



il chicco

Parrocchia
di San Giovanni
Battista

Num. 5
Dicembre 2014

Racconti di solidarietà e relazioni fertili

Circolare
interna



Editoriale

Quanto siamo creature, per ora. Sembra già sentito, affermare che l'Infinito ci chiama con forza e accoglienza, ma basta ascoltare, guardare, spalancare questo misero cuore, qui, davanti, dove gli occhi si perdono, per riconoscere che è vero. Il tempo cresce col nostro corpo. Vorremmo starne

fuori, negli attimi di grande desiderio, ma tutto, proprio tutto scandisce il nostro passo. Pensare l'Infinito bene e l'Infinita pace, rasserena ed affanna perchè siamo immersi nel tempo. Allora che il viaggio sia lieve e dolce il cammino. Buon Natale!

● M. Grazia Monopoli

il gas si racconta

Compostare sul poggio

● A cura di Federico Valerio

PAROLE NUOVE: Organico, micro-organismi, biodegradabile, Compost, humus

STRUTTURANTI: Cippato, pellet.

INTEGRATORI: Cornungia, guano. SOVVALI

Questo corso ci farà capire come lavora la natura per non produrre "rifiuti" e come sia possibile, imitandola, trasformare gli avanzi di cucina e del giardino (frazione organica biodegradabile) in un terriccio simile a quello del sottobosco, chiamato COMPOST

Obiettivi del Corso: Compostare, senza inconvenienti in spazi urbani di piccole dimensioni (poggioli, terrazzini, cavedi...). Riciclare, nei vasi da fiore, gli scarti biodegradabili prodotti in casa, trasformati in compost. Risparmiare su terricci e fertilizzanti.

Convincere il Comune che è possibile compostare su 30.000 poggiosi fioriti senza creare disastri ecologici e, conseguentemente, anche chi ha un poggio con piante e fa compostaggio potrà avere la detrazione annua di 15 euro sulla TIA.

Perché la pattumiera, dopo un po', puzza mentre il sottobosco, d'autunno, profuma di buono?

La differenza di comportamento tra il sottobosco e la pattumiera è che il sottobosco è un **super organismo vivente**.

Un ettaro di suolo fertile, fino ad una profondità di 30 centimetri, può contenere più di sette tonnellate d'esseri viventi: batteri, funghi, protozoi, alghe, nematodi, anellidi, insetti...

COMPOSTAGGIO = ALLEVAMENTO DI BATTERI

I BATTERI "BUONI" CHE CI AIUTANO A FARE IL COMPOST COME NOI HANNO BISOGNO DI ARIA, ACQUA, CIBO
I BATTERI "BUONI" CHE CI AIUTANO A FARE IL COMPOST COME NOI MANGIANDO, PRODUCONO CALORE, ANIDRIDE CARBONICA, VAPOR ACQUEO

LA RICETTA PER UN BUON COMPOSTAGGIO: Un po' di batteri (terriccio di bosco e/o compost). Scarti di cucina e del giardino ben tritati, dieteticamente bilanciati. Metà volume di "strutturante". Un cucchiaino di "integratori". Aria a volontà. Acqua, quanto basta al benessere dei batteri.

La giusta umidità: L'umidità ottimale per un compostaggio senza puzze equivale a quella di una spugna ben strizzata. Mescolare frequentemente gli ingredienti, mantenendo sempre la giusta umidità. Dopo due, tre mesi il compost sarà pronto.

Se la ricetta è ben eseguita, in 2-3 mesi, si assisterà, in sequenza, a questi fenomeni: 1. Sviluppo di muffe e "funghi". 2. Riscaldamento dell'impasto. 3. Disgregazione dei componenti, riduzione del volume (-50%). 4. Passaggio ad un uniforme color "terra". 5. Raffreddamento.



Come ci si procura una buona scorta di batteri "buoni"? Facendo una bella gita nei boschi e raccogliendo, ai piedi degli alberi, un sacchetto di terriccio. Se trovate segatura prodotta dal taglio del bosco, raccogliete anche quella; In entrambi i casi, con moderazione! Facendosi dare da un amico compostatore un sacchetto del suo compost, con l'impegno di renderglielo.

A che cosa servono gli "strutturanti"? Gli "strutturanti" sono materiali biodegradabili, con una grande superficie specifica, che rendono soffice ed arieggiato gli scarti da compostare. Sono essenziali per evitare cattivi odori.

Materiali strutturanti: CIPPATO DI LEGNO -TRUCIOLI - PELLET DI LEGNO - GUSCI DI FRUTTA SECCA -PALLOTTOLINE DI CARTA PER ALIMENTI

Come ci si procura una buona scorta di "strutturanti"? I trucioli chiedeteli ad una falegnameria. Il cippato e i pellet di legno li trovate nei reparti "stufe" dei centri commerciali. Gusci di noci, noccioline, arachidi, dopo i pranzi di Natale. Per piccole compostiere, se avete tempo e pazienza, fate a striscioline dei sacchetti del pane ed appallottolatele.

Che cosa sono gli "integratori"? Gli integratori sono materiali organici e minerali che servono a dare maggiore fertilità al compost prodotto. Cornungia. Guano. Cenere di legna. Polvere di rocce sedimentarie.

A che cosa servono gli integratori? La CORNUNGIA fornisce azoto. La POLLINA fosforo. La CENERE DI LEGNA potassio. La ROCCIA in polvere micro-elementi.

"Marroni" strutturanti: Palline di carta. Trucioli / Segatura. Pellet / Cippato. Gusci di frutta secca. Semi di frutta.

VERDI compostabili: Scarti di piante verdi senza parassiti e malattie. Evitare semi di "infestanti". Scarti di frutta e ortaggi. Sacchetti del tè. Pose di caffè. Peli, capelli.

Cosa non si composta (se non si è esperti): Carne, pesce, ossa (In piccole dosi e con attenzione). Prodotti caseari (sale). Oli, grassi, carta oleata.

L'azienda agricola Villa Rocca

L'azienda agricola Villa Rocca, a conduzione familiare, nasce nel 2003 nell'omonima frazione del comune di Rezzoaglio, in val d'Aveto.

Si estende su una superficie di circa 5 ettari, frammentata in piccoli appezzamenti, la maggior parte dei quali boschivi.

L'azienda dispone di certificazione biologica ICEA delle produzioni.

I terreni sono distribuiti a diverse quote altitudinali: intorno agli 800 m si trovano i semina-

tivi irrigui, coltivati in rotazione a patate, legumi, mais e colture da sovescio; un poco più in alto si trovano gli impianti di piccoli frutti, mentre alle quote più elevate (oltre i 1.000 m) ci sono i campi dove si producono le patate da seme della varietà tradizionale "Quarantina Bianca Genovese".

In un terreno aziendale viene riprodotta dal 2009 la collezione di patate del Consorzio della Quarantina, composta da oltre 300 differenti varietà tradizionali o di antica selezione provenienti

da tutto il mondo e visibili ogni anno a fine settembre in un'esposizione organizzata presso la sede di Rezzoaglio del Parco dell'Aveto.

Dal 2012 nel laboratorio aziendale si producono confetture utilizzando esclusivamente frutta fresca raccolta nei propri terreni o in ambienti naturali circostanti, con zucchero di canna del commercio equo e senza l'utilizzo di pectine o altri addensanti e conservanti.

Azienda agricola Villa Rocca
di Nadia Fontana e Fabrizio Bottari
Località Villa Rocca, 23 16048 Rezzoaglio (GE)
e m a i l : fabrizio.villarocca@gmail.com



il gas si racconta

Visita ai fornitori: La Coccagna

Domenica 13 luglio, tarda mattinata, un gruppetto di rappresentanza del nostro GAS - erano presenti tutte le fasce di età, dai neonati (Alessandro) ai "pensionati" (Lucio) - è andato a trovare Paola Mangiarotti, titolare dell'azienda agricola "La Coccagna", nostra fornitrice del sabato di verdure miste.

Appena arrivati a Uscio, loc. Terrire (per chi vuole consultare Google Map), Paola ci ha mostrato le terre vicino a casa sua in cui coltiva pomodori, melanzane, insalata e zucchini; la "serra" non riscaldata ma che insiste sempre sul terreno nella quale ha coltivato le prime zucchine di stagione, altra insalata e le fragole.

Intanto, ci ha spiegato il progetto del suo laboratorio per la trasformazione dei prodotti ortofrutticoli e le difficoltà che incontra nella sua realizzazione, dovuta alla burocrazia e agli elevati costi di costruzione.

Ci ha anche illustrato la semina attraverso le piantine che riesce a riprodurre da sola, oppure attraverso il vivaio Peirano di San Colombano Certenoli, a cui lei

fornisce i semi e da cui riceve le piantine già cresciute essendo i vivai attrezzati a tale scopo.

Dopo, si è pranzato in allegria condividendo quello che ognuno aveva portato, compresa dell'ottima pizza del forno di Uscio gentilmente offerta da Paola.

Nel pomeriggio abbiamo visitato gli altri appezzamenti su cui Paola coltiva i suoi prodotti dislocati in 2 punti diversi della zona.

Il primo, poco prima di arrivare a Uscio per chi viene da Recco (via Borissa) era particolarmente bello, molto curato, ben organizzato e sovrastato da un magnifico bosco pulito recentemente. Ci siamo fermati un poco a chiacchiere all'ombra perché il posto meritava davvero.

Poi, sempre in auto, abbiamo raggiunto il terzo appezzamento, esposto in un punto più alto e freddo, ideale per i cavoli. Quest'anno c'è stata una sgradita sorpresa da parte degli amici daini, che si sono divertiti a scavare intorno alle pianticelle di fagioli e hanno fatto un bel danno, ma Paola ce lo racconta senza perdere il suo sorriso.

Ci ha invitato a raccogliere i lam-



poni (rossi e gialli) e i primi mirtili per preparare una bella merenda con il limone e lo zucchero o con il gelato alla crema ed intanto ci ha raccontato le sue gioie, le sue fatiche e le sue aspettative.

La visita a questo campo (ben lontano da casa sua) ci ha fatto riflettere su quanto si spenda questa ragazza per il lavoro che ama: immaginiamocela in inverno, con la neve e le temperature di quei posti (Pannesi), e due soli aiutanti, quando sono disponibili.....

Torniamo a casa di Paola col goloso bottino e mentre si prepara la merenda, ci godiamo il panorama che si vede da casa sua, ciarlano quietamente (e sbocconcellando l'avanzo del pane fatto da Marco). Dopo la merenda, a base di frutti di bosco, gelato e pasticcini, verso le 18,30 salutiamo Paola ringraziandola per la sua ospitalità e ce ne torniamo a casa un po' più "ricchi" di quando siamo arrivati

Simona.



La nostra gita annuale per funghi parte questa volta dal Lago delle Lame, un laghetto glaciale situato nel comune di Rezzoaglio, nel Parco Naturale Regionale dell'Aveto. Saliamo lungo la strada sterrata per poi entrare nello splendido bosco di abeti.

Il terreno è pulito e iniziamo la ricerca. Ogni tanto troviamo qualche Galletto e poco altro. Capiamo in poco tempo che sarà una raccolta magra.

Ci manteniamo a vista e continuiamo a salire, parlando di volta in volta con chi è più vicino.

Dopo oltre un'ora di bosco ritroviamo, più in alto, la strada iniziale e ricompattiamo il gruppo. Proseguendo, fiancheggiando la recinzione che delimita la Riser-

va naturale Agoraie dove sono presenti i laghi omonimi; insieme quello delle Lame sono tra i pochi laghi glaciali della Liguria. Svoltiamo a destra e lasciamo il sentiero per proseguire la ricerca nel bosco.

Marco C. trova l'unico Porcino della giornata!

Troviamo qualche altro Galletto e incontriamo una splendida radura nel bosco dove sostiamo per il pranzo. Dopo la pausa decidiamo di scendere e cercare ancora, ma sappiamo tutti che troveremo poco. Ritorniamo così, con calma, al lago.

Abbiamo camminato a lungo, siamo stanchi, ma ci sentiamo soddisfatti anche se la raccolta è stata scarsa. C'è allegria, amicizia, gratitudine reciproca.

Perché ci sentiamo così?

Vorrei condividere con voi alcuni pensieri sorti spontanei camminando sui monti e tornando, se pur brevemente, a contatto con la natura. La vita è un dono, il creato è un dono e tutto è un dono.

La montagna ci permette di cambiare visuale. Comprendiamo allora che se siamo pellegrini tra questi monti, se siamo in cammino verso una Meta comune, siamo anche cercatori di doni su queste montagne, sia quelle vere che della vita. Certo è faticoso, occorre allenamento e anche allenatori, guide che conoscono boschi e montagne e orientino i nostri passi.

E come andare per funghi: la fatica spesso non si sente perché più forte è il desiderio di trovare il fungo, magari il più grande e bello mai trovato nella propria vita. Così sono i doni.

Mai stancarci di cercarli, anche quelli più piccoli ci nutrono e dovrebbero sempre stupirci perché esistono, per come sono, per la loro presenza proprio lì, dove siamo passati. Ci viene chiesto di vedere i doni, accoglierli, meditarli, curarli, coltivarli, ridistribuirli agli altri, ritornando così al Creatore dei doni.

È uno splendido cerchio che si chiude. Mi verrebbe da dire che è

l'energia più importante dell'Universo, l'amore di Dio, che circolando sostiene il sistema.

È l'amore di Dio che ha creato tutto, compreso noi oggi qui.

Cercare Dio nelle cose che facciamo, nelle azioni quotidiane; cercare segni, segnali che Dio ci lascia. Certo, occorre salire, fare fatica. Occorre impegno: fatica, perseveranza, sacrificio.

Penso a Enzo Bianchi, a quello che ha scritto sulla parabola dei talenti:

"Lo sappiamo: è più facile seppellire i doni che Dio ci ha dato, piuttosto che dividerli; è più facile conservare le posizioni, i tesori del passato, che andarne a scoprire di nuovi; è più facile diffidare dell'altro che ci ha fatto del bene, piuttosto che rispondere consapevolmente, nella libertà e per amore. Ecco dunque la lode per chi rischia e il biasimo per chi si accontenta di ciò che ha, rinchiudendosi nel suo "io minimo"."

Al lago delle Lame non abbiamo trovato molti funghi, ma certamente la conferma che salendo insieme si trovano tanti altri doni preziosi da condividere e ridistribuire..

Andrea Alberini

Testimone di una passione

Forse siamo abituati a vedere le cose lasciate andare nella città, nei piccoli spazi che abbiamo davanti a noi, piccoli spiazzi di verde davanti alle nostre finestre e ai nostri terrazzi. Nessuno se ne cura perché è "roba pubblica". Ci deve pensare il Comune. Bene, gli amministratori pubblici del

territorio facciamo il loro lavoro ma... davanti alle mie finestre io godo di questo pezzo di verde tenuto in ordine e curato da anni con grande perseveranza e passione da Renzo Genco, il mio vicino del piano terra. E' bello a guardarsi e noi tutti del palazzo godiamo di questa vista affacciandoci. Negli anni passati, pur lavorando, tutti

i giorni dava il suo tempo a quest'opera, perché di questo si tratta. Ora, in pensione, ancor di più, facendo un contratto con il Municipio del Levante. Il taglio puntuale del tessuto erboso, la cura degli ulivi da lui piantati, la bordura di rose che accompagna la stradina che scende in basso, le piante di fichi d'india e alberi di li-

moni, melograni e un piccolo orto a fianco della casetta ormai rudere, rimasta a testimone di quel che c'era prima, ma altro ancora. Il signor Genco mi dice: "Non vado al bar, non sto davanti al pc, mi piace fare questo". Speriamo che questa passione dilaghi!

M. Grazia Monopoli



Gita sulle Alture di Prà ... e non solo

Sabato 8 Novembre siamo andati in un gruppo di amici (G.A.S. – Gruppo Giovanni Paolo II sempre sotto l'ombra del campanile) a trovare l'azienda agricola e apistica di Marina Consiglieri del gruppo GPS. Difficile immaginare che a 5 minuti dalla strada principale si potesse arrivare in un posto magnifico: dalle alture di Prà infatti, ove si trovava l'azienda, si scorgevano (con la bontà del Signore che ci ha donato una giornata tersa e splendida) tutti i promontori e le anse da Savona sino a Portofino, con il rottame della (SIGH) Costa Concordia situato proprio davanti ai nostri occhi.

L'obiettivo della giornata era il Rifugio Riondò che si trova sull'omonimo monte a un'ora circa di cammino. Purtroppo il terreno reso impervio dalle troppe piogge ci ha fatto cambiare destinazione e quindi Angelo, il fratello agronomo di Marina ci ha portato a esplorare un "cantiere forestale".

Il sentiero bellissimo, un panorama stupendo che ci ha accompagnato per tutto il tempo: inutile dire che abbiamo approfittato per assaggiare i corbezzoli, raccogliere pigne per abbellire i deliziosi lavori della "fate" della parrocchia (anche in trasferta si rimane uniti col pensiero a tutti gli amici) e fatto foto, foto, foto ancora.

Con la gentile spiegazione di Angelo abbiamo scoperto che dove il monte ha subito un devastante incendio che ha distrutto tutta la vegetazione, è sorto questo "cantiere forestale" (ma lo sapevate voi che esiste questo termine? - Noi no!!!). I volontari piantano alberi (lecci e roverelle) ove non esiste più vegetazione allo scopo non solo di riequilibrare il verde, ma anche di ripristinare ciò che sino al 1700 era. Infatti i pini (alberi più forti del lecci) avevano preso il sopravvento negli ultimi 300 anni e tutto il monte era ormai da essi composto.

Non si tratta quindi solo di piantare i piccoli fusti, ma anche di seguirli costantemente nella crescita. I caprioli sono ghiotti dei giovani germogli: occorre mettere una rete tutto

intorno alla corteccia per impedire che l'alberello venga distrutto sul nascere. I vecchi tronchi bruciati sono lasciati – ma in modo ordinato – marcire alla base del monte onde proteggere lo stesso da frane. Insomma.... Lavoro ce n'è tanto e scoprire che esistono persone che si dedicano a questo è sempre emozionante ed incoraggiante.

Al ritorno abbiamo trovato la disponibilità e l'accoglienza di Marina che ci ha fatto assaggiare il suo super "fegato alla veneziana" ed un tavolo imbandito con delizioso vino locale.

Al termine Marina si è dedicata a rispondere a tutte le nostre domande sulle api e sul miele. Dopodichè sono arrivati gli squisiti assaggi.

Che sorpresa scoprire che anche i mieli effettuano i concorsi! La spiegazione del perché del miele cristallizzato e di quello liquido! La vita delle api che in piena produzione dura solo 40 gg mentre in periodi non primaverili fino a sei mesi! Il tiglio e il tarassaco che vengono usati soprattutto nelle tisane perché hanno un gusto particolare. Il miele di erica che è di difficile produzione ma al palato è degno di un re.

Alla fine un doveroso acquisto di verdura di stagione presa direttamente dal campo. Che profumi dentro alle macchine!

Insomma la giornata è volata. Al rientro sembrava strano essere di nuovo in piena città nel caos e nello smog ed avere appena dietro le spalle questo angolo di quiete.

Un pensiero: quanta fatica sostengono queste persone. I campi da coltivare, le arnie da seguire, gli appezzamenti di terreno che non sono gli uni vicini agli altri, le emergenze della natura (i caprioli mangiano anche le verdure coltivate: niente fagiolini quest'anno perché se li sono fatti fuori tutti loro), i cinghiali che spuntano nelle vicinanze.

E' bello sapere che c'è chi crede in questo lavoro, nel continuare ad amare il bosco ed il monte. Senza di loro non potremmo assaggiare i sapori dei prodotti appena colti, non avremmo tante "chicche" da ascoltare (e da raccontare) che forse ci ricordano un po' la



vita dei nostri vecchi, quando trasmettevano il passaggio dalla campagna alla città usando la memoria storica.

Osservare gente che è "innamorata" del suo "mestiere" con la natura ci aiuta a credere nel nostro mondo, che ora chiede aiuto perché sommerso da cemento e onde magnetiche.

Noi impiegati, casalinghe, operai, professori o altro non possiamo improvvisarci contadini ma ascoltare queste persone e dedicare loro del tempo rende il nostro acquisto veramente solidale ed

all'animo arricchente.

Solidale perché non è solo l'apporto economico che li rende vicini a noi, ma soprattutto il condividere le loro esperienze.

Arricchente perché questa vita raccontata così non si trova sui libri e ci aiuta ad entrare in una realtà vicina al pianeta. In modo indiretto ci rende più consapevoli di cosa mangiamo e ci erudisce sulla fatica e sui problemi quotidiani che esistono dietro a un semplice piatto posto sulla nostra tavola.

Roberta Nigita