

La Voce del Vera

Progetto **ART-THERAPY**: le trame curiose della comunicazione non verbale



Eventi sul territorio



Racconti e Poesie



Arte e dintorni



Parliamo di... Cucina



Giochi e Indovinelli

LO STORICO AQUILANO RAFFAELE COLAPIETRA DÀ IL VIA ALLA RASSEGNA NATALE A TEMPERA 2018

Natale a Tempera 2018 V Edizione

è una Rassegna di eventi culturali organizzati dall'Associazione Tempera onlus per promuovere la cultura e la socializzazione e per vivacizzare il piccolo borgo aquilano. Sembrava ieri...eppure sono già passati cinque anni da quando abbiamo iniziato a proporre varie forme di spettacolo e intrattenimento per allietare il periodo natalizio fornendo un'occasione di incontro a tutta la comunità. Quest'anno il Cartellone di Natale a Tempera 2018 è stato molto variegato perché ha compreso eventi appartenenti a diversi ambiti artistici: musica, teatro, cinema e storia locale. La Rassegna è iniziata il 13 dicembre con una Conferenza del **prof. Raffaele Colapietra**, organizzata in collaborazione con l'associazione Il Pungolo e dedicata alla toponomastica aquilana "Ripensare-Servabo-Conservare-Terrò Fede". Lo storico aquilano ha ripercorso i momenti salienti della storia della nostra città, svelandoci i "misteri" nascosti nei nomi delle più note vie e piazze aquilane. Il secondo appuntamento si è svolto il 15 dicembre, con la proiezione del film "**Sconnessi**" a cura dall'Istituto cinematografico "La Lanterna magica" e promosso da Radio L'Aquila 1. Le successive proiezioni sono fissate per il 3 gennaio 2019 ore con il Film d'Animazione "**Ferdinand**" e il 13 gennaio ore con la commedia "**Io C'è**" e tutte prevedono una prolusione di un esperto di cinema

in modo da avere indicazioni utili per la visione dei film. Nel cartellone non poteva mancare l'ormai consueta Tombolata per Bambini e Ragazzi, allietata dall'arrivo di Babbo Natale, che ha distribuito doni e dolci natalizi a tutti i bambini. Gli appuntamenti musicali, invece, curati dalla CSC Records, ci sono stati il 22 dicembre con il concerto **Dreaming Piano** della pianista Veronica Lauricella e il 29 dicembre con Fabio Pasqua al pianoforte che ha proposto un suggestivo percorso sonoro **Tajdo** strappando calorosi applausi al pubblico presente in sala. Per gli spettacoli teatrali ci si è avvalsi della collaborazione del TSA di L'Aquila e della Compagnia Fantacadabra che, il 27 dicembre, hanno messo in scena **Hansel e Gretel**, con la regia di Mario Fracassi e musiche originali di Paolo Capodacqua. L'evento, apprezzatissimo dal folto pubblico di tutte le età, ha lasciato tutti stupiti perché le vivaci magie dello spettacolo hanno trasformato la semplice storia in un gioco di ombre e colori, di pupazzi, di danze e canzoni eseguite dal vivo. Il senso magico della fiaba è stato soprattutto l'ineffabile sorriso del piccolo e grande pubblico che è tornato a casa con in tasca sassolini di felicità. Inoltre il 30 dicembre il Centro Culturale Tempera ha ospitato la **Rassegna di Cori polifonici** organizzata dall'Associazione polifonica Tempera in occasione del suo venticinquesimo anno di attività. Il cartellone natalizio ha lasciato spazio anche agli eventi culturali proposti dalle scuole del circondario, infatti il 17 dicembre c'è stata la Cantata di Natale con Orchestra e Coro della

Scuola Media "Dante Alighieri" di L'Aquila, invece, il 20 dicembre si sono esibiti i bambini della Scuola dell'Infanzia "Peter Pan" che, con canti e poesie, hanno donato il loro augurio natalizio. Vi aspettiamo al centro Culturale il 13 gennaio 2019 per la proiezione del film "Io C'è", una commedia divertente ed esilarante che lascerà tutti di buon umore. Per info 349 8429270 oppure consultate la nostra pagina facebook Associazione Tempera onlus.

ART-THERAPY: LE TRAME CURIOSI DELLA COMUNICAZIONE NON VERBALE

Il mese scorso presso il Centro Culturale Tempera ci sono stati due importanti eventi: la presentazione del Cortometraggio **Dolcemente scorreva...**, e l'avvio del progetto "**Art-Therapy: le trame curiosi della comunicazione non verbale**" organizzato dall'Associazione Tempera onlus e sostenuto con i fondi della Tavola valdese. La conferenza è stata aperta da un intervento di Greetje Van Der Veer, referente della Tavola, che ha sottolineato l'importanza della cultura come mezzo di socializzazione e di incontro. Il Cortometraggio presentato è stato l'atto conclusivo del progetto "Le immagini delle emozioni" (dedicato alla cinematografia) e si presenta come un delicato racconto sulle complesse dinamiche generazionali e allo stesso tempo un omaggio al comprensorio aquilano con le bellezze naturali del fiume Vera e dei suoi stretti legami con la popolazione. Il lavoro ha visto impegnati alcuni ragazzi di età compresa tra i 16 ed i 22 anni guidati dagli operatori culturali della "Lanterna Magica". I giovani hanno seguito e partecipato attivamente a tutte le fasi della lavorazione; una preziosa occasione per acquisire tecniche e piccoli segreti del variegato mondo dell'immagine in movimento. Il progetto nuovo, invece, è nato



con la finalità di far conoscere la **Art-Therapy**, una forma di comunicazione non verbale usata per prendere consapevolezza delle proprie condizioni emotive, attraverso lavori artistici utilizzati come mezzo per esprimere e comunicare il mondo interno (emozioni, fantasie e pensieri) e per dare una forma visibile e condivisibile ai propri vissuti. L'Art-Therapy coinvolge varie discipline artistiche: arti figurative, danza, musica e teatro. In questo progetto vogliamo dare voce al mondo delle arti grafico-pittoriche, del teatro e della musica. Le attività proposte avranno la finalità di aiutare i partecipanti a ritrovare il loro equilibrio interno, a superare le loro paure, a limitare lo stress dovuto ai ritmi frenetici di tutti i giorni, ad esternare i loro stati d'animo, ma anche ad avvicinarsi alle varie forme di arte, quindi le finalità avranno un duplice scopo: introspettivo e culturale perché promuoveranno la cultura e l'inclusione. Attraverso 4 Percorsi Sensoriali si cercherà di fornire sotto forma di giochi artistici un supporto che possa aiutare nella "ricostruzione" della vita sociale, valorizzando le potenzialità espressive degli individui, stimolando la creatività, promuovendo processi educativi e di coesione sociale nel territorio aquilano e in tutte le sue frazioni, dove purtroppo ancora oggi rimangono irrisolte varie problematiche sociali e psicologiche causate dal sisma. Le attività dei **4 Percorsi Sensoriali** verranno divise in 3 Macro-Aree: una grafico-artistica dedicata in particolare al *Mandala Relax* e al *Fumetto Creativo*, una dedicata al *Fare Teatro per conoscersi meglio* e una dedicata alla *Musica Espressiva*. Il Laboratorio **Fare Teatro**, tenuto dall'attore Roberto Mascioletti e è già iniziato; il **Fumetto Creativo**, curato dalla Scuola di Fumetto Abruzzo, e il **Màndala-Relax** (a cura di Federico Manzi e Ilaria Giachetti) inizieranno a metà gennaio, la *Musica Espressiva*, a cura di "Comusicando" inizierà a primavera, pertanto invitiamo gli

interessati a prendere contatti con la nostra associazione per avere informazioni più dettagliate sui corsi e le modalità di iscrizione. Info al 349 8429270.



NOTE D'AUTORE: LA MUSICA HA RAGGIUNTO IL SUO OBIETTIVO PER LA SOLIDARIETÀ

Sabato 3 novembre presso il Centro Culturale Tempera si è tenuta una Serata Musicale di Solidarietà "in ricordo di Rossana Ghizzoni". L'iniziativa, promossa dai familiari di Rossana e dai Responsabili del Reparto di Oncologia dell'ospedale "San Salvatore" di L'Aquila, è stata condivisa e sostenuta dalle associazioni Il Pungolo e Associazione Tempera onlus che hanno organizzato un evento per sensibilizzare la popolazione e portare a termine un "desiderio" di Rossana: donare una poltrona per la chemioterapia al reparto di oncologia, per contribuire a migliorare le condizioni di degenza dei malati. La raccolta fondi portata avanti dai famigliari ha raggiunto il suo obiettivo proprio in occasione di questa serata, grazie al contributo dei musicisti Diego Del Vecchio

(voce e chitarra), Leonardo Furore (chitarra), Marta Ciabotti (violino), Claudia Poggi (flauto) e la voce recitante di Giovanna Di Matteo che hanno offerto la loro professionalità, e grazie alla generosità del pubblico numeroso che ha preso parte all'evento.



IL FIOCCO DI NEVE

La strada bianca, tutta dossi e buche, usciva dalle mura della città. Costeggiava un po' la vecchia cinta muraria per poi dirigersi giù verso il fiume e all'altezza della grande quercia terminava in un campo. Lì, tra il mandorlo e il melo selvatico, sorgeva una piccola casa dentro la quale un bimbo di cinque anni dietro i vetri guardava cadere qualche piccolo, svogliato fiocco di neve, di quelli che sembra non vogliono toccar terra; danzavano leggeri, tornavano su, piroettavano e di nuovo scendevano giù fino a posarsi sull'erba, in attesa del prossimo fiocco che lo avrebbe aiutato a coprire tutto ciò che era colorato. In quel tardo pomeriggio di dicembre la mamma ricamava alla luce del camino che ardeva lentamente, emanando un odore di resina e di buono; mio padre oliava e lucidava il suo vecchio fucile da caccia. Lui non era un vero e proprio cacciatore: vestito nei minimi dettagli con camicia di flanella, gilet di camoscio, pantaloni di velluto, stivaloni, cartucciera di cuoio e carniere per le prede raggiungeva il luogo della caccia, allineava per bene barattoli e bottiglie abbandonati, e iniziava

un tiro al bersaglio. E...gli uccelli? *"Povere bestie, che cosa stupida e crudele la caccia!"* rispondeva a chi lo scopriva a sparare agli oggetti. In questo modo soddisfaceva la voglia di girare libero nei boschi, tra le bellezze della natura, con il gusto del cacciatore che cerca la preda, la segue, la stana ma poi la lascia vivere tranquillamente libera. Ma in quel pomeriggio d'inverno in quella quiete domestica improvvisamente un suono ovattato si udì provenire da fuori: davanti alla porta di casa due uomini suonavano strani strumenti musicali, mai visti prima! Ma che ci facevano in aperta campagna, lontano dalle luci e dalle case, con quel freddo poi...e stava cominciando a nevicare! *"Gli zampognari!"* Esclamò mia madre; *"facciamoli entrare!"* aggiunse mio padre, *"voglio suonare con loro!"* Egli infatti spesso si diletta al pianoforte, e propose allora agli zampognari di entrare in casa per scaldarsi e bere qualcosa. Accettarono. Entrando in casa portarono un particolare odore di freddo con i lunghi mantelli che indossavano cosparsi di piccolissimi fiocchi di neve. La loro presenza un po' spaventava e un po' affascinava. Dopo un bicchiere di vino si guardarono e soffiando nei loro primitivi strumenti, improvvisamente, scoppiarono in un frastuono indescrivibile; poi d'un tratto quel gran fragore si tramutò in un suono che aveva l'odore del muschio del presepio e del...Natale! Era il suono più caldo che avessi ascoltato prima di allora, un suono carico di luci, di riflessi, di sensazioni piacevoli che circolavano velocemente nelle mie vene. Quando terminarono l'esibizione, ci fu un lungo momento di silenzio, come una meditazione, poi mio padre propose di suonare insieme a loro e chiese in quale tonalità avrebbe dovuto accompagnarli con il pianoforte. Tonalità? Cose superflue, bastava suonare la stessa musica e tutto il resto sarebbe venuto da sé. Quello della musica è un linguaggio universale! Il più particolare e stonato "Tu scendi dalle stelle" invase ogni angolo

della casa. Rimasi ammaliato ancora una volta da quegli strani strumenti musicali. Mentre i suoni scaldavano l'ambiente, il vino scaldava gli zampognari e fuori il bianco velo della neve ricopriva ogni cosa. Quando dopo saluti, auguri e ringraziamenti i suonatori uscirono, entrò in casa furtivamente un fiocco di neve: lo presi e lo portai nella mia cameretta, lì sul piccolo comodino. Poi andai di corsa dietro i vetri. Vidi sfumare l'ombra degli zampognari nel buio che ormai era sceso, i loro mantelli si gonfiavano per il vento; forse per farsi compagnia o per sentire meno freddo, ripresero a suonare. Ascoltai trattenendo il fiato fin quando il suono si affievolì e scomparve. Dopo cena andai a dormire e quando spensi la luce vidi un tenue chiarore nella cameretta: il fiocco di neve non si era sciolto, ma brillava come una lucciola. Mi addormentai e sognai di incontrare nel campo gli zampognari che raccoglievano fiocchi di neve. Chiesi loro cosa ne avrebbero fatto e risposero che il fiocco di neve messo dentro l'otre della zampogna, si sarebbe trasformato in un suono che sarebbe diventato tanto più melodioso quanto più numerosi fossero stati i fiocchi. Così corsi in casa, presi il fiocchetto di neve che avevo sul comodino e glielo regalai. La mattina dopo, al mio risveglio, il fiocco di neve non c'era più, ma sapevo che più tardi, in qualche casa, si sarebbe trasformato in un magico suono, quel suono che ancora oggi quando lo ascolto so che è stato raccolto durante la notte sotto forma di un fiocco di neve. Diventato grande ho deciso di voler imparare a suonare la zampogna, non ho mai dimenticato la storia del fiocco di neve. Voglio tramandare la tradizione, prima che l'evoluzione e il progresso disciolgano per sempre il fiocco di neve, la zampogna e gli zampognari.

Raffaello Angelini

LE GHIANDE D'ORO

*Le ghiande d'oro
sono appese ai rami,
io volo in alto.
I porci sono in attesa
razzolando
con vestiti di seta, velluti
e collane di perle.*

(Sergio Mastrantonio)

IL VIALE DELLE ROSE

*Sono tornato, questa sera,
quando il sole è indeciso
nel viale di quelle rose.
Ne raccolsi una, ricordi?
Avevi gli occhi bassi,
i capelli, i tuoi capelli, volavano
ballando col vento.
Il sole ormai nascosto fra i rami
e i fili d'erba, vergognoso,
trascorse gli ultimi atti di quel
giorno.
Ci sorridemmo e misi quel fiore
nelle tue mani.*

(Sergio Mastrantonio)

PASSEGGIATA LUNGO IL VERA

*Io ti conosco tutto, tratto a tratto,
mentre risalgo al fianco tuo
il percorso, immersa nel concerto
di canti di uccelli e scrosci
d'acqua.
È tornato il verde, è primavera,
i grovigli sono ricchi delle foglie.
Son rifioriti tra le erbettole nuove
le primule gialle e i denti di leone.
Con andamento sinuoso tu scorri
pettinando le chiome fluttuanti
delle alghe lunghe, fitte e
profonde.
I tralci nuovi di edera hanno
avvinghiato già i vecchi tronchi.
Più avanti, il tuo letto si spande,
il tuo incedere è lento e
un pezzo di azzurro del cielo
si riflette sul cespuglio delle onde.
Su una panchina solitaria
si riposa il vecchio tempo che
passa.
Intanto, una comitiva chiassosa
nel sentiero ombroso si inoltra*

mentre una vispa trotella
guizza lucente sul pelo dell'acqua.

(Clelia Scirri)

•

IL VECCHIO SALICE

Rugoso, rosicato, schiomato come
un calvo,
dalla riva si sporge verso il largo.
Si inclina all'acqua, forse vorrà
dire
che ormai si sente stanco e sta a
finire?

Di certo sono tante le stagioni
vissute saldamente accanto al
fiume
ascoltando i mormorii intriganti
che bisbigliano le onde sui
passanti

e le vede sparire e riformarsi
scuotere ai bordi l'erbe
balzare sopra ai sassi.

C'è un'aria nuova, un sussulto lo
pervade,
scorre la linfa, è curvo ma non
cade,
dentro di sé, nel cavo accoglie
ancora
un nuovo nido, una certezza
nuova,

e presto in alto sventola pimpante
virgulti freschi con fogliette
allegre,
e i vispi insetti accasa nelle crepe
e le assolate lucertole sui fianchi.

(Clelia Scirri)

•

L'OMBRA

La sua ombra ribelle si volse alla
pianta

"Da te, è vero, non mi posso
staccare,
però allo scuro della notte,
senza luce e senza il tuo
consenso,
io mi posso allontanare.

Ma tu poverina, che pena mi fai,
una volta piantata, là devi restare".
La pianta allora rispose piccata

"Lo sai, ombra mia, che tu sei
costretta,
più lunga o più corta come luce ti
forma,
a starmi qui attorno di notte e di
giorno?
Ti vanti, ma ora non puoi più
scappare,
qui accanto hanno messo un
lampione
che, acceso fisso da sera a
mattina,
col suo fascio di luce ti spiaccica
al muro della casa vicina,
fino a quando su me ricompare e
ti muove,
la luna piena, o il tragitto del
sole."

(Clelia Scirri)

• • •

SITI ARCHEOLOGICI della conca aquilana

Se i nostri "castelli", nell'accezione più ampia e variegata, sono ascrivibili all'ampio arco temporale che va dall'alto al basso Medioevo e anche oltre, per tuffarci nel mondo dei "siti archeologici" dobbiamo mentalmente fare un salto indietro nel tempo di alcuni secoli. Disseminati anch'essi in gran numero su tutto il nostro territorio e facilmente raggiungibili, costituiscono un altro importante tassello del nostro ricco (ma spesso sconosciuto) patrimonio storico culturale e sono anch'essi una ulteriore tangibile testimonianza della Storia e delle storie vissute da chi ci ha preceduto e quindi delle nostre radici! Non possiamo perciò non conoscere quanto ci resta del nostro passato ed esserne orgogliosi e grati, ma dobbiamo anche impegnarci perché tutto ciò sia rispettato, tutelato, conservato e tramandato. Per ora accenneremo solo ad alcuni dei nostri siti archeologici, i più prossimi a noi nel raggio di pochi chilometri, i siti di due "città" che hanno avuto a suo tempo un ruolo molto importante sul nostro territorio: la sabina Amiternum

e la vestina Peltuinum, le due anime che daranno poi origine alla città dell'Aquila. L'altro sito è quello di una necropoli, una "città dei morti", notevole per la sua estensione spaziale e temporale e per le sue peculiari caratteristiche, la necropoli di Fossa.

AMITERNUM

"Gli Amiternini sono chiamati così perché abitano intorno all'Aterno" ci dice lo scrittore latino Varrone riferendosi agli abitanti di Amiternum, in origine "oppidum" situato sul colle di San Vittorino, conquistato all'inizio del terzo secolo a.C. dai Romani e sviluppatosi in seguito (dal primo secolo a.C.) nella fertile pianura della valle dell'Aterno. Fu prima praefectura, guidata da octo viri, poi municipium con proprie leggi, propri magistrati e diritto di cittadinanza. Nell'86 a.C. vi nacque l'illustre storico Sallustio Crispo ("primus romana Cripus in historia"). Città priva di mura, ampia e popolosa, fornita di tutti gli edifici pubblici e le strutture propri dell'urbanizzazione romana tra cui due acquedotti, l'Acuae Arentani di m. 2568 per alimentare le Terme e di cui si conoscono alcuni resti e l'Acua Augusta di m. 3500 circa che riforniva il centro dell'abitato. Degli edifici pubblici restano il Teatro, di età augustea, realizzato al centro della città; ha un diametro di m. 80 e poteva accogliere 2000 spettatori. Con il declino della città, in età tardo-antica fu utilizzato come necropoli. L'inizio degli scavi risale al 1878. Più imponente e più in evidenza l'Anfiteatro, costruito al margine della città nel primo secolo d.C., aveva due ingressi principali a est e a ovest, la misura degli assi è rispettivamente di m. 68 e di m. 63. Poteva accogliere 6000 spettatori, il che attesta la popolosità e l'importanza della città, testimoniate anche dalle numerose tombe monumentali rinvenute nei dintorni. In alcune di queste di età tardo repubblicana sono stati rinvenuti letti funebri di bronzo conservati uno nel museo dei Conservatori a Roma (dal 1871)

e uno nel museo archeologico di Chieti (dal 1907). Altri reperti notevoli il celebre "Calendario amiternino, "forse proveniente dal Foro oltre a rilievi lapidei, un singolare cippo sepolcrale a forma di serpente, epigrafi e tanto altro, conservati in gran parte nel nuovo Museo Nazionale d'Abruzzo a L'Aquila, il cosiddetto Munda. Un'altra realtà notevole presente in zona è la catacomba di San Vittorino che si sviluppa in parte sotto la chiesa di San Michele e in parte a ovest della navata centrale con due ingressi alle estremità. L'edicola costruita sulla tomba del martire nel V secolo così come tutto il complesso e la chiesa stessa riutilizzano strutture murarie, elementi architettonici e scultorei, pilastri, lastre e tanto altro materiale proveniente dagli edifici di Amiternum.

PELTUINUM

Città vestina lungo la via Claudia Nova in posizione strategica lungo il percorso tratturale, di età augustea o di poco anteriore, non fu mai municipium ma praefectura, tuttavia fu a lungo un attivo e prospero centro legato alla pratica della transumanza. Il suo nome si è conservato in quello della chiesa locale di San Paolo ad Peltuinum. Dell'esistenza di strutture urbanistiche non più individuabili si ha notizia da alcune iscrizioni: la Curia augusta, le terme e l'acquedotto (Aqua Augusta) che attraversava la valle su archi.

Era attraversata da est a ovest per circa m.650 dalla via Claudia Nova che corrisponde al tratturo; il perimetro era cinto da mura di età augustea, in parte conservate come la porta occidentale a doppio fornice, difesa da imponenti torrioni che segnava l'accesso del tratturo. Il teatro, di m.58 di diametro, di età augustea, era collocato in modo inusuale al di fuori delle mura, addossato ad esse con la cavea orientata a est, verso il punto più panoramico. Come quello di Amiternum è ricavato in parte dal pendio naturale, in parte poggiato

su grandi sostruzioni voltate. L'anfiteatro, la cui posizione si può desumere da un affossamento del terreno, era stato realizzato, in modo inconsueto, all'interno delle mura nella zona nord della città. All'esterno dell'abitato, lungo la via Claudia Nova, è documentata l'esistenza di numerose sepolture. In particolare fuori della porta occidentale è presente un notevole nucleo di monumento funerario. L'intero complesso è stato oggetto, nel tempo, di una sistematica e deleteria spoliazione.

FOSSA-NECROPOLI

(città dei morti)

Impiantata nel nono secolo a.C. sulla riva settentrionale dell'Aterno, fu utilizzata per quasi un millennio. A seguito degli scavi, iniziati negli anni novanta, sono state portate alla luce circa 500 sepolture. In base alla tipologia dei tumuli e alle caratteristiche dei corredi funerari si ipotizzano più fasi di utilizzo della necropoli. Sec. IX/VIII a.C. (prima età del ferro)

Monumentali tumuli di m.8/15 di diametro delimitati da cerchi di pietre e utilizzati per adulti di entrambi i sessi. Solo nelle sepolture maschili sono presenti suggestivi e misteriosi allineamenti in linea retta di 6/8 stele di pietra, simili ai menhir celtici, infisse verticalmente nel terreno, di altezza decrescente a partire dalla base del tumulo. I corredi funerari di queste sepolture comprendono rasoi in bronzo, lance e corte spade in ferro. In tutte le tombe, ai piedi dell'inumato, era disposto un corredo ceramico. In particolare nelle tombe femminili sono stati rinvenuti oggetti ricercati come fibule e ornamenti in ferro, bronzo, ambra e pasta vitrea.

Sec. VIII/VII a.C. (orientaleggiante) Tumuli di più modeste dimensioni, privi di stele, negli spazi liberi tra i tumuli preesistenti. Fra i corredi maschili compaiono la mazza ferrata e dischi-corazza in bronzo. Sec. VI a.C. (età arcaica) Semplici fosse scavate prive di tumuli.

Sec. IV/III a.C. (prima età ellenistica) Tombe di tipo a fossa, singole. Corredi di vasellame fittile; non più armi ma spiedi e anelli in ferro, fibule in ferro e bronzo, collane di ambra, osso e pasta vitrea.

Sec. II/I a.C. (tarda età ellenistica) Si torna a forme monumentali con tombe a camera realizzate in pietra, con ingresso chiuso da lastre verticali di pietra e destinate a più individui. Nei corredi funebri sono presenti strumenti da gioco come pedine in pietra colorate e dadi in osso. Di assoluta rilevanza i letti funerari in legno e cuoio arricchiti da applicazioni di parti in osso con elaborate raffigurazioni zoomorfe e antropomorfe.

Prof.ssa Anna Boccia

BAMBOLINE TEMPERESI

Riproduzione artigianale del "Costume temperese di stampo contadino" realizzato da Clelia Scirri, Carmelina Alfonsetti e Marilena Ghizzoni durante un laboratorio di cucito presso il Centro Anziani di Tempera. Il costume è oggi utilizzato dall'Associazione Polifonica Tempera.



Per le giornate fredde d' inverno un piatto semplice e saporito che accontenta tutti:

ZUPPA DI LENTICCHIE E CASTAGNE

Ingredienti (per 4 persone):
300g di lenticchie (del tipo piccolo)

- 100 g di castagne già cotte
- 1 cipolla media
- 1 spicchio di aglio
- 2 carote medie o 3 piccole (oppure un pezzetto di zucca)
- 1 gambo lungo (oppure due medio piccoli) di sedano
- qualche foglia di alloro
- qualche foglia di salvia e/o erbe aromatiche essiccate a piacere
- 1 Cucchiaino ca. di aceto di mele (o altro aceto delicato)
- olio extra vergine di oliva (evo) e
- sale integrale q.b.
- 3-4 grani di pepe di buona qualità q.b.

PREPARAZIONE

Anche se per le lenticchie non è strettamente necessario (a differenza che per altri legumi), è consigliabile metterle a bagno almeno 6-8 ore. L'ammollo permette ai legumi di eliminare alcune sostanze anti-nutrienti che contengono. Sbuccia e trita piuttosto finemente la cipolla, trita lo spicchio d'aglio avendo cura di eliminare l'"anima", lava e monda carote e sedano e tagliali a cubetti piccoli (l'ideale sarebbero 2-3 mm) e il più possibile regolari (tecnicamente il taglio si chiama "brunoise" e si ottiene tagliando la verdura prima a julienne e poi procedendo in perpendicolare).

Fai stufare la cipolla a fuoco bassissimo in una casseruola dal fondo spesso con 4 cucchiaini di olio evo e un bel pizzico di sale, finché non sarà diventata trasparente (potrebbe impiegarci una decina di minuti). Quando inizierà a dorare, alza leggermente la fiamma e lascia che sfrigoli un po', finché non comincerà a caramellare. A

questo punto sfumala con un po' di aceto di mele e fai ridurre. Ripeti l'operazione con un goccio d'acqua, dopodiché aggiungi l'aglio, le carote, il sedano, un pizzico di sale su ogni verdura e continua a mescolare. Aggiungi le lenticchie scolate, le castagne, 3 o 4 grani di pepe di buona qualità, la salvia e/o le erbe aromatiche essiccate, l'alloro e una quantità di acqua necessaria a coprire completamente di circa un dito le lenticchie.

Abbassa la fiamma, copri con un coperchio e lascia che le lenticchie cuociano dolcemente per 20-30 minuti o fino a quando saranno cotte (per sicurezza, metti a scaldare un po' d'acqua in più su un altro fuoco, in modo da averla a disposizione nel caso in cui le lenticchie dovessero assorbire tutta l'acqua e ci fosse bisogno di aggiungerne un po'). Ora assaggia, aggiusta di sale ed elimina salvia e alloro. La tua zuppa di lenticchie alle castagne è pronta.

Ricetta "golosa"

TORTA FONDENTE AL CIOCCOLATO E OLIO DI OLIVA, SENZA FARINA

Tempo di realizzazione:

15-20 minuti preparazione

40-55 minuti cottura

Ingredienti (per una torta da 18-20 cm di diametro):

200 g di cioccolato fondente (almeno al 70%) • 2 Cucchiaini di

mandorle oppure nocciole ridotte a farina • 120 ml di olio evo + altro (q.b.) per ungere la teglia • 100 g di o zucchero • 30 g di zucchero (preferibilmente di canna grezzo) frullato • 5 uova • 1 pizzico di sale • un piccolo quantitativo di cacao da cospargere sul fondo della teglia

PROCEDIMENTO

Preriscaldate il forno statico a 180 gradi.

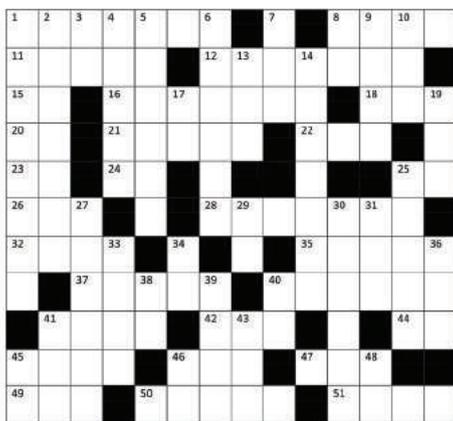
Oliate e cospargete uniformemente del cacao su una teglia da 18-20 cm di diametro. Mettetela da parte. Preparate il cioccolato. Rompetelo in piccoli pezzi e fatelo sciogliere a bagnomaria a fuoco molto lento (l'ideale sarebbe che il recipiente che contiene il cioccolato non toccasse l'acqua di quello più grande che lo contiene). Ogni tanto girate, per facilitarne lo scioglimento.

Quando sarà completamente sciolto aggiungete l'olio evo, 15 dei 30 g di zucchero (che avrete precedentemente frullato fino a farlo diventare della consistenza e del colore dello zucchero a velo), mescolando con una frusta. Lasciate che gli ingredienti si amalgamino e togliete dal fuoco. Aggiungete le mandorle o nocciole (che avrete ridotto a farina frullandole nel frullatore), il pizzico di sale e i rossi d'uovo leggermente sbattuti. Nel frattempo montate gli albumi a neve molto ferma.

A questo punto amalgamate gli albumi all'impasto di cioccolato con un movimento lento dal basso verso l'alto; (Attenzione: siate lenti e delicati nei movimenti in maniera tale che non si smontino). Versate il composto nella teglia e infornate a 180 gradi. Dopo una mezz'oretta, assicuratevi che la temperatura non sia troppo alta (in quel caso abbassatela a 160-170) e prolungate la cottura finché, inserendo uno stuzzicadenti al centro della torta, non verrà fuori completamente pulito. Aspettate che sia completamente freddo prima di estrarlo dalla teglia e cospargete con i 5 grammi restanti di zucchero ridotto a velo.



CRUCIVERBA



ORIZZONTALI

- 1 · Periodo liturgico prima di Natale
 8 · Condizione sociale opposta alla guerra
 11 · Un dono dei Magi
 12 · Titolo riferito al papa.
 15 · Targa di Isernia
 16 · Nome di Colecchi cui è intitolata una scuola a L'Aquila
 18 · Ti voglio bene sui messaggini
 20 · Duecento in numeri romani
 21 · Mammifero della famiglia dei cervidi
 22 · Corso d'acqua
 23 · Interiezione di stizza.
 24 · Articolo il in spagnolo
 25 · Targa di Venezia
 26 · Lo è la sorella di un genitore.
 28 · Ornamenti, decorazioni
 32 · Nome di donna e di imbarcazione
 35 · La moglie del figlio
 37 · Contrario di cattivo
 40 · Arriva il 6 gennaio
 41 · Grossa candela liturgica o votiva

REBUS (8,2,8)



- 42 · Sport invernale
 44 · Targa di Arezzo
 45 · Bovino adulto e costellazione zodiacale
 46 · 3° persona, indicativo presente di stare
 47 · Dopo din, lo si dice al prete.
 49 · Uomo devoto o anche nome proprio
 50 · Si fa all'Aquila alla Befana
 51 · Cade soffice e bianca d'inverno

VERTICALI

- 1 · Rapporto interpersonale di fiducia e affetto
 2 · Pianta augurale natalizia
 3 · Consonanti in vero
 4 · Ordinò la strage degli innocenti
 5 · La festa del 25 dicembre
 6 · Voce ebraica di acclamazione e preghiera
 7 · Ente Nazionale Idrocarburi, sigla
 8 · Targa di Pisa
 9 · Azione o tempo teatrale
 10 · Abbreviazione di cavaliere
 13 · Antenato
 14 · E' di Nurzia quello aquilano
 17 · A te
 19 · Con l'asinello nel presepe
 25 · Nome dell'attrice Lisi
 27 · Si addobba a Natale

- 29 · 3° persona indicativo presente di dare
 30 · Gigi, portiere della nazionale calcio
 31 · Serpente o oggetto galleggiante
 33 · La nostra moneta corrente
 34 · Preposizione semplice
 36 · Fiume svizzero
 38 · Farina per dolci
 39 · Gestisce l'osteria
 40 · Banca d'Italia, sigla
 41 · Preposizione articolata
 43 · Acronimo di Centro Addestramento Reclute
 45 · Consonanti di topo
 46 · Affermazione
 48 · Con l'accento e ripetuto è negazione

INDOVINELLO

Cosa dice un cane sotto l'albero di Natale?



Rebus (8, 2, 8):
 Occhiali da sciatori
 Indovinello:
 Finalmente hanno messo la
 luce al bagno!

INDOVINELLO

La Voce
 del Vera

LA REDAZIONE

Redattori:

Anna Boccia, Liduina Cordisco, Clelia Scirri, Carmelina Alfonsetti

Progetto Grafico:

Debora Persichetti

Coordinatore e responsabile:

Rosanna Scimia

Hanno collaborato a questo numero:

Raffaello Angelini, Sergio Mastrantonio

Contatti:

associazionetemporaonlus@virgilio.it • Cell. 349 8429270

Sostieni le nostre attività sociali e culturali
DEVOLVI IL TUO 5x1000
 alla
 Associazione Tempora onlus
 c.f. 93045870669
 tel. 349 8429270
 associazionetemporaonlus@virgilio.it • www.temporaonlus.it

Radio L'AQUILA

 L'Aquila c'è... e si sente!
FM 93.5

nuovi modi
 per comunicare
CARTEL

 www.cartelsrl.it

L'idea di creare una redazione giornalistica nasce per vari intenti: creare un punto di aggregazione e confronto, richiamare l'attenzione su ciò che accade sul territorio, dare informazioni o esprimere considerazioni personali, riscoprire le antiche tradizioni e stimolare la fantasia e la creatività. È questo ciò che sono riusciti a realizzare con entusiasmo tutti coloro che hanno permesso la realizzazione della rivista. Ricordiamo che la redazione è aperta a tutte le persone di qualsiasi età che sono disposte ad offrire i loro pensieri, le loro idee e il loro tempo.