

gete al succo ottenuto una doppia quantità di acqua tiepida e miele. Bevete il tutto durante la giornata, in quattro o cinque volte. Altro rimedio: **succo di cavolo**, da bere lentamente, dolcificato con miele.

RAUCEDINE

Si tratta di una diminuzione e, soprattutto, di un'alterazione della voce; il termine scientifico è disfonia. Le cause possono essere diverse, indubbiamente una delle più ricorrenti è data da processi infiammatori della laringe; il tabacco e l'alcool hanno pure la loro parte.

Fitoterapia

Esistono antiche ricette molto complicate che qui non vi proporrò. La fitoterapia moderna consiglia uno **sciroppo di cavolo**: versare circa mezzo litro di succo di cavolo rosso in 950 grammi di zucchero.

C'è anche un **decocto di foglie di alchemilla**. Fate bollire in un litro d'acqua 60 grammi di foglie essiccate, fate ridurre di circa un terzo il decocto e aggiungete, a caldo, 30 grammi circa di miele e mescolate. Lasciate raffreddare e assumete 2 o 3 bicchierini di decocto al giorno.

Naturalmente molto efficaci i gargarismi a base di infusi di carota, di limone e di mela, di pino, di polmonaria, di tasso barbasso, di tiglio e di timo.

Tornando ai vecchi metodi, parliamo di **cataplasmi** (impiastrici da applicare sulla parte interessata, in questo caso, la gola): di farina di lino, di cipolle cotte al forno, di foglie di tiglio e sambuco.

PUNTURE DI VESPE E API

Chi non è mai stato, almeno una volta in tutta la vita, vittima di una di queste graziose creaturine? Non si può essere punti più di una volta dalla stessa ape: il pungiglione è collegato al suo intestino, per cui, una volta che resta ancorato alla pelle della vittima l'ape, volando via, lascia anche il suo intestino e di conseguenza muore. Può anche capitare, in un allegro giorno d'estate, di incappare in uno sciame di vespe, di essere punti ripetutamente e di gonfiarvi come dei palloni.

Fitoterapia

Se siete stati "attaccati" in prossimità di una **pianta di fico**, potete considerarvi fortunati. Senza perdere un attimo, applicate sulla parte punta il lattice che trasuda dai ramoscelli del fico. La pratica popolare ci suggerisce questo curioso rimedio: **succo fresco di prezzemolo**, da applicare sulla parte dolente. Ottimi risultati si otterranno pure spremendo il **gambo verde della cipolla** o del cipollotto sulla puntura stessa.

Generazioni a confronto

di Alfonso Sassi

Quando il mondo dei giovani e quello degli anziani si incontrano i giovani si completano se ascoltano gli anziani e questi ultimi ritrovano vitalità e speranza se guardano ai giovani come a un dono.

I giovani sentono l'entusiasmo e spesso l'illusione di poter creare finalmente un mondo migliore, mentre gli anziani, per superare l'angoscia del finire, del sentirsi scartati perché non più vitali, minimizzano l'entusiasmo dei giovani mettendo a rischio anche ciò che hanno realizzato.

L'integrazione fra le due generazioni sta nelle parole di un antico detto: "Se il giovane sapesse e l'anziano potesse".

I giovani devono coniugare la forza del potere con il ritmo del sapere e gli anziani devono infondere al proprio sapere una forma nuova di potere.

I giovani, pur entrando in un mondo che ha tante ricchezze, tendono a sottolineare ciò che manca o ciò che è fatto male e questa è una cosa buona, ma con il rischio di non rendersi conto che il godimento di tante ricchezze è dovuto al lavoro dei loro predecessori, che comunque devono essere ringraziati. Il patto generazionale si realizza infatti quando i giovani onorano gli anziani per quello che hanno realizzato e gli anziani consegnano ai giovani, con fiducia, ciò che non sono riusciti a realizzare. Quando la relazione giovani e anziani trova una possibile armonia ci si rende conto che il conflitto tra alba e tramonto è dentro alla storia di ognuno di noi.



Verbascum Phlomoides
(Tasso Barbasso)



Alchemilla Vulgaris



con il Patrocinio del



COMUNE DI VILLA MINOZZO



www.sologno.com



"La Piazza"

organo d'informazione del Paese di Sologno

numero 6
GIUGNO 2024

Questo numero è offerto dalla **FAMIGLIA MARIANI MAURA e PIERINO - Grazie di cuore**

Per collaborare con La Piazza potete contattarci all'indirizzo email: redazione lapiazza4@gmail.com

PRO LOCO PAESE di SOLOGNO

EVENTI 2024

- | | |
|--------------------|--|
| 27 LUGLIO | RASSEGNA DEL MAGGIO |
| 10 AGOSTO | FESTA DELLE AIE - tradizionale camminata enogastronomica per le vie del castello |
| 18 AGOSTO | POLENTATA IN PIAZZA |
| 24 AGOSTO | PELUSCIADI - III edizione Olimpiadi dei peluches |
| 7 SETTEMBRE | CONCORSO LETTERARIO - Premio Internazionale Loris Malaguzzi |
| 13 OTTOBRE | FESTA DELLA CASTAGNA |

Come primo anno della nuova Proloco abbiamo voluto mantenere linearità e tradizione con la gestione precedente, cercando di non intasare troppo il calendario, soprattutto delle nostre "massaie".

Se ci saranno le opportunità non ci faremo scappare la possibilità di organizzare altri eventi che possano movimentare la nostra estate (qualche idea bolle già in pentola).

Cercheremo per i prossimi anni di inserire qualche novità, anche in base ai vostri consigli e idee, che siamo sicuri ci farete avere in questi mesi.

La III edizione della RIVINCITA dei PELUCHES ABBANDONATI

di Roberto Mariani



Ci siamo!!!!!! È il momento di "spoilerare" qualcosa di concreto, a partire dalla metà di giugno, forse già de domenica 9 giugno, sarà possibile visitare la **III edizione della RIVINCITA dei PELUCHES ABBANDONATI**. È con grande soddisfazione e orgoglio che posso annunciare questo, frutto di un estenuante lavoro invernale, fisico ma soprattutto mentale e organizzativo. Non posso non fare i complimenti al mio gruppo di lavoro e a quanti paesani ci hanno aiutato e supportato, in particolare, alle donne "stiliste" del centro di socialità, a chi ci ha autorizzato a fare le installazioni nel proprio cortile, chi si è costruito a case parti del nostro progetto e chi anche non abitando a Sologno ha messo all'opera amici, bambini e classi di scuola. Ad intervento terminato faremo poi i dovuti e necessari ringraziamenti. L'inverno è stato lungo e diciamo che al momento non è ancora finito purtroppo, ci



siamo trovati nel freddo salone decine di sere, abbiamo discusso e riso, mangiato e bevuto... e questo è servito per fare gruppo e coesione tra noi pochi residenti. Tutto è stato fatto con le nostre forze e con le nostre finanze, quindi se qualcuno volesse contribuire... Come già detto nei precedenti articoli, le installazioni quest'anno saranno in numero minore, ufficialmente 5, ma sarà bello cercare, in alcuni angoli del paese, altre piccole storie. Le 5 creazioni saranno comunque **UNICHE, ORIGINALI, IMPERDIBILI, DEVASTANTI** come dicono i miei giovani amici, tutte riconducibili al mondo dell'arte e della creatività!!! Abbiamo creato cose che erano impensabili fino a qualche anno fa, potrete vedere installati più di **1000 amici pelosi**, chiaramente devo anche ringraziare chi ha continuato a portarci i loro peluches abbandonati. Non ci sarà una vera giornata o festa di inaugurazione, il percorso resterà aperto e gratuito per tutta l'estate, fino alla metà di ottobre, mentre aspettiamo tutti i bambini del nostro Appennino per la seconda edizione delle **Olimpiadi dei peluches: le PELUSCIADI, la festa che si terrà agli impianti sportivi nel pomeriggio di SABATO 24 AGOSTO**. Ora tocca a voi, venite a vedere Sologno con le sue incredibili installazioni di pupazzi, non aspettatevi il Duomo di Milano o il Foro Romano, noi abbiamo fatto il massimo delle nostre possibilità, prendetevi 2 ore di tempo con la vostra famiglia e i vostri bambini, fate il giro del paese senza fretta, speriamo di aver fatto qualcosa di particolare e divertente che vi faccia andare via con un sorriso. Crediamo che l'obiettivo di avere un'attrattiva in più per chi viene in montagna sia stato raggiunto e ne siamo orgogliosi. Cerchiamo di non abbandonare i peluche ma anche i nostri piccoli paesi!

Anna, Benedetta, Cristian, Daniela, Erica, Giada, Luca, Mattia, Monia, Roberto.

P.S.: qualcuno mi ha detto che ci sarà una macchina piena di peluches e un murales sui peluches... Vero Mister DADA?... E questo non sarà la cosa più incredibile... No, non può essere vero... venite a controllare!!!!

Lettera aperta a tutti i paesani, amici e sostenitori della Proloco paese di Sologno

di Remo Silvestri

Carissimi.

Con il recente rinnovo del Consiglio Direttivo della Proloco Paese di Sologno, si è chiuso il mandato che mi ha visto quale presidente della stessa organizzazione.

Con tale chiusura faccio alcune considerazioni che ritengo doverose.

Siamo partiti con un programma ambizioso e impegnativo che ci ha messo a dura prova.

Alcuni consiglieri li abbiamo persi per strada per una non condivisione dei progetti che avevamo definito e forse anche per poca empatia nei miei confronti, abituato a dire le cose sempre in modo trasparente e diretto.

Questo ha ridotto sensibilmente le potenzialità del Consiglio ma ci ha fatto raddoppiare l'impegno e la determinazione, perché abbiamo creduto fortemente che quanto progettato sarebbe stato utile per il Paese.

Anche il periodo brutto del covid ci ha preoccupati non poco.

Quanto fatto e realizzato è visibile e credo sia assolutamente strategico per continuare il percorso di crescita del paese. Abbiamo lavorato su temi importanti per dare maggiore visibilità al mondo esterno attraverso aspetti culturali, aspetti di sostegno alla socialità, aspetti formativi, aspetti di maggior cura all'ambiente, coinvolgendo adulti, ragazzi, giovani donne, collaborando con paesi limitrofi attraverso le scuole e non solo.

Ovviamente e sicuramente non tutto sarà stato condiviso, ma questo fa parte delle cose: certamente però quanto fatto è stato frutto di ascolto anche di pareri diversi.

Anche i risultati economici sono stati ottenuti grazie alla collaborazione di tanti.

Voglio ringraziare con riconoscenza tutto il popolo di Sologno, gli ex solognesi, gli amici, i partecipanti, i collaboratori operativi e tutto il Consiglio.

Un ringraziamento particolare all'Amministrazione Comunale con in testa il Sindaco Sassi e il Vice Sindaco Rabacchi Dante, al Presidente del Parco Giovanelli, alla Manodori, alla Croce Verde di Villa Minozzo e a tutti gli sponsor che, attraverso sostegni economici, ci hanno permesso di far fronte alle spese di investimenti importanti.

Un ricordo e un rimpianto agli amici che in questo percorso ci hanno lasciato: il loro ricordo sarà sempre vivo nella nostra comunità.

Ai membri del nuovo Consiglio un grande in bocca al lupo, sicuro che saranno all'altezza dei compiti e delle responsabilità a cui sono chiamati.

Un caro saluto a tutti e tanta serenità e salute.



La vittoria

di Alberto Sartoni

Era trascorsa una settimana da quando, il 10 giugno, era stato perentoriamente ordinato di vincere. Tonino provava un'oscura repulsione per ogni genere di vittoria e comunque, avendo solo quindici anni in quella tarda primavera del 1940, non avrebbe corso il rischio di dover andare al fronte. Dopo la morte dei genitori viveva sotto i ponti e mangiava il pane e la minestra che alcune famiglie di contadini gli regalavano a condizione che andasse a mangiarli lontano dai loro poderi e dalle loro case. Nel suo vagabondare trovò quel giorno un riparo migliore del solito. Si trattava di un'antica tomba romana che sembrava un tempio in rovina perso nella campagna e distante una decina di chilometri dalla città. Riempì con delle foglie un sacco e lo mise sopra un sarcofago che sarebbe diventato il suo letto. Durante la notte sentì un cane abbaiare e lo immaginò randagio e affamato; la sua voce sembrava, nell'oscurità più assoluta, quella di tutta la terra. Al mattino alcuni spruzzi di pioggia gli arrivarono in faccia. Solo allora si accorse che quella dimora di morti era piena di vita; uccelli avevano nidificato sul tetto, due gatti dormivano vicini a una colonna mentre, fra le tessere bianche e nere del pavimento a mosaico, un melo aveva messo radici; il suo fusto attraversava una finestra come per cercare, nei raggi del sole, una libertà perduta. Quel posto gli piaceva. Sarebbe rimasto lì finché la guerra fosse durata, coltivando l'orto e nutrendosi di frutta e di verdura. Voleva avere per amici solo gli animali e gli alberi. Una grande lapide sporca di terra era incisa sul marmo in una lingua a lui sconosciuta, il latino. Accanto ad essa qualcuno aveva lasciato un quadernetto ingiallito. Nella prima pagina c'era scritto "Dipartimento Archeologico, campagna di scavo 1932 anno X, traduzione dell'epigrafe 45". Tonino, incuriosito, voltò la pagina e continuò a leggere "Salve forestiero, non fuggire se un'ombra incomincia a parlare con te. Sono stato acrobata e mimo, specializzato nell'imitazione dei Cesari e degli Augusti. Tutti ridevano della mia loquacità muta tranne i Cesari e gli Augusti ai quali non ero molto simpatico forse perché mi prendevo gioco delle loro vittorie e dei loro trionfi. Per centinaia di volte, sulla scena, sono

morto ma mai così bene come l'ultima. Ho attraversato il mio tempo oscillando su una corda tesa, cercando di correre sempre più forte per dimenticare il vuoto che mi circondava e arrivare finalmente in un posto sicuro: un gradino, una sbarra, un luogo qualsiasi nel quale trovare la pace; in realtà esiste solo un luogo dove puoi trovarla ed è questo. Mi sono sempre chiesto per quale motivo le persone, per il solo fatto di abitare da una parte o dall'altra di una frontiera si considerano nemici. Gli uomini sono simili a quei bambini che giocano sulla spiaggia cercando di camminare sulle orme lasciate nella sabbia bagnata da quelli venuti prima di loro. Non sanno vedere la bellezza delle nubi; guardano in basso senza comprendere che basterebbe parlarsi per poter vivere in armonia ma gli uomini, purtroppo, rimangono in silenzio, ognuno chiuso nei propri pensieri segreti e così il mondo diventa solitario, triste e spaventoso. Se anche tu, forestiero, ti trovi bene qui, non andartene e rimani pure quanto vuoi; a me non arrechi alcun fastidio." Al termine di questa traduzione uno sconosciuto archeologo aveva aggiunto il suo commento: "questa epigrafe non sarà inserita nel catalogo delle iscrizioni funerarie della Via Latina per il suo contenuto farneticante, anarchico e disfattista." Tonino chiuse il quadernetto ingiallito sentendosi ora amico, non solo degli animali e degli alberi, ma anche di chi riposava da duemila anni in quel luogo abbandonato che era diventato casa sua. Calate ancora una volta le tenebre, con i due gatti accoccolati accanto, non riuscì a prendere sonno ripensando a quanto aveva letto. Dopo essersi alzato si appoggiò sul davanzale di una finestrella e restò a guardare il bosco fitto di alberi. I suoi amati alberi fremevano nel vento formando una massa nera incastonata in una altrettanto nera, ma più vasta.



L'erba medica

di Anna Giorgini

Ho una passione indomita per le erbe selvatiche, effetto delle mie lunghe passeggiate solitarie che mi liberano la mente da pensieri negativi e stimolano la curiosità per tutto ciò che mi circonda. Possiedo un'applicazione che mi permette di identificarle ma la mia memoria, ahimè, mi permette di ricordarne due o tre a stagione. Mi piace molto conoscere le proprietà fitoterapiche delle piante selvatiche e anche dei frutti e delle verdure che sono sempre sulla nostra tavola: nei tempi passati erano l'unica possibilità per curarsi. Per questo intraprendo questo piccolo viaggio che voglio condividere, con una piccola rubrica mensile, ovviamente, non assumendomi nessuna responsabilità sull'uso non appropriato che chiunque voglia fare di queste informazioni. Citerò i disturbi più comuni e i rispettivi rimedi.

AFONIA - (abbassamento della voce)

Afonia, parola di origine greca, significa abbassamento della voce, o meglio, impossibilità di pronunciare dei suoni. Generalmente l'inconveniente compare a poco a poco, eccetto che negli choc in seguito ad un'emozione violenta: questo tipo di afonia, come dice il Larousse, si osserva soprattutto nelle donne. Le cause sono comunque diverse.

Fitoterapia

Decotto di carote: dopo aver fatto cuocere in un po' d'acqua 4-5 carote per quindici minuti, frullatele e aggiun-

capitolo primo

