

Continuando nel nostro viaggio nella natura che circonda, rendendo unico il nostro paese, vorrei riportare una pianta che per secoli, col suo prezioso frutto, ha sfamato le nostre popolazioni, al giusto posto che gli compete: "il castagno".

Secondo gli studi di Lucie Randoïn la composizione dei principali costituenti conosciuti è vicina a quella del frumento. Per 100 gr: 52 d'acqua, 4 di protidi, 2,6 di lipidi, 40 grammi di amido, con presenza di minerali importanti quali il potassio, ferro, zinco, rame, manganese, fosforo, magnesio, zolfo, sodio e calcio. Una vera bomba energetica! Per non parlare poi delle vitamine presenti. La B1 e B2, la C (50 mg per 100 gr, quanto nel limone). Un frutto di grande valore calorico: 200 calorie per 100 gr. Quindi le sue proprietà, al di là del fatto nutritivo, sono: energetico, rimineralizzante, tonico muscolare, nervino e venoso, anti anemico, stomachico (favorisce la digestione) antisettico. Le indicazioni per il consumo di questo prezioso frutto sono, dopo una buona cottura, nelle astenie fisiche e intellettuali, agli anemici, ai bambini, anziani, convalescenti, a coloro che sono soggetti a varici ed emorroidi. Consigliabile a chi svolge lavori pesanti e agli sportivi. È contro indicata ai diabetici. Secondo il Greller, la corteccia del castagno, in decotto, ha proprietà anti dissenteriche. Per conservare le castagne per molti mesi, si devono versare in recipienti di acqua fredda, lasciandole a bagno per circa venti ore, poi si faranno sgocciolare all'ombra ed infine si disporranno a strati nella sabbia asciutta.

## Il ritorno del Razzo

a cura di: Fabio Bacci

Ci siamo, sta per partire la stagione degli sport invernali, e come possiamo dimenticarci di segnalare il calendario delle gare del Campione Olimpico Razzoli Giuliano. Questa sarà una stagione importante per l'atleta di Villa Minozzo che con la medaglia d'oro al collo, dovrà cercare di confermarsi sul podio di molte gare, sia nella Coppa del mondo di slalom speciale, che ai Mondiali di GARMISCH. Quindi forza Razzo e sperando che imiti il grande successo dello *sciatore Baccioli alla Festa della Castagna*, ricordiamoci di seguirlo nelle seguenti gare:

### CALENDARIO STAGIONE 2010/11

Domenica 14 Novembre 2010  
LEVI - FINLANDIA

Domenica 16 Gennaio 2011  
WENGEN - SVIZZERA

Domenica 27 Febbraio 2011  
BANSKO - BULGARIA

Domenica 12 Dicembre 2010  
VAL D'ISERE - FRANCIA

Domenica 23 Gennaio 2011  
KITZBUHEL - AUSTRIA

Domenica 06 Marzo 2011  
KRANJSKA GORA - SLOVENIA

Giovedì 06 Gennaio 2011  
ZAGABRIA - CROAZIA (notturna)

Martedì 25 Gennaio 2011  
SCHLADMING - AUSTRIA (notturna)

Domenica 20 Marzo 2011  
LENZERHEIDE - SVIZZERA (finali)

Domenica 09 Gennaio 2011  
ADELBODEN - SVIZZERA

MONDIALI DI SCI ALPINO  
Domenica 20 Febbraio 2011  
GARMISCH - GERMANIA

## Giardini di...Novembre

a cura di: Monia Guidarini

- . se non gela, continuare con la **piantagione**.
- . potare gli **arbusti da frutto** dopo che hanno perso il fogliame.
- . proteggere dal gelo le **piante in vaso**.
- . piantare i **bulbi da fiore** a fioritura primaverile.
- . sistemare il **giardino**, ma non troppo: gli animali cercano un riparo per l'inverno.
- . piantare le **virole invernali** in vasi e fioriere.
- . rimuovere le **foglie cadute** sul prato e nelle grondaie, il prato avrà un aspetto migliore.

## STAFF PROLOCO

Presidente:  
**ANNAMARIA SILVESTRI**  
Vice Presidenti:  
**IVAN BELLI e**  
**PIETRO GIORGINI**  
Tesoriere:  
**SBRIGHI LORENZO**

Segretaria:  
**CINZIA ANDREOLI**  
Consiglieri:  
**GIUSEPPE FONTANA,**  
**CLAUDIO SILVESTRI,**  
**LINO GIORGINI e**  
**GIANLUCA INCERTI**

Per informazioni, collaborazioni, critiche e quant'altro, potete contattarci direttamente o scrivere sul guestbook del sito [sologno.it](http://sologno.it) o all'indirizzo email: [info@sologno.it](mailto:info@sologno.it)  
Per collaborare con il Gazzettino potete contattarci all'indirizzo email: [bobo-70@libero.it](mailto:bobo-70@libero.it)

Il costo della realizzazione di questo numero è stato offerto da:

**AVVOCATO**  
**PATROCINANTE PRESSO LA CORTE DI CASSAZIONE**

*Claudio Silvestri*

Castelnovo Ne' Monti (RE)  
Piazza Peretti, 9  
Tel. 0522 810354 - Fax 0522 611444



NOVEMBRE - 2010

ORGANO D'INFORMAZIONE  
DELLA PRO LOCO, PAESE DI SOLOGNO

## AAA Rispetto Cercasi

a cura di: Alex Silvestri

Purtroppo questa estate sono capitati alcuni episodi a dir poco incresciosi, attraverso i quali è tornato in primo piano un problema sempre presente nelle estati solognesi: la mancanza di rispetto verso materiali e strutture della Pro loco. Ovviamente, non essendone più un membro, mi accollo tutte le responsabilità di quanto scriverò di seguito poiché non rivesto né il ruolo di portavoce né di rappresentante (anche se spero che i consiglieri della stessa siano sulla mia lunghezza d'onda). I fatti a cui facevo riferimento sono, principalmente, due. Andando in ordine cronologico, più di un testimone mi ha riferito che durante la notte bianca sono stati "SOTTRATTI" almeno una decina dei braccialetti che dovevano essere regalati a chi acquistava un cocktail. Un ragazzino e, ahimè, addirittura una "signora" con qualche primavera in più sulle spalle, approfittavano dei momenti di disattenzione dei baristi per allungare le mani e prendere più braccialetti possibile. Penso che ridursi a "SOTTRARRE" ad un ente di volontariato sia di una bassezza infinita, talmente indecoroso da far passare la voglia di continuare a sbattersi per organizzare eventi e servizi per il paese. Purtroppo io non ho assistito alla scena in diretta, perché sarei altrimenti intervenuto tempestivamente; intervento a cui non hanno provveduto coloro che hanno visto, forse perché troppo imbarazzati per credere davvero che stesse capitando tutto ciò. Oltre a questa meschinità, martedì 17 Agosto, in mattinata, mi sono recato sotto il tendone per vedere se c'era qualcosa da riordinare e mi sono trovato davanti i resti di uno dei cartoni che utilizziamo come pattume durante le varie feste. Tale contenitore era stato bruciato la notte precedente, quando tirava un vento da paura, con tutti i rischi che ne potevano derivare. Secondo qualcuno potrebbe anche essersi trattato di un episodio fortuito (quale il lancio di una sigaretta poi finita all'interno del cartone), ma io propendo per un episodio dovuto all'enorme ignoranza di qualche giovane di quelli che si riuniscono sotto il tendone dopo la mezzanotte. Infatti, essendo stato incendiato al centro della pista, si sarebbe potuto dare fuoco all'intera struttura, compresi gli spogliatoi e il bar, così come il vento avrebbe potuto portare le fiamme chissà dove ancora. Per un forte sostenitore della Pro loco come me è un atto di immensa gravità, che non ammette scusante alcuna, anche perché oltre alle cose potevano esserne interessate pure delle persone. Queste due "furbate" costituiscono un valido assist per richiedere maggior rispetto per l'area sportiva intera e tutte le varie attrezzature, perché, nonostante i continui richiami ai ragazzi più o meno giovani, si continua a girare in bici sotto il tendone sporcando la pista e rompendo le griglie per l'acqua lungo l'accesso allo stesso, a giocare a calcio sempre sotto la medesima struttura sporcando e rischiando di lacerare i teloni laterali, a non gettare negli appositi sacchi per l'immondizia i vari rifiuti che puntualmente raccogliamo dal campo sportivo e in tutta l'area circostante, a portare in campo ed in giro sugli spalti le seggiole di plastica senza poi rimetterle a posto, così che tutti gli anni ne vengono rotte a decine, a lanciare i pezzi dei tavolini di plastica e via dicendo. Un simile appello è rivolto sia ai ragazzi, sia ai loro genitori, poiché in più di un'occasione mi sono ritrovato a rimproverare per alcuni di questi comportamenti alla presenza di qualche adulto che sembrava non accorgersi di nulla. Infatti non bisogna dimenticare che gli acquisti e gli investimenti della Pro loco sono un patrimonio comune a tutto il paese ed ai suoi abitanti, non certo una proprietà mia o della stessa Pro loco che li gestisce. Ciò in quanto il loro pagamento è dovuto sia al lavoro di chi organizza gli eventi, sia a tutti voi che partecipate economicamente. Se ciò costituisce un valore aggiunto per il nostro paese è chiaro che una volta venuto meno, tutti noi perderemmo qualcosa di importante e difficilmente sostituibile.

Ricordiamo che sono a disposizione braccialetti e matite con i colori e le scritte di Sologno, che abbiamo realizzato per la 30<sup>a</sup> Festa della Castagna.

Le originali matite di legno costano 3 euro, mentre i braccialetti verdi e gialli costano 2 euro. Chi desiderasse acquistarli deve rivolgersi in particolare ad Alex, ma può informarsi anche da qualsiasi membro della Pro-loco.



Vi informiamo che sono comparse sul nostro sito [www.sologno.it](http://www.sologno.it), le prime immagini e i primi mini filmi della 30<sup>a</sup> Festa della Castagna, dovete per forza farci un salto per ricordare e rivedere questa trionfale edizione. Inoltre se qualcuno avesse delle foto non ancora pubblicate, sarebbe bello che le facesse avere ad un qualsiasi membro della Pro-loco, in modo da poterle mettere sul sito.

