

Giornalino della Fondazione Papa Giovanni Paolo II Cupramontana.

6—anno 2025 mese di marzo

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.

Marzu pe 'u sole, aprile pe' l'acqua, maggiu pe' l'erba

Descrive il ritmo ideale della natura, ogni mese ha il suo ruolo per un buon raccolto

Marzu pazzerello 'a mattina u sole a sera l'ombrellu

Indica la variabilità metereologica del mese di marzo.

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...



IL PARTO NEGLI ANNI '50

La domanda che pongo ai nostri amici questo mese è "Com'era il parto ai tempi vostri?". Negli anni '50, soprattutto nei piccoli borghi e casolari sparsi tra le colline, era molto raro partorire in ospedale. Le donne partorivano quasi sempre in casa, nella propria camera da letto, assistite dalla levatrice — la "comare", come veniva chiamata con rispetto e affetto — e dalle donne più esperte della famiglia. "Lavò mica se già all'ospedala pe' partorì. Capirai l'ospedale più vicino stacia a Jesi co' u biroccio ce se mittìa 'na settimana a rigà! O facemmo su u carrittu!" Grassa risata a corroborare la battuta finale. La levatrice arrivava con la bicicletta o a piedi, portando nella sua borsa di cuoio forbici, bende, sapone di Marsiglia e il famoso olio di ricino. Era lei a guidare la madre tra i dolori e a prendersi cura del piccolo appena nato, mentre fuori dalla stanza le altre donne preparavano brodo caldo e panni puliti. "na vo' nonna me raccontò che quando dovìo nasce mamma non ja facià a famme" risata di circostanza con circospetta osservazione della reazione degli astanti. "Allora a comare j'avìa dato non so quanto olio de ricino, e alla fina a sgravato!" alla parola sgravato la nostra amica ha aperto la braccia per mimare il sollievo della propria madre dopo aver, a fatica, partorito. Quando il bambino nasceva, la notizia si spargeva in tutto il paese o nella contrada. "Quando a comare già a casa, o dicià a tutti quelli che vidìa ch'era natu u munellu. Cape-rai, dopo o sapìa tuttu u paese!" il ruolo della comare era anche quello di "spoileratrice"! Continua a raccontare un'altra nostra amica "u vicinatu portaa i doni pe' festeggià u munellu natu: l'ova, u' formaggiu, oppure o vi', qualchedu' u' ciambellò". Non esistevano regali costosi. Precisa un'altra amica "ogni oggetto donato, del cibo, un vestitino, una copertina, una culla, veniva fatto a mano."

Domando chi fosse la levatrice, di descriverne il ruolo. “Era la protagonista accanto alla mamma” afferma con orgoglio la signora ultima a parlare. “Nonna a chiamava “mammana”. Chiedo se aveva studiato per fare quel delicato lavoro “qualcheduna sci, pocu, ma scì. Prima prima nooo!! O facìa perché l’avìa sempre fatto e o spìa fa”. Solo esperienza. Cosa faceva praticamente questa donna, insisto nel farmi raccontare. “A levatrice assistìa a u partu, tagliava u cordò e stacià attenti subbitu dopo che u munello era natu che non c’era periculo pe’ ‘u mnuellu e pe’ a madre” La levatrice godeva di enorme rispetto. “Mica je se dacìa i soldi. Qualche signore poesse che jì dacìa. Sennò i contadì je dacìa l’ova, a farina o ‘na gallina, toh ‘n’oca”. C’è un aura di misticismo intorno a questo racconto, come di qualcosa che si perda nella nebbia del corso dei tempi, quasi irreale se pensiamo al mondo contemporaneo. Sembra una immaginifica magnifica favola.

CONSIGLI DI SALUTE: I RIMEDI DELLA NONNA



Cataplasma di Cipolla, ovvero anche detta “La pomata dei poveri”

Per la tosse forte e il catarro, si usava un cataplasma di cipolla calda.

Come si faceva: la cipolla veniva cotta, schiacciata, avvolta in un panno e applicata calda sul petto prima di dormire.

Perché: la cipolla ha proprietà espettoranti e antisettiche, aiutava a sciogliere il muco

UNA CANZONE, UN RICORDO, UN'EMOZIONE



La canzone di questo mese è... *Non dimenticar*, una cantata da Mina. E' una canzone d'amore semplice ma intensissima, che parla di un sentimento puro e profondo, con una richiesta dolce e universale: non dimenticare mai chi ti ha amato. Il testo è come una lettera sussurrata, in cui chi canta chiede alla persona amata di custodire il ricordo del loro amore, anche se la vita li porterà lontano o se le cose dovessero cambiare. Ce l'ha riportata alla memoria un nostro amico, perché quand'era giovane per conquistare il cuore di una ragazza del paese, gli dedicò proprio questo brano.

LA RICETTA DI NONNA ANITA

POLENTA CON STOC- CAFISSE



Ingredienti per il sugo:

- 800 g di stoccafisso già ammollato
- 500 g di patate
- 1 cipolla grande
- 1 spicchio d'aglio
- 1 ciuffo di prezzemolo
- 300 g di pomodori pelati o passata
- 1 bicchiere di vino bianco secco
- Olio extravergine d'oliva, sale e pepe q.b.

Ingredienti per la polenta:

- 300 g di farina di mais (macinata a pietra se possibile)
- 1,2 litri di acqua
- Sale grosso q.b.

Preparazione

Tagliare lo stoccafisso a pezzi e lessarlo per 5 minuti in acqua bollente, scolarlo e tenerlo da parte. In una casseruola larga soffriggere la cipolla tritata, l'aglio e il prezzemolo in abbondante olio extravergine. Aggiungere lo stoccafisso, farlo insaporire, sfumare con il vino bianco e lasciare evaporare. Versare i pomodori pelati (o passata) e cuocerli a fuoco dolce. Dopo circa 15 minuti aggiungere le patate a cubetti, aggiustare di sale e pepe. Coprire e lasciar cuocere per almeno 40-50 minuti finché patate e pesce saranno morbidi.

Portare a bollore l'acqua con il sale grosso. Versare la farina di mais a pioggia, mescolare con una frusta per evitare i grumi. Continuare la cottura mescolando a fuoco basso per circa 45 minuti (si può usare polenta istantanea per accorciare i tempi). Quando è pronta, versarla su un tagliere di legno e livellala.

Disporre la polenta calda sul piatto o sul tagliere di legno. Sopra versare generosamente lo stoccafisso con patate e sugo. Condire con un filo d'olio a crudo e una spolverata di prezzemolo.

Buon appetito!

