

Mugnano *in...forma*



Periodico di informazione paesana e dintorni a cura della Pro-Loce Mugnano

Pro Loco in... forma



Ultimo anno di "In...contriamoci a Mugnano" per questo Consiglio uscente; un'edizione a dir poco bellissima, che ci ha visti impegnati dai primi di giugno fino a metà luglio. Questa edizione la ricordiamo in particolare modo per il dono con cui il Maestro Paolo Ballerani ha voluto omaggiare il paese di Mugnano: Le Tabacchine, un basorilievo che rappresenta uno dei mestieri che ha caratterizzato Mugnano.

Tanti eventi importanti che caratterizzano da sempre la nostra "In...contriamoci a Mugnano" e per questo il Consiglio della Pro Loco ringrazia le Associazioni paesane, la Parrocchia per la concessione degli spazi e tutte le persone che con il loro contributo hanno reso possibile lo svolgimento della manifestazione.

Vi invitiamo a partecipare all'Assemblea pubblica, che si svolgerà Venerdì 27 Settembre, dove forniremo il resoconto della festa.

A proposito di "In...contriamoci a Mugnano", potete vedere il dépliant della prima edizione anno 1983, che pochi di voi sicuramente ricorderanno e che un nostro compaesano ha conservato con cura. Ricaricate le batterie, siamo pronti per concludere questi tre anni di Consiglio con gli ultimi eventi in programma.

Il 18, 19 e 20 ottobre prenderà il via "Mugnano...diVino", una tre giorni all'insegna di vini, cibo, musica e cultura all'interno del nostro borgo. La kermesse si svolgerà tra i vicoli del borgo all'interno di locali dove verranno creati angoli suggestivi per degustare ottimi vini e del buon cibo. Nella piazza del Castello, invece, si potranno assaporare i nostri dolci accompagnati da vini e buona musica. Alla manifestazione parteciperanno alcune cantine provenienti per la maggior parte dall'Umbria con una selezione di vini eccellenti. Con l'occasione vorremmo ringraziare tutti i proprietari dei vari locali che ancora una volta li mettono a nostra disposizione. A proposito di cultura e tradizioni, venerdì 18 ottobre verrà inaugurato un nuovo muro dipinto del nostro amico Vignali Ivan. Vi aspettiamo numerosi come sempre a questo nuovo evento!!!

... e per la serie
"Non è mai troppo tardi"...
Congratulazioni ad Alberto
che il 26 giugno si è laureato
in Batteria Jazz
presso il Conservatorio
Morlacchi di Perugia.



Il primo giorno di scuola



Ogni volta che inizia un nuovo anno scolastico, non posso fare a meno di pensare con tenerezza ai bambini che per la



prima volta siedono sui banchi di scuola, perché mi riportano indietro con la mente al mio primo giorno di scuola.

Mi rivedo nel mio grembiolino bianco con il fiocco al collo, almeno tre taglie più grande del dovuto, per poter essere utilizzato anche negli anni successivi, ma a me sembrava bellissimo lo stesso, perché identificava la mia appartenenza ad un gruppo (la mia classe).

Ricordo il banco di legno a due posti con il ripiano nero e il foro al centro per il calamaio; eh già, perché allora si scriveva con l'inchiostro e, per quelli un po' pasticcioni come me, era un'impresa scrivere senza lasciare macchie sul foglio o, peggio ancora, sulle maniche del grembiule; meno male che è durata poco, perché in quegli anni è dilagato l'uso delle penne biro, che mi hanno risparmiato diverse prediche dei miei genitori sulla opportunità di avere quaderni ordinati e non sbrodolati.

(segue a pag. 2)

Il Primo giorno di scuola

(segue dalla prima pagina)

Ricordo i miei compagni, molti dei quali ancora incontro in paese, mentre altri sono solo volti di bambini impressi nella memoria; in particolare la mia compagna di banco, Paola, alla quale sono tutt'ora legata da una profonda amicizia, che, di nascosto della maestra, mi dava un generoso aiuto per finire la mia merenda quando non avevo appetito, cioè quasi sempre.

Ricordo la maestra, che i miei occhi di bambina

Stasera vorrei fare una precisazione riguardante l'educazione dei figli.

Ho da sempre pensato che i miei genitori siano degli ottimi genitori, ma mai tanto quanto negli ultimi tempi.

Vivo in un paese di mille anime a malapena, con un'unica piazza in cui i bambini (giustamente!) si ritrovano nelle sere d'estate insieme ai loro genitori; si rincorrono in bicicletta e giocano con il pallone; e fin qui tutto ok, anzi, aggiungerei pure: "che bello!".

Il problema nasce quando i bambini (che per loro natura, e per legge, fino a 18 anni sono sotto la custodia dei genitori, i quali fino a 14 anni ne rispondono in prima persona qualsiasi cosa essi possano combinare) sono lasciati talmente liberi, allo stato brado, selvaggi ed ineducati.

Se tuo figlio prende a calci il paraurti della mia auto solo per divertimento, TU devi fargli capire che è una cosa sbagliata, non io.

Se tuo figlio tira pallonate alle vetrine, per sbaglio o volontariamente, devi essere TU a dirgli di fare attenzione, o che quella cosa "non si fa", non io.

Se tuo figlio decide che è un divertimento e un "bello scherzo" mettersi a fare la pipì sopra una grata che dà sui garage di un condominio, devi essere TU a sorvegliarlo ed a spiegarli che "non è divertente" e non è un gioco, non io.

Se tuo figlio dà calci e schiaffi ai miei cani quando sono al guinzaglio perché crede siano dei peluche, devi essere TU ad insegnar lui il rispetto e le giuste modalità di gioco, non io.

Ricordate che i bambini di oggi sono gli adulti di domani, e se non li educate alla civiltà, se non li correggete quando commettono degli errori perché "sono solo bambini!", se non li indirizzate al rispetto ed all'educazione verso gli altri (che siano loro coetanei o meno), vi ritroverete che a 12 anni sbatteranno le porte di casa, vi diranno che i regali non sono mai sufficienti, o abbastanza belli, grandi, costosi; gli insegnanti vi chiameranno per comunicarvi, loro malgrado, che sono maleducati, indisciplinati, irriverenti e arroganti; vi ritroverete a fare i conti con dei tornado che non potrete combattere perché vi sembreranno (e saranno) molto più grandi di voi. E vi ricorderete di quelle sere d'estate in cui erano piccoli e si permetteva loro ogni cosa perché (e due!) "erano solo bambini".

Tutto questo però, potrebbe essere irrilevante, se i vostri figli restano IL VOSTRO problema, per cui, cortesemente, fate in modo che non diventino IL MIO.

Ps. Sì, sono incazzata.



vedevano già vecchia, ma avrà avuto sì e no 40 anni; mi ha accompagnata per tutto il ciclo delle elementari ed era una figura di riferimento, che mi ha trasmesso l'amore per la lettura, la curiosità di imparare e la determinazione a non arrendermi di fronte alle difficoltà. E di questo le sarò sempre grata, perché tutti i maestri sono capaci di insegnarti a leggere e a scrivere, ma non tutti sono capaci di "educare". La mia maestra, con la sua professionalità, ma soprattutto con l'esempio della sua vita, rientra senza dubbio tra questi ultimi.

Stefania Scuota

Questa la sò...!

Orizzontali

- 1- Può essere planare
- 5- Quando è pesto, non si vede
- 9- Deve ancora... farsi le ossa
- 11- Non è croce
- 12- Regge la bandiera
- 13- Il giorno in corso
- 15- Il rifugio della belva
- 17- Accademia Aeronautica
- 18- Cagliari sulle auto
- 19- La città di un famoso Concilio
- 22- Non nuda
- 23- I denari a scopa
- 25- In fondo alla via
- 26- L'Arsenico
- 27- Completamente guarite
- 28- I fratelli della mamma

Verticali

- 1- Precede sempre la morte
- 2- La virtù di chi non ruba
- 3- Rapida nell'agire
- 4- Che si mette di traverso
- 5- Il verso della pecora
- 6- Violenti tifoni tropicali
- 7- L'Italia... nella rete
- 8- Sono pari nella rosa
- 10- Sigla della Pennsylvania
- 14- Amano i mici
- 16- Bruciati dal sole
- 18- Grande confusione
- 20- Si conta in anni
- 21- Ci si abbeverano i cammelli
- 22- Quello santo è dolce
- 24- Il Dio egizio del sole

spadus LXIX

1	2	3	4		5	6	7	8
9				10				
11								
12					13		14	
	15			16		17		
18			19		20			21
		22						
23	24			25			26	
27						28		

Tutti coloro che gradiscano far pubblicare un proprio articolo, sono pregati di consegnare il materiale entro il 20 NOVEMBRE alla redazione. Vi chiediamo cortesemente di non superare la mezza pagina di testo (pari circa a 30 righe di lunghezza o 2.500 battute) per darci la possibilità di pubblicarli tutti. Grazie.

Una sfida educativa: conoscere, dialogare, accompagnare i ragazzi nella navigazione in “rete”

Nell'era della comunicazione virtuale, l'immagine della “rete” fa pensare non solo al reticolo sempre più ampio di contatti che ciascuno di noi può attivare praticamente con il mondo intero, ma anche alla sorte di quei pesci che, loro malgrado, rimangono intrappolati nelle sue maglie e poi finiscono...cotti in cucina.

Ebbene, senza demonizzare le moderne tecnologie, che con internet ci consentono di apprendere e condividere informazioni in tempo veloce e su scala mondiale, potrebbe essere opportuno domandarci, ragazzi, genitori, associazioni ricreative, sportive, parrocchie e scuole: che uso ne facciamo di questi mezzi? Siamo consapevoli dei pericoli che possono nascondersi in quel mare aperto che è la comunicazione tecnologica oggi?

Esaminiamo velocemente alcuni dati di molte ricerche, confermati anche dalla semplice osservazione quotidiana: la quasi totalità dei ragazzi (97%) e degli adulti intervistati (95%) possiede uno smartphone (+26% rispetto al 2013 per i ragazzi, +18% per gli adulti rispetto al 2014). I bambini ricevono il loro primo smartphone a 11 anni e mezzo, età media più bassa di un anno rispetto al 2015. Il 94% degli adulti e l'87% dei ragazzi ha almeno un profilo social e in media hanno più di 5 profili ciascuno. Mediamente i ragazzi si iscrivono a Facebook a 12 anni e mezzo (un anno in meno del 2015), dichiarando un'età superiore a quella reale.

Un altro aspetto su cui fare attenzione: il 51% dei giovani tra i 15 e i 20 anni ha difficoltà a prendersi una pausa dalle nuove tecnologie tanto da arrivare a controllare in media lo smartphone ben 75 volte al giorno. Addirittura il 7% lo fa fino a 110 volte al giorno. In particolare, hanno ammesso di non riuscire a prendersi una pausa da questi dispositivi di almeno tre ore nel 79% dei casi.



Il bisogno di controllare continuamente lo smartphone magari per chattare non li abbandona neppure di notte. E purtroppo anche gli adulti non hanno comportamenti molto diversi. Il 49% delle persone

sopra i 35 anni non sa stare senza cellulare, verifica se sono arrivate notifiche o messaggi almeno 43 volte al giorno, di cui un 6% arriva a sfiorare le 65 volte, e di

stare 3 ore senza buttare un occhio sullo schermo non se ne parla per il 58% di loro.

Un veloce accenno al fenomeno degli Hikikomori nei paesi europei, compresa l'Italia. Il numero di giovani coinvolti sarebbe compreso tra i 30.000 e i 50.000. Gli esperti ci dicono che gli Hikikomori sono ragazzi e giovani adulti, di età compresa tra i 13 e i 35 anni, che decidono volontariamente di vivere reclusi nelle proprie stanze, evitando qualsiasi tipo di contatto col mondo esterno, familiari inclusi. Si tratta di una sorta di auto-esclusione dalla società odierna, le cui pressioni e richieste vengono percepite come insostenibili.

Un altro comportamento preoccupante è poi quello del sexting, ovvero la trasmissione di informazioni, immagini, testi e video con contenuti a sfondo sessuale. Anche qui gli esperti ci mettono in guardia, raccomandando ai ragazzi di non diffondere mai tramite piattaforme internet, neanche fra amici, contenuti personali e intimi che non desiderano rendere pubblici, perché potrebbe accadere che questi messaggi circolino all'interno di una cerchia di persone più ampia, volontariamente o involontariamente, e abbiano una diffusione molto maggiore di quella che immaginano i ragazzi.

Infine il fenomeno del cyber bullismo con i numeri: sono state solo 298 le denunce nei primi dieci mesi del 2018. Eppure 91 per cento dei ragazzi tra i 14 e i 18 anni è iscritto almeno a un social network e l'87 per cento naviga su internet: di questi il 98 per cento mente in rete circa la propria età. Un giovane su 4 è coinvolto in episodi di cyber bullismo; l'11 per cento delle vittime dichiara di aver pensato al suicidio. Per 8 ragazzi su 10 non è grave insultare, ridicolizzare o rivolgere frasi aggressive sui social. Gli attacchi verbali in rete non sono considerati gravi perché non vi è violenza fisica. La maggior parte, 7 su



10, prende di mira l'aspetto fisico, l'abbigliamento e i comportamenti della vittima, convinti che il malcapitato non avrà alcuna conseguenza dagli attacchi. E sempre 7 su 10 non giudicano grave pubblicare immagini non autorizzate che ritraggono la vittima e comunque che non sia grave o rilevante profferire insulti o frasi aggressive riguardanti l'aspetto fisico, l'abbigliamento, il comportamento.

Forse sarebbe bene, fra le tante possibili riflessioni, concentrarsi almeno su una: fra ragazzi e adulti va intensificato il dialogo e buone relazioni educative, che vanno costruite giorno per giorno, mettendo insieme adulti, giovani, associazionismo, scuola, parrocchie, in una bella Alleanza Educativa.

Concludo suggerendo degli spunti pratici elaborati da persone esperte: avviare il dialogo quando i bambini sono molto piccoli, mettendo al centro l'importanza del gioco come strumento di relazione;

capire i momenti giusti e rispettare gli spazi dei figli adolescenti, tenendo questo dialogo attivo;

osservare a distanza comportamenti anomali e sofferenze dei figli: quando ad esempio si chiudono in camera troppo a lungo, non escono con gli amici, cambiano umore;

vigilare sui loro profili social e con loro concordare tempi e modi di utilizzo, stabilendo insieme regole, ricordando loro che siete voi genitori gli intestatari del contratto e i proprietari dello smartphone e l'utilizzo da parte loro è una vostra concessione; aprire la propria casa ai loro amici per parlare insieme attorno a un tavolo e comunicare stabilità e fiducia;

cercare l'alleanza educativa con docenti a scuola, condividendo la responsabilità educativa senza demandarla, a vantaggio dei vostri figli, che altrimenti giocheranno sulla distanza tra le parti per evitare il dialogo.

Inaugurazione dell'opera di Paolo Ballerani

Il 21 giugno 2019 si è svolta a Mugnano l'inaugurazione dell'opera d'arte di Paolo Ballerani intitolato "Le Tabacchine". All'inaugurazione erano presenti tra gli altri, Franco Chiatti, la presidente della Pro-Loco, le tabacchine ancora in vita e anche la dott. Daniela Ficola, nipote del Commendatore Gualtiero Ficola. Quest'ultima ha ripercorso l'attività del suo avo con estrema commozione e gioia, proprio partendo dall'opera d'arte che raffigura il volto di una tabacchina, le foglie del tabacco, un asino e il rosone della chiesa benedettina di Mugnano, su cui spicca il motto "ora et labora". La nipote del commendator Ficola ha ripercorso le tappe della vita imprenditoriale del nonno. In un primo tempo, il commendator Gualtiero Ficola prese in affitto i locali dal sodalizio di San Martino, poi alla fine degli anni '30 del secolo scorso costruì il grande stabilimento in via Rapallo, in cui lavoravano più di 300 tabacchine che arrivavano anche da paesi limitrofi: Agello, Fontignano,



Tavernelle, Castel del Piano. Il commendator Ficola diede un grande impulso alla vita non solo economica ma anche sociale di Mugnano, i cui effetti sono tangibili anche oggi. Nato a Perugia nel 1888 da famiglia di proprietari terrieri, già da giovanissimo dotato di grande intuito, seppe abbinare l'attività prettamente agricola della produzione del tabacco alla trasformazione industriale del prodotto. Così creò a Mugnano un polo di attrazione importante per lo sviluppo economico della collettività; era infatti riuscito ad ottenere dal Monopolio di Stato la tanto ambita concessione speciali tabacchi; la lavorazione agricola si integrava così con la lavorazione industriale. Per la dott. Daniela Ficola è stata un'altra grande emozione, dopo che nel 2003 fu dedicata a suo nonno la strada che collega Mugnano a Fontignano, ricordare con quest'opera a basso rilievo di Paolo Ballerani l'attività di un uomo che dedicò tutta la sua vita al lavoro.

Dott.ssa Daniela Ficola

Che bello è il mondo della scuola

Le vacanze erano finite, si doveva rientrare a scuola; avremmo voluto prolungare le vacanze, ma la gioia di ritrovarsi era forte per potersi raccontare tante cose.

A distanza di tempo possiamo affermare che sono stati gli anni più belli, anche se pieni di impegno, di apprensione per qualche interrogazione indesiderata.

E' stata una convivenza felice, un cammino che ci ha aiutati a socializzare, a crescere, ad acquistare una capacità critica costruttiva a volersi bene, tanto che la vera amicizia portava a dare furtivi suggerimenti che potevano determinare un buon voto.

Nozioni, dialogo, ricerca, riflessione, confronto, studio e buona volontà hanno portato cultura, capacità di stare insieme, di rispettarci e rispettare gli insegnanti, non dissentendo dai loro insegnamenti.

Le regole hanno formato una coscienza civile, mettendo al primo posto il rispetto, l'ascolto, il tacere al momento opportuno.

Il paradigma era impegno che ci ha dato la possibilità di

inserirci con serenità anche nel mondo del lavoro.

Auguriamo in questo inizio di anno scolastico di vivere con gioia i giorni e gli anni nella scuola e che regni collaborazione fra tutti, con le insegnanti in grande unione con le famiglie.

Sereno e buon lavoro alle insegnanti ed a tutto il personale che con pazienza si prende cura dei bambini, dei ragazzi e dell'edificio.

Angiolina Bifarini



L'angolo della salute

Le vitamine 2

Nel precedente numero abbiamo parlato della vitamina D e dei gravi danni causati alla salute dalla sua carenza. Non sprechiamo la bella stagione che sta per concludersi. Basta un'ora al giorno di sole su gambe e braccia per fare scorta di vitamina D per quasi tutto l'inverno, e mantenere sani e forti ossa e denti. Questa vitamina infatti, come la vitamina A, si accumula nel fegato dove viene conservata e distribuita all'organismo quando ne avrà bisogno.

Passiamo quindi alla vitamina A. Scoperta agli inizi del 1900, se ne è subito intuita l'enorme importanza per la salute umana. Interviene infatti nel funzionamento di tutte le cellule del nostro organismo. La mancanza di questa vitamina provoca subito disturbi alla vista. All'inizio si vede male, soprattutto nelle ore del crepuscolo. Col pas-

sare dei mesi cala la vista anche di giorno. Se non si interviene rapidamente si può arrivare addirittura alla cecità.

L'occhio è una struttura delicatissima e soffre per primo della mancanza di questa vitamina. Ma anche la pelle mostra ben presto segni di sofferenza. Perde la morbidezza e diventa secca e rugosa.

Stessa cosa succede alle mucose, quindi bocca, labbra, lingua. Ne soffrono anche i capelli, i denti e soprattutto le cellule che producono anticorpi, cioè i soldatini addetti alla nostra difesa dall'aggressione continua giornaliera di microbi e virus di ogni specie. Quindi ci si ammala con più facilità delle più svariate infezioni.

La vitamina A si trova in molti cibi, ma la prolungata cottura può diminuirne di molto il quantitativo utile. È abbondante nel fegato,

nelle uova, nel burro, nel latte, nel pesce, nella frutta e verdura di stagione. "Ma io ho alto il colesterolo e non posso mangiare uova". "Io ho il diabete e non posso mangiare frutta". Non è vero. In quantità moderata uova, formaggi e frutta vanno assolutamente bene nella dieta di tutti. Importante è, oltre all'alimentazione che deve essere più varia possibile, il movimento che ci fa eliminare i grassi nocivi e gli zuccheri in eccesso.

Quindi mangiamo il giusto di ogni alimento che ci piaccia. E poi una bella passeggiata.

Dr. Vittorio Frongillo

Chi desiderasse avere
altre copie di "Mugnano
in...forma" può ritirarle
presso l'Edicola di Mugnano

L'olio ha da entrà
'n cantina,
l'acqua ha da usci'
dalla cantina.

I nostri amici microbi



Microbi "agricoltori"

Il settore agricolo è un altro ambito in cui alcuni batteri vengono ampiamente utilizzati.

Nel corso degli ultimi 50 anni in agricoltura c'è stato un enorme incremento

nell'uso di pesticidi, ovvero sostanze chimiche attive contro funghi, insetti o altre piante nocive per le coltivazioni di grano, riso, mais, ma anche viti, girasoli, ecc.

Vi sfido a trovare in mezzo a un campo di grano papaveri o fiordalisi o altre piante erbacee, che invece un tempo erano abbondantemente presenti.

Purtroppo i pesticidi chimici, anche se usati in modo controllato in modo da nuocere il meno possibile sulla salute umana, non sono specifici: ovvero non uccidono solo l'organismo che si vuole combattere, ma numerosi altri che non sono dannosi per le coltivazioni, anzi sono addirittura utili per l'ambiente.

Ci sono invece batteri che possono agire da pesticidi naturali, attuando quella che viene comunemente chiamata "lotta biologica", ovvero organismi innocui per la salute umana che contrastano organismi dannosi per le piante.

L'esempio più notevole è un batterio chiamato *Bacillus thuringiensis*; questo batterio si trova nel suolo e ha la capacità di produrre tossine che uccidono le larve degli insetti che infestano le coltivazioni; la sua scoperta risale all'inizio

del 1900 e già dalla metà del secolo scorso era disponibile in commercio come fertilizzante naturale. Non essendo patogeno per piante e animali, questo batterio è ampiamente utilizzato in tutto il mondo nell'agricoltura convenzionale e, soprattutto, in quella biologica.

Stefania Scuota

COSI' PARLAVAMO...

Sbòbba: mescolanza, anche abbondante, di cibo non molto gradevole alla vista e al palato.

Batocchio: batocchio della campana.

Morsola: specie di tenaglia che si applicava al naso dei buoi utilizzati nei lavori agricoli.

Mucci': fuggire da un luogo, allontanarsi alla svelta.

Sbarella': avere una andatura ondeggiante, per cause varie. Per estensione significa anche parlare in modo incoerente.

Bavarola: bavaglino che si lega attorno al collo del bambino, per riparare gli abiti da eventuali schizzi di cibo.

Ottato: fico di ottima qualità.

Ras'la: Striscia di terreno, delimitata da due filari di viti.

Teccia': Urtare contro un ostacolo, sbattere. Si definiva "tecciato" un oggetto incrinato in seguito a un urto.

Renato Vernata



Stagione 2019/2020

Dopo la salvezza conseguita, la Società, nell'interrogarsi su quanto avvenuto e sulla ripartenza del campionato 2019/20, ha indetto il 03/06/2019 una Assemblea Pubblica aperta a TUTTI con la finalità di portare a conoscenza della cittadinanza, tifosi e simpatizzanti le criticità organizzative esistenti, di come poterle affrontare e sanare in vista dell'assunzione degli impegni da assolvere per la nuova stagione.

L'Assemblea PARTECIPATA, anche se forse in alcuni momenti scivolata troppo sull'aspetto tecnico !?, ha permesso alla Società di poter decidere di proseguire per la strada a lei di fronte, consapevole delle difficoltà da affrontare, ma con la certezza di avere al suo fianco i suoi tifosi, i sostenitori le Associazioni e Mugnano tutto.

Quindi immersi di nuovo nel programmare e costruire la nuova stagione 2019/20.

Duro lavoro per il Direttore sportivo, Presidente e

Segretario per la creazione della nuova compagine a partire dallo staff tecnico e la ricerca di numerosi componenti la rosa e di tutti gli adempimenti formali e burocratici necessari. Per l'intero Consiglio impegnato nel programmare attività finalizzate al reperimento di fondi, quindi la partecipazione con la mostra "La storia continua" all'interno della manifestazione "In...contriamoci a Mugnano", il torneo dei Rioni, il via alla campagna soci, e la campagna abbonamenti, la ricerca di sponsor ed inserzionisti. Nel frattempo l'inizio della preparazione svolta al Comunale "Gino Mosconi" e le prime partite di Coppa Italia di Promozione, che fanno sperare in una stagione ormai prossima meno sofferta della passata, e la riconferma che Mugnano tutta ci è vicina con il suo supporto morale e materiale.

Arrivederci ai prossimi appuntamenti sportivi ed istituzionali, dove crediamo sarete sempre partecipi e collaborativi. Forza Mugnano!

Goffredo Arcioni



Il bicchiere mezzo pieno

Settembre è ormai arrivato e con esso la "modalità vacanze" si disattiva automaticamente per tutti: scuola, università e lavoro stanno per raggiungerci (o lo hanno già fatto da un po').

Ma se è vero che il bicchiere va visto sempre mezzo pieno, settembre è il mese in cui tutto riparte e l'attività della Società Filarmonica di Mugnano non è da meno.

Dopo un giugno pieno di servizi religiosi e civili, tra cui l'immane inaugurazione della festa "In...incontriamoci a Mugnano", e un luglio che ha visto alcuni dei nostri ragazzi impegnati nel campus Anbima de "I giovani delle bande umbre", agosto è stato il mese per ricaricare le batterie. A settembre gli stessi ragazzi del campus hanno partecipato a Norcia insie-

me alla Junior Band Anbima Marche ad un importante concerto e giornata di aggregazione e sensibilizzazione.

Nei due fine settimana 13-15 e 20-22 settembre si è svolta la manifestazione "Sport & Musica", nata ormai da qualche anno a partire dalla collaborazione tra la nostra associazione e l'A.S.D. Mugnano Calcio. Ogni serata è stata allietata da buon cibo e tornei di calcio e la banda ha inaugurato l'apertura di venerdì 13, per poi schierarsi nel "dietro le quinte" tra cucina e servizio ai tavoli.

Sabato 21 settembre, ore 17.00, tutta la Filarmonica si è esibita in concerto presso il Chiostro di San Domenico a Perugia, in occasione delle giornate europee del Patrimonio Culturale 2019.

Questo (ma molto altro ancora) sotto la supervisione di un consiglio direttivo tutto nuovo, formatosi nello scorso maggio, con Barbara Mariucci come presidente.

Ad affiancarla per i prossimi anni di mandato ci sono Adua Brilli, Carla Cerbini, Chiara Chiatti, Stefano Chiatti, Marco Vernata e 4 ragazzi che hanno iniziato la loro "carriera" nell'associazione da giovani allievi dei corsi di musica: Federica Bartoli, Tommaso Barbanera, Emanuele Burnelli e Davide Chiatti. Prendendoli come spunto di impegno e nuove idee nei confronti dell'associazione, non resta che augurare un buon lavoro a tutti - musicisti, maestro, consiglio e anche paesani - così che il bicchiere non resti solo mezzo pieno ma venga riempito di soddisfazione e nuovi traguardi.

Filarmonica Mugnano

Weekend selvaggio

Come tutte le idee originali anche questa è nata casualmente una sera a tavola fra amici e, mentre si ricordano le avventure passate, un NOSTALGICO dei vecchi film western idealizza quelle scene in cui il cowboy che accompagna le mandrie al pascolo, dopo aver cavalcato tutto il giorno si accampa in un bivacco improvvisato, accende il fuoco per riscaldarsi e cucinarsi la cena e prima di addormentarsi contempla le stelle magari godendosi la melodia di un'armonica.

Perché non farlo anche noi? Ecco l'idea del weekend selvaggio così chiamato perché si decide di scegliere una località isolata, non attrezzata, dove si possono montare le tende ed accendere il fuoco.

La scelta del luogo ricade sull'Abruzzo: non è troppo lontano, ci sono bellissime strade per raggiungerlo in moto, la natura si presta con radure ai margini del bosco e soprattutto le leggi sul campeggio libero non sono ancora troppo restrittive. Sono pochi i pionieri che decidono di avventurarsi in questa stravagante trovata, ma tutti carichi di spirito di avventura decidono che, in quanto prima esperienza, dovrà comprendere una sola notte.

Scelto il posto, la carovana si appresta a partire per la prima edizione, in un fine settimana di luglio con le moto cariche di tende, sacchi a pelo, graticole, pinze, cordini, ronchetto e tutto quello che "potrebbe servire" che non occupa troppo spazio.

Una volta giunti nel luogo previsto è sorprendente vedere che tutti si danno da fare per accamparsi senza che qualcuno diriga i lavori e dopo aver provveduto alle tende, ci si preoccupa per le necessità comuni; qualcuno va a cercare la legna, altri mettono in fresco le bibite nel ruscello, c'è chi provvede a fare la brace necessaria per arrostitire le salsicce ed il nostalgico diffonde musica con un iPod. Il tutto avviene nella più scoppiettante allegria, con battute e scherzi da quattordicenni, ma la vera magia arriva con il calar del sole quando le pance sono già soddisfatte e la potenza della natura diventa sempre più tangibile.

La luce fioca e mossa delle fiamme illumina i volti e rende l'atmosfera fatata, i soli suoni sono quelli del vento fra i rami, dell'acqua che scorre o di qualche animale che si sposta alla ricerca di cibo. Sembra quasi di toccare tutta quella energia pura ed incontaminata che ci avvolge. Noi non siamo più abituati all'isolamento, al vero silenzio, al buio completo, alla mancanza di un riparo solido e proviamo un certo timore, ma la compagnia di persone amiche e fidate ci aiuta a superare le difficoltà.

Per la strada del rientro ciascuno di noi porta con sé un po' di quella pace assorbita e la voglia di provare ancora quel senso di libertà ci fa mettere in programma una seconda edizione. Così anche quest'anno il gruppo collaudato è tornato in quell'angolo di rifugio dove si entra dopo aver messo tutti i pensieri e problemi quotidiani metaforicamente in un sacco da lasciare per strada e riprendere al ritorno.

Nello stesso periodo, stesso posto, con la stessa voglia di uscire dalla banalità quotidiana, ci siamo ritrovati da veterani a rivivere quelle meravigliose sensazioni sfidando perfino



le previsioni metereologiche. Certo che la paura di un incontro con i lupi e il timore di un violento temporale notturno non ci ha mai lasciati. I lupi forse li abbiamo uditi da lontano e dell'orso marsicano abbiamo sentito solo l'imitazione ben riuscita del ronfare.

A riguardo del temporale la notte ci ha graziati, siamo riusciti a richiudere le tende e caricare le moto all'asciutto, ma per la strada del ritorno tuoni, fulmini, saette ed acqua a barili: anche questo fa selvaggio. Ci ha fatto scoprire le qualità nascoste di uno di noi soprannominato da allora Acquaman, colui che va più forte con la pioggia che non con il bel tempo perché quando c'è il sole lui si gode il panorama, ma quando piove si sbriga per arrivare il prima possibile.

Non tutti amano questo tipo di vacanza, se così la vogliamo chiamare, è difficile rinunciare alle comodità, adattarsi alla mancanza del bagno con tanto di acqua corrente e di intimità, ma se si riesce a superare ciò la forte sensazione di benessere che si prova a contatto con la natura ripaga.

Fondamentale è avere un forte spirito di adattamento e la predisposizione alla condivisione.

Ricettario Mugnanese

SEDANINI RAFFINATI

Pasta formato sedanini

75 g di prosciutto crudo in 2 fette

75 g di prosciutto cotto in 2 fette

100 g di taleggio

4 cucchiaini di olio

1 cucchiaino di pasta di tartufo

Sale, pepe q.b.

Tagliate i 2 tipi di prosciutto a listarelle, adagiateli in una padella e fateli scaldare con l'olio a fuoco basso. Unite la pasta di tartufo e insaporite con sale e pepe. Spegnete il fuoco e coprite la padella in modo che il condimento resti caldo.

Nel frattempo lessate la pasta al dente, scolatela, rimettetela nel recipiente di cottura, unite il formaggio tagliato a dadini e mescolate.

Aggiungete il condimento con il prosciutto e mescolate di nuovo. Servire ben caldo.

SOUFFLE' DI ZUCCA

500 g di zucca gialla

100 g di burro

50 di farina

mezzo litro di latte

50 g di grana grattugiato

3 uova sale e pepe

Tagliate a dadini la zucca, mettetela in una pentola con poca acqua bollente e salata.

Cuocetela per 15 minuti, poi scolatela passatela al passaverdure e rimettetela nella pentola. Aggiungete 30 g di burro e lasciate asciugare il passato su fuoco basso, mescolando. Con il rimanente burro, la farina e il latte, preparate la salsa Besciamella. Unitele al passato di zucca insieme al grana e a un tuorlo alla volta, sempre mescolando.

Montate gli albumi a neve ferma e incorporateli al composto tiepido mescolando delicatamente dal basso verso l'alto. Mettete in uno stampo da forno imburato e cuocete a 190° per 35 - 40 minuti.

Daniela Chiatti

Ha ditto Gigino...

Modi di dire perugini.

Fido fù 'm bòn òmo, ma chi n' se fidò fù mejo.

E' bene fidarsi, ma è meglio essere cauti nel dare eccessiva fiducia.

Perde 'l ranno e 'l sapone.

Un lavoro fatto male fa perdere tempo, materiali e fatica (riferimento al bucato venuto male).

'M brodo de giuggiole.

Liquore dolce fatto con le giuggiole che nella tradizione popolare era ritenuto efficace contro alcuni disturbi; indica uno stato d'animo di assoluto benessere.

PICCOLO E' BELLO

La nostra manifestazione "In...contriamoci a Mugnano" 2019 ha richiamato tanti visitatori, più degli anni passati. E non solo perché alla nostra festa si mangia bene. Alcuni amici mi hanno detto: "Come si cucina lo stinco a Mugnano, da nessuna altra parte". Mugnano offre una buona cucina. Ma non solo. Fin dalle origini gli organizzatori, soprattutto Benito Biselli, ebbero l'ambizione di offrire diversi incentivi culturali. "Portare la cultura in periferia", si diceva.

Prima di tutto il nuovo "muro dipinto" che quest'anno ha affrontato egregiamente il tema delle "tabacchine", poi tutte le mostre d'arte dislocate nei vicoli del centro storico. Quella di Paolo Ballerani, l'autore del nuovo muro dipinto, è stata molto visitata e apprezzata: il suo bellissimo dépliant è andato a ruba.

Molto seguita è stata la serata del défilé di moda, con il premio alla migliore tela dipinta.

L'estemporanea di pittura ha richiamato artisti da fuori regione. La giuria si è complimentata per l'alto livello dei lavori.

Quest'anno poi sono stati messi in programma due nuove iniziative culturali: la presentazione di due nuovi libri e serate di musica lirica. Queste due iniziative si sono svolte nella piazzetta della pompa, un angolo caratteristico del Borgo dove erano state collocate una cinquantina di sedie che non sono state sufficienti per i partecipanti. Alla presentazione dei nuovi libri, dopo la lettura di alcune pagine, è seguito il dibattito.

Per le serate della lirica tre tenori, accompagnati da una brava pianista, hanno offerto un ampio repertorio di musiche e pezzi d'opera, che sono stati molto applauditi. Penso che iniziative del genere debbano essere ripetute.

Alla realizzazione di questi nuovi incentivi culturali ha collaborato la dottoressa Fabiana Taddei, autrice di uno dei nuovi libri presentati, che era presente alla festa con una bella mostra fotografica. Visitandola mi sono commossa nel vedere in un angolo la macchina da cucire e altre cose della zia Lele, la sarta di Mugnano, scomparsa pochi giorni prima.

Maria Giovanna Galli

Meglio invidiato che compatito

• • •

Chi perde nun cojóna.

Puoi inviarcì la tua posta presso:
**Pro-Loce Mugnano, Via dell'Albero,
1 06132 Mugnano (PG)**

posta elettronica: info@mugnanoperugia.it

**La Pro Loco ricorda che siamo presenti
negli itinerari storico artistici del
Portale della Regione Umbria
all'indirizzo: www.umbriatourism.it**

REDAZIONE:

Angiolina Bifarini, Stefania Scuota, Renato Vernata.

Vignetta: Vania Morganti.

Progetto Grafico: Serena Chiatti, Lamberto Mencaroni, Alberto Rosadini, Graziano Scorpioni.