

*Giornalino della Fondazione Papa Giovanni Paolo II Cupramontana.*

*7° anno, 2026, mese di febbraio*

*pubblicato sul sito ente [www.casariposocupra.it](http://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.

#### ***Febbraio, febrarì l'inverno sta lì***

A febbraio l'inverno è ancora presente.

#### ***A febraru ogni friddu è raro***

Alla fine di febbraio il freddo dell'inverno è meno frequente.

#### **SOMMARIO:**

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

## QUESTA E' LA NOSTRA STORIA...



### Qualcos'altro sul vostro Carnevale

La domanda che pongo ai nostri amici questo mese è “Ricordate cosa accadeva, di diverso rispetto a cosa abbiamo già detto in passato, a Carnevale?” Il cuore del Carnevale era la visita alle case. Gruppi di mascherati (spesso accompagnati da un organetto o una fisarmonica) giravano per le case coloniali. “Io me ricordo che babbu ce portava, co mi cugini, lì e case de' i vicinati. Se boccava, se ballava u Saltarellu”. Il padrone di casa "doveva" offrire qualcosa: vino, uova, salsicce o pezzi di lardo. “Me ricordo che 'na vo' li casa de Pimpì u vecchìu avìa dittu ae fije de dacce 'n pezzu de salsiccia perù. Mamma mia quantu c'avìa fatto contenti!! Come l'avò mai! Era bona la salsiccia che me pare de setilla su a bocca!” In quegli anni la carne era un lusso. Carnevale era l'unica occasione per "esagerare" prima del digiuno quaresimale. “Mamma e nonna facìa e frappe, che non l'ho viste mai a cucinà cusì tantu come a Carnovale”. Le frappe sono sottili sfoglie di pasta fritte nello strutto e spolverate di zucchero (in altre zone chiamate chiacchiere o galani). Domando “mettevate anche lo zucchero sopra?”. Pronta la risposta “nuà ce mettemmo o mele, pocu pocu sa', ma a babbu je ce piacià co o mele e quannu e magna va dicìa sempre “o mele connisce mejo, senti quantu è bone!””. Vuole aggiungere una nostra amica “quanno c'avìo 12 o 13 anni ce venne a strovà pora zia Anna, che stacià de casa a Jesi. Lavò ce portò 'no scacchio de cicerchiata che nuà non l'avemmo magnata mai. Mi fratello, che era juttu mutuè, je ta dattu 'n muscu forte, no o sapià che era accuscì dura che zia ja dittu “ma que fai, nì, a cuscì te ruppi tutti i denti!! Magnala piano che è dura, nì”. L'avìa portata bianga e nera. A me m'era piaciuta de più quella nera”. Come spesso narrato, al ricordo di momenti intensi della loro infanzia gli occhi brillano in una maniera meravigliosamente vivida.

L'atto di raccontare fa riemergere la medesima emozione di allora. Un nostro amico, cuprense acquisito nell'età senile, ci racconta un episodio che vide in non ricorda quale parte d'Italia "Il martedì grasso, all'imbrunire, si celebrava il funerale del Carnevale. Si costruiva un fantoccio di paglia (spesso chiamato *Carneva*) vestito di cenci. Qualcuno leggeva un finto testamento, elencando i vizi e i peccati della comunità nell'anno appena passato. Il fantoccio veniva bruciato in piazza. Le fiamme simboleggiavano la fine dell'inverno e la purificazione della terra. Se il fumo andava verso una certa direzione, i contadini traevano auspici per il raccolto". Molto affascinante. Poi c'era l'atmosfera sonora. Non le algoritmiche playlists di oggi. Il suono del Carnevale marchigiano del '60 era il ritmo ossessivo dell'organetto, le stornellate improvvisate: rime bacciate spesso volgari e ironiche che prendevano in giro il padrone o il prete. Ci tiene a raccontare una nostra amica che in più occasioni a paesato il proprio amore per il ballo "quando gievamo a casa dopo che avemmo ballato a Carnelave eravamo tutte sudate. Se ce penso adè come zompettavo a ballà u Salterello manco me pare vero!". Poi ricorda uno stornello "E se vòlete ballà, ballate bene, che de lo ballo n'avete le catene! Sòna l'organetto e scappa fora, chi non sa ballà, s'impari l'ora!"

## CONSIGLI DI SALUTE: I RIMEDI DELLA NONNA



L'Impiastro di Farina di Lino (per la tosse). Quando il freddo dell'Appennino "mordeva" i polmoni, le nonne preparavano la polentina. Si faceva bollire la farina di semi di lino con l'acqua fino a ottenere una pappa densa.

- **L'uso:** Veniva spalmata bollente tra due panni di lana e applicata sul petto.
- **L'effetto:** Il calore umido e le proprietà emollienti del lino aiutavano a sciogliere il catarro e a calmare la tosse persistente.

## UNA CANZONE, UN RICORDO, UN'EMOZIONE



La canzone di questo mese è... *E' vero di Pino Donaggio*. È una ballata lenta e malinconica, costruita su un arrangiamento orchestrale elegante tipico della canzone sentimentale dell'epoca. L'interpretazione di Donaggio è molto espressiva: voce calda, controllata, con accenti quasi drammatici ma mai sopra le righe. È una canzone costruita sulla rassegnazione più che sulla rabbia: il protagonista riconosce la verità della perdita dell'amore e ne accetta, con malinconia, le conseguenze.

## LA RICETTA DI NONNA ANITA

### FRASCARELLI

#### Ingredienti

- farina
- pancetta
- sugo di pomodoro
- olio d'oliva
- pecorino



## **Preparazione**

Piatto poverissimo dell'entroterra. Versare a pioggia farina (spesso mista a semola) in acqua bollente salata, mescolare fino a ottenere piccoli grumi. Conditre con:

- sugo di pomodoro semplice
- pancetta
- oppure solo olio e pecorino

È una sorta di “antenato” rustico della pasta fatta in casa.

Buon appetito!

