

Giornalino della Fondazione Papa Giovanni Paolo II Cupramontana.

5—anno 2024 mese di agosto

pubblicato sul sito ente www.casariposocupra.it

**NUOVA ESPERIENZA CULTURALE /
RICREATIVA DELLA FONDAZIONE**

A FORISMA DEL MESE

Gli aforismi marchigiani custodiscono un grande tesoro, invisibile ma assolutamente indispensabile: quello del buon senso e della sapienza. Essi provengono da un passato remoto che racconta i tempi antichi più di quanto riescano a fare i libri di storia. In mancanza della trasmissione ai posteri con la scrittura, la formula più efficace era quella del proverbio: una frase corta, spesso in rima o con assonanze, facile da ricordare e legata, il più possibile, alla lingua e alla realtà del luogo.

San Bartolomè, a rondine va e a colomba vie'.

A San Bartolomeo, 26 agosto, le rondini vanno via e vengono le colombe .

Chi magna l'uva d'agosto non riga a be' o mosto.

Chi mangia l'uva di agosto, non arriva a bere il mosto.

SOMMARIO:

AFORISMA DEL MESE	1
QUESTA È LA NOSTRA STORIA...	2
CONSIGLI DI SALUTE: I RIMEDI DELLA NONNA	3
UNA CANZONE, UN RICORDO, UN'EMOZIONE	4
LA RICETTA DI NONNA ANITA	4
POESIA	6
INFORMAZIONI	

QUESTA E' LA NOSTRA STORIA...



MATURITA'

Il nostro viaggio continua facendoci raccontare dai nostri cari anziani ciò che più ricordano della loro maturità. La domanda posta questo mese è stata "Cosa ricordi degli anni del dopoguerra? Benessere, progresso, lavoro". "Babbo c'avìa terra sua e lu ha sempre fadigato tanto quanno c'era a guerra tanto dopo. Que c'entra, quando c'era i bombardamenti se già a nasconne. Quanno sentìa passa i carri armati, i militari, te pensa, se nasconnia dietro i castelletti de gra". Parlare della guerra è sempre difficile, ma nello stesso tempo terapeutico. Parlarne per i nostri amici anziani, significa per loro esorcizzarne la portata, ridimensionare un evento enormemente più grande di loro, considerando che erano solo dei bambini, di 2,3 massimo 8 anni. "Speramo che non vene più" dice una nostra amica abbassando lo sguardo". Uno dei ricordi che danno il senso del progresso è quello dei fuochi per cucinare. Ne parlano in molti, con ricordi poco chiari. Regna un minimo di confusione. Chiedo di raccontarmi con calma, considerando che io non sappia nulla sull'argomento. Recap generale dell'evoluzione dei fuochi per cucinare " Prima c'avìa u camì. Se cucinava li l'arola. Co un callaru, a graticola". E fino a qui ok. "Poi c'avemmo a stufa a legna. Sopra scottava e ce cocemmo". Benissimo. "Quanno ero piccola, piccola nuà c'avemmo i fochi murati". Non capisco il modello di cucina, chiedo maggiori informazioni. "C'avemmo murata na piana co 2 buchi e sotto un ripiano. Pijemmo o carbù, i tizzù (come i voli chiama'!) da u camì e i mettemmo sotto su ripiano co i buchi.

U carbò bruciava e u calore veia fori da i buchi. Ce metteamo sopra e pentole e cocevamo”. Meraviglioso, ma andiamo avanti. “Io me ricordo che quanno ero piccola li casa che stacià i fornelli, quelli a 3 fochi. Già a gas, co a bombola. Se cennìa co i fulminanti. L’altri tipi de cucina io non mi ricordo!”. Nutro qualche perplessità, ma un nostro amico ricorda, con una buona dose di sicurezza, che la madre utilizzasse l’accendigas. Faccio notare che gli accendi non erano di uso comune nel primo dopoguerra. “Non c’aveva l’accendino, ma faceva ‘na scintilla che, quanno il gas era aperto, accendeva il fuoco”. I suoi occhi sono talmente vividi, il suo tono di voce talmente sicuro che decido di tacere di accettare il racconto.

CONSIGLI DI SALUTE: I RIMEDI DELLA NONNA



Per calmare occhi stanchi e arrossati e lenire borse e occhiaie si possono utilizzare anche fettine di Cetriolo, per l'alto contenuto di acqua e sali minerali, particolarmente zinco, che decongestiona e schiarisce la pelle, idrata, tonifica. Inoltre il Cetriolo possiede proprietà detergenti utili per la pelle del viso, anche per maschere detergenti e decongestionanti.

UNA CANZONE, UN RICORDO, UN'EMOZIONE



La canzone di questo mese è... *I sing ammore*. Brano cantato da Nicola Arigliano, del 1959. Al rientro dagli Stati Uniti dove conobbe addirittura Frank Sinatra, Arigliano interpreta la musica italiana in chiave jazz. Stavolta non c'è una motivazione profonda che lega la nostra amica che ha ricordato la canzone alla canzone stessa. L'ha riportata alla memoria solamente perché le piaceva molto ascoltarla, amava il tono di voce arioso e baritonale di Nicola Arigliano.

LA RICETTA DI NONNA ANITA

POMODORI RIPIENI

Ingredienti

- Pomodori
- Tonno
- Capperi
- Maionese
- Olive
- Olio evo
- Sale
- Alici



Preparazione

Prendere i pomodori, tagliarli a metà. Con un cucchiaino, togliere la polpa interna. Preparare un impasto con tonno, capperi, alici, maionese, un po' d'olio evo e sale. Riempire i pomodori con il preparato. A piacere, guarnire con un'oliva o una alice.

Buon appetito!

