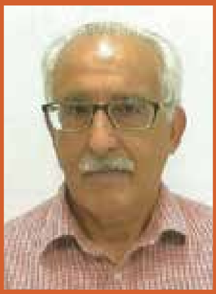
Association of the Members of the U3E

NEWSPAPER POST • NO 1/2016 • JUNE 2016



Martin Diacono

Editorial Board
Editor
Martin Diacono

Publisher
Martin Diacono

Assistant Publisher
Lino Bartolo

U3E Offices
Catholic Institute
Floriana
Tel: 2124 3202
Email: diacstef@onvol.net

Opening hours:
Monday to Thursday
9.00 am to 11.00 am.

Members of the Association Who wish to publish articles, Suggestions, comments, etc. In the Newsletter are asked To submit them to the Editorial Board for approval.

GĦEŻIEŻ MEMBRI

Erġajna wasalna kważi f'għeluq sena oħra akkademika. Meta tkunu qed taqraw din in-newsletter ikun wasal fi tmiemu t-tieni semestru li jwassalna għal vaganzi tas-sajf.

Bħas sena ta' qabilha din is-sena kellna programm verament mħawwar b'suġġetti ta' interess li zgur li fosthom kien hemm suġġetti li għalihom ikkonkorrejtu. Wieħed ma jistax ma jsemmix u ma japprezzax l-ħidma kbira tal Professur Joseph Troisi biex jorganizza programm hekk vast imferrex fuq erba' centri li għandha l-Universita' tat-Tielet Eta'. Hawnhekk nixtieq nirringrazzjah li ta widen għas-suġġerimenti li tajtu kemm jien u persuni oħra dwar "lecturers" u suġġetti ġodda li dahhal fil-programm ta' din is-sena.

Naturalment, l-għazla tas-suġġetti li wieħed jagħzel li jattendi hija suġġettiva u tvarja minn persuna għall-oħra. Izda ninsab żgur li hemm minnkhom li tattendu kwazi għas suġġetti kollha jew kwazi kollha.

Kif forsi tafu wasalna għal-għeluq tat-terminu ta' sentejn tal-kumitat attwali tal-Assoċjażżjoni tal-Membri tal U3e , Meta tibda s-sena akkademika ġdida jkun irid jiġi elett kumitat ġdid. Ħawn nixtieq inheġġiġkom biex tikkontestaw jew tinkoraġġixxu persuni li tafu li huma kapaċi li jistgħu jagħtu sehemhom fil-kumitat billi joħorġu għall-eleżżjoni.

Il-kumitat attwali mmexxi minni ħadem mill-aħjar li setgħa biex ikun ta'servizz għall-membri tal-U3e. Fejn jidħlu l-ħarġiet kenna mawriet għal postijiet ta' interess li nizlu tajjeb mal-membri. Kien hemm forsi min baqa' ddizappuntat li ma setgħax jattendi minnhabba n-numru limitat li stajna naċċettaw għal harġiet f'postijiet bi gwida. Għalhekk ipprogrammajna mawra ohra fl-istess post biex naqdu kemm stajna numru ikbar ta' membri.

Nagħlaq billi nawguralkhom vaganzi ta' mistrieħ u tgawdija u nispera, jekk Alla jrid, li terġgħu tkunu magħna għas-sena akkademika li jmiss.

Design and Print
Five Star Printing & Design Ltd.
Triq l-Iskultur
Qormi QRM 3580

HEALTHY AGEING
Staying mentally alive

Growing older does not mean that your mental abilities will necessarily be reduced. There is a lot that you can do to keep your mind sharp and alert. Researchers believe that many of the supposed age-related changes that affect the mind, such as memory loss, are actually lifestyle related. Just as muscles get flabby from sitting around and doing nothing, so does the brain. Keeping an active body is crucial if you want an active mind. At least thirty minutes of moderate exercise every day delivers an oxygen boost to the brain. This can be done in intervals of ten minutes throughout the day. Regular exercise can improve your brain's memory, reasoning abilities and reaction times.

Researchers at Stanford University of the U.S.A found that memory loss can be improved by 30 to 50% simply by doing mental exercises. The brain is like a muscle – if you do not give it regular workouts its functions will decline. Some suggestions to achieve this are:

- Keep up your social life and engage in stimulating conversations.
- Read newspapers, magazines and books.
- Play 'thinking' games, like Scrabble.
- Take a course on a subject that interests you.
- Learn a language.
- Do crossword puzzles and word games.

Keep stress under control since an excess of stress can be harmful. Reach out to the world around you for fun,a sense of achievement, social contact and mental stimulation.

Maria Diacono
www.betterhealth.vic.gov.au

A MESSAGE FROM THE LINE DANCING GROUP

One of the activities of the U3E in line dancing. We meet on Monday, at 11 a.m after the lecture ends. The lesson takes about one hour. The course is spread over 8 weeks. The members are very enthusiastic and eager to attend. We have found this activity very benefcial for mind and body. It is mentally stimulating as we have to co-ordinate our mind with the movement of our body. Personally, it has helped me to relax and enjoy the exercise. It is better to start the course from October as we learn certain steps along the course. Line dancing is also a means to socialize. I encourage you to join us as it is good exercise and great fun!

Mary Rose Attard

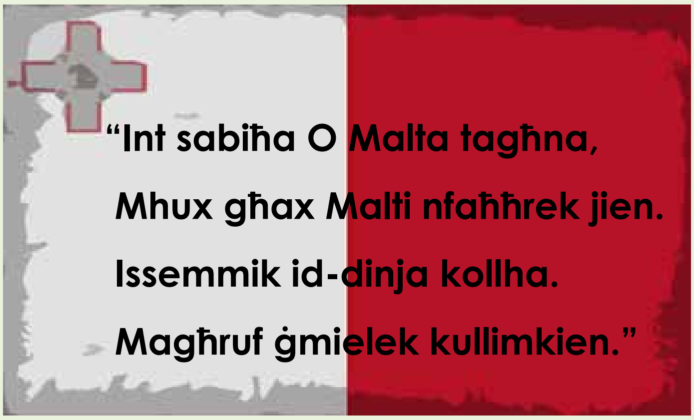
IL-MALTI – Michela Galea

Bosta patrijotti Maltin issieltu għal ilsienna li tant kien għal qalbhom. Il-Malti huwa lsien b'bażi semitika. Dan jagħmlu differenti minn ilsna oħra Ewropej. Il-Malti huwa fil-fatt l-unika lingwa ta' oriġini Għarbija, li tinkiteb mix-xellug għal-lemin. Maż-żmien, il-bażi Għarbija tħalltet ma' kliem rumanz u aktar tard beda dieħel l-Ingliż u minn hawn naraw it-twelid tal-lingwa Maltija, li żviluppat fl-ilsien li nħaddmu llum. B'lingwa daqshekk rikka, wieħed għandu jassumi li l-Maltin huma l-aktar poplu kburi b'ilsienu. Imma nsibu li dan mhuwiex il-każ.

Mikiel Anton Vassalli

L-istorja tgħallimna li Mikiel Anton Vassalli safa eżiljat minn pajjiżna għax l-ideat tiegħu kienu ta' xkiel għall-ħakkiema. Vassalli, li llum nsejħulu "missier il-Malti" kiteb il-grammatika li nużaw illum, tkellem fuq Malta bħala repubblika u dwar l-idea ta' Ewropa magħquda, fi żmien meta f'Malta kien għad hawn il-Kavallieri u l-Franċiżi.

Aktar tard insibu poeti u kittieba bħal Ġan Anton Vassalli, meqjus l-aqwa poeta tas-seklu 19 u li kiteb *Tifħira lil Malta*:



Iżda llum insibu nies ta' fehma oħra li ma japprezzawx kemm jistħoqq lil dan l-ilsien. Jien inwaħħal fil-fatt li s-soċjetà Maltija ddiversifikat ruħha. Meta nħarsu lejn is-soċjetà naraw kif bosta nies minflok il-Malti jħalltu f'daqqa l-ilsien Malti ma' dak Ingliż. Imbagħad issib min jippreferi jitkellem bl-Ingliż biss u dan il-fattur jgħinu jħossu superjuri. Il-mentalità kolonjalista ħalliet din l-impressjoni li min jitkellem bl-Ingliż ikun qed jiddikjara li hu ta' livell soċjali ogħla.

Fil-fatt wieħed jista' jgħid li l-Malti għadda minn battalji kbar sakemm kien iddikjarat bħala l-lingwa nazzjonali ta' pajjiżna. Kien hemm żmien meta kien meqjus bħala "l-lingwa tal-kċina", jiġifieri lingwa mitħaddta u użata biss minn nies ta' klassi baxxa. Fi żmien l-Ingliżi nħolqot il-kwistjoni tal-lingwa li qasmet lill-Maltin fi tnejn, skont jekk xtaqux l-Ingliż jew it-Taljan bħala l-lingwa uffiċjali. Meta fit-Tieni Gwerra Dinjija, it-Taljani ngħaqdu mal-Ġermanja Nażżista u għalhekk ġew kontra l-alleati, l-Ingliżi kellhom kull skuża biex jippromwovu l-Ingliż u qiesu lill-Malti bħala l-għażla aħħarija biex permezz tagħhom jgħallmu l-ingliż waqt li eliminaw għal kollox it-Taljan mill-użu uffiċjali.

B'reazzjoni għal dan, fil-bidu tas-seklu għoxrin insibu għadd ta' Maltin jiġġieldu biex il-Malti jissaffa mill-element Rumanz u Anglosassonu. Għal dan il-għan ġiet iffurmata għaqda favur il-"Malti Safi" li ma damitx ma rrealizzat li kien se jkun kemmxejn diffiċli biex il-Malti jibqa' safi, jiġifieri totalment semitiku.

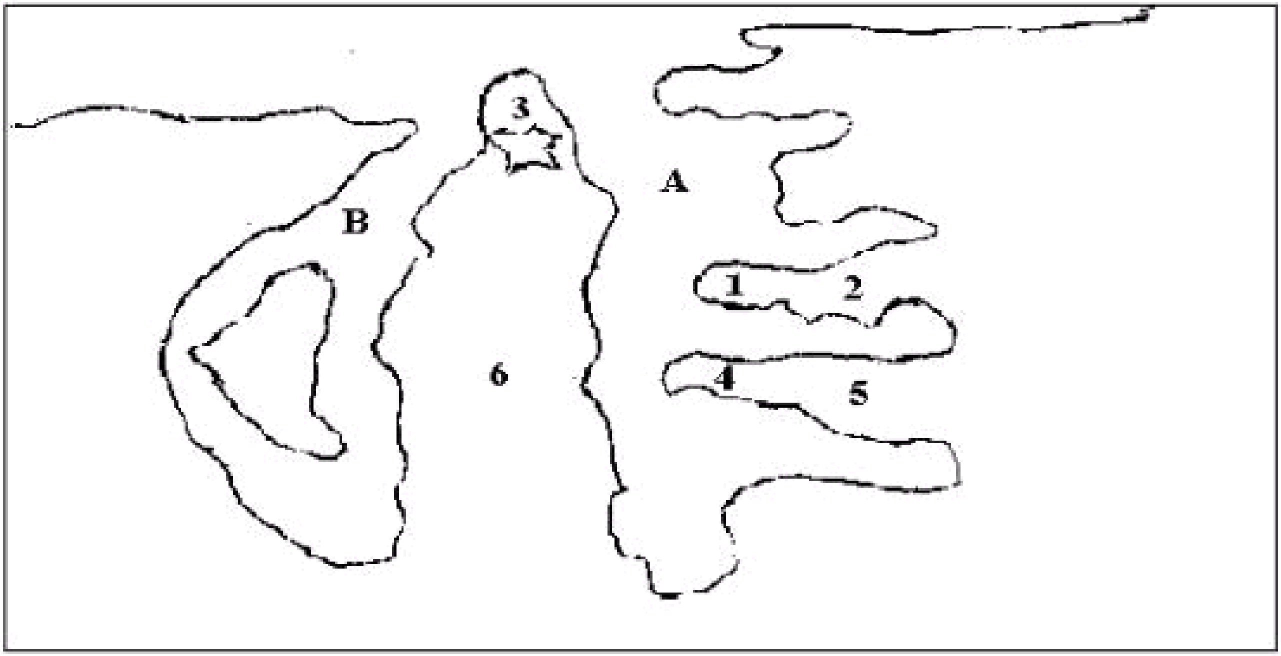
Għalkemm ilsienna huwa mitkellem biss mill-Maltin, għandna għalfejn inkunu kburin li gżira hekk żgħira f'nofs il-Mediterran hija mogħnija bil-lingwa tagħha. Ta' min jgħid li saħansitra kontinenti kbar bħalma huma l-Awstralja u l-Amerka, kemm ta' Fuq, kif ukoll t'Isfel, iħaddnu l-ilsna ta' min ħakimhom. Il-Malti jinsab ukoll bħala wieħed mill-ilsna rikonoxxuti mill-Unjoni Ewropea. Dan kien pass importanti għall-preservazzjoni ta' Isienna. Barra minn hekk dan wassal għall-opportunità ta' impjieg għal bosta tradutturi u interpreti li jaħdmu fi Brussell u madwar id-dinja biex jittraduċu leġiżlazzjonijiet u kull forma ta' dokumenti mill-Malti għal-lingwi Ewropej u viċi versa.

Maż-żmien kull soċjetà tevolvi, iżda l-bidliet fil-fehmiet tas-soċjetà m'għandhomx ixekkluna milli nħaddnu lingwa hekk rikka fl-istorja, kif ukoll fil-vokabularju. M'għandniex inħossuna inferjuri għax nitkellmu Isien ta' pajjiż żgħir. Sfortunatament, is-sens ta' patrijottiżmu qed jintilef fost iż-żgħażagħ u aktar ma jgħaddi ż-żmien aktar qed niffukaw lejn iċ-ċokon ta' pajjiżna u tal-lingwa tagħna minflok lejn il-kisbiet. Madankollu dawn il-fatturi m'għandhomx jallarmawna, imma għandna nħalluhom iservu ta' tingiża żgħira lill-kuxjenza, biex ma ninsewx il-kobor ta' Isienna. L-ilsien Malti għadu jiżviluppa u għadu jaqdina tajjeb fil-ħajja mgħaġġla u teknoloġika tal-lum.

Il-Malti kien ta' ispirazzjoni għal bosta awturi u poeti, u għalhekk għaliex m'għandux jispira lilek ukoll?

IL BELT VALLETTA

Il-Belt Valletta bdiet tinbena sena wara l-Assedju l-Kbir, jiġifieri fl-1566 fuq l-għolja magħrufa bħala Xebb ir-Ras. Il-Belt inbniet biex tiddefendi l-portijiet li kienu meqjusa bħala "iċ-ċavetta" tal-gżejjer Maltin. Raġuni oħra kienet biex Malta ma tibqax tiddependi fuq l-għajnuna minn Sqallija fil-każ ta' attakki oħra.



Din il-mappa turina kif żviluppaw il-fortifikazzjonijiet madwar il-Portijiet ta' Malta.

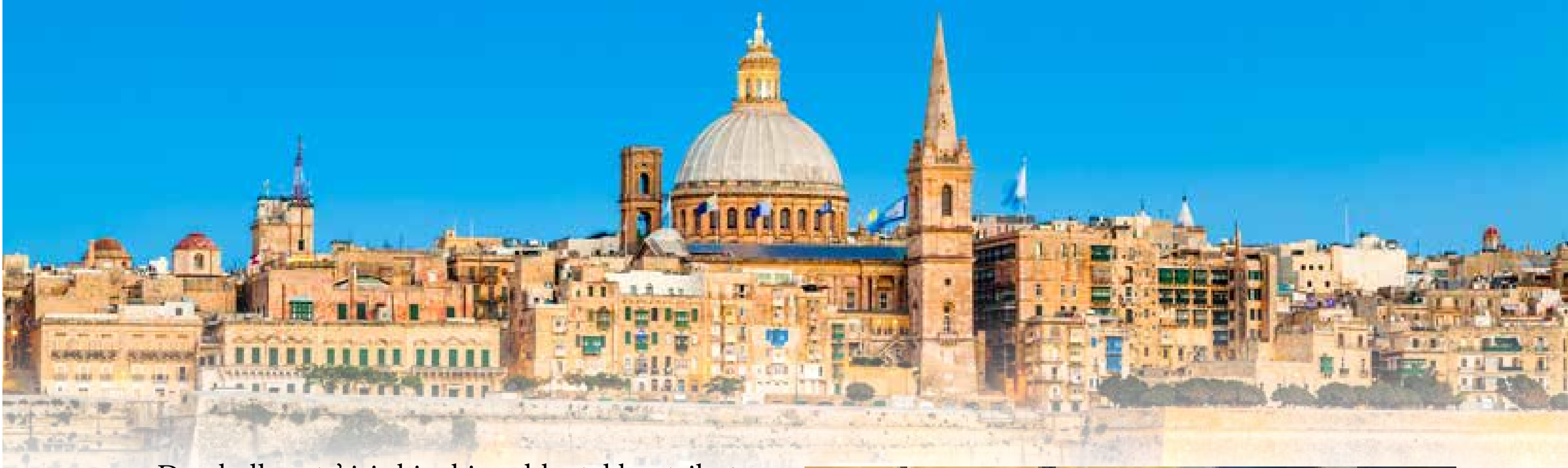
1. Il-Kastell Sant Anġlu
2. Birgu
3. Forti Sant Jiermu
4. l-Isla
5. Forti San Mikiel
6. Il-Belt Valletta

Bil-bini tal-Belt Kapitali l-ġdida Malta ħarġet mill Medjuevu u daħlet fiż-Żminijiet Moderni. Il-bini tal-belt ġab ħafna xogħol u progress. Bosta Maltin u anke barranin ħadmu fuq is-swar tal-Belt. Billi l-Kavallieri ġabu ħafna xogħol, bosta nies marru joqogħdu madwar il-portijiet. Illum din il-biċċa hija l-iżjed biċċa popolata tal-Gżejjer Maltin.

L-ewwel ġebla tal-Belt il-ġdida tqiegħdet mil Gran Mastru La Valette fit-28 ta' Marzu 1566 u l-ewwel binja li telgħet kienet il-Knisja tal-Vitorja. Il-belt ġiet mogħtija ismu.

Wara La Valette kien il Granmastru Del Monte li kompla l-bini tal-Belt. Għall-bidu l-Belt kellha 2 bibien biss, Porta San Giorgio u l-bieb ta' Marsamxett. Kien Del Monte li ordna li jinfetaħ it-tielet bieb li llum jismu Victoria Gate. Is-suċċessur tiegħu , Il Gran Mastru La Cassiere kien li bena l-Knisja Konventwali ta' S Ġwann.

Personaġġi oħra importanti li kellhom konnessjoni mal belt kienu Franġisku Lapparelli li kien il-perit li għamel il-pjanti tal-Belt. Ġlormu Cassar li għamel il-pjanti ta' bosta bini fil-belt, fosthom il knisja ta' San Gwann u diversi knejjes oħra kif ukoll il-Palazz tal-Granmastri kif ukoll is-Sacra Infermeria.



Dan kollu seta' jsir biss bis-sahha tal kontribut finanzjarju tal Papa Piju V li ta' l-flus u ħeġġeġ biex tkun tista' tinbena l-Belt kif ukoll ir-re ta' Spanja, Filippu II li wkoll inkontribwixxa finanzjarjament.

Fost il binja importanti fil-Belt hemm il-palazz tal-Granmastri; li sa ftit ilu fiħ kien jiltaqa' l-Parlament, Ħemm insibu l-arazzi u l-armeria.

Il-Knisja Konventwali ta' San Ġwann; illum il-konkatidral; bis-saqaf impitter minn Mattia Preti. Fl-Oratorju ta' maġenbu nsibu l-pittura tal-qtuh tar-ras ta' San Ġwann minn Caravaggio.; Hemm ukoll sett arazzi li saru fi żmien il-Granmastru Perellos u bosta opri kbar bħal l-artal, il-presbiterju u l-kor

Il-bereġ kienu l-palazzi fejn kull lingwa kellha l-Berġa tagħha. Dawn kollha ġew mibnija fuq pjanti ta' Ġlormu Cassar. Il-faċċati tal-bereġ ġew irranġati fuq stil barokk.

L-iktar knejjes famużi fil-belt huma San Pawl, San Duminku, Tal-Karmnu, Santu Wistin,Ta' Ġieżu u Santa Katarina.

Inħarġu madwar 11-il liġi għal min ried jibni fil-Belt. Fosthom kien hemm li kull dar irid ikollha bir (b) il-kantunieri kellhom ikunu mżejnin (c) il-bini kellu jkun linja dritta . Il-Kavallieri bnew żewġ barrakki: il-Barrakka ta' Fuq u l-Barrakka t'isfel. Fil-Barrakka huma kienu jmorru jippassiġġaw għall-arja tal-Port il-Kbir.

It-triq prinċipali tal-Belt kien jisimha Strada San Giorgi. Fi Żmien l-Ingliżi issemmiet Strada Rjali u llum saret Triq ir-Repubblika...

Bosta bini fil-Belt għandu stil Barokk. San Ġwann minn barra qisu fortizza, minn ġewwa mżejjen stil barokk. Rigward l-istil barokk wieħed ma jistax ma jsemmix lil Romano Carapecchia li kien il-perit ewlieni ta' l-Ordni wara l-1706. Kien hu li iddisinja u bidel bosta faċċati għall- stil Barokk.

Il-Manderaggio kienet menqa (ħofra mimlija bl-ilma) fejn il-Kavallieri kienu jdaħħlu x-xwieni waqt xi attakk mill-għadu. Huma kellhom wieħed fil-foss bejn Sant Anġlu u l-Birgu. Fil-Belt ukoll bdew iħaffru Manderaggio n-naħa ta' Marsamxett. Meta sabu ż-żonqor waqfu. Għal bosta snin għexu l-foqra fil-Mandraġġ ġo kerrejiet. Illum il-ħofra ntradmet u minflokha nbnew appartamenti.

Bini importanti barra l-Belt Valletta li nbnew mill-kavallieri wieħed jista' jsemmi il- Palazz u l-ġonna ta' San Anton ġewwa Ħ'Attard mibni mill-granmastru De Paule. Il- Palazz Verdala fil-Buskett mibni mill-granmastru Verdalle fejn wieħed isib il-pitturi ta' Filippo Paladini. Il-Palazz ta' l-Inkwiżitur fil-Girgenti u l-Akwedott mibni minn Wignacourt biex iwassal l-ilma mir-Rabat sal-Belt.

Martin Diacono

Sorż: www.schoolnet.gov.mt.

Nistenna, ħajti kollha nistenna!

Stennejt disa' xhur f'ġuf ommi
Stennejt sa ma wasal iż-żmien
Stennejt biex nara d-dawl ta' barra
Stennejt biex nara l-ħolqien.

Stennejt sa ma ħaddnitni għall-
ewwel darba
Stennejt biex kienet tisqini, taħsilni,
tlibbisni
Stennejt il-ħin biex nilagħbu flimkien
Stennejt il-ħin biex traqqadni ħa
tieħu ftit mistrieħ.

Stennejt ftit tas-snin biex bdejt
immur l-iskola
Stennejt sa ma għamilt ħbieb ma'
dawk ta' madwari
Stennejt biex bdejt nitgħallem u
nidra l-ambjent
Stennejt il-ħin biex immur lura għall-
kenn ta' dari.

Stennejt sa ma bdejt nitfarfar
Stennejt biex beda' joġgħobni
l-istudju
Stennejt il-prosit wara riżultati tajbin
fl-eżamijiet
Stennejt ukoll xi ċanfira kull meta
mort ħażin.

Stennejt li tasal iż-żgħożija, żmien
l-avventura
Stennejt li nibda ndum barra tard
bil-lejl
Stennejt biex ikolli tfajla ma' min
noħroġ
Stennejt biex nibda niskopri d-dinja
tan-namur.

Stennejt biex dhalt l-Universita'
Stennejt jum il-gradwazzjoni
Stennejt biex sibt impieg tajjeb
Stennejt biex bdejt naqla' ftit tal-flus.

Stennejt sa ma ħadt li stat tiegħi
Stennejt sa wasal jum it-tieġ
Stennejt biex drajt ngħix mas-sieħba
tiegħi
Stennejt ukoll wild, stennejt biex sirt
missier.

Stennejt dan kollu u ħafna aktar
Stennejt sa ma wasalt għad-disgħin.

Nistenna, għadni nistenna sal-
ġurnata ta' illum
Nistenna qiegħed xi sfida oħra ġdida
Nistenna wkoll l-aħħar mumenti sa
mal-mewt issejjaħli
Nistenna, nistenna x'għad baqalha
toffrili l-ħajja.

Carmen George