

# L'ARCA

*Pubblicazione periodica rivolta a tutti gli ospiti e loro amici  
emessa dalla redazione dell' "Istituto per Anziani "*

*" Casa De Battisti " di Cerea Verona*

*Novembre / Dicembre 2024*



*Redazione : Educatori Professionali Animatori  
Leda Scarmagnani ed Alberto Ferrarini ,*

*Ospiti e Personale della Struttura ..Volontari-Amici- .Simpatizzanti*

*Eccoci ,*

*siamo arrivati al termine di questo 2024 per inoltrarci nel nuovo anno con fiducia ,speranza ,desideri da realizzare ..e chi piu' ne ha ne metta ..*

*Facendo un riassunto di questo anno ormai*

*agli sgoccioli , si puo' dire che è stato ricco di iniziative :*

*feste musicali , giochi , uscite con pulmino , incontri interessanti con vari gruppi della comunita' che ci circonda ( bambini e ragazzi delle scuole , gruppi di anziani e non ,di Comuni limitrofi ed associazioni varie , musicoterapia , percorso con Pet Therapy ,Clown Therapy ,partecipazione alle Olimpiadi dell'anziano ....)*

*Ringraziamo il gruppo dei volontari che con la loro presenza ci portano allegria, amicizia ,compagnia e ci fanno sentire il senso di appartenenza ed inclusione alla comunita', dandoci ogni giorno calore umano .*

*Per l'anno 2025, oltre a portarci con noi le esperienze positive fatte in questo 2024 , abbiamo in serbo tante altre iniziative che sicuramente faranno molto piacere ai nostri residenti ..*

*Proseguiranno i vari laboratori creativi e di pittura con un nuovo Progetto Obiettivo “ Club degli Artisti “ dove*

*ci vedremo impegnati con l'uso di tele, colori e pennelli ,dando libero sfogo alla nostra fantasia .*

*Riprenderemo il Progetto Obiettivo "Brodo Caldo per l'anima " che aveva dato riscontri molto positivi prima del Covid .*

*Anche quest'anno avremo un calendario di feste molto ricco , che dara' gioia e convivialita' alle nostre giornate ...*

*A tutti , Auguri di Buone Feste e Buon Anno .*



Per riflettere ...

<https://www.ilregnodibabbonatale.it/blog/cosa-e-il-natale>

## COSA È IL NATALE, IL SIGNIFICATO DEL NATALE

Ce lo siamo mai chiesti cosa è il Natale? Dai, proviamo ora a capire quale è il significato del Natale...

Visto? La risposta non arriva così immediata. Questo accade perché il Natale assume significati che variano da quando siamo piccoli a quando gradualmente cresciamo. Siamo dunque naturalmente portati a confonderlo tra la **nostalgia dei ricordi**, rischiando di ridurne il **vero significato** ad una ricorrenza d'abitudine.

Ma il vero significato del Natale, quello con cui specchiarsi e confrontarsi veramente, lo lasceremo per ultimo... è utile prima di tutto compiere **un piccolo viaggio** sulle **influenze** e sulle grandi luci del Natale moderno; ovvero gli accadimenti fondamentali che hanno rilanciato ciclicamente il Natale nella società occidentale (anche se vedremo poi, che il **concetto del Natale è universale** e non appartenente ad una particolare fetta di mondo... perché ogni fetta manifesta diversamente la stessa identica cosa).

### Cosa rappresenta il Natale di ieri

Sono due le grandi luci che negli ultimi due secoli (circa) hanno portato il Natale tra la gente del mondo... di ogni parte del mondo.

La prima Luce è quella accesa da **Charles Dickens** nel 1843 quando ha pubblicato il suo Christmas Carol ([Canto di Natale](#)). Siamo in epoca Vittoriana e Dickens si assicura un posto da protagonista nel significato del Natale scrivendo la storia del percorso che lo scorbutico Scrooge compie per trasformarsi in una **persona generosa e amorevole**.

Un atto di grande infusione valoriale, perché il lettore accompagna il vecchio Ebenezer nel viaggio guidato dai tre spiriti.

Ognuno di loro gli mostra un punto di vista partendo dai suoi natali passati e dunque rivolti a se stesso, per andare nel Natale presente dove Scrooge può osservarsi in mezzo alla gente che lo circonda, per finire poi con i Natali futuri dove scopre che il futuro è conseguente al suo modo di agire, e che con quel caratteraccio non è che avesse un orizzonte così promettente! Scrooge torna indietro, si redime e decide di orientare la sua vita verso la generosità e l'amore per il prossimo.

Gli anni passano, esattamente 49 e dall'altra parte del mondo, nel **1892**, nasce quasi per caso quella che poi sarebbe diventata la seconda Luce del Natale! Parliamo di **Coca Cola** che mette la sua bottiglietta nelle mani di un Babbo Natale rivisto e ridipinto per l'occasione. Inizia l'era del **Natale POP**... era in cui i simboli del Natale saranno usati (specialmente negli ultimi 40 anni) per spingere commercio e consumismo alla velocità della luce!

Da notare però che al tempo la società muoveva i primi passi verso il magico mondo del marketing, potendo contare su un livello di cultura, educazione valoriale molto diversi da quelli di oggi...

insomma dietro tutti quegli slogan e cartelli c'era ancora una certa sostanza, e **per sostanza intendiamo semplicemente la consapevolezza sull'esistenza di valori come: amore verso il prossimo, verso se stessi, gentilezza, lealtà, autenticità.**

Vedete? **La luce del Natale** rende tutto più bello e caldo... anche gli ambienti e cuori più freddi! **Sempre!**

## **Il Natale oggi**

L'era del Natale "Coca Cola" sta finendo e se facciamo attenzione vediamo intorno a noi un Natale che vale la pena rilanciare **nel suo aspetto valoriale**... altrimenti sarà sempre bello e presente esteticamente ma con poca sostanza (toh, ecco l'uomo di oggi!).

Allora cosa è il Natale?

Una tradizione, un periodo dell'anno, una scusa, una abitudine... quale è dunque, con sincerità, il significato che oggi diamo al Natale?

Commercio e consumismo c'erano anche prima, ma a questo punto dovremmo aver capito che era l'uomo ad essere diverso.

Eravamo attenti e coltivavamo una parte di noi che oggi, per abitudine, rischiamo di trascurare troppo.

La **gentilezza** sembra quasi una cosa straordinaria, e salutare una persona per strada potrebbe addirittura risultare offensivo... **se solo ci fermassimo un secondo a pensare a quanto potente possa essere un sorriso sincero, una predisposizione attenta e autentica all'ascolto del prossimo cercando sempre il giusto punto d'incontro.** Un dono, un regalo, sì, è roba materiale e alimenta per tanti il Natale consumista... solo se materia rimane! Perché poi abbiamo noi il potere di dargli il significato che sarà il VERO valore di quel dono. Il regalo è un **veicolo** che deve trasmettere la nostra voglia di far star bene chi lo riceve... **qualsiasi cosa può essere un regalo di Natale se veicola questa intenzione.** Altrimenti è solo vanità... l'oro... non lo sa di essere prezioso, lo abbiamo deciso noi.

Dunque noi possiamo decidere che la nostra telefonata, il nostro sorriso, un oggetto o qualsiasi altra cosa possano essere speciali a tal punto di venire promossi alla qualità di "regalo per far felice qualcuno".

E non c'è valore o gioiello che possa sostituirsi a questa parte...

Facciamo l'esempio di un appassionato di [decorazioni Natalizie](#) che addobba la casa a gran festa... un salotto dall'atmosfera calda che coccola l'anima. Come verrà usata quella stanza? Una vetrina da guardare come un quadro o un luogo dove accogliere la famiglia, gli amici con il chiaro messaggio "guarda che atmosfera ho preparato per accogliervi!".

Quindi che si spenda nulla, un euro o un milione, un oggetto resta un oggetto... **il valore sta nell'intenzione.** Questi sono i valori su cui è fondato il Regno di Babbo Natale e il suo instancabile lavoro per trasmetterli lo hanno reso negli anni la nuova Luce del Natale contemporaneo.

## **Il Natale domani**



In questo paragrafo ci saranno scritte le conseguenze delle decisioni che prenderemo da oggi in poi... è sempre **tutto da scrivere**, Natale compreso.

La buona notizia, come è stato per Scrooge, è che siamo ancora in tempo e basta orientare la nostra volontà in modo più **buono e virtuoso** per coltivare piante che in futuro daranno meravigliosi frutti.

La cattiva notizia è che è un lavoro che richiede **grande forza di volontà**, un lavoro che non può far nessuno al posto nostro... si inizia da ora... e ad ogni cambiamento interiore, vedrete come per magia corrispondere un cambiamento esteriore.

Ricordiamolo ancora, **la Luce del Natale rende tutto più bello...** anche se all'inizio possa sembrare una forzatura. Vanno solo mollate le nostre resistenze per tuffarci nella bellezza senza zavorre... Questo deve essere il nostro obiettivo costante, e perseverando, i risultati saranno sorprendenti. Serve solo il coraggio di sorridere anche quando la circostanza suggerisce l'esatto opposto. Ricordiamolo ancora, **la Luce del Natale rende tutto più bello...** anche se all'inizio possa sembrare una forzatura. Vanno solo mollate le nostre resistenze per **tuffarci nella bellezza** senza zavorre... Questo deve essere il nostro obiettivo costante, e perseverando, i risultati saranno sorprendenti. Serve solo il coraggio di sorridere anche quando la circostanza suggerisce l'esatto opposto.

## **Il vero significato del Natale**

Insomma... questo benedetto Natale, **cosa significa?**

Abbiamo fatto una lunga digressione su ciò che il Natale ha rappresentato e possa rappresentare per la società che lo vive, ma non abbiamo ancora neanche scalfito cosa veramente significhi. Ed eccolo lì, il significato del Natale che bello sornione ci guarda mentre viviamo, e se la ridacchia accogliendo a cuore e braccia aperte chiunque riesca ad alzare la testa ed accorgersi degli ovvi segnali che manda.

**Il Natale è l'INIZIO... stop!**

Ma abbiamo capito la grandezza di quanto abbiamo appena detto e della immensa opportunità che ci prospetta? Charles Dickens lo aveva capito

bene... il Natale ci insegna (specialmente a noi adulti) che **l'inizio non è passato**, ma è ciclico !

Il Natale è la possibilità di tornare all'inizio e ricominciare proprio da lì, ogni volta che è Natale !

Pensate un attimo di poter tornare bambini... ma con la testa di oggi e le esperienze fatte! E riprendere a vivere da quello stato d'animo... facciamo finta che la vita fino ad oggi sia identica al viaggio di Ebenezer Scrooge e ci venga data **la possibilità di tornare indietro**.

Probabilmente faremmo le stesse cose (impossibile), ma sarebbero vissute in modo **TOTALMENTE DIVERSO** perché se cambia lo stato coscienziale cambia il nostro comportamento... e se cambia il nostro comportamento, cambia tutto il resto! Dunque, il fatto che il Natale venga ogni anno, e che addirittura possa esserlo **OGNI GIORNO**, non vi fa venire in mente la possibilità di poter sempre contare su **un nuovo inizio**, forti e consapevoli delle esperienze fatte?

Natale è **TORNARE ALL'INIZIO**, bambini di tre anni con il vantaggio di non passare più per il trauma dell'adolescenza.

Quando da adulti pensiamo che un bimbo sbagli "perché non capisce" oppure "sii felice adesso perché poi la Vita non è tutta rosa e fiori"... forse siamo noi ad aver perso qualche diottria.

Vivere il Natale tenendo conto di quanto detto fino ad ora, è l'opportunità di riaccendere nella vita tutti quei colori che pensiamo ormai confinati nel cassetto della Nostalgia.

Non è il tempo che torna indietro... il tempo non c'entra nulla... è **la nostra Luce** che sarà liberata da tutte le strutture che ci abbiamo costruito sopra crescendo e che sfumerà ogni buio dentro e fuori di noi. **Se quella Luce è accesa e splende... sarà Natale, ogni momento.**

E vivremo da adulti con il vivido spirito di un bimbo anche attraverso i momenti più duri della vita... eccola qui, **non sprechiamola**.



<https://www.promozioneumana.it/il-natale-dei-nostri-nonni-e-bisnonni/>

# Il Natale dei nostri nonni e bisnonni



## *Il Natale dei nostri nonni e bisnonni*

**“I ricordi che ci riportano nel passato hanno qualcosa da suggerirci, da insegnarci. Conservano esperienze,**

**desideri raggiunti, ideali che solo il futuro ha potuto accertare. Nel mio piccolo mondo di ieri, povero di cose e ricco d'umano, ho conosciuto persone, vissuto fatti che hanno lasciato in me il desiderio di correre verso il futuro con in mano la fiaccola accesa.” *Don Chino Pezzoli***

Sembra incredibile pensare che, meno di sessant'anni fa, le cose erano totalmente diverse, anzi, proprio l'esatto contrario: i bisnonni e nonni ricordano ancora il tempo in cui il Natale era una festa esclusivamente religiosa e vissuta in maniera più intensa e partecipata di quanto non lo sia oggi.

I ragazzi si riunivano nei cortili, nelle famiglie o nelle stalle per tutto il tempo che precedeva il Natale e intonavano le canzoni natalizie, non canti d'autore, ma canti popolari della tradizione regionale, uno diverso dall'altro ma ciascuno con una sua particolarità, che narravano gli eventi legati alla nascita di Gesù. E nove giorni prima del lieto evento natalizio tutti in Chiesa per la novena natalizia che ci preparava interiormente al Natale.

Nella prossimità del Natale, le mamme recuperavano pezzi di vecchie lenzuola per dare forma alle bambole di pezza; i papà, a volte aiutati dai falegnami che avevano bottega, costruivano piccoli giocattoli di legno, qualcuno anche intagliato. In alcuni paesi e città i genitori riservavano ai bambini più piccoli la sorpresa di Gesù bambino che passava dopo la mezzanotte, appena nato, nelle case e lasciava alcuni doni: caramelle, aranci, castagne, biscotti e qualche pezzo di carbone ai bambini cattivi.

Si attendeva la mezzanotte in famiglia prima di mangiare la «busecca» (la «trippa»). La busecca aveva una specialità, veniva cioè preparata con le interiora dei polli e

galletti allevati nei cortili di casa. Grandi e piccoli, riuniti attorno alla tavolata, recitavano una preghiera al bambino Gesù, facevano un canto natalizio e consumavano il pasto gustoso scambiandosi gli auguri.

La Messa natalizia tradizionale di quegli anni era quella delle 10 del mattino. Tutta la famiglia era presente ad ascoltare il sermone del parroco per trascorre quel giorno sereno e aprire la porta della propria casa ai poveri per pranzare insieme.

Tornate dalla Messa, le donne ultimavano di cucinare il pranzo di Natale, mentre gli uomini erano impegnati a caricar la legna nella stufa e nel il camino, portare il fiasco di vinello conservato in cantina per la circostanza, disporre le sedie e le panche attorno alla tavolata, tenere a bada i figli e i nipoti che scorrazzavano da ogni parte.

Al tocco del mezzogiorno tutti al proprio posto attorno alla tavolata per una preghiera di ringraziamento e il corale buon appetito. Allora l'appetito non mancava...

Il pranzo di Natale era il momento in cui tutta la famiglia si ritrovava riunita insieme. Prima che si iniziasse a mangiare, era tradizione da parte dei bambini far trovare una letterina piena di buoni propositi sotto il piatto del papà e della mamma: promettevano maggior impegno a scuola, più educazione in famiglia e i più grandi assicuravano l'impegno di aiutare i genitori nel lavoro in campagna, nella bottega artigianale. Allora l'obbedienza e il rispetto dei genitori era una virtù.

Il presepio costruito in un angolo della casa, ricordava la nascita di Gesù in una stalla, povero.

Le statuine erano molto più grandi realizzate in cartapesta, in legno, spesso ereditate dai padri e dai nonni; di solito si arricchiva il paesaggio con il muschio e rami di ginepro e gelso tagliati nei boschi delle colline o campagne. Il paesaggio del presepe oltre alle statuette era guarnito di casette, di strade, di pascoli con le pecore e il pastore.

La capanna era al centro del presepe dove capeggiava il bue e l'asino impegnati a riscaldare il piccolo nato e le due statuine di Maria e Giuseppe.

Il pomeriggio di Natale dopo aver pranzato mentre i grandi discutevano, giocavano a carte, alla mora, i giovani scorrazzavano per il paese in attesa della cena e della tombolata, mentre i piccoli giocavano in casa o in cortile con una palla, una corda, a bandierina, a lippa e altri giochi di quel tempo. Un Natale povero, ma bello.

A sera mentre grandi e piccoli salivano le scale di legno per recarsi nelle stanze, la gioia di quella giornata veniva velata dal pensiero che il giorno dopo dovevano attendere per pochi soldi al duro lavoro



[https://www.ilpaeseideibambinichesorridono.it/fiaba\\_santa\\_lucia.htm](https://www.ilpaeseideibambinichesorridono.it/fiaba_santa_lucia.htm)

## La fiaba di Santa Lucia

Quando S. Lucia salì in cielo, tutti si meravigliarono nel veder arrivare una persona così giovane.

Ben presto la Santa con i suoi modi dolci ed i suoi occhi pieni di luce conquistò tutti e, persino lo scontroso S. Pietro si prese cura di lei come fanno i nonni con i nipoti.

Così trascorrevano i giorni allietati di serenità e pace e Lucia si godeva questa sublime situazione, riflettendo su quanto fossero lontane da lei le sofferenze e la cattiveria che regnavano sulla Terra.

S. Pietro, che nonostante la sua lunga barba bianca, aveva ancora una vista acutissima, si accorse che un sottile velo di tristezza si era posato sugli occhi celestiali di Lucia e, così,

decise di chiamarla a sé per parlarle. S. Lucia gli disse che avrebbe tanto desiderato anche per un solo minuto poter rivedere il suo paese in Sicilia e i suoi poveri.

S. Pietro, fu talmente colpito da quella richiesta che passò giorni e notti fra le morbide nuvole del Paradiso a pensare come potesse esaudire il suo desiderio, finché prese coraggio e decise di parlarne col Padre Eterno.

S'incamminò un po' timoroso e quando fu da Lui espose la richiesta tenendo sempre china la testa in segno di profondo rispetto.

S. Pietro restò immobile ad aspettare una risposta poi, inaspettatamente, udì uno strano e metallico tintinnio; socchiuse gli occhi e vide che il buon Dio teneva in mano una piccola chiave d'oro.

“Tieni Pietro, questa é la chiave che apre una finestrella che dà sul mondo, prendila e portala a S. Lucia” disse il Signore.

S. Pietro fu così meravigliato che afferrò la chiave e corse come un ragazzino a cercare la sua Santa bambina, felice di aver esaudito il suo desiderio. Immediatamente gli occhi della santa s'illuminarono e i due salirono su di una nuvoletta che li portò alla magica finestrella. Quando arrivarono, Lucia con la mano tremante, infilò la chiave nella fessura e, come d'incanto, le apparve laggiù il mondo.

La giovane fu soddisfatta di quella visione e, per lungo tempo, non desiderò più aprire gli occhi sulle cose terrene.

Una notte però, il suo sonno venne turbato da lontani lamenti e pianti. Lucia, preoccupata decise di prendere la chiave per vedere cosa stesse accadendo. Fu in quel momento che la santa vide tutte le cose ingiuste, la vita dissoluta, il male, ma soprattutto vide bambini che soffrivano e piangevano. Rammaricata richiuse piano la finestrella e, una profonda tristezza, calò sui suoi dolcissimi occhi celesti. Lucia sperava di vedere presto migliorare le cose sulla Terra; la sofferenza dei bambini l'angosciava tantissimo,



non sopportando che proprio loro, così immacolati ed indifesi, potessero subire angherie fisiche o morali da parte degli adulti.

S. Pietro nel frattempo la osservava in silenzio e, notava man mano che passavano le giornate, il mutamento d'umore di Lucia.

Nemmeno al Padre Eterno passò inosservata la cosa e decise di chiamare S. Pietro. "Caro Pietro," disse il Signore "lo so quello che turba S. Lucia.

Ella soffre per i patimenti dei bambini e le privazioni alle quali sono sottoposti." disse ed aggiunse:

"Ho deciso, daremo l'incarico proprio a Lei di portare una volta all'anno un po' di allegria sulla Terra e, tu Pietro, le dirai che il Signore l'autorizza a scendere il giorno del suo martirio cioè il 13 dicembre per portare doni a tutti i bambini della Terra.

Ora vai, corri, voglio che torni la luce in quei santi occhi." S. Pietro fu talmente felice, che, abbracciò il Signore e poi si affrettò a cercare Lucia per darle la bellissima notizia. Subito la santa rimase incredula, ma poi si convinse riempiendosi il cuore di letizia. Ormai mancavano pochi giorni al 13 dicembre, ma Lucia capì ben presto che non disponeva di nulla ed, in Paradiso, non esistevano né pasticcerie, né negozi di giocattoli. Questa volta S. Pietro fu veramente geniale; chiamò S. Lucia e la invitò a prendere la chiave d'oro dicendole di seguirlo.

"Apri la finestrella e guarda bene" disse Pietro.

"Vedi là nello spazio?

Eccolo, lì c'è un cavallino, una bambola, un trenino, là c'è una trombetta, una trottola, li vedi?

Sai cosa sono tutti quei giochi?

Sono i giochi superflui, inutili, abbandonati e dimenticati dai bambini viziati e mai contenti.

I giochi sono come le persone, cercano compagnia e, se nessuno li vuole più, preferiscono andare nello spazio, sperando d'incontrare qualche bimbo disposto a giocare con loro.. su' dai forza, prendine quanti ne vuoi e portali a chi ne ha veramente bisogno" concluse Pietro. "Oh, nonno Pietro, grazie, grazie di cuore" disse S. Lucia e cominciò ad afferrare tutti quei giocattoli abbandonati. La santa lavorò fino alla sera del 12 dicembre e mise tutti i giocattoli in grandi sacchi che appoggiò sulle spalle.

Ma cara Lucia, così non arriverai mai con tutto quel carico, pesa troppo" disse Pietro e col suo vocione esclamò: " C'è qualcuno qui che sarebbe disposto ad aiutare S. Lucia?"

"Iho...Iho..."Tu, mio dolce asinello?

Se a Lucia va bene, andrà bene anche a me" disse Pietro guardando la santa.

"Bravo asinello, tu sarai il mio fedele accompagnatore, vedrai, quando ci vedranno i bambini che gioia sarà per loro" disse Lucia accarezzando la generosa bestiola.

Ecco come nacque il viaggio di S. Lucia e del suo asinello; da allora non hanno mai mancato all'appuntamento ogni 13 dicembre con i bambini buoni e bravi.



*Finalmente abbiamo*

*“IL giornale delle Buone Notizie”*

<https://www.buonenotizie.it/sostenibilita/2024/10/12/ghiacciai-alpini-un-patrimonio-da-proteggere-un-futuro-da-costruire/collu-benedetta/>

<https://www.buonenotizie.it/>

## Ghiacciai Alpini : un patrimonio da proteggere, un futuro da costruire

COLLU.BENEDETTA

### SOSTENIBILITÀ

Dal 1860 lo scioglimento dei ghiacciai alpini non si è mai fermato. Secondo i dati riportati dall'Università degli studi di Milano, in 60 anni, i ghiacciai italiani si sono ridotti del 30% di cui il 13% solo negli ultimi dieci anni. L'innalzamento della temperatura globale, ha già portato all'**estinzione di diversi ghiacciai**. In base ai dati riportati dall'associazione Legambiente il prossimo ghiacciaio alpino destinato all'estinzione è quello della Marmolada.

Dal 1888 è arretrato di 1.200 metri e negli ultimi cinque anni ha perso ben altri 70 ettari.

Vittime del surriscaldamento globale non sono solo le Alpi. Lo scioglimento dei ghiacciai comprende anche la calotta polare della Groenlandia e quella antartica.

La preoccupazione degli scienziati, oltre agli impatti ambientali del fenomeno, è la **presenza di virus sconosciuti** che potrebbero potenzialmente portare a nuove epidemie locali o pandemie. Per difendere i ghiacciai e rallentarne lo scioglimento gli esperti stanno sperimentando l'uso di nuove tecnologie come i teli geotessili, l'iniezione di acqua fredda e neve artificiale o il ripristino dei vecchi ecosistemi.



Ghiacci alpini: la ricerca contro lo scioglimento dei ghiacciai (Credits: NASA/JPL-Caltech)

## Il ruolo dell'ingegneria climatica nello scioglimento dei ghiacciai

Da anni l'ingegneria climatica, che si occupa dell'applicazione di tecniche artificiali di intervento umano sull'ambiente fisico, studia nuovi metodi e tecnologie per rallentare e fermare lo scioglimento dei ghiacciai. Nel 2008, in Italia, sono stati stesi i primi teli geotessili sul ghiacciaio del Presena. L'opera ha come scopo quello di **riflettere i raggi del sole e al contempo isolare termicamente il permafrost sottostante, diminuendone il progressivo scioglimento.**

Grazie a questo sistema i glaciologi dell'Università di Innsbruck continuano a monitorare una **riduzione dello scioglimento dei ghiacciai di almeno il 60%**. Tale ingegneria, seppur funzionale, è onerosa e ad oggi quasi obsoleta. Nonostante sia applicata in diverse alpi turistiche, soprattutto in prossimità di piste sciistiche come quella di Serauda sulla Marmolada, gli ingegneri sono alla costante ricerca di metodi efficaci e sostenibili ma allo stesso tempo meno dispendiosi economicamente.



Ghiacciai alpini: Come l'uso dei teli geotessili previene lo scioglimento dei ghiacciai (Credits: Susanne Jutzeler, Pexels)

### **Ghiacciaio di Morteratsch: invertire la rotta è possibile**

Il ghiacciaio di Morteratsch, in Svizzera, è stato luogo di uno studio condotto dal climatologo Johannes Oerlemans dell'*Institute for Marine and Atmospheric Research*, detto anche IMAU. Secondo lo scienziato, con uno scenario climatico di aumento della temperatura di  $0,0022\text{ }^{\circ}\text{C}$  all'anno e un'area coperta di neve di  $0,8\text{ km}^2$  tutto l'anno, nelle condizioni attuali, sarebbe possibile persino **una crescita in lunghezza del ghiacciaio** in 10 anni se il 10% dell'area fosse sempre coperto da neve.

Il progetto innovativo, già brevettato dell'azienda svizzera *Bachler Top Track AG*, porta il nome di *NESSy ZeroE*. Questo sistema consente la produzione di **neve artificiale senza elettricità** sfruttando l'acqua prodotta direttamente dal ghiacciaio. Con l'uso di una sofisticata pompa a getto, l'acqua riciclata verrebbe restituita ai



ghiacciai alpini sotto forma di neve, un processo interamente sostenibile.

## **Ridurre lo scioglimento dei ghiacciai tornando indietro di milioni di anni**

L'ecologo russo Sergej Zimov sostiene che la temperatura del permafrost sia già più alta di ben 5° rispetto alla media annuale dell'aria. Il fenomeno sarebbe dovuto dalle abbondanti nevicate che, coprendo il terreno, non permettono un congelamento profondo. La soluzione elaborata dallo scienziato è quella del **pascolo degli animali sui terreni innevati**.

Gli animali, calpestando la neve durante il pascolo, privano quest'ultima delle sue proprietà termo isolanti permettendo una **riduzione di ben 4°C** della temperatura del permafrost. Lo studio prende ispirazione da quanto accadeva nell'**epoca del Pleistocene** e, nonostante non sia ancora possibile tornare indietro nel tempo, Zimov è riuscito a ricreare una fauna pleistocenica all'interno del suo *Pleistocene Park* in Jakuzia, a 150 km a sud della costa del Mar Glaciale Artico.





Ghiacciai alpini: come gli animali possono ridurre la temperatura del permafrost (Credits: Sole D'Alessandro, Pexels)

I ghiacciai alpini, il permafrost e le calotte polari **sono essenziali per l'equilibrio climatico della Terra**. Sono fonti idriche di molti fiumi e corsi d'acqua e alimentano i delicati ecosistemi acquatici e terrestri. Preservare i nostri ghiacciai è importante perché sono indicatori sensibili dei cambiamenti climatici e il loro scioglimento è un evidente richiesta d'aiuto.



<https://www.greenme.it/lifestyle/costume-e-societa/50-buone-notizie-accadute-nel-2022-di-cui-i-giornali-hanno-parlato-troppo-poco/>

**Altre belle notizie accadute nel 2022  
(di cui i giornali hanno parlato troppo  
poco)**

## **Perché non bisogna mai smettere di essere ottimisti...**

Agli sgoccioli dell'anno tiriamo le somme di un altro anno passato. Tempo di bilanci e, perché no, di buoni propositi. E se ognuno, nel suo piccolo, sa cosa è andato storto e cosa invece conservare gelosamente, a livello mondiale non stiamo messi benissimo. È scoppiata una guerra, l'ennesima, proprio qui, fuori alle nostre porte, la **siccità** l'ha fatta da padrona e disastri ambientali non ne sono mancati. Ultima la **frana** nella nostra amata isola di Ischia, a conferma di quanto l'uomo abbia sbagliato gran parte delle proprie mosse su questo Pianeta.

Ma quello stesso uomo, o almeno alcuni, a volte ci prova a **cambiare le cose** e, se è vero che – come recitano le parole del Mahatma Gandhi che la redazione di **GreenMe si porta addosso da quando è nata 13 anni fa** – *“dobbiamo essere il cambiamento che vogliamo vedere nel mondo”*, beh allora proviamoci, sforziamoci e vedere anche le cose belle e a prendere da esse tutto il meglio che possiamo imparare.

Ce ne sono di **belle notizie**: noi ne abbiamo selezionate per i nostri lettori alcune ma – ve lo garantiamo – sono molte di più! Ecco a voi:

### **Le belle notizie di costume e società**

**Lula** Presidente! Lula torna ad essere Presidente del Brasile:

**“Il mondo ha bisogno di un'Amazzonia viva”, le prime parole di Lula dopo la vittoria su Bolsonaro**

**APP Yuka**: la Corte d'appello di *Aix-en-Provence* riconosce il ruolo della app Yuka nell'**aiutare i consumatori a fare scelte migliori per la loro salute**:

Nuovo **bonus** in arrivo dal Ministero della Cultura in tutte le sale **cinematografiche** italiane. L'agevolazione

stavolta consiste in uno sconto sui biglietti del cinema:  
**Bonus cinema, cos'è e come funziona lo sconto sul biglietto del grande schermo**

**Bonus Psicologo:** quest'anno è stato possibile presentare la domanda per ottenere il cosiddetto **Bonus Psicologo** che consente di avere a disposizione un credito da spendere per la propria salute mentale presso professionisti accreditati che hanno aderito all'iniziativa:

**Caraffe** nei bar e ristoranti spagnoli. In Spagna, una nuova legge obbliga i ristoratori a garantire ai propri clienti la possibilità di consumare acqua del rubinetto per ridurre i rifiuti connessi all'acqua confezionata:

**La Spagna si prepara a ridurre le bottiglie di plastica con l'obbligo della caraffa in bar e ristoranti**

Svolta epocale nella **Filarmonica di New York:** per la prima volta nella storia nell'orchestra più antica degli Usa il numero di musiciste donne ha superato quello degli uomini:

**Allattamento** in Aula! Tutte le deputate potranno allattare in Aula fino al compimento dell'anno del bambino:

**Finalmente anche in Italia le deputate potranno allattare in aula (e non solo in una saletta esterna)**

Il **Senato francese** ha approvato una norma in base alla quale i parcheggi esistenti e quelli che verranno costruiti dovranno letteralmente ricoprirsi di **pannelli** solari:

**Sarà obbligatorio installare pannelli solari sui parcheggi di grandi dimensioni in tutta la Francia**

**Bergamo rimborsa** fino a 2 euro al giorno a chi usa la bici per andare a lavoro:

**Fino a 2 euro al giorno per chi si reca al lavoro o all'università in bici in questa città italiana**

**Scienziati creano le prime scarpe al mondo che si biodegradano nell'oceano nel giro di quattro mesi**

In Belgio le casse lente messe a disposizione da questa catena di supermercati permettono ad anziani e persone sole di scambiare due chiacchiere senza fretta:

**In Belgio i supermercati aprono le casse 'lente' contro la solitudine degli anziani (dopo il successo dell'Olanda)**

Intesa Sanpaolo annuncia di voler sperimentare la settimana lavorativa corta:

**Questa banca è la prima in Italia a proporre la settimana lavorativa di 4 giorni**

Un gruppo di ingegneri tessili sviluppa un particolare tipo di tessuto realizzato con nanofili ultra sottili, in grado di proteggere da sbalzi termici:

**Il rivoluzionario tessuto sviluppato dagli scienziati in grado di tenere caldo o freddo all'occorrenza**

A Bari la raccolta differenziata diventa selettiva e incentivante:

**Raccolta differenziata incentivante: a Bari le prime ecostazioni che ti premiano quando conferisci 20 imballaggi (non solo bottiglie di plastica)**

Crolla il consumo di carne:

**Carne: come è crollato il consumo (e sono diminuiti gli allevamenti) dagli anni '60 ad oggi**

Il brand Patagonia annuncia che cederà l'azienda a un'organizzazione no profit che si occupa di contrastare i cambiamenti climatici:

**Patagonia ha un nuovo proprietario, il Pianeta: i profitti dell'azienda di abbigliamento andranno tutti alla lotta per salvare il clima**

Congedo mestruale:

**In Veneto un'azienda introduce un permesso retribuito per il ciclo doloroso**

Complimenti per la grande vittoria alla Nazionale Italiana di Basket con Sindrome di Down!

**Campioni del mondo per la terza volta consecutiva!**

**Grande vittoria per la Nazionale Italiana di Basket con Sindrome di Down**

Gli Azzurrini di Battocchio volano sul tetto d'Europa, battendo gli avversari polacchi. Si tratta della terza medaglia d'oro conquistata a livello europeo da una squadra under 20 del nostro Paese:

**Volley U20, non smettiamo di vincere! Anche gli Azzurrini campioni d'Europa**

Sofia Rafaeli vince i mondiali di ritmica in tre categorie:

**Sofia Raffaelli riesce in un'impresa incredibile: è la più giovane atleta ad aver vinto ben 3 ori ai**

**Mondiali di ginnastica Ritmica nelle specialità della palla, del nastro e del cerchio**

**Le belle notizie sugli animali**

Cuccioli sul litorale romano!

**Le dolcissime immagini di dodici cuccioli di lupo nati sul litorale romano**

Orso Mark libero! Dopo 20 anni trascorsi in una gelida gabbia di cemento l'orso Mark è stato liberato in un santuario in Austria, eccolo ora nella sua nuova casa per la vita:

**L'orso Mark ha toccato la neve per la prima volta, libero, dopo 20 anni passati in una gabbia**

**Stop alla brutale uccisione dei pulcini maschi in Italia:**

**Svolta storica! Stop definitivo della Camera all'abbattimento dei pulcini maschi in Italia**

A Napoli, dopo quasi un secolo, torna la gazza marina:

**La gazza marina torna nel Golfo di Napoli dopo quasi 100 anni**

Foie gras via dalle tavole reali:

**Via il foie gras dalle tavole delle residenze reali, Re Carlo ha deciso**

Nel 2024 aprirà il primo ospedale italiano che offrirà gratuitamente cure veterinarie:

**A Roma aprirà il primo ospedale veterinario gratuito d'Italia (con un pronto soccorso attivo 24 ore)**

Stop all'import di animali esotici in Italia:

Controlli e trattamenti sanitari di base gratuiti per i cani e i gatti di proprietà delle famiglie:

**Nasce la veterinaria sociale per offrire controlli gratuiti alle famiglie con animali nel Lazio**

Viaggi in treno gratis per favorire le adozioni di animali da compagnia in qualunque regione:

**Viaggi in treno gratuiti per i volontari che portano cani e gatti verso le loro famiglie adottive**

Le telecamere diventano obbligatorie negli allevamenti in Spagna per cercare di porre fine agli abusi e garantire il benessere animale:

**Telecamere obbligatorie in tutti i macelli, la Spagna sarà il primo Paese UE a installarle**

Sette cuccioli di beagle vengono salvati da un centro di sperimentazione e liberati:

**Sperimentazione animale: 7 Beagle salvati da un centro di ricerca vedono l'erba e il sole per la prima volta**

Il moscardino, piccolo roditore della famiglia dei Gliridi, è stato eletto "animale dell'anno 2023" in Austria. Questo simpatico animaletto è diffuso nei boschi di gran parte del continente europeo, ma la perdita del suo habitat lo espone a tantissimi pericoli:

**Questo piccolissimo roditore è stato appena votato animale dell'anno 2023 in Austria**



Lupi, bisonti, alci e castori tornano in Europa!

### **Lupi, bisonti, alci e castori tornano a ripopolare l'Europa**

Anche la Lettonia metterà al bando gli allevamenti di visoni, volpi e altri animali uccisi per la crudele industria delle pellicce:

### **Vittoria! Anche la Lettonia vieterà gli allevamenti di animali da pelliccia**

### **Le belle notizie su acqua, ambiente ed energia**

L'Unione europea approva un regolamento che impedirà l'ingresso nei confini comunitari di prodotti legati alla **deforestazione**:

### **L'UE sigla il primo accordo al mondo per fermare la deforestazione del Pianeta, risultato storico**

Boe di Oneka, un impianto innovativo e del tutto ecologico, che funziona tramite l'energia meccanica delle onde del mare ed è realizzato con circa 170mila bottiglie di plastica riciclata. Questa *boa di desalinizzazione* riesce a pompare fino a 53mila litri di acqua dolce al giorno con un minimo impatto ecologico:

### **Queste boe alimentate dalle onde riescono a desalinizzare il mare e a produrre più di 53mila litri di acqua dolce al giorno**

Annunciata la **rimozione** di quattro dighe idroelettriche che costituirà il più grande progetto di rimozione di dighe al mondo:

### **Sta per cominciare la più grande demolizione di dighe al mondo, per lasciare i salmoni liberi di nuotare**

Pianta più di 23mila alberi ed entra nel Guinness dei primati:

### **Ha piantato oltre 23.000 alberi in una giornata, chi è il giovanissimo ambientalista entrato nel Guinness dei Primati**

A soli 26 anni diventa Ministra per il clima:

**A soli 26 anni è divenuta ministra del Clima e dell'Ambiente in Svezia, la più giovane di sempre nel Paese**

La Grecia per cinque ore viene **alimentata completamente da energie rinnovabili**, una buona notizia che arriva durante una delle più gravi crisi energetiche che abbiamo mai attraversato:

**Record storico in Grecia, il fabbisogno energetico è stato interamente coperto da energie rinnovabili per 5 ore**

L'Ue lancia finalmente una proposta di legge contro l'obsolescenza programmata:

**Contro l'obsolescenza programmata, finalmente l'Ue vuole rendere più riparabili e durevoli smartphone e tablet**

A Benevento la prima casa a idrogeno:

**A Benevento c'è una casa alimentata a idrogeno: funziona davvero ed è la prima in tutta Europa**

Dopo vent'anni di controversie legali, la 20th Century Fox è costretta a pagare per i danni inflitti alla spiaggia di Maya Bay, dove nel 1999 fu girato il film "The Beach":

**Hollywood costretta a pagare i danni inflitti all'ecosistema di Maya Bay, distrutto con le riprese di "The Beach"**

Altro goal messo a segno dal fotovoltaico: un gruppo di ricerca del Gwangju Institute of Science and Technology (Corea del Sud) realizza celle solari organiche di grandi dimensioni a basso costo, flessibili ed efficienti, ideali per molte applicazioni:

**Fotovoltaico, queste nuove celle solari organiche promettono pannelli a basso costo, pieghevoli ed efficienti**

Distese di pannelli, strutture e reti a perdita d'occhio si incontrano nell'arcipelago delle Canarie e in Portogallo. Sono i cosiddetti **fog water collectors**, i collettori di nebbia brevettati per sfruttare a pieno questo fenomeno meteorologico:

**Sai a cosa servono queste reti? Catturano la nebbia per fornire acqua agli alberi e ai campi (e funzionano davvero)**

Per risolvere il problema dell'approvvigionamento dell'acqua potabile, nasce in Finlandia l'azienda **Solar water solutions** @solarwatersolut, che da qualche anno si occupa di creare impianti di desalinizzazione dell'acqua marina economici e a basso impatto ambientale:

**Il dispositivo finlandese che permette di ottenere fino a 10mila litri di acqua potabile al giorno dall'acqua mare**

Nasce la prima batteria commerciale che funziona con la sabbia: il dispositivo, sviluppato dalla polar.night.energy, ha appena iniziato ad accumulare energia nella centrale elettrica di Vatajankoski in Finlandia:

**La prima batteria commerciale al mondo a base di sabbia ha appena iniziato ad accumulare energia in Finlandia**



# *La nostra cucina di una volta ...*

<https://altacucina.co/recipes/bole-il-castagnaccio-di-verona>

## **Bole ( il castagnaccio di Verona )**

Questa che vado a illustrarvi è la ricetta originale della **bole veronese**, il dolce cremoso a base di castagne che la maggior parte di noi conosce come **castagnaccio**!!

### **Ingredienti**

- Farina di castagne 250 g
- Acqua 375 g
- Olio evo 2 cucchiari
- Uva sultanina uvetta 25 g
- Pinoli 25 g
- Sale 1 pizzico

### **Procedimento**

**Tempo totale**

**35 minuti**

Modalità passo passo

#### **STEP 1**

Mettiamo in una bacinella la farina di castagne e aggiungiamo un poco alla volta l'acqua mescolando energicamente in modo che non si formino grumi

#### **STEP 2**

Aggiungiamo anche l'olio e mescoliamo

#### **STEP 3**

L'impasto risulta liquido. Aggiungiamo il sale, i pinoli dopo averli tostiti e l'uvetta dopo averla ammollata nell'acqua per 15 minuti e ben strizzata. Ungiamo il tegame che abbiamo

scelto di utilizzare, l'impasto liquido deve raggiungere un'altezza di 1,5 cm circa

## **STEP 4**

Inforniamo a 170 gradi per 30 minuti forno statico

## **LO CHEF CONSIGLIA:**

Questa è la ricetta originale. Al giorno d'oggi ne esistono diverse varianti, ad esempio si può sostituire l'acqua con il latte. Io non ho aggiunto all'impasto l'uvetta e i pinoli ma ho cosperso la superficie con del rosmarino fresco. Anche questa è un'alternativa che segue i gusti personali.

Inoltre , per evitare le crepe sulla superficie, si può cospargerla di olio prima di infornare.

*...una bella lettura ... con ricetta*

<http://www.popcuisine.it/2018/11/05/il-castagnaccio-del-pratomagno/>

## **IL CASTAGNACCIO DELLA SILVANA**

Stamattina sono uscita molto presto.

Anche se è domenica mi piace svegliarmi alla mia solita ora, le sei e mezzo e portare fuori Poppy quando è ancora buio.

In giro per il parco non c'è nessuno, l'aria è ferma, cammino nel vuoto e nel silenzio. Sento a malapena il suono delle mie scarpe che smuovono il ghiaino e la medaglietta di Poppy che tintinna sbattendo sul collare. Con noi c'è un po' di nebbiolina, un tappeto di foglie in terra, lo scheletro degli alberi timidi e vergognosi per la propria

nudità. Per gli animi come il mio, che vivono nella paura che qualsiasi cambiamento sia un ingestibile scossone al proprio labile equilibrio, questo spazio immobile è davvero un prezioso stato di sospeso benessere.

Una flebile luce fa capolino e lascia intravedere le sottili striature della nebbia. Guardandole fantastico che siano i fumi del camino di una casa. Ne seguo la scia, passo con il pensiero dal comignolo e sbircio in una casa di campagna al risveglio, con il camino e la stufa economica che riprendono vita da quel legnetto appena appiccicato. Si sentono i rumori venire dalla cucina, qualcuno sta già tramestando tra cocci e pentolame. Quando sono per strada, soprattutto in invento, mi piace sbirciare quello che si nasconde al di là delle finestre chiuse. Mi piace l'interno delle case visto da fuori, sembra che tutti, lì dentro, siano al sicuro, felici, protetti e che conducano un'esistenza di pace e serenità. Nel fantasticare dentro le altrui cucine, tra maioliche e camini, in una fredda domenica d'inverno il pensiero va al castagnaccio!

In verità, durante la settimana già mi era venuto in mente questo dolce vedendo le castagne e la farina in bella mostra esposte al supermercato. Mi ero decisa ad acquistare la farina, nel caso avessi avuto voglia di cimentarmi nel castagnaccio. Sullo scaffale ce n'erano di 3 tipi: non ho preso quella più economica, non ho preso quella che riportava sulla confezione una ricetta del castagnaccio in cui tra gli ingredienti erano menzionati uova e burro (ma stiamo scherzando?) ed alla fine ho preso quella che costava di più.

Camminare fa venire buone idee e così, nel pensare a dove trovare la miglior ricetta del castagnaccio, mi è venuta in mente la Silvana. Cerco sempre di prendere le ricette da



persone che hanno un legame con gli ingredienti che servono per prepararle. E chi meglio della Silvana che vive proprio in mezzo ai boschi di castagni, sul Pratomagno, quel massiccio che divide il Valdarno dal Casentino.

Una zona di boschi che per secoli sono stati il sostentamento delle popolazioni quando, appunto si diceva, *che era il bosco a offrire pane ai poveri*.

Confidando nell'abitudine che ha la gente di campagna di svegliarsi di buon mattino, tiro fuori a malincuore le mani dalle calde tasche del piumino e scrivo subito dal cellulare un messaggio a Silvana chiedendole la ricetta per fare il castagnaccio. Rientrata in casa, mentre mi preparo il mio litro di tè verde con le bucce d'arancia ecco che squilla il cellulare. La voce di Silvana è morbida e calda ed è un piacere ascoltare il suo buongiorno. La prima domanda che mi fa mi mette in imbarazzo, mi sento impreparata e quasi mi vergogno: "*Chi te l'ha data la farina?*". Domanda perfino peggiore di "Dove hai comprato la farina?".

Che figura, la disturbo di domenica mattina all'alba per sapere come si fa il castagnaccio, e mi presento con una farina che nessuno mi ha dato (errore di non poco conto perché conoscere chi ti dà la farina significa sapere anche tante cose sulla farina stessa) e oltretutto comprata al supermercato. Faccio ammenda del mio acquisto non troppo ponderato, ma Silvana comprende e mi dice che, d'altronde, la vita in città ha i suoi vantaggi ed i suoi svantaggi. Mi rassicura promettendomi di mandarmi la farina del Pratomagno appena verrà macinata.

Quando tra cucina e terra vi è un solido legame lo si capisce dai prodotti utilizzati dalla cui qualità e provenienza non si può prescindere se si vuol far le cose a modo.

Silvana si raccomanda di mettere un pizzico di sale e, alla mia domanda se dovessi mettere lo zucchero la sua

risposta è stata: *“un pizzico, ma proprio un pizzico, perché il castagnaccio non ne ha bisogno”*. Ha ragione Silvana, nelle ricette bisogna aggiungere solo quello che serve, di quello di cui non c'è davvero bisogno è meglio farne a meno e questo vale per il castagnaccio come per tante altre cose della vita.

Sulla quantità di acqua da usare la risposta di Silvana è stata quella che immaginavo *“dipende da quanta ne prende la farina, deve venire un impasto che si può versare nella teglia”*. Ecco, la caratteristica di poterlo versare penso sia un'indicazione utile per capire la consistenza dell'impasto. Silvana non mette l'uvetta, ma solo perché a lei non piace, io ne ho aggiunta una manciatina e non spezzetta le foglioline di rosmarino (o ramerino come si dice in Toscana) nell'impasto perché, ed ha ragione, possono essere un po' fastidiose da masticare. Mette, invece, qualche rametto intero sull'impasto appena versato nella teglia così da lasciargli sprigionare il profumo durante la cottura.

Appunto con precisione la ricetta di Silvana e, mentre ci salutiamo, mi promette di insegnarmi a fare *“la fantoccia”*, un biscottone a forma di bambola, tipico del Valdarno che si prepara per Befana.

Questo castagnaccio originale *made in Pratomagno* è buonissimo e, secondo me, va preparato di domenica mattina!

Io ho utilizzato la teglia di rame che per questi dolci bassi mi sembra sempre la migliore, ben unta di olio di oliva.

A casa mia questo dolce si è sempre chiamato *“migliaccio”* ed anche nell'Artusi questa ricetta si trova citata come

***“Migliaccio di farina dolce volgarmente detto castagnaccio”***.



## ***Ingredienti***

*180 gr di farina di castagne*

*circa 150/180 ml di acqua (ma dipende dalla farina che si utilizza)*

*30 gr di pinoli*

*30 gr di noci*

*4 cucchiaini di olio di oliva più un cucchiaio generoso per ungere la teglia*

*una manciata di uvetta*

*un pizzico di sale*

*un pizzico di zucchero*

*rametti di rosmarino*

## ***Procedimento***

*Sistemare in una ciotola la farina di castagne ed unire, piano piano, l'acqua e l'olio mescolando in continuazione con la frusta.*

*Aggiungere quindi sale e zucchero ed alla fine noci, uvetta e pinoli (io ne ho lasciati un pochini da parte per metterli sopra prima di infornare).*

*Se piace il sapore del rosmarino si può anche far scaldare l'olio in un pentolino insieme ad un rametto di rosmarino.*

*Prima di infornare guarnire con qualche pinolo e con i rametti di rosmarino ed un filino d'olio.*

*Cuocere in forno a 150 ° per i primi 15/20 minuti e poi alzare a 180° per altri 20/25 minuti.*







***Festeggiamo coi lievitati :  
ecco la storia del pandoro e del  
panettone***

Sono tantissimi i dolci di Natale, ma tra tutti quelli che nelle tavole italiane **non possono assolutamente mancare** sono senza dubbio i lievitati **Pan de Oro** e **Pan de Toni**. Lo sapevate che originariamente, il primo a **Verona** e il secondo a **Milano**, erano questi **i nomi del Pandoro e del Panettone**? Questa è la loro **storia**, ed è una storia che affascina, così come tante altre storie che nascono dal caso o dalla genialità e improvvisazione di piccoli grandi chef di corte o artigiani pasticceri o panettieri.

Pandoro e Panettone nascono in due periodi lontani tra di loro. Se il Panettone nasce presso la corte di Ludovico il Moro, nella **seconda metà del 1400**, il Pandoro a Verona si afferma **alla fine dell'Ottocento**. In entrambi i casi la loro nascita viene attribuita a storie che poi sono sfornate in vere e proprie **leggende**.

Partiamo da quello che è nato per primo: il Panettone.

Certamente il Panettone è di origine **rinascimentale**.

La storia narra di un pranzo sontuoso organizzato da **Ludovico il Moro** con le autorità e i nobili milanesi.

Lo chef di corte aveva lavorato settimane alla preparazione del menu, peccato però che il dolce preparato rimase carbonizzato nel grande forno.

Disperato e non avendo più ingredienti sufficienti a ripeterlo, gli venne in aiuto il suo **garzone Toni**, che, molto umilmente, gli propose una **torta preparata con gli avanzi del dolce** dello chef: uova, burro, farina, alcune scorzette di cedro e di limone.

Lo chef ne assaggiò un pezzettino e trasalì per la bontà.

Decise che avrebbe sostituito il suo con il dolce di Toni e fece portare ai commensali il nuovo dolce che suscitò stupore e grande consenso. Quando il Duca chiamò lo chef per chiedere come si chiamasse quel nuovo dolce, lo chef rispose: "**L'è el pan de Toni**".

Da qui nacque il nome Panettone.

Storia affascinante? Aspettate di leggere quella del Pandoro.

La famiglia Melegatti afferma che questo famoso dolce sia nato nella loro pasticceria in Piazza dei Signori, nel 1894, grazie all'intuizione di Domenico Melegatti. Di certo il posto rimane quello, ma la verità è un'altra.



La nascita del prodotto è antecedente di qualche anno ed è da attribuire alla genialità di un altro grande pasticcere che in quel periodo era appena tornato da Vienna: **Giovanni Battista Perbellini**.

“**El Tita**”, come veniva soprannominato, aveva imparato l’arte della pasticceria proprio a **Vienna**, patria dei lievitati come i mitici krapfen. Quando arrivò a Verona andò a lavorare nell’antica pasticceria di Domenico Melegatti e qui iniziò l’attività portando con sé la sua esperienza viennese. A Verona esisteva già un dolce che si chiama **Nadalìn**: un dolce semplice, poco lievitato, al burro, con sopra della granella di mandorle e dello zucchero a velo a forma di stella. Battista, applicando la sua conoscenza in fatto di lievitazioni lunghe, riuscì con uno stampo di peltro, ancora esistente presso la famiglia Perbellini, a dare una forma rialzata a quel dolce e lo chiamò **Offella**.

Era il **1891** e a Verona le famiglie benestanti facevano la fila davanti alla Pasticceria per un’Offella nel giorno delle domeniche di Avvento. Poeti ed artisti erano affascinati da quel dolce. “**El Tita**” **Perbellini era diventato il pasticcere “de garde” della città di Verona** e questo creava un po’ di fastidio alla famiglia Melegatti: si parlava, infatti, dell’Offella del Tita e non dei dolci di Melegatti.

A trasformare l’Offella di Perbellini in **Pandoro** fu un illuminato pittore veronese, **Angelo dall’Oca Bianca**: egli chiese di **elevare la forma dell’Offella** per renderla più elegante e raffinata per le feste.

Fu così che vennero eliminati i tocchetti di mandorle e lo zucchero in cottura. In questo modo, stringendo la forma in peltro si riuscì a ottenere un grande lievitato, soffice e alto con una forma affusolata, che **venne chiamato Pan de**

## Oro.

Perbellini nel 1894 **fu liquidato** dalla famiglia Melegatti che, come buona uscita, gli regalò una casa in quel di Bovolone, nella Bassa, lontano dalla città.

Una buona uscita che sapeva tanto di **esilio**: in questo modo Domenico Melegatti iniziò la sua avventura con il Pandoro di Verona e ne divenne capostipite, tanto che sul suo palazzo in Corso Portoni Borsari, in alto, **ha fatto scolpire nel tufo due forme di pandoro** a sostegno del cornicione. Giovanni Battista Perbellini continuò, però, la produzione dell'Offella che rimane ancora oggi il suo vero marchio distintivo e la prova inconfutabile delle origini del Pandoro.

Bernardo Pasquali



*Le Storie da leggere tutte d'un fiato e...*

## “Che fanno Bene al Cuore”

[https://www.it/paulo\\_coelho..latisanadelcuore.html](https://www.it/paulo_coelho..latisanadelcuore.html)

*Da "Sono come il fiume che scorre"*

Il bambino guardava la nonna scrivere una lettera. A un certo punto, le domandò:

"Stai scrivendo una storia che è capitata a noi? E che magari parla di me."

La nonna interruppe la scrittura, sorrise e disse al nipote:

"È vero, sto scrivendo qualcosa di te. Tuttavia, più importante delle parole, è la matita con la quale scrivo. Vorrei che la usassi tu, quando sarai cresciuto."

Incuriosito, il bimbo guardò la matita, senza trovarvi alcunché di speciale.

"Ma è uguale a tutte le altre matite che ho visto nella mia vita!"

"Dipende tutto dal modo in cui guardi le cose. Questa matita possiede cinque qualità: se riuscirai a trasporle nell'esistenza, sarai sempre una persona in pace con il mondo.

"Prima qualità: puoi fare grandi cose, ma non devi mai dimenticare che esiste una Mano che guida i tuoi passi. 'Dio': ecco come chiamiamo questa mano! Egli deve condurti sempre verso la Sua volontà.

"Seconda qualità: di tanto in tanto, devo interrompere la scrittura ed usare il temperino. È un'operazione che provoca una certa sofferenza alla matita ma, alla fine, essa risulta più appuntita. Ecco perché devi imparare a sopportare alcuni dolori: ti faranno diventare un uomo migliore.

"Terza qualità: il tratto della matita ci permette di usare una gomma per cancellare ciò che è sbagliato. Correggere un'azione o un comportamento non è necessariamente qualcosa di negativo: anzi, è importante per riuscire a mantenere la retta via della giustizia.

"Quarta qualità: ciò che è realmente importante nella matita non è il legno o la sua forma esteriore, bensì la grafite della mina racchiusa in essa. Dunque presta sempre attenzione a quello che accade dentro di te.

"Quinta qualità: essa lascia sempre un segno. Allo stesso modo, tutto ciò che farai nella vita lascerà una traccia: di conseguenza, impegnati per avere piena coscienza di ogni tua azione."

<https://www.tiraccontounafiaba.it/fiabe/varie/la-storia-del-lupo-brando.html>



**L'Anno Nuovo**

L'uomo alzò lo sguardo, osservò il bambino che chino su di lui cercava di sollevarlo.

“No mio caro non puoi, sono troppo vecchio, le gambe non mi reggono più .”

” Ma no! – rispose il bambino – non sei vecchio, sei solo stanco!”

L'uomo sorrise, poi gli accarezzò il viso, dopodiché esclamò: “Vedi mio caro, sono trecentosessantacinque giorni che viaggio, in tutto questo tempo ho tanto lavorato portando a termine il mio compito.”

“Quale compito? – chiese il bambino. “Quello di camminare verso il futuro, non è stato semplice, ci sono stati giorni freddi e duri, i piedi mi facevano tanto male e poi le mani erano fredde come il ghiaccio. Poi è arrivato il vento forte ma così forte che ho dovuto tenermi stretto ad un albero per non essere spazzato via! Ho superato anche questa prova !”

Poi ho incontrato la primavera con il tiepido sole mi sono rimesso a nuovo, sono stato a crogiolarmi sull'erba e ho visto passare le nuvole, il volare degli uccelli, quello sì è stato uno spettacolo meraviglioso!”

Poi ho camminato ancora e ho incontrato l'estate , splendida stagione, ma il caldo intenso mi faceva appena respirare. Dopodiché mi si è presentato l'autunno, denso del profumo dei boschi, tutto pareva incantevole a dir poco straordinario. E poi eccomi qui è sopraggiunto nuovamente l'inverno il freddo mi ha raggelato il cuore , tuttavia ho raggiunto la meta , ho terminato il mio cammino e sono felice d'averti incontrato , prendi questo è per te” –

“Ma cos'è – chiese il bambino al vecchio, il quale gli pose in mano una piccola agenda- questi sono i giorni che tu dovrai attraversare, sono esattamente trecentosessantacinque, cioè un intero anno .” Poi gli consegna tra la mani una chiave .

“Ecco, con questa chiave aprirai la porta al nuovo anno, tu sarai il prossimo che porterà a termine questo lungo avventuroso viaggio, ti auguro buon proseguimento e sii felice di questa meravigliosa opportunità.”

Poi baciò il bambino dopodiché chiuse gli occhi e si addormentò.

Il fanciullo si avvicinò alla porta che aveva davanti a sé, l'anno vecchio stava terminando,



egli introdusse la chiave all'interno della toppa, una volta attraversata la soglia si videro nel cielo scie luminose e di seguito gran boati , l'anno nuovo era arrivato. Il primo giorno dell'anno si era presentato ed il fanciullo era ben consapevole di ciò che lo attendeva, trecentosessantacinque giorni , nessuno uguale all'altro!



[https://www.latisanadelcuore.it/storie\\_di\\_vita\\_e\\_non.html](https://www.latisanadelcuore.it/storie_di_vita_e_non.html)

## *Se tornassi a vivere*

*"Ogni istante che Dio ti dona è un tesoro immenso, non buttarlo. Non correre sempre, alla ricerca di chissà quale domani. Vivi meglio che puoi, pensa meglio che puoi e fai del tuo meglio  
A.P. Gouthey*

Qualcuno mi ha chiesto giorni fa se, potendo rinascere, avrei vissuto la vita in maniera diversa. Lì per lì ho risposto di no, poi ci ho pensato un po' su e...

Potendo rivivere la mia vita, avrei parlato meno ed ascoltato di più.

Non avrei rinunciato ad invitare a cena gli amici soltanto perché il mio tappeto aveva qualche macchia e la fodera del divano era stinta.

Avrei mangiato briciolosi panini nel salotto buono e mi sarei preoccupata molto meno dello sporco prodotto dal caminetto acceso.

Avrei trovato il tempo di ascoltare il nonno quando rievocava gli anni della sua giovinezza.

Non avrei mai preteso in un giorno di estate, che i finestrini della macchina fossero alzati perché avevo appena fatto la messa in piega.

Non avrei lasciato che la candela a forma di rosa si sciogliesse, dimenticata, nello sgabuzzino. L'avrei consumata io a forza di accenderla.

Mi sarei stesa sul prato con i bambini senza badare alle macchie d'erba sui vestiti.

Avrei pianto e riso di meno guardando la televisione e di più osservando la vita.

Avrei condiviso maggiormente le responsabilità di mio marito.

Mi sarei messa a letto quando stavo male, invece di andare febbricitante al lavoro, quasi che, mancando io dall'ufficio, il mondo si sarebbe fermato.

Invece di non vedere l'ora che finissero i nove mesi della gravidanza, ne avrei amato ogni attimo, consapevole del fatto che la cosa stupenda che mi viveva dentro era la mia unica occasione di collaborare con Dio alla realizzazione di un miracolo.

A mio figlio che mi baciava con trasporto non avrei detto: "Su, su, basta. Và a lavarti che la cena è pronta".

Avrei detto più spesso: “Ti voglio bene” e meno spesso: “Mi dispiace”...ma soprattutto, potendo ricominciare tutto daccapo, mi impadronirei di ogni minuto...lo guarderei fino a vederlo veramente...lo vivrei...e non lo restituirei mai più.

*Oggi. Perchè l'oggi sarà presto il domani e il domani sarà presto l'eterno."*

Erma Bombeck

## *Per favore vestitemi di rosso*

Nella mia duplice professione di educatrice e di assistente sanitaria, ho lavorato con numerosi bambini affetti dal virus che provoca l'AIDS. Il rapporto che ho avuto con questi bambini è stato un dono della mia vita. Mi ha insegnato tante cose, ma ho imparato soprattutto che il grande coraggio si trova negli involucri più piccoli.

Vi racconterò di Tyler.

Tyler nacque affetto da HIV; anche sua madre era infetta. Fin dal principio della sua vita Tyler dovette ricorrere alle medicine per sopravvivere. (...)

A volte aveva bisogno anche di ossigeno supplementare per sostenere la respirazione.

Tyler non era disposto a cedere neanche un istante della sua infanzia a questa malattia mortale. Non era insolito trovarlo a giocare e correre attorno al cortile, portando lo zaino pieno di medicine sulla schiena e trascinando la bombola di ossigeno nel suo carretto.

Tutti noi che conoscevamo Tyler ci meravigliavamo della sua gioia pura nell'essere vivo e dell'energia che questa gli dava. La mamma di Tyler lo prendeva in giro dicendogli che lui si spostava tanto velocemente che lei avrebbe dovuto vestirlo di rosso. In quel modo, quando dava un'occhiata fuori della finestra per controllarlo quando giocava in cortile, l'avrebbe individuato rapidamente.

La temuta malattia alla fine logorò anche una piccola dinamo come Tyler. Il bambino si ammalò gravemente e purtroppo si ammalò anche sua madre, affetta da HIV. Quando divenne chiaro che Tyler non sarebbe sopravvissuto, sua madre gli parlò della morte. Lo confortò dicendogli che anche lei stava morendo e che presto sarebbe stata con lui in cielo. Pochi giorni prima di morire, Tyler mi chiamò al suo letto d'ospedale e mi sussurrò: "Morirò presto. Non ho paura. Quando muoio, per favore vestitemi di rosso. La mamma ha promesso di venire anche lei in cielo. Io starò giocando quando arriverà lei, e voglio essere sicuro che mi trovi."

Cindy Dee Holms

<https://mammaspectialist.it/wp-content/uploads/2019/11/24-storie-di-Natale->

## *L'albero di Natale parlante*

Nei giorni che precedono il Natale, Oliver e Sara, si recano assieme alla loro mamma in un vivaio per acquistare un albero di Natale, felici si apprestano a sceglierne uno da poterlo così adornare di tante luci e

palline colorate. Dopo averne visti alcuni decidono per un albero di abete. Soddisfatti fanno ritorno a casa sistemano l'albero in un bel vaso, dopo di che, iniziano ad addobbarlo.

Per prima posizionano le luci, poi una alla volta le palline colorate.

Mentre i due fratelli sono intenti ad allestire l'albero, si ode all'improvviso una piccola vocina che esclama: "Hoi! Hoi! Mi fai il solletico!"

Sara e Oliver si guardano in viso sbalorditi.

"Hai udito anche tu?" chiede sottovoce Sara.

"Certo!" risponde incuriosito il fratello. "Ma chi sarà mai? Non vedo nessuno oltre noi!" replica Sara.

I due bambini nonostante ciò continuano ad ornare l'albero, ma dopo un po' di tempo si ode nuovamente la vocina che esclama: "Siete proprio birichini, volete farmi morire dal solletico?"

Questa volta i due fratelli si fanno coraggio e uno di loro chiede "Ma chi è? Da dove viene questa voce?"

"Ma sono qui!" risponde prontamente l'albero. "Non lo avete ancora capito? Sono io, sono l'albero parlante!"

"Oh...! Non ho mai conosciuto un albero parlante" afferma stupito Oliver. "Sara tu cosa ne pensi?"

Chiede meravigliato alla sorella.

"Non saprei, ma se lo diremo a qualcuno di certo non crederanno alle nostre parole!" "Dai chiediamogli qualcosa" suggerisce Oliver, "potremo saperne di più." Incuriositi interrogano l'albero.

"Da quale paese provieni?" "Vengo da molto lontano, dal nord dell'Europa, dove l'inverno è rigido e freddo."

“Dunque sarai contento di stare qui con noi al calduccio e adornare la nostra casa?” replica Oliver. “Certo risponde l’albero, ma dovete sapere che passata la festa, io morirò!” “Morirai?” Chiede stupita Sara “E per quale motivo?” “Sono stato tagliato sino alla radice” risponde l’albero. “Per questo non vivrò molto a lungo, ma una volta passato il Natale se mi planterete nel vostro giardino, potrò continuare a vivere.” I due bambini dopo aver ascoltato quelle parole, raccontano ciò che è accaduto alla loro mamma, così tutti insieme prendono la decisione che, una volta passato il Natale, interreranno nel proprio giardino l’albero di abete, ricevendo in cambio la gratitudine dell’albero che gli offrirà più verde e ossigeno. Così i due fratelli felici di quella insolita amicizia continuano a dialogare con l’albero, amare la natura e tutto ciò che li circonda.

***Un piccolo gesto che unito a molti altri può contribuire a salvare il nostro pianeta, la nostra tanto amata terra.***

***Buone Feste e  
Buon Anno***