

Rocca e Pieve di Minozzo

a cura di Chiara Guidarini

Iniziative

Nell'ambito del progetto di raccolta fondi per la manutenzione della Pieve di Minozzo (sec. XVII) come Amici della Rocca abbiamo in cantiere un'iniziativa piuttosto accattivante che promuoviamo assieme a VillaCultura. La sera del 15 agosto, tempo permettendo, sulla Rocca si terrà un evento dal nome provvisorio di "fiabe lunari" che vedrà la partecipazione di Fabio Bortesi dell'az. Agricola Il Tarassaco, che già altre volte è stato ospite a Sologno, accompagnato da Erika Maderna, archeologa. In un dibattito tra storia, mito e leggenda si parlerà della luna e del suo legame col femminile, degli archetipi e delle fiabe, della visione antica e del suo riflesso sul presente. Non a caso è stata scelta la notte di ferragosto: data "sacra", luna piena ed evento intenso e interessante, dialogato da Fabio ed Erika, che daranno la loro visione di un luogo permeato di storia e di energia. Le visite guidate alla Rocca e Pieve di Minozzo proseguiranno per tutte le domeniche di Agosto, ma preghiamo sempre di prenotare prima in modo di avvertire in caso di maltempo. La Pieve è visitabile solo su prenotazione in modo da verificare che la struttura non sia impegnata in altre iniziative parrocchiali.

Rocca e Pieve possono essere aperte su richiesta contattando Chiara al numero: 338 9596151.

Pagina Facebook: AmicidellaRoccaMinozzo

Instagram: amici_della_rocca_di_minozzo

E-mail: amicidellarocca@libero.it



Agosto

LE INIZIATIVE DELLA PRO LOCO PAESE DI SOLOGNO

GIOVEDÌ 8 AGOSTO ORE 21.00

**SERATA
TRA
AMICI**

PRESSO L'AIA BRUNO E DOMENICA
NELLA BORGATA DELLA VILLA
CON APERITIVI E ALTRO...

SABATO 10 AGOSTO DALLE ORE 19.00

**Festa
delle Aie**

PRESSO LA BORGATA DEL CASTELLO
MENU ITINERANTE RICCO DI COSE BUONE DOLCI E VINO
UNA OCCASIONE SPECIALE PER CONOSCERE IL PAESE
E LE SUE TRADIZIONI

VENERDÌ 16 AGOSTO ORE 20.30



TRADIZIONALE
POLENTATA IN PIAZZA



Il mercatino del Riuso

2ª domenica dei mesi di
giugno, luglio, agosto, settembre

dalle 10:00 alle 18:00 vendo, compro, scambio... bancarelle...

“La Piazza”

organo d'informazione del Paese di Sologno

numero 4
AGOSTO 2019



Lo staff del gruppo "Fuori dal Coro": Emma Fontana - Valentina Sassi - Marina Giorgini - Veronica Silvestri e Anna Giorgini. Luciana Marchi in rappresentanza della Pro Loco Paese di Sologno.

Per collaborare con il Gazzettino potete contattarci all'indirizzo email: redazione lapiazza4@gmail.com

Questo numero è offerto da Bertucci Lucia. GRAZIE DI CUORE

Comunicazione

La Pro Loco di Sologno, nella persona del suo presidente, ribadisce un principio di comportamento già espresso in altre occasioni e cioè:

Non siamo né giudici né poliziotti all'interno della nostra comunità. Non entreremo mai in merito alle decisioni prese da singoli privati cittadini i quali, per responsabilità individuale diretta, risponderanno dei propri atteggiamenti. Il nostro scopo è quello di lavorare per il bene del Paese e prevarrà sempre in noi un senso di solidarietà per chi ha bisogno o si trova in difficoltà. *Un saluto a tutti!*

*Il presidente
Remo Silvestri*

Lo sviluppo delle civiltà attraverso le erbe

a cura di Alfonso Sassi



Attraverso l'osservazione degli animali, gli uomini primitivi scoprivano con quale pianta curarsi (medicina istintiva). Il bosco ed il prato furono le loro prime farmacie. Fu osservando le capre che l'uomo cominciò ad utilizzare il Dittamo per cicatrizzare le ferite. Gli indiani d'America, guardando di quali bacche, radici, erbe andava in cerca l'orso, impararono come guarire da numerose malattie. Presso alcuni siti preistorici in Iraq i ricercatori dimostrarono che già circa 60.000 anni fa si faceva uso dell'Achillea Millefoglie (di cui Sologno è ricco) per trattare le ferite o dell'Altea per le sue proprietà lenitive, calmanti e antisettiche. Molte tribù primitive usavano la corteccia di Salice che contiene una sostanza presente nell'odierna Aspirina (acido acetil salicilico) per curare febbre e reumatismi. Queste conoscenze venivano trasmesse oralmente di padre in figlio. Ben presto divennero appannaggio di stregoni e sacerdoti e queste conoscenze rimasero occulte alle grandi masse, per poter mantenere l'enorme potere che ne derivava (medicina sacerdotale, magica). I papiri medici dell'antico Egitto (1550 A.C.) testimoniano l'uso che si faceva di almeno 500 diverse specie di piante. Il primo erbario sumero, risalente circa al 2500 A.C., riporta 230 erbe, fra cui la mandorla, l'anice, il cumino, il ginepro, lo zafferano ed il salice. Il codice assiro di Hammurabi, conservato al museo del Louvre, parla dell'uso di molte piante medicinali e della responsabilità del medico nell'esercizio della sua professione. Nella Bibbia, nel libro del Siracide 38,4,7-8 si legge: "Dalla terra il Signore fa spuntare erbe medicinali e chi ha buon senso non le rifiuta". Anche nell'età moderna le piante medicinali continuano a rappresentare il principale mezzo terapeutico per la cura delle diverse malattie. Il medico svizzero Paracelso (1493-1541) diffuse l'uso dei medicinali chimici e dimostrò che il principio attivo estratto dalle piante aveva un'efficacia molto superiore. Ma veniamo ai nostri giorni. A partire dal dopoguerra la coltivazione di erbe officinali (circa 400 specie diverse) andò progressivamente diminuendo. Si cominciò ad ottenere farmaci di sintesi. L'industria chimica farmaceutica si impadronì della produzione di medicinali e medicine. A dire il vero non so se questo fatto sia poi così positivo.

Un nuovo amico tra noi

Intervista a Luca Girardi di Anna Giorgini

Ciao Luca. Intanto grazie per avermi dato l'opportunità di farti qualche domanda. Sono una ficcanaso, lo so. Ma le storie nuove mi interessano sempre. Intanto ti chiedo chi sei e da dove vieni.

R. Ciao. Sono Luca Girardi, ho 34 anni e vengo da Carpi, provincia di Modena. Mio papà si chiama Gerardo Gerardi, mia mamma Irma Stefani e ho un fratello che si chiama Lorenzo. Sono vari anni che frequento la montagna, anche lavorando per rifugi. Per mia passione. Ho fatto un anno anche in Piemonte: bello, ma sentivo che quelle non erano le mie montagne. Tornando da un viaggio, quest'anno ho deciso di trasferirmi, non so se definitivamente, ma spero di trovarmi bene, di riuscire a trovare un equilibrio per poter starci per lungo tempo.

D. Cosa hai fatto prima di salire sui monti?

R. Prima di salire sui monti, mio nonno mi ha trasmesso la passione per la natura. Un mio amico, 10/12 anni fa mi ha portato in montagna per la prima volta e da allora mi sono innamorato della natura delle montagne. Sul Passone dal rifugio di Monteorsaro al rifugio del Battisti è nato un amore smisurato. 5/6 mesi fa, prima di salire a Sologno, ho fatto un viaggio in Sudamerica, sulle Ande, curioso di vedere tutto. Quindi sono tornato con l'idea di far rinascere questi luoghi. (anche se uno solo non può far rinascere niente): perché non tornare nelle nostre montagne? Conoscevo un po' questi posti, mi piaceva questa zona. Verso il 15 di maggio ho trascorso qui qualche giorno e ho deciso di trasferirmi e trovare lavoro qua.

D. Come mai hai fatto una scelta così particolare? I giovani come te, solitamente, amano il rumore, la confusione, la compagnia. Tu hai fatto una scelta esattamente opposta. Sono incuriosita da questo aspetto.

R. Ormai non sono più tanto giovane (andiamo per i 34...) . Ho avuto anch'io un periodo in cui amavo compagnia, rumore, anche se non ero sfegatato per le discoteche. Ho capito negli anni che nella tranquillità di un bosco trovo il mio star bene e ho capito che per una persona è importante stare bene con se stessi e, di specchio, tutti quelli che ti circondano stanno bene. Ho quindi cercato un posto che mi permettesse di stare bene con me. Anche se a volte è un pochino dura: il lavoro, la spesa, il mangiare. Però sto meglio, quindi ne vale la pena. Sento che qui in montagna sto meglio con me stesso.

D. Fa indubbiamente piacere che un giovane scelga una piccola realtà come Sologno e, sicuramente, speriamo che altri di seguano. Cosa diresti a un giovane come te per convincerlo ad abitare in montagna?

R. Ad un giovane come me o più giovane, a qualche mio amico, direi di non aver paura di quello a cui si potrebbe andare incontro perché comunque in un luogo trovi sempre persone che ti aiutano ad integrarti. Soprattutto in questi posti dove manca il ricambio delle persone. Anche l'entusiasmo con cui sono stato accolto a Sologno mi sembrava quasi strano: era una festa quando andavo giù al bar e questo mi ha fatto molto piacere. Comunque ti fa sentire meno solo e ti fa pensare che il passo che hai fatto non è così stupido o strampalato. Quello che soprattutto vorrei dire ai miei amici, a quelli della mia età che lavorano giù, una bella casa, un bel lavoro, un buon stipendio, che hanno paura di cambiare l'aggancio della catena. Sono legati a stereotipi e al di fuori di quello che già fanno il resto è troppo in dubbio. Forse hanno anche ragione, ma per come sono fatto io è bello anche mettersi in gioco ogni tanto e avere nuove cose da conoscere e non fermarsi a pensare che senza quel lavoro non puoi sopravvivere e quindi vai coi piedi all'aria: in realtà dobbiamo capire che noi siamo in gamba e dobbiamo solo metterci alla prova. Uno non deve aver paura e partire dal presupposto che, venire in montagna, significa fare lavori vecchi, (questa è una brutta parola), ma lavori manuali nelle stalle, nei boschi, nei forni. Lavori che vengono considerati duri ma che gratificano molto l'uomo, di più che il lavoro in ufficio. Io ho lavorato per 8 anni in ufficio: bellissimo, ma non mi ha gratificato lo spirito....

...La seconda puntata dell'intervista nel prossimo numero di Settembre!



Surgelati : angeli o demoni?


a cura di Anna Giorgini

I surgelati sono comparsi in Italia diversi decenni fa; diciamo che all'inizio non hanno avuto un grande successo, vuoi per la sfiducia, vuoi perché il freezer era un elettrodomestico che ancora non era presente nelle case di tutti. Successivamente c'è stato il boom della surgelazione: si acquistavano prodotti surgelati e si congelavano prodotti acquistati in offerta in quantità considerevoli, per poter risparmiare e usarli al bisogno.

Infine, poi, c'è stata la demonizzazione degli stessi: il consiglio era di usare unicamente roba fresca e di non utilizzare i surgelati che, praticamente, perdevano tutte le sostanze nutritive. Come sempre, dovrebbe essere il buon senso a prevalere. Ci sono alcuni aspetti che dovrebbero essere considerati nell'acquisto di questi prodotti. Per prima cosa la scelta di un surgelato, vuoi che sia carne, pesce o verdura, a volte, è più sensata che la scelta di un prodotto cosiddetto "fresco": un alimento che ha girato una settimana su containers, camion, treni, autostrade etc. sicuramente è più nocivo di un alimento raccolto e surgelato all'istante: quest'ultimo manterrà tutte le sue proprietà, sarà igienicamente più sicuro e sarà anche più facile da cucinare. Il prodotto "fresco" che ha subito questo stress dalla raccolta o lavorazione alla nostra tavola avrà perso gran parte delle sue proprietà nutritive e del suo sapore. A meno che non si ricorra al km zero. Ma qui andiamo in un altro discorso che si affronterà in seguito. Il prodotto surgelato però richiede alcune regole che è importante osservare:

- Quando si acquista un prodotto surgelato, metterlo nell'apposita borsa freezer e lasciare che passi poco tempo dal negozio al freezer in modo da riporlo integro.
 - Se si intende consumarlo subito, l'ideale sarebbe scongelarlo in frigo non fuori in quanto a temperatura ambiente i batteri si moltiplicano a velocità stratosferica! Se proprio avete fretta scongelate a temperatura ambiente ma cucinatelo e consumatelo velocemente.
 - Sarebbe meglio evitare la congelazione domestica di prodotti freschi, a meno che non possediate un abbattitore. Senza abbattitore l'interno del prodotto si congela lentamente e quindi può deteriorarsi. Anni fa congelavo la carne quando la trovavo in offerta: l'ultima dovevo buttarla perché immangiabile. Se lo fate consumate il vostro surgelato al più presto. Parlo anche delle preparazioni fatte in casa come lasagne tortelli etc. Non tenetele nel freezer degli anni!
 - Fate la rotazione dei prodotti che tenete nel freezer in modo da non lasciarveli troppo tempo.
 - In conclusione: meglio acquistare prodotti già surgelati che procedere da soli!
- Se si seguiranno queste semplici regole, i surgelati risulteranno un valido aiuto in cucina. Specie nei nostri luoghi dove per fare la spesa ci si deve spostare in auto.



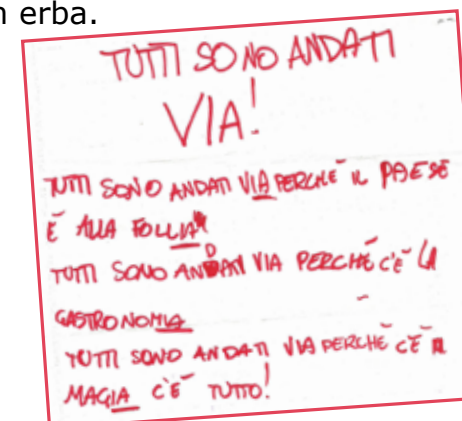
 **Ricettina veloce: piatto unico**
Scongelate carote piselli peperoni e spinaci e passateli in padella con il burro. Preparate un bel purè e cuocete degli hamburgers, a seconda di quanti siete. *Mettete tutto su un piatto e buon appetito!*

Ritrovamenti

a cura di Beatrice

Questa è una sorpresa trovata in camera di mia figlia, scritta da Beatrice. Mi piace condividerla con voi. Ha già le idee chiare sulle rime bacciate. Ciao poetessa in erba.

La nonna



State Bene

Rubrica di Stefi



IL RISO INTEGRALE

Vorrei dare una interpretazione del tutto personale alle parole riso e integrale. Riso, deriva da sorriso; integrale da sincero. Ecco questo piccolo chicco dalle mille virtù, rende felice chi lo mangia, rallegra la tavola con mille ricette diverse, fa bene a tutti i nostri organi. I suoi chicchi, se cotti al dente sono croccanti e freschi d'estate, se cotti a lungo divengono morbidi per piatti cremosi e caldi d'inverno.

Il riso, nell'antica filosofia orientale è un cereale quasi sacro, forse perché ha nutrito per millenni intere popolazioni. Era di buon auspicio tenere in casa una giara colma di riso, avrebbe portato salute, ricchezza, amore. Appunto la felicità. In giapponese riso cotto, si dice GOHAN che significa RISPETTABILE RISI BOLLITO.