

Monte Zaccarelli scappucciato

Fino a poco fa il monte che sovrasta quell'angolo di Valconca incontaminata aveva come cappello un rigoglioso verde, con isole coltivate e ben tenute. L'uomo ama attingere dalla natura, così i proprietari hanno chiesto di costruirci sopra. Hanno fatto domanda in Comune e è stata loro accolta. Sono arrivate le ruspe e hanno scappucciato il bel monte. Il fatto è diventato di dominio pubblico e se ne parla in ogni dove, nei bar, mentre si fa la spesa, nei crocicchi, sul sagrato della chiesa, nei consigli comunali, ovviamente. E ci si chiede come mai sia stato possibile concedere l'edificabilità in quel posto dalla vista mozzafiato. Beati coloro i quali un giorno vi potranno risiedere.

Naturalmente Mondaino si è divisa in due. Da una parte coloro i quali sostengono l'intervento ed argomentano che non si può interrompere la crescita della comunità, lo sviluppo e che c'è fame di case.

Dall'altra parte gli ambientalisti, i protettori della natura. Argomentano che il monte poteva restare così com'era, incappucciato nel suo bel verde. E che Mondaino non difetta né di case, né di spazio dove tirarle su.

Si spera soltanto che l'urbanizzazione di Monte Zaccarelli sia fatta con l'intelligenza della bellezza. Che un giorno si possa ammirare, come oggi si ammira Mondaino costruita proprio su un crinale.

Montegridolfo, la bontà

dell'olio

LA CULTURA

– E' come se un capo firmato di ottimo tessuto e bel taglio fosse venduto a prezzi da bancarella. I consumatori fanno un affare ad acquistare l'olio extravergine di oliva delle nostre terre, uno dei lembi più a nord d'Italia dove gli ulivi hanno tradizione e cultura. Un chilo di olio extravergine di oliva si trova a 7-8 euro; dato gli investimenti, dato il lavoro, dato i costi, sarebbe un affare pagarlo 15 euro al chilo, figurarsi la metà. Purtroppo però i nostri olivicoltori faticano a venderlo ed a produrre reddito. Poi, si dice che i giovani abbandonano la terra e scompaiono le eccellenze agricole che hanno educato a mangiare bene generazioni.

Questi sono i concetti di Stefano Cerni, grosso esperto d'olio, nonché agronomo della Provincia di Rimini.

Per cercare di elevare la sensibilità verso l'olio extravergine di olive, da anni a Montegridolfo, con allegria ma neppure troppa, si è inventato un concorso: "Il novello di Romagna". Alla XIV edizione, quest'anno si tiene domenica 14 dicembre, con inizio alle tre del pomeriggio.

Il premio è organizzato dall'amministrazione comunale di Montegridolfo, in collaborazione con la Pro Loco, l'Arpo (Associazione Regionale Produttori Olivicoli), Olea (organizzazione laboratori esperti assaggiatori), e la Strada dei vini e dei sapori delle colline di Rimini, con il patrocinio e contributo della, Regione Emilia Romagna, Provincia di Rimini, Enohobby Club dei Colli Malatestiani.

La giornata è anche convegni, mostre, rassegne di opere d'arte, esposizioni dei prodotti (olio e olive) a cura degli olivicoltori, degustazione dell'olio novello sui piatti tipici della cucina romagnola. E intrattenimento.

L'olio "buono" è considerato un alimento nutriente e medicinale; il principe dell'alimentazione.

Nella provincia di Rimini si sono circa 300.000 piante, con

una produzione di circa 7000 quintali d'olio.

Elezioni, tutto ancora sottotraccia

IL FATTO

di Claudio Casadei

– L'alacre lavoro dei vari coordinatori di partito in preparazione delle prossime elezioni procede sottotraccia in quel di San Clemente. Per ora voci più o meno fondate, si rincorrono e si smentiscono nell'arco di pochi giorni. Si lavora su programmi generici pieni di buone intenzioni, dove correttezza, onestà ed etica sono il comune denominatore.

Purtroppo però la politica, a tutti i livelli, soffre di amnesia. E' come vedere un bel film dove il giusto e l'onesto vincono quasi sempre, ma quando esci dalla sala ti ricordi che la realtà è ben diversa.

Noi elettori leggeremo un bell'elenco di promesse, scopriremo che tutti pensano a noi, sapremo che il prossimo futuro sarà il migliore possibile. Poi, passate le elezioni, scopriremo ancora una volta che ogni errore sarà il miglior compromesso possibile, ogni ingiustizia avrà mille motivazioni, ogni mancata risposta sarà dovuta alla domanda sbagliata o inopportuna. E dovrà starci anche bene perché ormai la normalità è il compromesso all'ennesima potenza e questa sembra l'unica forma di politica possibile. E' quello che ci hanno fatto credere i politici, quello che abbiamo accettato come cittadini nella speranza che primo o poi il vantaggio potesse essere anche nostro.

Ma intanto i lavori sono in corso. Il Pdl, vincitore reale

delle recenti elezioni politiche, ha nel signor Quaranta un segretario attivo ed una persona onesta. Il partito ha intenzione di presentare un serio programma con persone realmente interessate a cambiare quella che è a loro avviso una situazione stagnante e di sviluppo sbagliato e caotico. Una realtà da riportare sotto controllo. Il rischio per Quaranta è di ritrovarsi a braccetto personaggi interessati a riciclare progetti abbondantemente e giustamente bocciati.

Probabile debolezza per l'elettorato di centro destra potrebbe essere quanto accaduto nelle ultime elezioni comunali: un candidato sindaco che, non eletto, abbandona precipitosamente il seggio in consiglio. Ci saranno state mille ragioni, ma la gente non ha capito e nessuno ha spiegato.

Obiettivo San Clemente

Seconda formazione Obiettivo San Clemente ha svolto un lavoro puntiglioso e spesso produttivo dopo le ultime elezioni. Ha brillato per impegno e per costanza. Ha cercato più di ogni altro la comunicazione con la gente e spesso ci è riuscito. Di negativo c'è stato un protagonismo eccessivo spesso ingiustificato, che ha generato l'ironica presa di distanza anche di persone inizialmente organiche al gruppo stesso. Un problema per la formazione la corte serrata dei partiti maggiori ad alcuni componenti del gruppo unitamente all'assenza di finanziamenti.

Pd

Infine il Pd con tutte le sue componenti. Erede delle amministrazioni precedenti, sta vivendo in San Clemente un lento declino, tanto che le antiche rendite di posizione sono ormai consumate. La giunta al potere, ha dovuto governare un'eredità complessa e una situazione difficile da spiegare. Ci sono state denunce alla forza pubblica di "clamorosi errori" in cui erano incorsi importanti uffici, ma, essendo la continuazione delle precedenti giunte, quella attuale ha molto lavorato per correggere certe incresciose situazioni.

Tutto tempo sottratto ad una normale gestione del programma elettorale la cui realizzazione era già stata messa in difficoltà dalle variazioni congiunturali e dai tagli dei

governi.

Il sindaco Cristian D'Andrea non sembra essere messo in discussione: per la giovane età, per l'entusiasmo e per un seguito sempre più largo. Il gruppo invece mostra qualche scricchiolio, qualcuno è stanco per problemi personali, altri non si sentono più a proprio agio. Qualcuno invece ha contatti con altri gruppi e non vede l'ora di andarci, mentre da Rimini le varie correnti spingono già le proprie candidature. Insomma, nel suo piccolo, San Clemente riflette la situazione nazionale. Molta confusione sotto il cielo e poche certezze fino alla fine. Intanto il teatro della politica locale ha riaperto i battenti: sediamoci e guardiamo lo spettacolo.

Montefiore, ritorna il presepe vivente

Il centro storico diventa teatro naturale della rappresentazione della Natività.

Alla XVII edizione, ritorna dopo due anni di assenza per i lavori alla rocca. Lungo il percorso che culmina con la Natività allestita nell'arena della Rocca Malatestiana: si possono ammirare il villaggio dei pescatori, dei pastori, degli arabi, il mercato, antichi mestieri (il fabbro, il falegname e il vasaio), il castello di Re Erode. Il tutto con sottofondo di musiche natalizie e zampogne.

Le rappresentazioni del 26 e 28 dicembre e del 4 gennaio iniziano alle 16,30 per terminare intorno alle 19,30. Il 6 gennaio si apre alle 17.30 e vede il cammino dei Magi verso la capanna.

Ingresso adulti presepe vivente euro 3.

Montefiore, teatro per ragazzi

Il 14 dicembre, "Tony Cliftotn Circus", con Stefano Cenci, Iacopo Fulgi, Enzo Palazzoni. A seguire: 'aperitivo di Belfiore Enoteca. Per finire: V.E.MÒ / Cinema e Castagne, presenta La Mummia: un caso di malasanità

Domenica 11 gennaio, "Il bambino sottovuoto", con gli allievi del laboratorio "8-10 anni", liberamente ispirato al racconto di Christine Nöstlinger, la storia si sviluppa attorno alla sfida fra due piccole "bande" rivali...

La ballata degli onesti

Io ogni giorno vo a lavorare
Come i miei m'hanno insegnato
Entro in fabbrica e attacco a sudare
Ma ogni sogno ho ormai scordato
Ho uno stipendio da privilegiato
1800 se ho molto sgobbato
sembrano tanti da viver agiati
una fortuna da privilegiati!
così che il mio bimbo al nido
non l'hanno voluto, non c'hanno sentito
perché è troppo quel che guadagno
anche se appena appena ci magno
Ah che bello ah che piacere
Tutte le tasse poi pagare

Dalla mia busta per magia
Neanche le vedo e me le portano via
Penso a quel povero albergatore
Viaggia col suv e sta in chiacchiera ore
Ma ha un reddito 'si piccolino
Tocca al suo bimbo quel posticino.
Dai non può esser quel reddito basso
E poi è inutile che io m'incasso
Coi 1300 che ha denunciato
E' già un miracolo che qui sia arrivato!
Penso poi anche a quel por imbianchino
Che è "imprenditore" e si sente di destra
Con tre vacanze in un anno porino
Dovrà pure aver il suo tempo di festa
Mica è cattivo se scorda il modello
È sol distratto e non va nel tranello
Che lui la ditta dovrebbe fermare
Se si sognasse le tasse a pagare
Ah che bello ah che piacere
Tutte le tasse noi pagare
Dalla mia busta per magia
Neanche le vedo, e me le portano via
E i "ricchi- tanto", quale io sono
Per un documento da avere in comune
Fanno domanda e chiedono perdono
Per un permesso gli tolgono le piume.
L'imprenditor che "ti dà la vita"
Ti avverte tosto com'è la partita
"Lavora zitto e non ti assentare
che io alla porta ho la fila ad entrare"
E' sempre in crisi per il tuo aumento
E a te chiede di non dargli tormento
Che è dura la vita, e lui rischia tanto
Che star con lui dev'essere un vanto
E se per te gli mancano gli euri
Lui compra lotti che sembrano feudi
Ma il suo reddito sfiora la fame

Ci toccherà portargli del pane
Ah che bello ah che piacere
Tutte le tasse poi pagare
Dalla mia busta per magia
Neanche le vedo, e me le portano via
E proprio lì cresceranno quartieri
Sui suoi mattoni metterà i daneri
Se la sua ditta dovesse andar male
Qualch'ente pubblico la dovrà salvare
Quelli in comune? L'ha detto Bonanni
Per lavorare non stanno nei panni
Forse il mattino potran non star bene
Ma poi a casa, il lavoro preme.
Tanto nessuno gli potrà mai far nulla
Il sindacato li ha nella culla
Ormai sol nel pubblico ha voce vaga
Ma nel privato più nessuno lo caga
Tristezza amara: ormai siamo in tanti
Noi che paghiamo e non abbiám canti
Solo repulsione, disprezzo e rabbia
Per chi dorata s'è fatta la gabbia
Ah che bello ah che piacere
Tutte le tasse poi pagare
Dalla mia busta per magia
Neanche le vedo, e me le portano via
Certo che sono un po' inacidito
Certo che sono un po' risentito
Vorrete mica i miei complimenti
Per stò regresso da incompetenti?
Basta furbetti basta corrotti
Qui gli attributi c'avete rotti
Ci vogliamo pur sempre sacrificare
Ma porca l'oca vogliam campare!
Se ci chiedete un sacrificio
Noi lo facciamo già dall'ufficio
Ma se la luna vi regalate
presto o tardi saranno mazzate

Basta coperte per gli evasori
Stop privilegi per voi signori
Noi siamo onesti nostro malgrado
Voi sol vigliacchi al massimo grado.
Ah che bello ah che piacere
Tutte le tasse poi pagare,
Se farem tutti il nostro dovere
Portare l'obolo sarà un piacere.

Fausto Nottiberti

Per bambini e concerto del Coro di Morciano

Il centro di raccolta come al solito sarò presso il centro polivalente di Sant'Andrea in Casale.

Altra tradizionale iniziativa è quella dei doni portati agli ultraottantacinquenni sempre più numerosi sul territorio comunale. Inoltre il 30 dicembre si potrà salutare il vecchio anno in compagnia del Coro Città di Morciano che alla guida di Oreste Pecci.

Per l'Epifania, befane più o meno belle saranno al centro polivalente a Sant'Andrea per regalare una tradizionale calza a tutti i bambini.

Claudio Casadei

A tavola con giudizio

– Tra i principali responsabili dell'invecchiamento sono da tempo state individuate delle molecole il cui nome nell'immaginario collettivo è associato a qualche cosa di negativo, che ha a che vedere con le malattie, in generale con il processo di deterioramento delle nostre cellule.

Il loro nome è radicali liberi. Non intendo esortare la liberazione degli iscritti al partito radicale, che tra l'altro non mi risulta siano detenuti, ma presentarvi i responsabili della maggior parte dei nostri problemi di salute, legati all'invecchiamento. Forse non tutti sanno che l'invecchiamento ha inizio attorno ai venticinque anni, cioè quando le cellule che muoiono ogni giorno sono in numero maggiore di quelle che nascono. Naturalmente, gli effetti devastanti che ne conseguono hanno inizio molto più tardi. Queste molecole (radicali liberi) costituite essenzialmente di ossigeno, sono importanti per il nostro organismo, che ne produce una certa quantità, il cui compito è quello di contrastare infezioni, allergie e utilizzare al meglio l'ossigeno presente nel sangue.

Sono però stati studiati vari fattori che contribuiscono ad aumentare in modo eccessivo il numero di radicali liberi presenti, essi sono: l'inquinamento atmosferico e ambientale, stati di stress emotivo, impiego di additivi chimici presenti nei nostri cibi, il consumo elevato di grassi saturi (carne rossa con molte parti grasse) . L'effetto degenerativo dei radicali liberi in eccesso, provoca ed amplifica la problematica legata all'invecchiamento sia esteriore che degli organi interni, sono inoltre tra i principali responsabili dell'incremento dei danni da arteriosclerosi e contribuiscono alla alterazione della catena del DNA, esponendoci ad un maggiore rischio di casi di tumore.

La natura per fortuna ci viene in aiuto anche questa volta mettendoci a disposizione una serie di composti chimici naturali la cui azione antiossidante contrasta quella dei

radicali liberi in eccesso.

Il loro nome è flavonoidi (o bioflavonoidi) e sono i più potenti antiossidanti conosciuti.

Contenuti in quantità variabili in alcuni alimenti di origine vegetale (frutti ed ortaggi) concorrono a determinarne le sfumature gialle, rosse, azzurre ed arancio degli stessi.

Attualmente sono stati identificati circa 5000 composti appartenenti a questa classe, molte delle quali presenti sulle nostre tavole da sempre. Le principali attività biologiche che esercitano sono: antinfiammatorie, antiallergiche, antinfettive, antivirale, antitumorale, gastroprotettive e di riequilibrio dell'apparato endocrino. Gli antagonisti che ostacolano l'assorbimento di queste sostanze sono: il caffè, il fumo, lo stress ed alcuni tipi di farmaci. Invece la vitamina C, il calcio e il magnesio ne facilitano l'assimilazione. Nella lista che vi fornisco cito gli alimenti, o le spezie che contengono rilevanti quantità di flavonoidi e che sono facilmente reperibili, con alcune raccomandazione, consumateli in modo continuativo (a seconda anche della stagionalità) ed in quantità adeguate (non eccedete) il loro effetto non si somma. Quelli che troviamo in natura e negli alimenti, sono più che sufficienti, senza bisogno di ricorrere agli integratori i quali promettono molto di più di ciò che danno.

Ogni antiossidante possiede il potere di attaccare una determinata classe di radicali liberi, però tutti assieme agiscono in modo sinergico, e concorrono alla protezione dell'organismo.

Come ultima raccomandazione consiglio di limitare le cotture lunghe, i fritti o con l'utilizzo di carbone (alla brace) Alcune classi di antiossidanti perdono le loro proprietà se cotte troppo a lungo o ad alte temperature (fritti) Tutte le volte che il tipo di ingrediente e i gusti personali lo permettono consumare l'alimento crudo.

Spezie: Prezzemolo, rosmarino, corcumo, cannella. Verdure: Pomodori, peperoni, cavolo cappuccio verde e rosso, carote, bietole, cardi, aglio, cipolla. Frutta: Bacche rosse e blu,

frutta di colore rosso e arancio, frutta secca (moderatamente, per l'elevato contenuto di calorie)

Bevande: The verde, vino rosso (1-2 bicchieri al gg.) Altri: Cioccolato fondente (4-5 g. al gg.) soia (reperibile sotto forma di semi, bevande o tostata)

Del prossimo articolo se ne occuperà Nicoletta Piva (non è omonimia ma parentela stretta) in qualità di naturopata ed esperta di alimentazione naturale. L'argomento che affronterà riguarda gli zuccheri nell'alimentazione, il loro uso, abuso e confusione con termini analoghi.

Valliano, presepe da visitare

L'edificio esisteva già nel 1200. E' stata ampliata tra il 1465-'74, quando venne modificata l'originaria pianta a croce greca (tutti e quattro i bracci uguali). Duramente danneggiata durante la Seconda guerra mondiale, subito dopo il conflitto il Genio civile ricostruì la copertura, nel '99 venne iniziato il restauro, terminato nell'estate 2003 con il campanile. Architetto: Pierfrancesco Gasperi. La canonica, dal novembre 2003, ospita il museo della civiltà contadina. Il santuario di Valliano, Montescudo, è un capolavoro: l'interno conserva gli affreschi di uno degli allievi prediletti da Raffaello: Pellegrino da Modena. Che aiutò il grande artista urbinato nel decorare le Logge Vaticane. Nei pressi si trova una delle osterie più interessanti del Riminese, "da Zì Teresa", cucina dai profumi e sapori della tradizione.

Presepe, emozioni francescane

– Immagini che sanno accendere l'immaginazione dello spettatore. Due ore di emozioni con una delle eredità più alte di San Francesco, capaci di intrecciare la profondità del culto con la bellezza del fare artigianale. E' sufficiente salire al teatro "Leo Amici" di Montecolombo per un musical che racconta cose meravigliose. Titolo: "Greccio, notte di Natale 1223, quando Francesco ideò il primo presepe". Ne è autore Carlo Tedeschi.

Scrivete Tedeschi: "Greccio, notte di Natale 1223. Che cosa accadde in quella lontanissima notte? San Francesco diede vita al primo presepe vivente per vedere con i propri occhi, toccare con le proprie mani e partecipare con tutto se stesso alla nascita di Gesù. Da allora, anche noi, nelle nostre case, ripetendo il presepe riviviamo la natività di Gesù. Nello spettacolo, un angelo ci conduce ai momenti più toccanti della vita di San Francesco: la scelta della povertà, il restauro della chiesa di San Damiano, la semplicità di vivere il Vangelo, il suo amore per i poveri. Francesco chiede all'amico Giovanni di allestirgli una mangiatoia con il bue e l'asinello.

Il poverello d'Assisi noterà, tra la povera gente che lo ama e lo segue, un'umile donna che tiene tra le braccia il suo neonato. "È lui Gesù", dirà, e lo deporrà nella mangiatoia...".

Lo spettacolo rappresenta il cartellone natalizio dello spazio scenico. Ogni sabato (inizio alle 21) e festivi (ore 17), fino al 6 gennaio, viene rappresentato.