende, che gratifica che vale per noi. Mai quindi, L'indifferenza di fronte ai veri valori quelli etici, deontologici, professionali: definendo l' indifferenza come l'interesse distaccato panacea della prevenzione al logoramento derivante da un' esposizione costante ai problemi altrui ed ancora l' "interesse distaccato" quale combinazione, ideale nella professione medica, composta da compassione e distanza emotiva e obiettività distaccata. Questo era il modo d' essere del dott. Fulvio Pivotti, nostro amico e sostenitore un medico che ha dimostrato in ogni occasione l' attaccamento alla professione, forte interesse ai problemi di tutti coloro che si avvicinavano a Lui anche con limitati o scarsamente rilevanti problemi, per tutti sempre una parola di conforto per tutti sempre una nota allegra, era evidente che il Suo modo d' essere era sinceramente interessato ai problemi dei suoi pazienti anche quando, avrebbe potuto trascurare l' onere degli altri per dare più attenzione alla sua salute. Certo questa è una società divorata dalla comunicazione dove tutti parlano e nessuno si ascolta, ma con i principi per cui è sorta e continua la vita della nostra Associazione ed il suo Informatore che arrivato alla pubblicazione del 100 numero deve proseguire nel collegare chi dirige con tutti i Soci quindi, il mio fervido augurio che il n° 100 sia la continuità di tante altre pubblicazioni.

Tullio Stricca



APPUNTAMENTI FISSI

Corsi di ginnastica da ottobre a maggio nei giorni di lunedì-mercoledì-venerdì strutturati in 4 turni (ore 9 - 10 - 11 - 17)
Misurazione pressione arteriosa tutti i lunedì in sede dalle ore 9.30 alle 11.30

Prove ematiche colesterolo, trigliceridi, glicemia da ottobre a maggio tutti i primi giovedì del mese dalle ore 8.00 alle 10.00
Martedinsieme ogni martedì scarpinata per il Carso - definizione e comunicazioni ogni venerdì in palestra e in sede



Come aiutare il
CIRCOLO CARDIOPATICI

«**SWEET HEART - DOLCE CUORE**»



con bonifico intestato
**SWEET HEART
DOLCE CUORE**
Trieste

Unicredit - IBAN:
IT 62 H 02008 02218 000021592506

Antonveneta - IBAN:
IT 47 S 05040 02200 00000178185

Tutte le donazioni effettuate sono
fiscalmente deducibili o detraibili.
Conserva le ricevute del bonifico

Dona il tuo

5x1000

Codice Fiscale
80036120329

ELARGIZIONI

presso

tutte le agenzie
**UNICREDIT
BANCA**

SI RINGRAZIANO TUTTI COLORO CHE HANNO AIUTATO IL CIRCOLO

L'Informatore

ANNO XXXV N° 100 - DICEMBRE 2013
Pubblicazione periodica del Circolo
SWEET HEART - DOLCE CUORE

Direttore responsabile:
Dario Gobbo

Hanno collaborato:
A. Oliva - D. Bonifacio - G. Pignatelli
G. Alessi - L. Gianpedrone

Amministrazione e Redazione:
SWEET HEART - DOLCE CUORE
Via M. D'Azeglio, 21/c
34129 TRIESTE
Tel. 040 7606490

E-mail: dolcecuoreonlus@libero.it
Aut. N° 593 (11-6-1981) Trib. Di Trieste

Impaginazione e stampa:
ART Group Srl
via Malaspina, 1- Trieste