



# La Risorgiva Notizie

dicembre 2012 - n. 33

Associazione La Risorgiva c/o Bosco della Giretta - Via Pastore 7 - 20019 Settimo M.se (MI)  
tel. 0233501867 - www.larisorgiva.it - email info@larisorgiva.it



INTERVISTA DI ANTONIO LUBRANO

## La voce del bosco compie 10 anni. Ne parliamo?



STAMPATO SU CARTA RICICLATA

Per me, dice Cinzia, è un pezzo di vita. Ossigeno, per Sonia. Il luogo di liberazione della mente, spiega Terry. E' la mia creatura, chiude lapidaria Nina. Avevo chiesto alle quattro madri (ciascuna a suo modo) del giornalino dell'associazione che compie dieci anni, di dirmi cosa fosse per loro il bosco. Una domanda semplice, banale se volete, eppure ardua per chi deve rispondere, se si pensa che è difficile aggiungere qualcosa alla mitologia del bosco (il filosofo tedesco Ernst Junger ha parlato persino di "dottrina del bosco"). Ebbene, le loro risposte immediate, secche e luminose all'un tempo, testimoniano della sincera passione che le pagine del periodico trasmettono ai soci.



Nina Cafarelli e Cinzia Corio, volontarie della prima ora, fondatrici del sodalizio. Sonia Gandini, dal 2009 mente e grafica de "La Risorgiva notizie". Maria Teresa Posa, detta Terry, fotografa appena "assunta" del giornalino. Volontarie anche loro, manco a dirlo.

Già, volontarie. In un Paese di individualisti e di egoisti come il nostro si fa fatica ad accettare l'idea che un certo numero di persone, senza alcun tornaconto personale ma solo per senso civico, per sensibilità culturale o per sincero amore della natura, si mettono insieme attorno a "un'estensione di terreno coperta di alberi di alto fusto" (Zingarelli, 2013) e lo fanno amare a una comunità con una serie di iniziative intelligenti ma anche con un notiziario stampato.

Possibile? – si domandano gli eterni scettici. Ed è forse inutile ricordare loro che il volontariato in Italia, malgrado tutto, vanta ormai una storia illustre, dall'alluvione di Firenze ai terremoti, dall'assistenza agli anziani alla difesa dei borghi tipici. Sì, un certo dubbio permane se ancora oggi alle Nina, alle Cinzia, alle Sonia, alle Terry qualcuno chiede: ma davvero gratis?

Chiacchieriamo nel "Cabanon", che è poi la linda sede dell'associazione, il bricco del caffè sul fuoco e la Nina che sta mostrando lo strudel, fatto con le sue mani. Ce n'è per tutti? Ma sì. E poi, ecco i bicchieri di carta per un goccio di prosecco che ha stappato l'Adriano Pasquali, new entry del comitato.

Mi propongono come una reliquia il primo numero de "La Risorgiva notizie": per la verità proprio brutto, senza una riga di colore, un bollettino triste. La differenza con il giornalino di oggi è fin troppo evidente. Non più grande di un classico foglio di carta extrastrong, ma di un certo spessore; dodici facciate nitide, ordinate, la cui vivacità è assicurata da disegni, fotografie e da un ciuffo d'erba che corre lungo tutto il bordo inferiore delle pagine. Un piccolo organo di stampa riposante, che si ha voglia di sfogliare subito. Tiratura 200 copie, costo 290 euro, per 120 soci, 32 numeri usciti dal dicembre



2011 a oggi. E' diventato "la voce del bosco", una sorta di gnomo, di folletto. "Nacque, racconta Nina, per la necessità di raccontare i fatti del bosco e di invogliare gli abitanti di Settimo alla partecipazione".

Ma oggi qual è il vostro maggior problema? I vandali. Quelli che usano la Risorgiva come discarica e che non è facile cogliere sul fatto.

(segue a pag. 11)



## Apifesta 2012

Questo articolo lo vogliamo dedicare ad un amico speciale che in questi giorni ci ha lasciato. E' grazie ad ENZO che la nostra avventura nel mondo delle api è cominciata molti anni fa.

Enzo ed Angela apicoltori per passione hanno trasmesso a tutti noi e soprattutto al Bosco della Giretta l'importanza delle api, e la loro fondamentale utilità per l'impollinazione dell'ambiente che ci circonda. Grazie Enzo, noi continueremo in questo cammino, come ci hai insegnato, facendo tesoro dei consigli e delle attenzioni per questo piccolo insetto. Se IL BOSCO DELLA GIRETTA E' DIVENTATO COSI' BELLO LO DEVE ANCHE A TE .

"OGGI non si lavora" care api, forza che ci stanno aspettando gli amici della Risorgiva i quali hanno organizzato una meravigliosa festa al Bosco della Giretta per tutte noi. Siete pronte?! Vi siete lavate, profumate? Ricordatevi di indossare il vestito delle grandi occasioni, anche se non c'è il sole non possiamo mancare. Eccoci cara regina siamo tutte pronte... ma tu non ti sei preparata, cosa aspetti a metterti la corona, dai forza noi ti aspettiamo!. Andate, non preoccupatevi, io rimango a sorvegliare le nostre casette e questa sera mi racconterete tutto,



forza andate. Ciao Regina a presto...ciao...divertitevi... Finalmente un po' di silenzio, pensò la regina sbadigliando. Non sono proprio abituata a stare da sola, e sento già la nostalgia delle mie api, che con tanto amore si prendono cura di me e non mi fanno mancare nulla. Chissà dove saranno! Sono proprio curiosa di sapere cosa sta succedendo, speriamo tornino presto! E assorta da questi pensieri la regina si addormentò profondamente. Nel frattempo alla festa le api si divertivano a più non posso, chi andava di qua, chi andava di là, insomma impazzivano dalla gioia; tanta era la felicità che non si sono accorte che il tempo passava e che la Regina era ansia per loro. E' ora di tornare, purtroppo la festa è finita, richiama l'ape più anziana, forza che la regina sarà in pensiero, ma soprattutto non vediamo l'ora di raccontare alla Regina di quanto ci siamo divertite . Ciao Risorgivi, grazie bosco della bellissima giornata, ora andiamo di volata che la regina ci aspetta, ciao... Regina! Regina ! Dove sei, noi siamo tornate. "Ce ne avete messo del tempo, cominciavo a preoccuparmi, ci siete tutte?". Sì... sì Regina eccoci! OH Regina quante cose abbiamo da raccontarti, mettiti comoda. "Calma calma" parlate una alla volta altrimenti non capisco nulla.

Questa mattina alle ore 9.30 presso il Cabanon nell'Aula Gelso è stato organizzato un convegno molto interessante dal titolo "IL MIELE IN TAVOLA". Sono intervenuti il Sindaco e i vari presidenti delle associazioni apistiche della Lombardia, che hanno portato i propri saluti al convegno, è anche intervenuto il dott. Carlo Romito che ha parlato di Permacultura, davvero molto interessante.

Regina, dovevi esserci, perchè alla fine del convegno hanno consegnato gli attestati ai giovani apicoltori che hanno frequentato il corso presso APAM. E poi ti sei persa un APEritivo davvero speciale!!!

"Calma, calma, prendete fiato... e poi cosa è successo?". Cara regina la festa è continuata nel pomeriggio, peccato che qualche gocciolina d'acqua è venuta a trovarci ma i risorgivi non si sono scoraggiati e quando ha smesso si sono messi subito al lavoro. Che bello a vedere tanti bambini che impazienti hanno preso d'assalto i giochi. Quest'anno c'era anche un gioco nuovo molto bello e divertente: i bambini travestiti da ape dovevano svolgere tutti i compiti che ogni giorno eseguiamo noi per farti diventare grande e ben protetta. Poi si potevano degustare i mieli della Valtellina al Cabanon, oppure ammirare la mostra fotografica, o portarsi a casa il miele che

con tanto amore abbiamo regalato ai risorgivi. Regina, c'erano anche i nostri amici apicoltori che si davano un gran da fare; chi al laboratorio, chi in apiario, per le visite guidate che i bambini hanno richiesto molto numerosi. Che dire della merenda, cara regina, una bontà, tutte noi ne abbiamo fatto una scorpacciata, una leccatina al gelato, una leccatina alla nutella e speriamo domani non ci venga il mal di pancia.

Quanta gente, e quanti bambini, tutti felici di essere in un ambiente curato e pulito.

Adesso basta care api. Si è fatto tardi e siete stanche, ed è ora di andare a dormire, disse la Regina, facendo un sorrisino sotto i baffi, perché lei sapeva già tutto quello che era accaduto in una bellissima giornata particolare e indimenticabile. Grazie a tutti i soci.

*La vostra cara APE REGINA*



## Festa d'autunno al bosco e festa di Settimo Milanese. La gioia della partecipazione e la voglia della solidarietà



Sabato 20 ottobre. Sms della Nina: "aiutooo! Amori miei, vi aspetto domattina ore 6.30 per mega-colazione e allestimento giochi e gazebi. Lucianino, Emiliano, Vito, Vittorio, Franco, Pia, Renato, Rita, Pina, Dina, Armida, Gina, Cristina, Terry, Laura, Sonia, eccetera eccetera. Ahiiii ghè de laurà". **Domenica 21 ottobre.** Ore 6.30. Nina: "Michele, Renato, dai, ci facciamo un cafferino poi prendiamo i pali e piantiamoli nel terreno; Franco, prendi le bandierine; Raffaele, le cariole; Cinzia, le palline colorate; Gigi, controlla le papere". Nei bidoni per le caldarroste incomin-



cia a bruciare la carbonella. I "mal tra insemma", provetti caldarroste, controllano tutto e intanto si inumidiscono la gola (vinello). Quanti sacchi di castagne! "Pia, dai che facciamo la foto tutti insieme, forza Egle, Roberta, Renato..." Ma che bei marroni! E chi li vende? Anna e Pina. I gazebi sono montati sotto i tigli. Chi sta impastando? La Pina e la Gina. Per fare che cosa? Le crepes con la nutella. Ummmm. E chi la spalma? La Rita. Che cos'altro si mangia? Salamelle. Ohhh. E chi le cuoce? Emiliano. Urca. Che forcone! Il pane non manca e, per fare la rima, la Risorgiva non è mai stanca. Si mangia e si balla con l'orchestra. Quanta gente. I bambini fanno a gara per ottenere i migliori punteggi e vincere i premi in palio. Nina prende il megafono: "adesso si parte con la



tombola!" Scandisce i numeri estratti e commenta: "Ma come signore, voleva andare a casa e ha vinto la cinquina e non contento anche la tombola, possiamo dire: ma che c- - o !" E, dopo aver mangiato, bevuto, giocato e ballato, tutti felici e contenti ce ne andiamo a malincuore togliendo al bosco il nostro rumore. **Domenica 28 ottobre.** Festa di Settimo. Previsioni meteo terribili. Nina sfida gli Dei e non si arrende. Chiama a raccolta i suoi prodi "volonterosi" e alé tutti in piazza del comune. La Risorgiva, per questa festa, espone il meglio di sé: attrezzature per la raccolta del miele, affascinanti strumentazioni per il laboratorio di scienze, microscopi e alambicchi vari per esperimenti con coloranti e reagenti, cartelli dimostrativi fatti dalle classi di Settimo e Seguro. Capitan Cafarelli prende il comando: "Miglietto e Paolo, recuperate le zucche dal Piazzolla. Domenico, soffia tutte le foglie morte al centro del gioco. Renato e Lucianino, andate a prendere le balle di fieno alla Bergamina e disponetele a rettangolo intorno alle foglie. Cinzia, metti queste belle zucche nel rettangolo insieme alle bottiglie di vino. Michele, infilza le canne da pesca sulle balle di fieno...". Poi, Nina imbraccia il megafono come fosse un fucile: "Signore e signori, venghino che il gioco -prendila-



pericollo- ha inizio. Ossignore che nuvola nera! Incomincia a tronare!" Ah Nina Nina, con tutte le conoscenze che hai, non hai fatto il numero giusto per avere il sole. Piove. Mannaggia, copriamo tutto! L'Ape Piaggio va avanti e indietro recuperando il materiale servito per così poco tempo. Nina, è inutile che guardi su, tanto non smette, copriti la zucca! Sotto l'acqua smontiamo i gazebi tra le risate e la festa è finita. Sole garantito per il prossimo anno.

**Tutto questo gioioso ambaradam ha fruttato 1150 euri netti, consegnati al comune terremotato di S. Giacomo Delle Segnate (Mn).**

Terry e Cristina

## Attività per le scuole: stiamo crescendo!

Fin dal mese di settembre, quando è iniziato l'anno scolastico 2012-2013, il Gruppo scuola si è trovato di fronte a due compiti molto impegnativi: far fronte alle **numerose richieste da parte delle scuole di Settimo, ma anche di altri comuni** (solo da parte della Scuola Media ben 40 sedute di laboratorio che coinvolgono tutte le classi di tutte le sezioni!) e **progettare nuove attività per i più piccoli**, dalla scuola dell'infanzia al primo ciclo delle elementari.

Forti del fatto che siamo un gruppo numeroso, composto da persone disponibili, curiose di imparare cose nuove, a cui piace stare assieme ai bambini e ai ragazzi, ci siamo tirati su le maniche e abbiamo cominciato a lavorare.

Siamo riusciti a mettere a punto un complicato calendario delle nostre presenze nelle varie attività, incrociando le esigenze delle scuole con le nostre personali disponibilità.

A questo proposito va detto che **il gruppo di volontari si sta ingrandendo** e che per la prima volta abbiamo tra di noi un giovane, anche se temporaneamente perché è in attesa di trovare un lavoro. Glielo auguriamo, anche se ci spiacerà che se ne vada; non perdiamo comunque la speranza di riuscire a coinvolgere in futuro qualche alunno che ha mostrato particolare interesse per i nostri laboratori. Di fronte al compito di inventare attività varie per i più piccini ci siamo resi subito conto che non è una cosa facile, tenuto conto che le ex insegnanti che fanno parte del gruppo dei volontari insegnavano nella scuola media e superiore e che far lavorare i più piccoli è tutta un'altra cosa.

Così abbiamo coinvolto alcune docenti delle scuole dell'infanzia e primaria di Settimo e abbiamo chiesto loro di darci una mano. Sorprendenti la disponibilità, la fantasia, la creatività con le quali hanno risposto al nostro invito. Ne sono scaturite **svariate 'cacce al tesoro': dalla ricerca dei colori del bosco, agli indizi di una fiaba, a foglie, fiori e bacche**. In primavera faremo il collaudo di queste nuove attività ludiche, magari provando prima noi, anche se siamo certi che in certe cose i bambini sono più bravi e svegli degli adulti!

Laura

## Un importante palcoscenico per La Risorgiva e per i volontari del gruppo scuola

Il 7 novembre 2012 abbiamo partecipato al **VI Workshop sull'educazione ambientale** organizzato da Parco Agricolo Sud Milano, Regione Lombardia, Sistema Parchi e Ufficio Scolastico per la Lombardia, avente per tema **"Co-progettare l'educazione ambientale"**. Per l'occasione abbiamo prodotto, su richiesta dei promotori, un poster nel quale abbiamo rappresentato in modo schematico le interazioni tra ambiente bosco, volontari e scuole per la progettazione e la fruizione delle proposte didattiche. Il poster era accompagnato da uno scritto che ne illustrava il contenuto.

A questo importante incontro annuale erano presenti insegnanti di numerose scuole di ogni ordine e grado e molti ragazzi che lavorano come animatori/educatori in cooperative, associazioni, enti che si occupano di educazione ambientale. Tutti i partecipanti hanno illustrato il loro lavoro con un



poster. È avvenuto un interessante scambio di informazioni e di esperienze, facilitato anche da un lavoro di gruppo che ha permesso di socializzare le esperienze e di approfondire alcuni concetti, come il significato di 'cooperazione', tema centrale dell'incontro.

Come prevedibile, **la nostra esperienza ha destato molto interesse, in particolare ha colpito il fatto che tutto quello che facciamo si basa esclusivamente sul volontariato** e ci sono state poste molte domande. Qualcuno ha detto che ci invidia per l'entusiasmo che manifestiamo e per la ricchezza di risorse umane e ambientali.

Laura e Nina



## Un po' di storia sul miele

Per millenni il miele è stato l'unico alimento zuccherino concentrato disponibile. La prima testimonianza del rapporto tra l'uomo e l'ape può essere fatta risalire al **periodo neolitico** (5.000-7.000 a.C), infatti a Cueva de la Araña, una grotta nei pressi di Valencia nel levante spagnolo, si trova un graffito raffigurante una persona, forse una donna, sospesa su delle liane con una bisaccia e numerose api che le ronzano attorno mentre sta raccogliendo alcuni favi di miele dalla fessura di una roccia. Sappiamo anche che sicuramente



iscrizione rupestre  
a Cueva de la Araña

**gli egizi apprezzavano il miele**, tanto che erano soliti riempire grandi coppe che venivano riposte vicino alle mummie, così che il defunto potesse consumare questa dolce sostanza durante il suo viaggio verso l'aldilà. Anche tra le **civiltà mesopotamiche** il miele era apprezzato e utilizzato: i sumeri ne ricavano preziose creme per il corpo, mentre i babilonesi ne facevano abbondante uso alimentare, come ad

esempio nella preparazione di focaccine con farina, datteri e sesamo.

**I Greci lo consideravano "cibo degli dei"** e un potente elisir di giovinezza, anche Omero descrive la raccolta del miele selvatico e Pitagora lo consigliava come alimento per una lunga vita.

**In India**, oltre ad avere significati simbolici, **il miele era considerato afrodisiaco**, tanto da essere l'ingrediente principale di elisir e filtri d'amore.

**I Romani tenevano il miele nella massima considerazione e lo utilizzavano sia come alimento che come medicinale**, per curare ma anche per prevenire le malattie. Basti, per tutte, la frase che era solito ripetere il longevo imperatore Ottaviano Augusto a chi gli chiedeva il segreto della sua lunga vita: "miele dentro e olio fuori". La richiesta del miele eccedeva la produzione tanto che, da sempre, i Romani lo importavano, insieme agli altri prodotti delle api (in particolare la cera, utilizzata moltissimo come isolante, per l'illuminazione, per la costruzione delle tavolette su cui scrivere, per impermeabilizzare e così via) da Creta, Cipro, Spagna e Malta, il cui nome originale, *Meilat*, pare che significhi appunto "terra del miele".

Il miele ebbe un ruolo centrale anche nell'**alimentazione medievale** ma il suo trionfo in cucina risale al **periodo rinascimentale** quando, nei sontuosi banchetti dei ceti aristocratici del tempo accompagnava ogni piatto.

Nel XVI secolo, tuttavia, il miele venne soppiantato dallo zucchero di canna, di più facile conservazione e dal sapore allora ritenuto "esotico".

Recentemente è tornato a essere protagonista in virtù delle sue proprietà terapeutiche, della scoperta dei suoi mille sapori e anche della sua versatilità in cucina.

E se è vero che nell'antichità veniva considerato il cibo degli dei, vuoi vedere che assaggiare quello del nostro Bosco può rivelarsi un'esperienza "divina"?



miniatura francese del 1400: una donna preleva miele da due alveari



### Curiosità: da dove deriva l'espressione "luna di miele"?

L'origine di questo detto non è sicura. Secondo alcuni deriverebbe addirittura dalla consuetudine babilonese secondo la quale il padre della sposa donava allo sposo una scorta di idromele (bevanda alcolica a fermentazione) sufficiente per un mese e quindi per un ciclo lunare; si pensava che tale bevanda favorisse la fertilità. Un'altra ipotesi fa riferimento al medioevo: quando una famiglia cedeva in matrimonio una donna all'uomo, essa portava con sé del miele (considerato costoso e simbolo di ricchezza); la prima sera che i novelli sposi passavano insieme veniva chiamata 'Luna di miele' proprio riferendosi a questo miele e al fatto che la donna fosse considerata lunare, perché la durata del ciclo femminile è come quella delle fasi lunari. Secondo altri l'espressione farebbe riferimento alla dolcezza del primo periodo successivo al matrimonio, sottolineando il fatto che l'espressione lascia intendere che solo la prima "luna" sarà di "miele", ovvero che la felicità iniziale è comunemente destinata a diminuire presto.

Sonia

## Taraxacum officinale (Composite)

**Descrizione:** erbacea perenne con radice fittonante e stelo floreale che parte dalla base. Ha foglie lanceolate più o meno incise, disposte in una rosetta basale. Lo stelo floreale, se reciso, lascia uscire un lattice bianco. I fiori sono di un bel color giallo, riuniti in grandi capolini singoli. La fioritura avviene da marzo a novembre. Il frutto è un achenio. La pianta può raggiungere i 40 cm di altezza.

**Habitat:** pianta comunissima, sovente a carattere infestante, si rinviene con estrema facilità nei prati, negli incolti, lungo i bordi delle strade, anche tra le fessure dei marciapiedi. Diffusa dal piano al monte.

**Parti usate:** si utilizza la radice lavata, tagliata a fettine e fatta essiccare rapidamente e le foglie raccolte in primavera.

**Proprietà:** è ricco di Sali minerali e vitamine A,B,C. Ha proprietà diuretiche, coleretiche, colagoghe, amaro-toniche, depurative e digestive, utili per l'inappetenza e le dispepsie. La sua funzione disintossicante si riflette sulle pelli impure rendendole fresche e luminose. Il tarassaco è ritenuto un blando lassativo e un lenitivo delle infiammazioni emorroidali.

**Impiego:** come cibo, succo o decotto per disintossicare l'organismo, depurare il fegato e i reni. Il succo della pianta fresca serve per schiarire le efelidi, il decotto per pulire e rassodare la pelle.

**Avvertenza:** è sconsigliato l'impiego in caso di occlusioni delle vie biliari ed in presenze di calcoli alla colecisti. Il contatto frequente con il tarassaco, in particolare con il lattice, può causare casi di dermatite da contatto. Si sono riscontrate intossicazioni in bambini che hanno succhiato la linfa lattiginosa dai fusti fiorali.

**Notizie e curiosità:** il nome deriva dall'arabo e significa pianta da insalata. E' considerata la pianta della profezia poiché, secondo la tradizione, se si esprime un desiderio e con un solo soffio si fanno volare tutti i semi del soffione, il desiderio si avverrà, nonché la pianta della fedeltà, probabilmente per la caparbia di questa pianta che cresce ovunque e si riproduce facilmente e velocemente. La medicina tradizionale gli ha da sempre riconosciuto un effetto diuretico, tanto che da tale proprietà deriva il nome di "piscialetto".

Katia



La ricetta di Lisetta

### RISOTTO CON IL TARASSACO

**Ingredienti:**

300 gr. di riso carnaroli

400 gr. di tarassaco

150 gr. di ricotta

2 cucchiaini di formaggio grana grattugiato

1 foglia di salvia

1/2 bicchiere di vino bianco secco

Brodo vegetale

Olio extravergine d'oliva

2 scalogni

Sale, pepe

(dosi per 4 persone)

Lessare le foglie di tarassaco in acqua salata per 10 minuti. Scolare, strizzare, tritare e far saltare in padella con poco olio, uno scalogno tritato e una foglia di salvia.

In una casseruola rosolare uno scalogno con 2 cucchiaini di olio, versare il riso, tostarlo qualche minuto e poi irrorare con il vino, lasciarlo evaporare, unire il tarassaco e poco per volta il brodo vegetale, aggiustare di sale e portare a cottura.

A fuoco spento mantecare con la ricotta ed il formaggio grattugiato. Servire subito.



Pillole di ecologia



Autunno nel bosco.

Lasciati avvolgere dagli odori del muschio e delle foglie morte. E saprai e sentirai i profumi della rifioritura.



## La rotazione colturale

Mentre gli orti dormono sotto la neve e gli ortisti si godono il meritato riposo invernale, **c'è un compito importantissimo al quale dobbiamo dedicarci: la progettazione del nostro orto per il nuovo anno.**

Dobbiamo cioè pensare alle verdure che vogliamo seminare in primavera e a come disporle nell'orto, in modo da evitare di seminare per due anni di seguito sullo stesso terreno piante della stessa specie.

**Si chiama rotazione colturale ed è un sistema molto antico che consente di sfruttare il terreno senza impoverirlo eccessivamente e nello stesso tempo scoraggiare la comparsa di insetti, funghi e parassiti.**

Si può fare una semplice rotazione colturale su tre anni, raggruppando le piante con esigenze nutritive simili formando tre gruppi.

### **PRIMO ANNO**

#### LEGUMINOSE E PIANTE DA FRUTTO

Le leguminose sono ortaggi che producono un baccello (piselli, fagioli ecc). Hanno la capacità di assorbire l'azoto dall'aria e di fissarlo nel terreno tramite le radici. E' importante non estirpare le radici al termine del periodo vegetativo, ma lasciarle decomporre nel terreno in modo da avere una concimazione naturale utile alle piante che seguiranno. Rientrano in questo primo gruppo anche le piante da frutto come pomodori, peperoni, melanzane, zucche, zucchine ecc...

### **SECONDO ANNO**

#### BRASSICACEE O CRUCIFERE

Rientrano in questo secondo gruppo tutte le specie di cavoli come cavolo cappuccio, cavolfiore, verza, broccoli, cavolini di Bruxelles e anche rape e rapanelli.

Sono piante che necessitano di grandi quantità di azoto e quindi crescono rigogliose in terreni precedentemente coltivati a leguminose.

### **TERZO ANNO**

#### ORTAGGI DA ORGANI SOTTERRANEI

Sono gli ortaggi da radice come barbabietole, carote, pastinaca, patate e topinambur.

Sono piante che richiedono modeste quantità di azoto quindi possono essere seminate dopo le brassicacee.

Anche cipolle e porri rientrano in questo gruppo ma potete seminarli anche insieme alle leguminose.

**Le insalate non essendo presenti nei principali gruppi di rotazione possono essere inserite come intercalare fra un gruppo e l'altro.**

Per sfruttare al massimo lo spazio nell'orto, potete pensare di piantare nella stessa aiuola ortaggi di-

versi, sfruttando la consociazione fra di essi.

E' dimostrato infatti che **alcuni ortaggi piantati vicini traggono beneficio uno dall'altro, crescono più rigogliosi e spesso si difendono l'un l'altro dai parassiti.**

Se volete provare, tenete presente che:

- un mazzetto di basilico vicino ai pomodori ne migliora il gusto e lo sviluppo e tiene lontane le larve dei parassiti

- le carote crescono bene con l'erba cipollina ma devono essere tenute lontane dall'aneto

- cavoli, piselli, pomodori e zucca devono essere tenuti lontano dalle patate

- prezzemolo e lattuga non devono stare vicini

- le melanzane crescono bene vicino ai fagioli

- mentre i finocchi devono stare lontano dai fagioli sia rampicanti che nani.

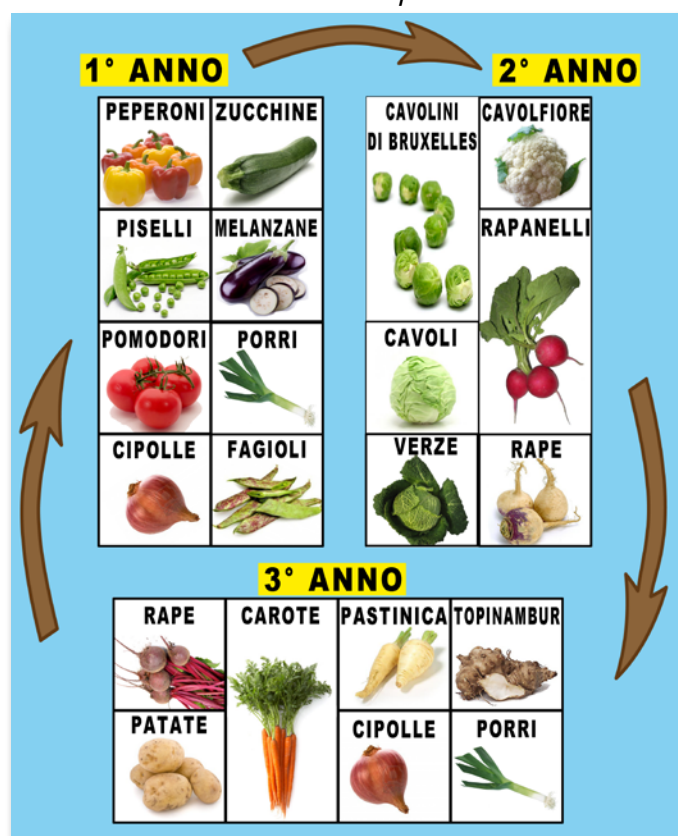
Ci sono poi consociazioni che servono per la difesa dai parassiti, per esempio:

- i rapanelli se piantati vicino ai cavoli tengono lontani i bruchi

- il rafano piantato vicino alle patate le protegge dal loro principale parassita, la dorifora.

L'elenco potrebbe continuare ma lo spazio a mia disposizione è terminato. Prometto che torneremo sull'argomento della lotta biologica ai parassiti nel prossimo numero.

*Anzi se avete suggerimenti o ricette di strani intrugli per debellare afidi, cocciniglie, lumache o formiche fatemeli avere e li pubblicheremo.*





### Dopo le feste riprendono i lavori nel Bosco

L'inverno è arrivato e fa abbastanza freddo; a dire il vero, mentre sto scrivendo questo articolo, fuori nevica e mia suocera, che è affezionata ai proverbi dei suoi tempi, mi ricorda che *"la nev dicembrina per tri mes la me ruvina"*.

Beh speriamo di no, altrimenti sarebbe impossibile eseguire i lavori di manutenzione e di pulizia al bosco che, in questo periodo, la nostra associazione organizza in attesa dell'arrivo della primavera.

A dicembre, mese dedicato al Natale, anche i risorgivi meritano di godersi le feste in santa pace con le loro famiglie ma a gennaio si riparte con



sulla natura e l'ambiente e di averne in cambio emozioni positive. "Sporcarsi le mani", adeguatamente protetti, ci riavvicina alla terra e ci riporta a una condizione di semplicità e di rapporto con l'ambiente che spesso abbiamo dimenticato. Seduti dietro alle scrivanie ma anche nelle nostre case, davanti alla televisione, sempre di corsa o imbottigliati nel traffico, lo stress del vivere quotidiano è qualcosa che molti di noi conoscono bene. Provate a chiedere a chi ha passato qualche ora a tagliare retine, raccogliere rovi o pescare rifiuti dai fontanili se è stressato... magari è stanco ma torna a casa soddisfatto, felice di aver fatto qualcosa di utile. Lo dico sempre che lavorare nel bosco è terapeutico e che se aiuti il bosco, il bosco si prende cura di te. La compagnia è bella, si ride e si scherza e al termine c'è sempre un gustoso "aperitivo del boscaiolo" ad aspettarci (devo dire molto apprezzato).



i lavori di pulizia del sottobosco, con la pulizia dei fontanili e con i lavori di manutenzione delle panchine, dei cestini, dei tavoli e degli altri arredi del bosco.

Come vi ho raccontato nello scorso numero di settembre abbiamo una squadra ben organizzata che si occupa di questi lavori e di tanto altro, in particolare dovremo sistemare la rete di recinzione che i soliti "ignoti" hanno distrutto.

Verso febbraio / marzo poi La Risorgiva organizza anche una o due giornate di "lavori in bosco" aperte alla cittadinanza e devo dire che negli ultimi anni hanno avuto un grande successo.



L'iniziativa non è solo molto importante per il Bosco, è anche un'occasione per le persone che vi partecipano, compresi i bambini che lo fanno sempre con entusiasmo, di imparare delle cose

Quindi cari soci, nel rinnovare a tutti i miei auguri più cari in vista delle prossime festività, vi consiglio di riposarvi perché molti lavori ci aspettano nel nuovo anno e, nel ricordare a tutti che La Risorgiva non va mai in letargo, vi garantisco che presto ci vedrete attrezzati di tutto punto per rendere più curato e pulito il nostro bellissimo bosco.

Se vorrete venire a darci una mano sarete i benvenuti perché, non mi stancherò mai di dirlo, "più siamo e meglio stiamo"!

Nina





## Cascina Bergamina

Chiamata "corte", in dialetto "Curt" o "Cassina", "cascina", per la collocazione rispetto al centro abitato, la struttura architettonica della cascina lombarda è a pianta rettangolare, a carattere chiuso, dove si svolgono le funzioni e organizzazioni della casa rurale. Nel nostro comune si trova la bella "**Cascina Bergamina**" (XVII-XX secolo), tra via Vittorio Veneto e Reiss Romoli, con i suoi portici e le sue stalle, testimonianza storica della vita del nostro paese. Osservando gli scorci architettonici, viene naturale ripensare a chi abitava questi spazi nella metà del secolo scorso, tuffiamoci per un attimo in quel



periodo.....i "**bergamini**", a settembre, scendono in pianura per svernare e si instaurano in cascine proprio come questa, molto simile a come appare oggi ai nostri occhi, per far sopravvivere al duro inverno delle montagne le loro mandrie, i "**bergamini**", quando i prati e i boschi si tingono di verde e aumentano le temperature lasciano la pianura padana e vanno con le loro mandrie verso la mon-



tagna. Attraversano la città utilizzando le vie meno battute, portando ai cittadini di Milano la nota festosa delle loro campanelle e il loro senso della vita semplice e libera; il corteo si chiude con i carri su cui stanno le donne e i loro fanciulli, insieme ai neonati bovini, agli attrezzi della loro industria produttiva per la cottura dei formaggi e del burro. La zona che i **bergamini** occupano nella stagione estiva comprende quasi tutte le nostre Prealpi, dai 2000 ai 2500 mt, dalle valli di Val Torta o di Foppolo a quelle della Val Seriana e di Scalve. I "**bergamini**" hanno mantenuto le loro abitudini di vita patriarcale e primitiva; isolati dalle altre classi sociali, in essi rivive un po' delle vite delle passate generazioni dove la pastorizia è l'attività preminente. Montanari di origine e di abitudini essi, proprietari di bestiame ed allevatori, coll'aumentare delle loro mandrie hanno dovuto chiedere alla pianura il sussidio per l'alimentazione invernale degli animali, trasmettendo di generazione in generazione le abitudini di "vita transumante". Questa continua "spola" ha fatto sì che molte famiglie montanare di origine si fissassero definitivamente in pianura, sino a far lentamente scomparire questa particolare attività. E' molto interessante notare lo scambio, l'intreccio, tra montagna e città: i **bergamini** sono fieri della loro identità montana, del loro rapporto con il latte e il bestiame, ma lo sono pure dell'identità cittadina, infatti comprano vestiti, tessuti e gioielli della città e animano i mercati milanesi con le vendite di latticini freschi e burro. La vita transumante dei "**bergamini**", che per 4 mesi all'anno li portava in montagna con le loro mandrie, ha determinato la nascita di diversi rami indipendenti all'interno della medesima famiglia, favorendo il sorgere di strategie familiari che prevedono una forte sinergia. La rilettura di queste pareti di mattoni segnate dal tempo, degli archi, di questi fienili e delle antiche travi dei tetti, ci rimandano a considerazioni non solo architettoniche ma anche sociali ed economiche ....conoscere il passato ci permette



di apprezzare e capire il presente, frutto dell'intreccio di tante culture, e ci fornisce materiale importante per affrontare il nostro futuro.



Fermiamoci a visitare la "**Cascina Bergamina**" con occhi diversi, cogliendo ogni vibrazione e rivedendo un passato fatto di storia, memoria, della gente semplice. Tutelando le cascine, così come tutti gli edifici di significato storico, sia quelli più importanti che quelli semplici, tuteliamo la bellezza del paesaggio, il turismo, la storia millenaria che le cascine ed i rustici portano con sé, a cui non dobbiamo rinunciare. È l'eredità che lasciamo ai nostri figli e ai nostri nipoti !!

Cinzia Crocco

p.s. le foto sono state scattate dal mio amico Guido Giorgi, che ringrazio.



## Volontario è...



... fare nuove amicizie



... guidare un fuoristrada



... giocare a nascondino  
trà i rovi



... un faraone tuttofare



... un ballo improvvisato



... scoprirsi "creativi"



... ridere sotto la pioggia



... un meritato riposo



... mangiare bene



... guardarsi le spalle



... una donzetta  
che vien dalla campagna



... un'occasione per brindare

*(intervista di Antonio Lubrano - segue dalla prima pagina)*

Quelli che distruggono per il gusto di distruggere. Esempio classico il ciclo dell'acqua dipinto nel 2007 da alcuni giovani pittori sulla facciata del laboratorio dell'acqua potabile e sfregiato nel 2009 da una bestemmia a caratteri cubitali e dai soliti insulsi graffitari. E quelli che rubano. Nel 2011 hanno portato via il tetto di rame del capanno del Cagapess sul canale Villorosi (considerato addirittura "il mare di Settimo Milanese"), ricco di pesci.

A proposito del Cagapess. Il fontanile ispirò nel 1980 la nascita della prima associazione della Risorgiva, la Setpess, composta da sette appassionati di pesca, che bonificarono la zona più interna del bosco e costruirono appunto un capanno, divenuto più tardi un punto d'incontro e anche di ristoro (piatto forte, ovvio, il pescato). Oggi il Cagapess vive la stagione dell'abbandono e una corrente di pensiero all'interno dell'associazione La Risorgiva vorrebbe restaurarlo perché lo considera un simbolo del bosco della Giretta. Un'altra corrente, che fa capo al Pasquali, dice no a questa che considera "una gabbia nostalgica".

E la vostra vittoria più bella? "L'aver portato la scuola nel nostro bosco", dice la Cinzia. "Vedere che i ragazzi di Settimo imparano qui la natura" è il miglior premio per i girettari.

Ora c'è il taglio dello strudel. Buono. Peccato che è una fettina così. Dal punto di vista fotografico, chiedo a Terry, qual è l'immagine del bosco che ti commuove di più? Mi mostra una panchina coperta di foglie gialle.

*Antonio*

## TESSERA SOCIO 2013

Rinnovare o sottoscrivere la tessera socio 2013 è molto **importante**, significa far crescere l'associazione di **volontari** che si occupa di un luogo unico e prezioso, che molti ci invidiano: il Bosco della Giretta.

La nostra speranza è quella di coinvolgere sempre più persone nelle varie attività di cura e gestione del Bosco, ma anche **offrire il tuo sostegno diventando socio de La Risorgiva**, versando il contributo annuale di € 6,00, aiuta la nostra associazione e la rende più forte; *più siamo e meglio stiamo.*

**Ricordati di diventare socio 2013.**

Grazie!

ANGOLO POETICO

Ascolta.....  
c'è il silenzio nel bosco ed io mi sento felice  
non odo più il frastuono delle auto.  
Che pace, guarda...  
Uno scoiattolo incuriosito mi spia  
che bello con quel musetto e quella coda,  
peccato che ha paura e scappa.  
Io continuo il mio lento viaggio nel bosco  
è stupendo con quelle fronde di mille colori  
con quei raggi di sole che penetrano  
quasi a fatica

e con la leggera brezza che muove i rami.  
E il sole tiepido di autunno ogni tanto  
mi accarezza il viso  
le foglie cadute sotto i miei piedi fanno un lieve fruscio  
le raccolgo e le butto in aria per vederle cadere  
come fiocchi di neve.  
Il bosco un miracolo della natura.

Primo Levi



vi aspettiamo per...

prossimi  
appuntamento al  
Bosco della Giretta

per maggiori informazioni

Visita il nostro sito

[www.larisorgiva.it](http://www.larisorgiva.it)

18 dicembre

PANETTONE DE  
LA RISORGIVA



22 dicembre

BABBO NATALE  
AL BOSCO



febbraio-marzo  
2013

manutenzione  
straordinaria  
al bosco



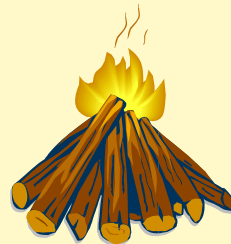
con aperitivo  
del boscaiolo !



verifica le date sul sito

17 gennaio 2013

FALO' DI  
SANT'ANTONIO



AAA  
VOLONTARI CERCASI

SE TI PRENDI CURA  
DEL TUO BOSCO

IL TUO BOSCO  
SI PRENDE CURA DI TE

Contattaci e ti spiegheremo cosa vuol dire  
essere volontario al Bosco della Giretta

le prossime  
iniziative  
sul numero  
di aprile 2013