



NOTIZIARIO n. 31

meze di Gennaio 2018

LAVORI DI Gennaio

In linea di massima, il clima di gennaio non consente particolari lavori in giardino, se le temperature sono rigide (intorno allo zero), conviene stare rinchiusi in casa, magari intorno al focolare e tra gli affetti familiari.

Ricordiamoci che le potature in questo periodo sono assolutamente da evitare, solo se il clima è mite e non sono previsti abbassamenti di temperatura si può pensare di effettuare la potatura delle specie che hanno perso le foglie. Eliminate i rami malati e cercate di diradare quelli che tendono a svilupparsi verso l'interno del cespuglio.

Alcune piante in particolare il calicanto e la forsizia non vanno assolutamente potate in questo periodo come tutte le piante che fioriscono a fine inverno.

Poiché siamo dei bravissimi "giardinieri" avremo già sistemato tutte le nostre piante in vaso, in ambienti chiusi e protetti dal freddo, ricordiamoci nelle ore più calde di aprire le finestre e di controllare se le nostre piante necessitano di essere innaffiate.

Spesso vi ho ricordato la manutenzione degli attrezzi da giardino. Considerato che avremo tanto tempo libero da altri lavori potremmo dedicare alla manutenzione un poco di tempo. Sicuramente non avrete bisogno di queste indicazioni, ma per qualche ritardatario indico alcuni interventi non troppo faticosi:

- asportate la ruggine da tutti gli utensili da giardino con carta vetrata
- affilate le lame delle cesoie e delle forbici
- Pulite e proteggete i manici in legno con dell'olio di lino.
- pulite le parti metalliche con uno straccio imbevuto di olio o benzina
- raddrizzate, se necessario, i denti della forcina e dei rastrelli
- Pulite il tagliaerba rimuovendo tutta la sporcizia dal piatto di taglio
- affilate e oliate le lame
- Lubrificate bulloni, viti e dadi del tagliaerba utilizzando del grasso
- sostituite l'olio del motore,
- svuotate il serbatoio dalla benzina di tutti i motori a scoppio

Sede legale: Largo Oliviero Zuccarini,13 00149 Roma - C.F. 97538180585

www.ass-agir.it; www.facebook.com/mario.boccardo.1;

e-mail: **segreteria:** info@ass-agir.it; **coordinamento:** f.gennari@ass-agir.it;

visite e gite: l.olivieri@ass-agir.it; **presidenza:** u.laneri@ass-agir.it cell. 3282130904



Associazione "AMICI DEI GIARDINI ROMANI" (ASS-AGIR)

Calendario lunare di Gennaio 2018

Fasi della Luna

Luna piena	2 gennaio 2018	03:25:29
Ultimo quarto	8 gennaio 2018	23:26:33
Luna nuova	17 gennaio 2018	03:18:18
Primo quarto	24 gennaio 2018	23:20:33
Luna piena	31 gennaio 2018	14:27:46
Ultimo quarto	7 febbraio 2018	16:55:49

Comunicazioni della Associazione

Come illustrato nell'ultimo incontro in cui ci siamo fatti gli auguri di Natale è in fase di ultimazione il programma dei corsi e seminari relativi ai prossimi mesi.

Auspichiamo una partecipazione di tanti di Voi alle attività dell'Associazione.

Nei prossimi giorni riceverete comunicazioni da parte dell'Associazione con il calendario ed il titolo degli argomenti trattati nelle varie attività

Ancora tanti auguri per uno strepitoso 2018.

Sede legale: Largo Oliviero Zuccarini,13 00149 Roma - C.F. 97538180585

www.ass-agir.it; www.facebook.com/mario.boccardo.1;

e-mail: **segreteria:** info@ass-agir.it; **coordinamento:** f.gennari@ass-agir.it;

visite e gite: l.olivieri@ass-agir.it; **presidenza:** u.laneri@ass-agir.it cell. 3282130904



FIERE E MOSTRE e.....

ROMA

Mercato Centrale Roma

Via Giovanni Giolitti, 36

Viva la Befana al Mercato Centrale

Dal 05/01/2018 al 06/01/2018 dalle ore 10

Evento per bambini

Calze e dolcezze, dolciumi e coccole per l'Epifania. Per tutto il weekend, venerdì 5 e sabato 6 gennaio, nella piazza del Mercato Centrale ci sarà un temporary dedicato alla Befana.

Sfuse, confezionate e calze pronte con tantissimi dolci tra cui praline, tavolette di cioccolato, torroncini e tanto tanto altro. Per i più piccoli, il Mercato offrirà tante caramelle.

ROMA Santa SEVERA

Epifania al Castello di Santa Severa

Castello di Santa Severa

via del Castello di Santa Severa

Dal 06/01/2018 al 06/01/2018 dalle ore 11:30

PREZZO intero euro 8.00 a bambino + ingresso gratuito al sito ridotto euro 6.00 per i fratelli + ingresso gratuito al sito

Sito web castellodisantasevera.it

Evento per bambini

Durante le festività natalizie, presso il laboratorio del Museo Civico del Mare e della Navigazione Antica di Santa Marinella, grandi e piccini potranno partecipare ad un programma di attività ludico-didattiche e percorsi museali dedicati alla magia del Natale. Al termine delle attività dolci sorprese per tutti.

C'era una volta il laboratorio ludico-didattico per bambini dai 6 ai 10 anni

Dopo la presentazione del Castello con la lettura di filastrocche in rima, i piccoli incontreranno un misterioso Mago che li coinvolgerà in esperimenti e magie medievali per creare pozioni magiche, "fuochi d'artificio", draghi, torri e fantastici personaggi di creta da portare a casa? Intanto i genitori potranno partecipare alla visita didattica al sito.

Prenotazione consigliata fino ad esaurimento posti disponibili al numero 06.39967999



Associazione "AMICI DEI GIARDINI ROMANI" (ASS-AGIR)

ARICCIA ROMA Contadino

La Polenta della Befana al Mercato

Mercato Contadino Castelli Romani

Via delle Cerquette 65

Dal 07/01/2018 al 07/01/2018 dalle ore 12:00

PREZZO euro 3 Info www.mercatocontadino.org tel 3898830642

il Tour della POLENTA continua a grande richiesta, dopo il successo dello scorso 8 dicembre a Roma Capannelle.

30 aziende agricole del territorio attendono tanti appassionati del buon cibo!

Imperdibile appuntamento ad Ariccia presso lo Sporting Club Montegentile (dove il Mercato Contadino si svolge da oltre 6 anni ogni mercoledì, sabato e domenica dalle 8,30 alle 13,30)

Dalle ore 12:00 sarà possibile seguire la POLENTA in diretta nel paiolo di rame "come una volta", lo chef contadino capocomico Umberto girerà con lo "spino" (un robusto ramo) la sua farina di mais coltivata con passione nella campagna di Capena. Verrà condita con ...musica popolare, il sugo e salsicce di Ivan il Re del Pane, spolverata con il pecorino de Il Vecchio Ovile di Anzio, dell'azienda Serafini di Tarquinia e della Fattoria Crolla.

Per i vegetariani con broccoletti e altre verdure di stagione (contributo euro 3 a piatto)

Una polentata "fatta in casa" nel vero senso della parola, visto che verrà fatta al mercato con tutti gli ingredienti messi a disposizione dai produttori presenti al Farmer's Market per far arrivare nei piatti dei frequentatori del mercato contadino delle Capannelle una saporita fetta di "sole domestico", che restituisce tutto il sole con cui in estate è cresciuta la pannocchia" per citare lo scrittore Carlo Castellaneta che a questo proposito scriveva così: "... la polenta non è solo vivanda; è paesaggio, memoria, offerta rituale ... Né può essere consumata in solitudine poiché è cibo conviviale, da dividere in famiglia o con gli amici, perché non sopporta le piccole dimensioni, quasi vi fosse una legge non scritta tra proporzione e sapidità. E del resto già nel prepararla si sviluppa intorno al fuoco un clima di eccitazione... Nonostante il nome così poco altisonante, questo panettone dorato acquista ogni volta, appena versato sul tagliere rotondo, una forza ancestrale, uno splendore antico, una benedizione divina, come se ogni polenta arrivasse dalla notte dei tempi".

Il Mercato Contadino Roma e Castelli Romani, da sempre impegnato nella diffusione della cultura del cibo, rafforza con questo evento la propria alleanza con le associazioni e le organizzazioni che promuovono l'ecosostenibilità, perché il modello di agricoltura industriale, basato sull'utilizzo di sostanze chimiche e guidato dal profitto, rappresenta un'enorme minaccia per l'ambiente e la salute. La diffusione di pratiche biologiche, così come il consumo di prodotti locali, sono

Sede legale: Largo Oliviero Zuccarini,13 00149 Roma - C.F. 97538180585

www.ass-agir.it; www.facebook.com/mario.boccardo.1;

e-mail: **segreteria:** info@ass-agir.it; **coordinamento:** f.gennari@ass-agir.it;

visite e gite: l.olivieri@ass-agir.it; **presidenza:** u.laneri@ass-agir.it cell. 3282130904



un'ottima alternativa al modello agricolo industriale. Insieme possiamo restituire al cibo il suo significato: fonte di vita per tutti gli abitanti del pianeta.

LA PIANTA DEL MESE

Arachis hypogaea

Arachide

Famiglia Fabaceae o,leguminose

Sottofamigli Faboideae



I frutti sono chiamati arachidi, spagnolette, noccioline americane, etc..

È una pianta annuale erbacea con fusto eretto, pubescente, che raggiunge un'altezza fra i 30 e gli 80 cm. [2]

Le foglie sono opposte, paripennate, composte da quattro foglioline lunghe da 1 a 6 centimetri e larghe 0,5–3,5 cm.

Dopo l'impollinazione, il frutto si sviluppa in un legume lungo da 2 a 5 centimetri, che si fa strada sottoterra per maturare, contenente da 1 a 4 semi

A tutti noi piacciono le noccioline americane, ma pochi sanno che questa leguminosa è facilmente coltivabile sia nel nostro orto che in vaso, La pianta assomiglia a quella dei ceci con una altezza di 30-80 cm. Si semina in tarda primavera quando anche le temperature notturne sono più miti.

Sede legale: Largo Oliviero Zuccarini,13 00149 Roma - C.F. 97538180585

www.ass-agir.it; www.facebook.com/mario.boccardo.1;

e-mail: **segreteria:** info@ass-agir.it; **coordinamento:** f.gennari@ass-agir.it;

visite e gite: l.olivieri@ass-agir.it; **presidenza:** u.laneri@ass-agir.it cell. 3282130904



Il terreno ideale è quello a medio impasto, assolutamente privo di ristagno di acqua, cresce in posizioni soleggiate, ama il caldo, e le temperature medio alte (mai sotto i 15 gradi).

L'arachide ha un elevato valore nutrizionale:
per 100 grammi di noccioline abbiamo

Calorie	567
Grassi	49 g
Acidi grassi saturi	7 g
Acidi grassi polinsaturi	16 g
Acidi grassi monoinsaturi	24 g
Colesterolo	0 mg
Sodio	18 mg
Potassio	705 mg
Carboidrati	16 g
Fibra alimentare	9 g
Zucchero	4 g
Proteine	26 g
Vitamina A	0 IU
Vitamina C	0 mg
Calcio	92 mg
Ferro	4,6 mg
Vitamina D	0 IU
Vitamina B6	0,3 mg
Vitamina B12	0 µg
Magnesio	168 mg-

Trovare i semi di arachide è semplice, basta chiederle alle bancarelle che vendono le noccioline americane tostate, ed una volta acquistate aspettare marzo/aprile per seminarle. Quando ho provato a piantarla nel mio orto ho seguito le indicazioni di un vivaista, ho messo il seme (aprendo delicatamente una nocciolina e togliendo la buccia coriacea) con la pellicola rosso/bruna, facendo attenzione a non romperla, ogni 20 cm e le file distanti tra loro circa 50 cm.

L'arachide è una pianta davvero particolare: produce dei bei fiori gialli in grappoli che una volta fecondati si piegano conficcandosi sotto terra, danno vita al baccello (nocciolina) a 7-8 cm sotto terra. Chi vuole può rincalzare la pianta a fine fioritura, assicurandosi che l'impollinazione sia già avvenuta.

Attenzione ad irrigare frequentemente le piante nel periodo di crescita, senza creare ristagni pericolosi per la vita della pianta, mentre quando i frutti sono prodotti e devono maturare (settembre/ottobre), si devono sospendere totalmente le irrigazioni.



Quando inizia l'ingiallimento delle foglie, circa 4 mesi dopo la semina, si può iniziare la raccolta delle nostre noccioline, estirpando delicatamente le piante dal terreno, e trovando tante noccioline attaccate alla pianta.

Come tanti legumi la pianta fissa l'azoto atmosferico nel terreno e spesso viene utilizzata per arricchire il terreno nelle coltivazioni degli orti sinergici.

Anche in vaso la coltivazione dell'arachide è semplice avendo cura di seguire le medesime regole che vi ho indicato, ed utilizzare un vaso abbastanza grande, sarà divertente raccogliere le nostre noccioline americane direttamente sul terrazzo.



PEANUT

A—Plant with Root, Blossom and underground Nuts. 1—Blossom cut lengthwise. 2—Ripe Nut.
3—Nut cut lengthwise. 4—Seed. 5 and 6—Germs.

Sede legale: Largo Oliviero Zuccarini,13 00149 Roma - C.F. 97538180585

www.ass-agir.it; www.facebook.com/mario.boccardo.1;

e-mail: **segreteria:** info@ass-agir.it; **coordinamento:** f.gennari@ass-agir.it;

visite e gite: l.olivieri@ass-agir.it; **presidenza:** u.laneri@ass-agir.it cell. 3282130904



Sempre lo stesso vivaista mi ha consigliato (ma non ho ancora provato) di fare in casa il burro di arachidi: è semplicissimo, basta frullare le arachidi tostate, a cui eventualmente deve essere tolta la pellicina rossa/bruna, aggiungendo un poco di olio di oliva fino ad avere la consistenza desiderata e poi assaggiarlo con la frutta (mele, pere, e soprattutto con le banane), o semplicemente spalmato sul pane fresco o tostato.

Detti, Proverbi, Poesie Romanesche, E...

Questo mese voglio raccontarvi due curiosità misteriose di Roma, due leggende a testimonianza del sovrannaturale presente in questa città.

La prima riguarda la Chiesa del Sacro Cuore del Suffragio, la Chiesa che si trova a lungotevere Prati vicino al palazzo di Giustizia, la chiesa costruita in stile Gotico, fu edificata alla fine del 1800. Il suo esterno ricco di guglie ricorda, in piccolo, il duomo di Milano.

L'interno della chiesa del Sacro Cuore del Suffragio ha una atmosfera di mistero ed in effetti ha una sua particolarità: contiene al proprio interno una piccola raccolta di testimonianze uniche al mondo.

Siamo alla fine del 1800, la chiesa attuale non è ancora ultimata, ed esisteva, qui, nei pressi della casa dei religiosi, una cappella dedicata alla Vergine del Rosario. Il 15 novembre 1897 un piccolo incendio divampò nella cappella, e quando fu spento, i sacerdoti e i fedeli notarono una sconcertante "stranezza che li lasciò spaventati e stupiti.

una misteriosa figura di una testa di uomo era apparsa su una delle pareti, proprio dove era più alto il fuoco. L'immagine doveva essere quella di un'anima del purgatorio che era riuscita a manifestare la propria esistenza.

Uno dei sacerdoti, padre Victor Jouet, molto impressionato e incuriosito dal fenomeno, volle cercare e raccogliere quanti più "segni" possibili lasciati in questo mondo dalle anime dei trapassati.

In una teca conservata nella Chiesa, sono raccolte le testimonianze delle pene delle anime del purgatorio, ritrovate da Padre Victor girando per l'Europa. Potrete vedere questa misteriosa raccolta, facilmente basta chiedere ai sorveglianti all'interno della Chiesa.

Anche il nome della Chiesa sembra dovuto proprio a questi reperti provenienti dalle anime dei defunti che si trovano in purgatorio.



La seconda leggenda che Vi racconto è quella della pietra del diavolo che si trova nella basilica di Santa Sabina, nel bellissimo quartiere dell'Aventino a Roma.

Intorno all'anno 1222, la leggenda racconta che San Domenico era inginocchiato e concentrato in preghiera avanti l'ingresso della Chiesa, quando il Diavolo dopo innumerevoli e vani tentativi di distogliere il Santo dalle preghiere per indurlo al peccato, molto seccato, afferrò con i suoi artigli incandescenti una grossa pietra di basalto nero dal tetto della chiesa e gliela scagliò contro con grande violenza. Ma anche questo tentativo fu inutile, la pietra cadde miracolosamente vicino al Santo senza scalfirlo, né riuscì a distoglierlo dalla sua preghiera.

Ancora oggi molti sostengono di avere la certezza che il Diavolo si aggiri nella zona e che passi sconsolato davanti alla Chiesa di Santa Sabina.

Oggi questa Chiesa è una delle più famose e ricercate Chiese per celebrare i matrimoni, ma penso che quasi tutte le coppie siano ignare che il Diavolo è un assiduo frequentatore della zona.

Si dice che alcuni riescano ancora a percepire Satana che, di tanto in tanto, torna a Santa Sabina, si ferma sulla porta e poi, sconsolato, se ne vada via.

Comunque, se volete verificare, entrate in Santa Sabina, e nell'angolo sinistro della basilica c'è una piccola colonnina tortile e sopra di essa, una pietra nera tondeggiate, con grosse incisioni, dei buchi, come di un enorme artiglio...ecco a voi la "lapis diaboli".

Alcuni Proverbi romani e detti romaneschi

Con affetto e sentimento, meno te vedo e mejo me sento.

A Roma Iddio nun è trino, ma quattrino.

Magna bene, caca forte e nun avè paura de la morte.

Morto `n papa se ne fa un antro.

Se te vede la morte, se gratta (Hai la fama di iettatore)

Perdonà è dda omo, scordassene è dda bbestia (Il perdono è degli uomini, l'oblio è delle bestie)

Anni e bbicchieri de vino nun se conteno mai! (Anni e bicchieri di vino non si contano mai)

Piove o nun piove er papa magna (Qualsiasi cosa accada il ricco mangia sempre)

Porta aperta pè chi porta, chi nun porta parta pure.

Noi romani l'aria der menefrego l'avemo avuta concessa da Cristo (Noi romani l'arte del me ne frego l'abbiamo avuta in dono da Gesù)



Fa bene e scordate, fa male e penzace (Fai del bene e dimentica, fai del male e tienilo sempre in mente)

Ce stanno du tipi de donna: le zoccole e le pure. Le zoccole, so zoccole; le pure, pure.

Bruno bbruno, tanto per uno (Quando si fa una spesa in società si paga alla romana: tanto a testa)

Quanno te sveji co' quattro palle, er nemico è alle spalle (Quando ti svegli con quattro palle, il nemico è dietro di te)

Fidasse è bbene, nun fidasse è mmejo (Fidarsi va bene, ma non fidarsi è meglio)

Fa' der bene all'asini che ce ricevi i carci in panza (A far del bene agli asini si ricevono calci nella pancia)

T'hanno beccato cor sorcio 'n bocca. (Ti hanno colto in flagrante)

'Na mela fracica ne guasta cento bbone (Un frutto marcio ne guasta cento sani)

Fidete der ricco impoverito e nun te fidà der povero arricchito.

Chi nasce tonno nun po' mori' quadro (Chi nasce tondo non può morire quadro)

Li romani parleno male, ma penseno bbene.

Li sordi che ariveno co' er trallarallà se ne rivanno cor lallerallero (Il denaro proveniente da facili guadagni altrettanto repentino andrà via)

Li sordi so' come li dolori. Chi cellà se li tiene (I soldi sono come i malanni, chi ce l'ha se li tiene)

A chi tocca nun se 'ngrugna (A chi tocca non si inquieti)

C'entra perché ce cape (Ci entra perché si ficca)

Amore, tosse e roгна nun s'annisconono (Amore, tosse e roгна non possono essere celate)

Si nun sei re, nun fa' legge nova e lassa er monno come se trova (Se non sei re non fare nuove leggi e lascia il mondo come si trova)

Cià lasciato co' na scarpa e 'na ciavatta (Siamo stati abbandonati in una condizione tutt'altro che favorevole e molto fastidiosa)

Pochi minuti prima di inviarVi il notiziario di questo mese, un caro amico e simpatizzante mi ha inviato una poesia in "romanaccio", relativa ad un fatto accaduto in questi giorni di Natale che ha lasciato un po' di amaro in bocca ai Romani:



SPELACCHIO

Ma nun se vergognamo
Difronte a tutt'er monno
Co st'arbero Spelacchio
Che nun vale proprio un cacchio?

Ma chi ce l'ha mannato?
E... chi è che l'ha approvato?

Pure Pasquino ride
E se vorrebbe uccide
Perché nun trova le parole
Pè criticà er corpevole.

Povera Roma nostra...
Si questo è quello che dimostra

E se fa bella di fronte a li turisti
Che pareno tutti pori cristi
Qann'arzeno le spalle
E guardano le palle

Che penneno mollicce
Da le fronne malaticce
De sto simbolo de Natale
Che pare invece un funerale.

Povera Roma nostra decaduta
Senza speranza e sempre più fottuta

Mario Ferrari dicembre 2017

Arrivederci a Febbraio 2018



Associazione "AMICI DEI GIARDINI ROMANI" (ASS-AGIR)

Sede legale: Largo Oliviero Zuccarini,13 00149 Roma - C.F. 97538180585
www.ass-agir.it; www.facebook.com/mario.boccardo.1;
e-mail: **segreteria:** info@ass-agir.it; **coordinamento:** f.gennari@ass-agir.it;
visite e gite: l.olivieri@ass-agir.it; **presidenza:** u.laneri@ass-agir.it cell. 3282130904