

# La Gazzetta d'Acqui

(GIORNALE SETTIMANALE)

## Monitore della Città e del Circondario

**ORARIO DELLA FERROVIA**

PARTENZE per Alessandria 5, 8, 10 ant. - 2, 41 - 7, 18 pom. - per Savona 7, 58 - 11, 45 ant. - 5, 19 pom.  
ARRIVI da Alessandria 7, 43 ant. - 11, 35 ant. - 5, 13 - 10, 42 pom. - da Savona 7, 59 ant. - 2, 33 - 7, 8 pom.

L'UFFICIO POSTALE è aperto dalle 8 ant. alle 7 pom. per la distribuzione delle lettere raccomandate e pacchi postali; e dalle 9 ant. alle 6 pom. per i vaglia e risparmi.

L'UFFICIO TELEGRAFICO dalle 7 ant. alle 9 pom.

LA BANCA POPOLARE dalle ore 9 alle 11 1/2 ant. e dalle 12 1/2 alle 3 pom., giorni feriali.

LA NOTARILE DISIRETTORIALE nei giorni feriali dalle 9 ant. alle 4 pom. e dalle 9 alle 11 ant. giorni festivi.

LA CONSERVATORIA DELLE IPOTECHE dalle 9 ant. alle 4 pom., giorni feriali e dalle 9 alle 12, giorni festivi.

L'UFFICIO DEL REGISTRO dalle 8 alle 12 e dalle 2 alle 5 giorni feriali. Nei giorni festivi dalle 9 alle 12.

### Vantaggi della Ginnastica

Mi si è domandato (sovente) che cosa è mai la ginnastica? in che rende profitto ed in qual modo? Per me definirei codesta istituzione: *La scienza e l'arte educativa del movimento.* — La scienza in quanto s'informa ai principii o alle leggi della natura proclamate dalla fisica e poste in evidenza dalla fisiologia; — e arte nel senso che applica con suo special metodo siffatte leggi.

Ed eccola fatta signora e maestra della scherma e del ballo, del salto e del nuoto, della lotta e del canto, della corsa e dell'equitazione, e di certi altri ludi speculati nel fine di attivare in guisa diretta o indiretta l'esercizio di tutte le membra, tessuti, sistemi, organi, fibre, cellule, cervello, nervi, sangue e persino i corpuscoli in esso nuotanti; giovandosi delle attitudini infinite, onde è suscettivo il sistema muscolare, o apparato del movimento.

Così è che, devesi alle esercitazioni ginnastiche, la dimostrazione pratica dell'antica sentenza: *ubi motus, ibi vita.* — E, come opporsi a codesto vero operante nella umana economia, se tutto ciò che si muove ha vita, e se ogni vita è movimento? L'uomo, come essere privilegiato, combatte le più nobili pugne, ed impiega la più bella parte delle sue forze fra i contrasti luminosi del pensiero, e le lotte onnipotenti delle passioni.

Ecco la vera, la razionale definizione della ginnastica. — E qui sento qualche lettore dire: Cio lo sapevamo anche noi; e vorremmo fosse fatta ragione all'altra domanda, cioè: A che giova la ginnastica, ed in qual modo si rende utile?

La risposta va contenuta nell'altro aforisma: *Ubi stimulus, ibi affluus.* — Il che vuol dire, nel caso nostro, che gli esercizi del corpo, mirando allo scopo di provocare i movimenti contrattili del sistema muscolare, rimandano per legge fisica anatomica il sangue venoso con impulso più gagliardo e più pronto, per le cave, nel cuore dritto, sforzandolo a riceverne in maggior copia ed in tempo più accelerato, sollecitando

le sue diastole. E il cuore destro obbedisce; ma è in obbligo di respingere queste onde incalzanti per la orecchietta che gli è propria nell'apparato pneumatico, il quale, è forzato, per riceverle, a dilatarsi mercè più ampie, più complete e sollecite aspirazioni, o richiudersi, aspirando, per isgombrarsi volta a volta delle correnti sanguigne incalzate.

Ne basta, che il corso spedito della rigogliosa onda sanguigna, eccitando i centri nervosi, rende più spedite ed energiche le correnti elettrodinamiche, e però più adatti gli organi interni e più disposti i tessuti al compimento delle funzioni nutritive atteso il più pronto scambio della materia.

Oltre di che, al comando metodico del ginnasta, l'ansia focosa dei discenti, l'incitamento alle nobili gare, l'entusiasmo, la facile obbedienza, la rapida esecuzione delle imposte manovre, la gioia delle vittorie, lo stimolo della lode, sviluppano e perfezionano le orditure e le funzioni dell'apparato cerebro-spinale, rendendo più pronta ed armonica la triplice modalità delle correnti nervose, *afflussiva, riflessiva e reflussiva.*

Se quindi è vero che lo stimolo — nel senso biologico — produce l'afflusso; se è vero, e non v'ha chi ne dubiti, che il movimento produce calore *« eguale e proporzionato al lavoro eseguito »* sicché, dalla misura del calore prodotto al centigrado di Reaumur, si ottiene la ragione quantitativa del lavoro compiuto; se è vero che il lavoro ginnastico produce gli altri effetti da me osservati, come conseguenza delle leggi fisiche e biologiche, occorre ammettere senza eccezione: che la ginnastica è la scienza e l'arte educativa del movimento, e che esso apporta immensi vantaggi materiali e morali.

E perchè la palestra raggiunga tutta quanta l'altezza dei suoi propositi, è mestieri associarle con vincoli più diretti le altre due branche dello scibile umano, gli ottimi studi, cioè, e l'educazione delle passioni che io mi piaccio definire: *ginnastica diretta del cervello e del cuore*, così come il canto è la ginnastica diretta degli organi della voce e della respirazione.

Io non racconto fiabe *da quarta pagina*: mi valgo dei dettati logici, delle norme e dei precetti delle scienze sperimentali e di sommi autori come il cav. Gioachino Stampacchia, ed il prof. Giuseppe Borgna, ed in ultimo dei vangeli desunti dalle pratiche osservazioni.

Ed eccovi, cari lettori, a portata di definire la parola ginnastica, il quanto ed il come dei suoi vantaggi.

Ai maestri la saggezza nell'applicazione dei mezzi per riuscire nel santissimo fine, ai lettori il giudicare del mio povero scritto.

VIRUS.

### Fanciulli Italiani impiegati in mestieri girovaghi in Inghilterra

Dalla locale Sotto Prefettura riceviamo e ben volentieri pubblichiamo: Malgrado i divieti e le penalità portate dalla legge 21 dicembre 1873 numero 1733 contro coloro che fanno commercio di fanciulli o li impiegano all'estero in professioni e mestieri girovaghi, in Inghilterra e specialmente nella metropoli di quel Regno vi ha sempre buon numero di italiani, per lo più d'età giovanissima, che esercitano tali mestieri ambulanti e, nella maggior parte dei casi, la mendicizia larvata.

Non è a ritenersi che la legislazione inglese favorisca il vagabondaggio, qualunque sia la forma che esso vi rivesta, nè che manchino provvedimenti, sia da parte delle Autorità inglesi amministrative, che dei giudici, per prevenire o reprimere l'oziosità e gli abusi dei padroni contro i ragazzi, che impiegano e sfruttano. È a dubitarsi tuttavia che dell'esistenza di queste prescrizioni legislative sieno informati quei nostri regnicoli, che hanno mano nell'indecoroso traffico o passano all'estero con minorenni, per occuparli nelle illecite professioni sopradette. Questo Ministero pertanto crede utile che alla legislazione inglese sulla materia venga data ogni maggiore pubblicità nel Regno e, tracciandola per sommi tratti qui appresso, raccomanda vivamente ai Prefetti, Sotto Prefetti e

Sindaci di portarla nei modi soliti a conoscenza del pubblico, ricordando nell'occasione, che anche le nostre leggi provvedono e vengono, ogni qual volta sia possibile, rigorosamente applicate.

La legislazione inglese si occupa specificatamente dei suonatori e cantanti ambulanti e dei mendicanti. Per l'Atto 27 e 28 Vittoria, Cap. 55, qualunque suonatore o cantante ambulante, che contro il divieto di persona che abbia casa nel distretto della polizia metropolitana, sia colto nell'atto di suonare o cantare in una strada o piazza pubblica, nelle vicinanze della detta casa, è passibile di una multa fino a 40 scellini ed anche del carcere fino a 3 giorni. Tale disposizione si applica solo nel distretto della polizia metropolitana, ma in forza di regolamenti speciali e di statuti approvati dal Parlamento o dal Segretario di Stato e in virtù dell'Atto delle corporazioni municipali e di quello sul governo locale del 1888, disposizioni identiche si osservano in altre città e borghi e possono essere estese in tutte le contee.

Pei mendicanti provvede lo Statuto N. 5 Giorgio IV Cap. 83 e cioè l'Atto che punisce le persone oziose e sregolate, pregiudicate e vagabonde in Inghilterra. Ogni vagabondo, che in una pubblica piazza, via, corte o passeggio mendichi o riceva elemosine o istighi o incoraggi fanciulli o fanciulle a chiedere la carità, può essere rinchiuso in una casa di correzione e obbligato al lavoro fino ad un mese e punito con pene anche più severe, se recidivo.

A prevenire i maltrattamenti contro i ragazzi è diretto l'articolo 3 di un Atto approvato di recente dal Parlamento. Per questo Atto coloro che adoperano ragazzi minori dei 14 anni, se maschi, o di 16 se femmine, perchè nelle pubbliche vie, in ore notturne, procaccino elemosine ovvero nelle strade o in esercizi pubblici espon-gano oggetti, cantino o suonino a scopo di lucro, o che agli stessi scopi si valgano di ragazzi minori di 10 anni, in qualunque tempo e cioè anche di giorno, sono passibili di ammenda sino a 25 sterline, e in sostituzione della detta pena pecu-