

LACHIOSA

Periodico di Informazione, Attualità, Cultura e Sport.



Con il patrocinio di:



All'interno di questo numero:

Editoriale	pag. 2
Programma Manifestazione	pag. 3
“Il mito dei Reality”	pag. 4
“I Nomadi” in concerto	pag. 4
Lettura: “La ragazza con l’orecchino di perla”	pag. 5
Dialetto Garfagnino	pag. 6
“Occhio all’etichetta”	pag. 6
“Bambini italiani sempre più grassi”	pag. 7
Ricetta del mese	pag. 8

EDITORIALE: “ ... una bella tradizione che ritorna in devozione ... “

L'iniziativa della manifestazione della befana parte all'idea del circolo di ravvivare la vita del paese non solo con cene o pranzi ma, con una importante iniziativa culturale che era già stata indicata dal Presidente Lenzi Michele in un'intervista di un precedente numero del nostro giornalino. Questa iniziativa prende come esempio la mostra fotografica, fatta anni fa nelle sale del circolo, nella quale furono proposte, con successo, foto del paese e dei suoi abitanti. Di queste foto non era importante la qualità tecnica, ma l'importanza dei suoi contenuti e questa sarà la caratteristica fondamentale anche della mostra di quest'anno.

Dall'idea di questa mostra siamo passati all'idea di riproporre la storica rappresentazione della Befana non più effettuata dal 1995 che, grazie al contributo dell'Amministrazione Comunale, del G.A.L - Garfagnana Ambiente e Sviluppo, del Centro Tradizioni Popolari e della Comunità Montana della Garfagnana, ha assunto la forma di rassegna. A questa già importante e ricca manifestazione, infatti, si sono aggiunte nuove iniziative come la rappresentazione della Befana della compagnia di Gorfigliano e dei Maggiolini di Filicaia (i bimbi della scuola di Filicaia).

La manifestazione inizierà il 22 sera con le prime proiezioni e continuerà con la mostra fotografica che consisterà in una panoramica sulle precedenti manifestazioni, effettuate, nel 1980 della quale abbiamo le riprese di una televisione Svizzera nella Chiesa di Sillicano, nel 1986 a Gragnanella e a Codiponte (MS), nel 1992-94-95 tutte a Gragnanella. Gli organizzatori stanno poi cercando le riprese della rappresentazione del 1978 andate in onda sulla RAI. La mostra fotografica proseguirà fino al giorno di Natale e il 26 27 28 dicembre si svolgeranno in ordine le rappresentazioni dei cantori di Gorfigliano, dei Maggiolini di Filicaia e dei cantori di Gragnanella che chiuderanno la manifestazione, a questa serata sono invitate tutte le autorità che hanno contribuito alla realizzazione di tutto questo. E' poi prevista per il 2 gennaio una trasferta della compagnia di Gragnanella a S. Giusto di Brancoli. Le caratteristiche tecniche delle compagnie sono: i cantori di Gorfigliano utilizzano un motivo musicale della tradizione del maggio, mentre a Gragnanella si utilizzano canto, gestualità e costumi diversi da quelli del maggio.

La storica rappresentazione ha origini antiche, ebbe poi anni bui che terminarono nel 1977 grazie al contributo di Gastone Venturelli, scomparso prematuramente nell'ottobre 1995, al quale è dedicata la manifestazione di quest'anno.

Nella narrazione si trattano episodi dell'infanzia di Gesù a partire dall'annunciazione, la natività, l'adorazione dei pastori e dei magi, la strage degli innocenti, la tragedia di Erode, che viene trascinato dal diavolo nell'inferno e il ritorno della Sacra Famiglia dall'Egitto.

Il circolo ringrazia le varie istituzioni come il Comune che ha finanziato la stampa di brochure e manifesti, il Centro Tradizioni Popolari che ha contribuito alla stampa dei libretti, il G.A.L. che ha finanziato la creazione del filmato e altre spese e la Comunità Montana; i ringraziamenti vanno anche alla parrocchia che ha messo a disposizione la Chiesa per l'esibizione delle compagnie. Un forte ringraziamento va fatto anche al direttore artistico, Lenzi Piergiorgio, che si è impegnato nella ricerca del materiale e ha velocemente formato i nuovi attori che affiancheranno i più anziani.

Il circolo si augura che il futuro di questa manifestazione sia dei più felici, cercando di riproporla negli anni.

Il Direttore
Lombardi Riccardo

PROGRAMMA MANIFESTAZIONE

Mercoledì 22 /12/04 Inaugurazione manifestazione presso la Sala
Ore 20.45 Superiore del Circolo dove sarà allestita una
mostra fotografica.
A seguire **proiezione dispositive** a tema.

Giovedì 23/12/04 **Proiezione filmati** sulle precedenti edizioni
Ore 21.00 della "Sacra Rappresentazione".

Venerdì 24/12/04 Apertura pomeridiana della mostra
Dalle 15.00 alle 18.00

Sabato 25/12/04 Apertura mattutina della mostra
Dalle 10.30 alle 13.00

Domenica 26/12/04 Presso la Chiesa Parrocchiale di Gragnanella Ore 21.00
**"Sacra Rappresentazione" della compagnia
di Gorfigliano**

Lunedì 27/12/04 Presso la Chiesa Parrocchiale di Gragnanella
Ore 21.00 **"I Maggiolini di Filicaia"** - Scuola di Filicaia

Martedì 28/12/04 Chiudono la manifestazione **i cantori della**
Ore 21.00 **compagnia di Gragnanella** con la loro
rappresentazione

Naturalmente ogni sera la mostra fotografica rimarrà aperta al pubblico.



IL MITO DEI REALITY

La televisione ,sia in Italia che all'estero, offre ai suoi spettatori tantissimi **Reality Show** di ogni genere. A partire dal *Grande Fratello* passando per *L'isola dei Famori* e concludendo con *Campioni*. Questa Tv (finta) si diffonde come un virus e sembra non avere mai un momento di cedimento;come infatti affermano alcuni produttori televisivi secondo i quali non si verificherà mai una decadenza di questa nuova "moda " televisiva.

I format, cioè le idee per questi reality, comportano sì molto impegno per la loro realizzazione, ma una volta in onda ripagano il grande sforzo produttivo con numerosissimi ascolti che predominano le prime serate e anche le fasce quotidiane. Gli esperti non negano il fatto di copiare dalle televisioni estere alcune idee per i nostri reality e ci spiegano che il loro gesto deriva dalla sicurezza che in Italia avranno grandissimo successo. Infatti le loro ipotesi sono in gran parte fondate visto che i reality sono i programmi più visti dagli italiani. Tutti questi motivi chiariscono le idee sul perché questi programmi non hanno mai fine e, dato che in televisione, lo scopo primario è avere più ascolti possibile di "vita vera", possiamo dire che ne vedremo ancora per molto tempo.

Stefania Lunatici

I NOMADI IN CONCERTO

Mercoledì 17 novembre presso il teatro "Sashall" a Firenze si è tenuto il concerto dei Nomadi,dove hanno presentato il loro nuovo album "*Corpo Estraneo*".



Grazie al repertorio così vasto,e in particolare quest'anno all'uscita dell'album "Nomadi 40" in ricordo della fondazione del loro gruppo, il pubblico era composto da giovani e da persone di una certa età.Quella più anziana aveva 97 anni.....ed è stata anche chiamata sul palco.

Durante il concerto, i Nomadi,ci hanno messo a conoscenza delle azioni di solidarietà di cui sono partecipi e che stanno portando avanti.....una di queste è l'acquedotto che viene costruito in Madagascar, grazie ai fondi ricavati dalle offerte dei loro fans durante i concerti.

Il prossimo concerto in toscana sarà il 30 novembre a Livorno.

SERENA LENZI

LA RAGAZZA CON L'ORECCHINO DI PERLA

Di Tracy Chevalier

Griet: è lei la protagonista de "La ragazza con l'orecchino di perla" e, prima di indossare quel gioiello e lasciarsi, per mano di Johannes Vermeer, quell'immagine del suo viso dai grandi occhi e dalle labbra rosse e carnose, passerà attraverso la separazione dalla sua famiglia, sognerà un amore impossibile che si scontrerà, come troppo spesso accade nella vita, con una dura e crudele realtà, ma come accade a molti amori incompiuti, andrà oltre la morte. Griet è una ragazza sedicenne che vive con la sua famiglia a Delf in Olanda nel XVII secolo. Il padre, artigiano decoratore di piastrelle, a seguito di un incidente nel suo atelier ha perso la vista ed ora non esercita più la sua professione. Questo evento ha costretto la famiglia di Griet a dover tirare la cinghia, ad inviare il figlio maschio a fare l'apprendista decoratore in una fabbrica fuori città e a cercare per Griet una sistemazione come domestica in casa di una qualche famiglia facoltosa. Questa condizione di bisogno fa sì che la vita di Griet si intrecci con quella del pittore fiammingo Johannes Vermeer che è alla ricerca di una serva per aiutare in famiglia in previsione di un altro parto della sua consorte Catharina. Vermeer, recatosi a casa di Griet assieme a sua moglie per conoscere la giovinetta, ne rimane subito colpito. Negli occhi grandi della ragazza nota una luce particolare, indice inconfondibile allo sguardo acuto e attento di un pittore di una fervida intelligenza. A sua volta Griet, intenta a tritare le verdure per la minestra, vede negli occhi grigi di quell'uomo alto dai capelli rossi e dall'aspetto lindo una vitalità che la conquista immediatamente. Questa affinità, nata sin dal primo incontro, è il "fil rouge" della storia e porterà Griet ad occupare un posto molto più importante di quello di una semplice serva nella casa e nella vita di Johannes Vermeer.

Questo romanzo della Chevalier racconta una bella storia in cui i personaggi sono ben delineati e convincenti. Griet è una ragazza intelligente, che apprende velocemente e proprio per questo è preparata ai diversi tiri mancini che la vita le riserverà. Nella sua concretezza è un tipo che sa farsi valere e sa ottenere ciò che vuole, nei limiti imposti dalla sua povera condizione sociale.

Il pittore Vermeer è ritratto come un perfezionista, un ricercatore della luce perfetta e della scenografia ideale per i suoi ritratti. Egli è un uomo completamente assorbito dal suo lavoro e che scorge nella giovane serva una mente lucida e una sensibilità artistica non comune. Accanto a questi due protagonisti della storia, la Chevalier compone un quadro di coprotagonisti che completano un credibile ritratto dell'Olanda della seconda metà del XVII secolo. Tra loro citiamo la moglie e la suocera del pittore. La moglie di Johannes Vermeer, Catharine, è una donna nervosa e insicura, soddisfatta dalle sue numerose gravidanze, ma assolutamente sorda a qualsiasi stimolo artistico, tanto che non le è permesso l'accesso nell'atelier del marito che si trova al primo piano della loro casa. L'aridità artistica di Catharine viene bilanciata in famiglia dall'intelligenza e dalla sensibilità per gli affari della madre di questa, Marie Thins. Essa sovrintende alla casa e, perfettamente conscia del talento del genero, lo spinge e lo protegge nella sua attività creativa al punto da nascondere alla figlia vicende di cui una moglie è meglio non venga a conoscenza. Le vicende del romanzo sono appassionanti e ben strutturate; l'ambientazione nella Delft del XVII secolo è credibile e molto ben realizzata. Gli episodi di vita di Griet ci fanno entrare nella quotidianità di quel tempo: mentre svolge le faccende domestiche, come lava i panni e cerca di farli asciugare in un clima avaro di sole, mentre si reca al mercato a fare la spesa, quando, la Domenica, lascia il quartiere cattolico per andare a seguire la funzione religiosa nella sua chiesa protestante.

Silvia Giannotti

DIALETTO GARFAGNINO

In questo numero abbiamo voluto inserire dei giochi che venivano fatti anticamente nella zona della Garfagnana. Ve ne proponiamo due:

PIASTRELLA: questo gioco è soprattutto conosciuto dalle bambine. Il suo svolgimento è questo: dopo aver tracciato in terra un rettangolo tagliato da una linea verticale e da cinque linee trasversali, le bambine, in genere non più di due, si premuniscono di una piccola pietra schiacciata e da una ragionevole distanza cercano di centrare e collocare la pietra stessa nella prima casella del disegno, poi nella seconda, quindi nella terza e così via fino all'ultima casella, superando ogni volta esercizi di abilità e agilità sempre più difficili. Vince chi, per prima, riesce a superare tutte le prove previste per oltrepassare tutte le caselle.

FILETTA: gioco con noci, a cui partecipavano, fino ad una decina di anni fa due o più ragazzi; consisteva nel mettere dritte e in fila, alla distanza di una noce media l'una dall'altra, un numero determinato di noci, una delle quali veniva posta un po' più staccata dalle altre. Sempre con una noce si prendeva la mira da una certa distanza e si vincevano le noci colpite e messe a terra; chi colpiva la noce isolata vinceva tutta la fila completa.

Chiara Davini



OCCHIO ALL'ETICHETTA.....SPIA DEL PRODOTTO

I valori nutrizionali vanno letti con attenzione: possono suggerire indicazioni utili per la salute.

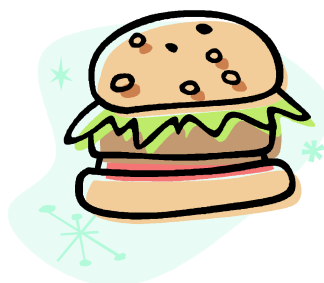
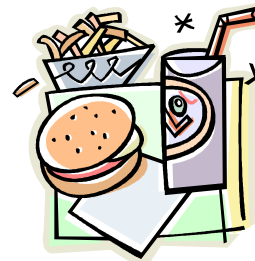
Molti la guardano distrattamente, eppure l'etichetta nutrizionale sugli alimenti confezionati è la "spia" del prodotto. In genere è una tabellina con l'indicatore di calorie, carboidrati, grassi, vitamine eccetera. Essa deve sempre dichiarare il numero delle calorie in quanto possono essere utili per una dieta o per un semplice controllo del proprio peso corporeo. Inoltre deve avere l'indicazione della quantità di grassi saturi come, per esempio, gli "oli vegetali" (di cocco, di palma, ecc.) che sono dannosi per le arterie in quanto contengono grassi saturi nocivi. E, visto che costano poco e sono dolci, vengono largamente usati, ma l'etichetta ne svela la presenza, se il contenuto dei grassi saturi è davvero alto. Viceversa, quando prevale il contenuto di grassi insaturi, più salutari, significa che gli oli impiegati sono d'oliva o di semi. Un'altra spia della qualità sono le proteine, che derivano da materie prime più costose. Per quanto riguarda le vitamine e i minerali, possono essere riportati nell'etichetta nutrizionale solo se presenti in quantità significativa e devono essere espressi come percentuale della razione giornaliera raccomandata. Così, se in 100 grammi di alimento ci sono 20 milligrammi di vitamina C, l'informazione utile al consumatore da riportare, è che coprono il 33% del fabbisogno giornaliero, che è 60 milligrammi.



Valentina Dini

BAMBINI ITALIANI SEMPRE PIU' GRASSI

L'obesità infantile è in aumento. Secondo L'istituto auxologico italiano, il 35% dei bambini è in sovrappeso, mentre il 12% è obeso. La situazione è preoccupante perché un bambino obeso può sviluppare altre patologie, come ipertensione e diabete, che lo pongono a rischio di malattie cardiovascolari e metaboliche. Per questo il Ministero della Salute ha iniziato una campagna di informazione sui pericoli del sovrappeso e sull'importanza di una corretta alimentazione. In Italia ci sono circa 4 milioni



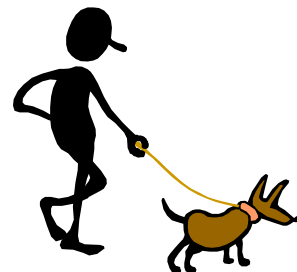
di obesi, più uomini che donne, più al Sud che al Nord. Il trattamento deve essere multidisciplinari. In alcune università si sta praticando la carbossiterapia, che usa l'anidride carbonica per promuovere la vasodilatazione e ridurre i pannicoli adiposi.

Davide Ferrari

- Ho un cane che mi riconosce al fiuto
anche da un km di distanza.
Che ne dici?



- Che dovresti lavarti più
spesso!!!!!!!!!!!!



Un vigile ferma un automobilista che al semaforo è passato con il giallo e riconosce, nell'uomo che ha commesso l'inflazione, il suo ex maestro di scuola.

- Accosti a destra - gli dice con aria severa - prenda un foglio e scriva cinquanta volte:
"Si passa solo con il verde"



BOMBA DI TAGLIETELLE

(Specialità reggiana)

Ingredienti per 6 persone:

Per la pasta:

500g di farina

Per il condimento:

40g di burro

Parmigiano reggiano grattugiato

Per la cottura:

burro, per ungere lo stampo

Sul tagliere (spianatoia) disponete la farina aperta a cratere; sghusciate le uova e lavorate (impastate) come al solito fino ad ottenere un amalgamato liscio e piuttosto sodo; da restringere ad una palla e coprire con una ciotola o una pellicola alimentare per lasciarlo riposare.

Dopo un paio di ore, riprendere l'impasto, poi con il mattarello spianare una sfoglia sottile, da arrotolare e ridurre a tagliatelle.

Queste, lessate in abbondante acqua salata; scolatele e conditele con burro e formaggio grattugiato.

Ora, in uno stampo da ciambella imburrito, versate parte delle tagliatelle condite, ricoprite con un mestolo di ragù, spolverizzate con del parmigiano reggiano, quindi ripetete l'operazione (tagliatelle, ragù, formaggio).

Passate il tutto in forno (già caldo a 180°) e fate cuocere per 20 minuti circa, il tempo di asciugarsi e dorare. Servite la bomba caldissima, appena tolta dallo stampo.

Andrea Vergamini

Abbiamo voluto riservare questo spazio per chiedere a tutti i nostri lettori una piccola collaborazione per una ricerca alla quale stiamo lavorando.

Vorremmo pubblicare un articolo sull'origine dei nomi dei posti del nostro paese. Quindi quello che vi chiediamo è di farci sapere se conoscete storie, piccole leggende o altro inerenti a questo argomento.