

## L'allegra brigata (40 anni fa)

di Mario CARDILLI

**Polidori, Rosati, Paoletti, Mencoboni (Gianni Boni), Rossi, Paci, Righi, Ferretti, Grottole, Battistelli, Serafini (in piedi), Petrucci, Paolini (Lodl), Ortensi (Stero), Pistacchi (Verardo), Arnini, Guarducci (seduti), hanno solo il nome in comune con il cast di "The Wild Party" il film "L'allegra brigata" di Doroty Arzner.**

In questa foto di molti anni addietro (facciamo a spanne: 40...) scattata attorno ad un tavolo nella "Trattoria Romoletto" di Romolo Marchetti alla Curva di Wilson....

Tutti con il sorriso sulle labbra. Sono la più genuina testimonianza di quando bastava una chitarra, un mandolino ed un bicchiere di vino a fare da scacciapensieri.

Come quella specie di strumento musicale che si suona facendo vibrare una laminetta fissata a un supporto metallico a ferro di cavallo, l'Allegra Brigata si proponeva nelle feste o sagre paesane nei centri della provincia, regione ed "esportava" in Francia, Lussemburgo, Svizzera, Olanda il ricercato talento di una "musica nuova". L'arte del mandolino.

Non solo. Sono stati chiamati dalla Rai di Ancona a partecipare in trasmissione radiofonica in diretta.

Tante trasferte che non sempre filavano liscio come l'olio. "Ricordo quando nel 1974 siamo stati invitati dal signor Andreani dell'Ente Provinciale Turismo di Pesaro per una promozione turistica e commerciale in

Olanda - rammenta Dino Rossi - dove abbiamo ricevuto una cordiale accoglienza dopo ventisei ore di treno. Però. Il problema della lingua fu il primo "paletto". Con gli strumenti,

come lingua, a parte l'italiano, avevamo esportato anche il dialetto forsemprese.

Ero l'unico che, avendo studiato francese a scuola, riuscivo a fare quanto di meglio potevo in veste d'interprete. Eravamo sordomuti... incompresi. Al mattino in albergo ci servivano carrelli pieni d'ogni



grazia: tramezzini, formaggi e roba non abituati a mangiare a prima ora. Mancava il caffè.

Fu proprio la mancanza di "tazzulella" a mandare in agitazione Alfio Righi che abituato a bere la bevanda aromatica del buongiorno, come fosse una droga, era entrato in crisi d'astinenza. Altro paletto imprevisto.

Per fortuna nei pressi dell'albergo scoprimmo un bar gestito da un italiano che serviva il caffè. Fu la nostra fortuna.

Il terzo paletto. Ovunque andavamo ci offrivano da bere. Con lo stomaco in disordine eravamo costretti a rinunciare. Tramite il nostro

(continua in ultima)

## BIKKEMBERGS HA AGGIORNATO IL RAFFINATO GUARDAROBA MASCHILE

**\*\* L'uomo Dirk Bikkembergs è pronto per entrare in campo, sfoggiando una forma fisica da copertina. A fare da cornice, lungo il prestigioso tappeto rosso, le ambite coppe dei campioni in argento, reinterpretate nell'inconfondibile stile Bikkembergs, in formato big size.**

Dirk Bikkembergs vuole rendere omaggio alle proprie icone, e la costante ricerca di nuovi risultati ne è una testimonianza. Studiando sempre più a fondo la silhouette che abbraccia l'intero corpo, ha nuovamente aggiornato il guardaroba maschile, portandolo a livelli di lusso ancora più elevati. La collezione DBSC A/I 2009/10 è sinonimo di raffinatezza totale, impreziosita da veri e propri lampi di genio. Il look completo in jersey, con maglioni con collo a risvolto e completi lavorati con gli stessi filati, si alterna a tute in cashmere e giubbotti, su cui primeggia un au-

dace motivo grafico. I capi realizzati in lussuoso cashmere e pelle sono stati nuovamente interpretati e presentati con cap-



pucci a più strati. Di assoluto richiamo, il grande tirazip con dentatura in argento: un vero e proprio pezzo di gioielleria per uomini sportivi, nonché l'espressione più sublime di un articolo assolutamente irrinunciabile per

Mister Bikkembergs. La collezione DBSC F/W 2009/10 rappresenta una geniale fusione tra abbigliamento formale e casual, sempre sofisticato e prodotto con i materiali più raffinati. Ne emerge un gioco ininterrotto tra ingenuità e sapienza stilistica, alta qualità di lavorazione, eleganza da sartoria e comfort, il tutto intriso di zelo e passione per ogni tipo di sfida sportiva. Una collezione ideata per uomini determinati, con un look elegante e unico in totale comfort. Si tratta di atleti in costante crescita che si vestono con capi che enfatizzano la loro virilità, mostrando così una grande carica di energia vitale. Uomini sportivi che non si riposano mai prima di aver vinto qualsiasi competizione possibile. E fino a quel momento, dovunque metteranno piede, le temperature diventeranno sicuramente bollenti. Foto: Bertozzini e Faieta

## Classe musicale

**FOSSOMBRONE - Risulta piacevole l'ascolto dell'album "Lose Control", dei Farther Paint**

(www.myspace.com/fartherpaint) prodotto e distribuito dalla casa discografica finlandese Lion Music.

La compostezza esecutiva e ritmica, rendono il lavoro dei giovani musicisti decisamente apprezzabile. Sono piacevoli l'interpretazione, la grinta, le maturità che quasi si tocca con mano in termini di esecuzione. I Farther Paint sono nati a Fossombrone, nel 1995 dal sogno comune di Francesco Federici e Thomas Bianchi, di poter esprimere la loro grande passione per la musica metal progressive. La distribuzione dell'album è stata effettuata a livello mondiale. Oltre all'interno dei classici punti vendita l'acquisto è possibile anche online nei maggiori portali dedicati alla musica, oppure direttamente alla band: fartherpaint@fartherpaint.com. **La formazione è composta da Monia Rossi (voce), Gabriele Manocchi (tastiera), Francesco Federici (chitarra), Thomas Bianchi (basso) e Luca Prima (batteria).**



**BORDONI**  
OTTICI DAL 1940  
FOSSOMBRONE  
CORSO GARIBALDI S/N TEL. 0721 716443  
CORSO GARIBALDI N. 80 TEL. 0721 715187  
CORSO GARIBALDI N. 57 TEL. 0721 716473  
INFO@BORDONIOTTICI.IT

**M.E.P.I. srl**  
IMPRESA EDILE M.E.P.I. Srl  
Amministratore Unico Delegato  
Geom. Ermanno Pierucci  
Piazza Dante, 6 Fossombrone  
Tel. 0721714931 - 3331405617  
COSTRUZIONI - RISTRUTTURAZIONI SCAVI  
STERRI - IMPIANTISTICA ecc.

**Corriere Adriatico**  
L'INFORMAZIONE  
CHE TI SERVE

# FORUM SHOPPING BILANCIO ESALTANTE

Dopo quaranta giorni di attività, condensati in dieci giornate di eventi, si è chiusa l'esperienza 2008\2009 di Forum Shopping, iniziativa voluta dall'amministrazione comunale di Fossombrone, dalle associazioni di categoria dell'artigianato e del commercio, dal quartiere Piancerreto, dalle banche locali, dalle società sportive, dalla



fondazione Monte di Pietà, dagli sponsor e da tutto il volontariato. Ne tracciamo un bilancio in una sorta di intervista doppia con Massimo Berloni amministratore di Arcadia -ed ideatore delle nuove scenografie- e Roberto Panunzi coordinatore del Forum Shopping. «Per fare un bilancio del Forum Shopping occorre

utilizzare due ottiche diverse. Una, più quantitativa ed immediata, è quella di valutare la presenza alle iniziative

ve. Senza dare numeri, sempre opinabili, vorremmo proporre una sorta di criterio oggettivo di autovalutazione. Il pienone del corso, in base alla sua cubatura, significa una presenza di 6\7.000 persone, che durante la giornata non sono poi le stesse. Moltiplicate per dieci giornate di eventi il numero che avete in testa e vedrete che

comunque si otterranno dei numeri molto importanti.» E la seconda ottica di considerazione?

«E' di tipo qualitativo e più profonda: l'obbiettivo qui era molto alto e puntava alla riscoperta dei valori sociali e spirituali legati al periodo natalizio. Può sembrare un ossimoro e non lo è, ma Forum Shopping, evento natalizio sorto per supportare il commercio locale, è diventato anche un momento importante di riscoperta dei valori che vanno oltre il consumismo. Quali il recupero del piacere del sano localismo fatto di relazione tra persone che si conoscono da sempre, che è anche il migliore antidoto contro le ansie e depressioni acute da una difficile situazione economica globale. Quali rievocare a piccoli e grandi le emozioni del Natale con la neve, le luci, la musica, gli alberi di Natale. Quali organizzare una raccolta di be-

nificenza, dove coinvolgere anche i bambini, per aiutare chi è meno fortunato di noi. Insomma un Forum Shopping ma anche un Forum Hoping, foriero di speranza e positività.»

E l'appendice del capodanno?

«Il clima positivo aleggiante ha fatto sì che anche il Capodanno registrasse una grande partecipazione popolare. Nonostante il freddo da sfidare, i seicento posti disponibili per il cenone sono stati bruciati in meno di una giornata. Famiglie intere con figli, genitori, nonni hanno aderito con entusiasmo a questa festa. A fine cena il corso è stato aperto a tutti e qui la festa ha letteralmente rischiato il collasso. E molta gente si è garbatamente risentita quando alle tre di mattina abbiamo dovuto togliere la musica!»

La prossima edizione? «Lo zoccolo duro con in testa l'amministrazione comunale

è determinato e coeso ed è già pronto a riconfermare la sua adesione. Ma sarà ancora importante l'adesione volontaria dei singoli e di imprese che vorranno mettere le loro individualità a servizio del gruppo, dell'idea e del territorio. E farlo con gioia.»

Un'ultima battuta con Pepino Bernabucci (Confartigianato), Giorgio Aguzzi (Cna) e Luigi Ragnetti (Confcommercio), rappresentanti delle associazioni di artigiano e commercio:

«Da un'indagine conoscitiva sviluppata tra le aziende associate è emerso un buon gradimento dell'iniziativa ed è stata particolarmente apprezzata la vitalità di pubblico che ha portato al centro storico per tutto il periodo natalizio.

Un incentivo a ripetere il nostro impegno, anzi ad implementarlo per apportare tutte le migliorie possibili ad un evento come il Forum Shopping.»

## FOSSOMBRONE-ENTRAIGUES

\* Il Comitato del gemellaggio Fossombrone-Entraigues ha esaminato il resoconto complessivo delle iniziative realizzate nel periodo 16-22 luglio in occasione del 20° anniversario del gemellaggio.

Gli amici francesi, presenti con 3 pullman, sono rimasti particolarmente contenti sia dell'accoglienza, sia del programma con le varie visite, sia della giornata del rinnovo del patto di gemellaggio, siglato dal sindaco di Fossombrone dott. Maurizio Pelagaggia e dal sindaco di Entraigues Guy Moureau.

La cerimonia delle firme si è svolta nella splendida cornice della chiesa di S.Filippo.

Lo scoprimento del monumento dedicato al 20° anniversario del gemellaggio ha suscitato una forte emozione in tutti i presenti. Il

Comitato sentitamente ringrazia coloro che con il proprio contributo hanno reso possibile la realizzazione della scultura e i commercianti che hanno con fantasia e originalità abbellito le loro vetrine.

Le tre prescelte dalla commissione mista italo-francese garantiranno ai rispettivi proprietari il viaggio gratuito ad Entraigues.

La delegazione del Comitato di gemellaggio francese era guidata da Diane ed Elisabet Cingolo, Marie-Jeanne Conti e Monique Tralongo, accompagnata dal deputato Jean Michel Ferrand.

Mentre Fossombrone ha avuto in questi anni ben 8 sindaci e due commissari, i gemelli di Entraigues hanno visto alla guida della loro città sempre la stessa persona.

Fra le iniziative principali del Comitato per il 2009, le ce-

lebrazioni del 20° anniversario del gemellaggio in sponda francese.

Il viaggio in Francia si svolgerà da lunedì 13 luglio (partenza) a domenica 19 luglio (ritorno).

Un'altra data non è stata possibile poiché a seguito sia del tradizionale Festival di Avignone, sia, quest'anno, del passaggio del Tour de France il 24 luglio per la tappa del Mont Ventoux, tutti gli alberghi saranno pieni con notevole anticipo.

Il soggiorno in Francia sarà ancora una volta sicuramente piacevole, permetterà a tante persone di ritrovare i propri cari, offrirà l'occasione di vedere o rivedere posti belli e interessanti, rinsalderà l'amicizia al di qua e al di là delle Alpi. Per coloro che desiderano fin d'ora prendere i dovuti contatti ricordiamo i seguenti numeri 320/1971649 e 349/0822838.

## FITNESS E SERENITA'

Non è giusto affermare che la ragione più importante per praticare il Fitness è perché piace.

Molta gente, spesso, considera il controllo del peso, il sentirsi meglio o l'aumento della forza tra i principali vantaggi dell'allenamento fisico.

Ma non si perde peso, non ci si sente meglio, non si aumenta la forza, se non si riesce a trovare le motivazioni giuste per allenarsi.

Un modo per aumentare il divertimento, e quindi il proprio stato di benessere interiore, è quello di provare molte tecniche diverse, frequentando un Centro Fitness che offra varietà di stimoli e un'ampia scelta di Corsi, in grado di soddisfare qualsiasi esigenza di allenamento e di realizzazione dei propri desideri.

(CHIARA Gianlorenzi a.s.d. AMERICAN GYM -CenterPlus)

## BOCCIOFILIA OIKOS FOSSOMBRONE

Mario Aguzzi e Silvano Buoncompagni: ecco la coppia che si è classificata al primo posto ai campionati provinciali di Pesaro, cat. C. Al terzo: Roberto Ciaschini e Michele Marcuccini.

Campionati provinciali femminili svoltisi a Fano, cat. A: al primo posto Agnese Aguzzi, campionessa italiana, al terzo Loredana Casagrande. Cat. B: Catia Buoncompagni seconda. Cat. D: terza Antonietta Agostini. A Fermo, individuali "Pallino d'oro": Gianfranco Del Conte 5°, Claudio Rondini ha vinto il girone.

## POLPETTONE

Gr. 500 di carne macinata, 4 uova, gr. 50 pecorino, gr. 50 parmigiano, gr. 80 pane grattugiato, gr. 50 olive verdi snocciolate, uno spicchio di aglio, un cucchiaino di prezzemolo, un bicchiere di brodo, sale e pepe.

Mettete in una ciotola la carne, salate e pepate, fate un trito con l'aglio ed il prezzemolo unitelo a due uova, mescolate bene, aggiungete il parmigiano, il pecorino ed il pane grattugiato, amalgamate ed aggiungete il tutto alla carne. Fate lessare le altre due uova, togliete il guscio e inserite al centro del composto assieme alle olive snocciolate. Formate un polpettone e infornate, bagnate di tanto in tanto con il brodo fino al termine della cottura. Fate raffreddare prima di tagliare così le fette resteranno intatte.

IN TEMPO REALE LE CONDIZIONI METEO  
WWW.FOSSOMBRONEMETEO.IT

a Fossombrone vicino a S. Lucia

**LOTTO da IRENE**  
NUOVO SUPERENALOTTO

Cooperativa Forestale Metauro S.r.l.

PROGETTAZIONE E REALIZZAZIONE IMPIANTO VERDE  
LAVORI INGEGNERIA NATURALISTICA-IDROSEMINI  
LAVORI BONIFICA-RIASSETTO IDROGEOLOGICO  
MANUTENZIONE VERDE IN GENERE

Loc. Calmazzo Fossombrone - Tel. 0721-726294 - fax 0721-726942  
e-mail: cieffemme@libero.it

## La chiesa di Reforzate

**“Come una madre guarita, dopo un periodo trascorso in ospedale, rincasa a riabbracciare i suoi; così questa chiesa risanata torna ad accogliere i propri figli”.**

In questo modo mons. Armando Trasarti, vescovo diocesano, ha iniziato la sua omelia durante la celebrazione dell'eucaristia di domenica pomeriggio, 21 dicembre, in occasione della riapertura della chiesa di Reforzate, in quel di Sant'Ippolito. La chiesa non è solo un luogo di ritrovo e di preghiera, ma è, soprattutto, la comunità dei fratelli in Cristo, ha continuato il prelado, che si incontra col sacerdote intorno alla mensa per nutrirsi del Corpo del Figlio dell'Uomo”.

**Hanno officiato insieme al vescovo don Alessandro Carpignoli, parroco amministratore e don Nello Nazzareno Bonaccorsi, collaboratore pastorale. Il Comune di Sant'Ippolito era rappresentato dal primo cittadino, Dimitri Tinti.**

Tanta è stata la partecipazione dei fedeli. Da alcuni anni l'attuale tempio era inagibile per le cattive condizioni, in cui era finito dopo il terremoto del 1997. Il sistema aveva compromesso gravemente gli elementi primari; pertanto, per riportarlo nelle condizioni di sicurezza, è stato necessario sottoporlo ad un delicato e laborioso restauro conservativo.

L'edificazione dell'attuale chiesa, intitolata all'apostolo Pietro, risale al 1775, quando don Domenico Flamma

decise di ricostruire, sullo stesso punto, un nuovo tempio, un po' più ampio del precedente, finito in cattivo stato. Inizialmente la chiesa madre di Reforzate era esterna al borgo, distante circa ottocento metri da esso, ed era definita San Pietro in Massazio. In quel periodo sul territorio di Reforzate si annoveravano altre tre chiese e precisamente: San Vitale, San Donato e Santo Stefano. L'attuale tempio custodisce un pregiato dipinto del 1658 di scuola barocca, raffigurante l'ultima cena e commissionato da una gentil donna del luogo, tale Elisabetta Crocchini de Nobili. Vi è, inoltre, conservata la pala della Madonna del Rosario, pure questa del XVII secolo, col Bambino in braccio e, ai lati, i santi Domenico ed Elisabetta. Fino a qualche anno fa sulla parete di sinistra era esposto un quadro della Madonna Addolorata, attribuito a Giovanni Battista Consoli di Pesaro, ora vi è solo una sua riproduzione, perché l'originale è stato trafugato. Orna il soffitto a botte una serie di figure, di oltre un secolo fa, dipinte da Filippo Farabini, un decoratore di Sant'Ippolito.

Di conseguenza, agli angoli sopra la navata, si scorgono le quattro virtù cardinali; invece in quelli al di sopra del presbiterio si individuano i quattro evangelisti. Fra le opere scultorie vi è una statua molto antica di San Pietro ed un bassorilievo di Sant'Antonio Abate, entrambe d'arenaria.

(Emilio Pierucci)

## Cisal-Scuola mobilitata

**Si fa sempre più preoccupante in provincia di Pesaro, e in tutt' Italia, la posizione dei docenti di seconda lingua (francese, spagnolo e tedesco) insegnanti nelle scuole medie: molti di loro, specialmente i precari, rischiano seriamente di perdere il posto di lavoro a partire dal prossimo anno scolastico 2009/10.**

La circolare delle iscrizioni offre ai genitori che iscrivono i propri figli in prima media la possibilità di optare per 5 ore di inglese potenziato (a discapito della frequenza delle 2 ore di una seconda lingua). Ciò può seriamente mettere a repentaglio i sacrifici di tanti giovani docenti che hanno conseguito faticosamente e con dispendio economico l'abilitazione in francese o spagnolo o tedesco.

L'unico paracadute è previsto - stando alle voci - per i docenti di ruolo, perché l'opzione non sarebbe possibile in presenza di docente di seconda lingua di ruolo che rischia di diventare soprannumerario.

Per i precari invece, con la nuova normativa, non ci sarebbe scampo: resterebbero

drammaticamente disoccupati. Quali gli effetti? C'è il rischio che l'insegnamento della seconda lingua, e della lingua francese in particolare,



scompaia dal panorama culturale e scolastico, con buona pace del plurilinguismo promosso sia dal Trattato di Maastricht sia quello di Barcellona. Il Ministro Gelmini sa bene che l'obiettivo dell'inglese potenziato è raggiungibile anche senza sacrificare la seconda lingua comunitaria. Sarebbe più corretto dire come stanno le cose: il nuovo regolamento è un provvedimento taglia-spese.

“Il provvedimento è in controtendenza, direi in contraddizione, con la riforma delle superiori che partirà dal 2010/11 - afferma il Segretario Provinciale della Cisal-Scuola prof. Vincenzo Franco (foto) - perché da quell'anno scolastico la seconda lingua comunitaria sarà presente in tutti e cinque gli anni di molti indirizzi delle superiori. Molti studenti avranno serio imbarazzo di scelta, non avendo acquisito alle medie alcuna conoscenza in una seconda lingua”.

## Bollino Blu: Confartigianato dalla parte delle officine

PESARO - Come ormai noto a tutti i cittadini pesaresi e fanesi, dallo scorso ultimo dell'anno in entrambe le città è venuta a decadere l'obbligatorietà del cosiddetto “bollino blu”, necessario per l'ingresso in ampie zone delle due città. Astenendosi dalle polemiche che in questi anni il provvedimento ha suscitato, gli autoriparatori aderenti alla Confartigianato di Pesaro e Urbino mettono in evidenza anche alcuni punti con cui - in questo lungo periodo di gestione diretta del provvedimento - la categoria ha dovuto fare i conti. «In questi anni in cui il bollino blu è stato operativo a Pesaro e Fano - afferma il Vice-Presidente di Confartigianato Marco Casicci - al di là delle polemiche suscitate

dal vero o presunto impatto sull'inquinamento ambientale, le nostre officine hanno svolto una capillare opera di controllo dell'intero parco veicolare della nostra provincia rendendo un importante servizio per la sicurezza delle nostre strade. In questi anni, oltretutto - aggiunge Casicci - i nostri autoriparatori hanno svolto un'importante opera di monitoraggio su tutti quei veicoli molto datati, come le vecchie auto “euro” o “euro 1”, che avrebbero potuto rappresentare una pesante fonte d'inquinamento per le nostre città. In conclusione, ritengo che le officine fanesi e pesaresi, in questo frangente, abbiano svolto un lavoro di indubbia utilità».

Confartigianato di Pesaro e Urbino - Tel. 0721.437209  
www.confartps.it

## LA LETTERA DELLA SETTIMANA

Presso l'ospedale di Fossombrone a seguito dell'entrata in funzione di un nuovo sistema operativo informatico, le prestazioni invece di migliorare, sono notevolmente peggiorate a causa di tempi lunghissimi necessari prima che l'utente possa ritirare allo sportello la documentazione richiesta o la ricevuta del pagamento effettuato. Provare per credere. I minuti scorrono abbondanti prima di ottenere quello che spetta perché richiesto in precedenza. A suon di soldoni. La conferma arriva dall'affissione di avvisi. In modo che gli utenti sappiano che i tempi di attesa sono lunghi. C'erano state da parte della dirigenza precise assicurazioni non mantenute. Il CUP, Centro Unico di prenotazione, ad esempio non ha mai funzionato e determina un allungamento di tempi d'attesa decuplicata. Lo avevamo denunciato molto tempo fa...

(Carlo Ruggeri, consigliere comunale e provinciale Area Libertà e Futuro)

## IL TEATRO PER I GIOVANI

**E' stato avviato il progetto “Il Teatro dei Luoghi” rivolto ai giovani e redatto a cura dell'Ambito Territoriale Sociale n 7, Ente Capofila Comunità Montana di Fossombrone e cofinanziato dai Comuni di Cartoceto, Fossombrone, Isola del Piano, Montefelcino, Montemaggiore, Saltara, Sant'Ippolito e Serrungarina e dalla Provincia di Pesaro e Urbino.**

Si tratta della terza annualità di laboratori teatrali pensati e rivolti ai giovani di età compresa tra i 18 e i 29 anni con iscrizione gratuita. Il teatro è uno strumento di Comunicazione Sociale e un mezzo per superare ostacoli

comunicativi e relazionali, per conoscere se stessi e gli altri.

E' possibile per i giovani che vorranno ancora aderire iscrivendosi ad un primo gruppo di partecipanti. Possono scegliere tra il laboratorio del martedì, a partire dal 3 febbraio 2009 a Montefelcino presso la sala Parrocchiale di S. Giuseppe di Sterpeti e il laboratorio del giovedì, a partire dal 5 febbraio 2009 a Fossombrone presso il Centro Civico “Polidori” in località Montecelso. Per informazioni e iscrizioni contattare: Informagiovani di Fossombrone Tel. 0721/723244 e Informagiovani di Saltara - Tel. 0721/891391

**LICEO DI FOSSOMBRONE  
PER STUDENTI CHE  
HANNO VOGLIA DI FORMARSI  
NON PER TUTTI**

## L'Allegra Brigata

(continua dalla prima pagina)

... accompagnatore riuscimmo a farci preparare qualcosa di... commestibile. Anche per... gradire le bevute. Certo che ci sottoponemmo ad una cura... dimagrante. Poi altre avventure.

Per esempio. Al ritorno dalla trasferta a Bruxelles perdemmo il treno. Con la Mercedes di un mio parente che era venuto a trovarci, riuscimmo a far ritorno in Italia. L'auto fu piena di strumenti e noi stipati come sardine. Se ci fermavano per strada a quest'ora eravamo ancora tutti in galera...".

Dino ricorda anche quando la sera si "provava" nella Corte Rossa: "Per chi la mattina doveva recarsi al lavoro era un sacrificio. Però si faceva ben volentieri. Probabilmente nel nostro sangue scorreva e scorre ancora il Dna della musica". Aggiunge... "Studiavo pianoforte, ma amavo la chitarra. Il mio maestro fu "Verardo" Pistacchi.

Mi disse un giorno: ti ho insegnato tutto quello che conosco, ora vai da un'altra parte...". Ora Dino è il "maestro Rossi" e porta, racchiusi nel suo scrigno, ricordi: i giorni di spensieratezza. Già. Perché l'arte musicale, come altre, è la forma d'attività dell'uomo in quanto riprova o esaltazione del suo talento inventivo e della sua capacità espressiva nel campo estetico. Modella il cuore e l'anima. Non ha mai tradito. Una riprova?

Il Dna dei nostri artisti che hanno dato lustro a Fossombrone, per un fatto naturale, è stato trasmesso anche agli alunni della Scuola Media "Mercantini" che dallo scorso anno scolastico seguono l'indirizzo musicale. E vi par poco?

(Mario Cardilli)

## PANE ALL'ORZO BENEFICO PER LA SALUTE

**La ricerca sta aprendo nuove prospettive per la valorizzazione ed il rilancio di un prodotto quale l'orzo da sempre facente parte della dieta e si inserisce in un momento come quello attuale nel quale la nutrizione umana è in un crocevia dove si incentrano problematiche di natura varia con conclusioni spesso dogmatiche e con il rischio di invalidare il lavoro degli esperti del settore.**

Su tali presupposti è nata l'idea di collaborazione a scopo ricerca tra il Prof. Franco Canestrari ed i suoi collaboratori le Dott.sse Serena Benedetti e Claudia Canino della Sezione di Biochimica clinica del Dipartimento di Scienze Biomolecolari dell'Università degli Studi "Carlo Bo" di Urbino ed il Dott. Mario Vasta Responsabile della Diabetologia dell'Ospedale di Urbino unitamente ai suoi collaboratori.

Utilizzando le competenze ed il supporto tecnico della Casa del Pane di Fossombrone, che per prima ha capito e messo in produzione questo pane, già in distribuzione presso diversi rivenditori della provincia, si è condotto uno studio che ha coinvolto soggetti affetti da diabete mellito di tipo 2 e che ha portato evidenze originali sull'effetto anti-radicali liberi nell'alimentazio-

ne quotidiana con il pane all'orzo.

Si sono riscontrati infatti ridotti livelli post-prandiali di radicali liberi e dei "markers" di stress ossidativo e ciò è particolarmente interessante se si tiene conto del loro ruolo sia nell'eziopatogenesi della malattia che nelle complicanze diabetiche.

**La ricerca ha dimostrato altresì che i benefici possono essere estesi alla popolazione comune poiché è noto che le fasi post-prandiali coincidenti con i pasti principali sono quelle dove si evidenziano picchi maggiori di glucosio, insulina e radicali liberi in circolo.**

Ecco quindi che lo studio condotto dai ricercatori di Urbino grazie anche al contributo e sensibilità di aziende cerealicole ha portato ulteriori evidenze scientifiche che saranno pubblicate su importanti riviste del settore, circa gli effetti salutistici del pane all'orzo. Questo antico cereale ritorna a far parlare di se grazie al fatto che il suo più basso indice glicemico riduce le fluttuazioni insulinemiche post-prandiali e quindi può essere un contributo alla causa della sindrome metabolica e con la ricerca in oggetto ha dimostrato possedere ulteriori requisiti quale quello molto significativo di ridurre i picchi di ossidazione e ciò è di grande

aiuto in una patologia metabolica tipica quale il diabete.

**L'orzo può quindi essere visto anche nell'ottica di una prevenzione primaria della salute che deve partire da una corretta alimentazione ed il pane ha un ruolo di primo piano visto il suo uso quotidiano ed indispensabile.**

I risultati della ricerca lo collocano quindi con diritto, tra gli alimenti funzionali vista la presenza di antiossidanti quali il selenio e la vitamina

E, di molecole quali i polisaccaridi: beta-glucani ad azione di controllo sui livelli di colesterolo e di fibre e prebiotici utili al mantenimento della microflora intestinale; agendo quindi sui punti chiave del sistema metabolico, il pane all'orzo contribuisce al mantenimento del benessere.

L'eco suscitato dai risultati della ricerca nell'ambito degli "addetti ai lavori" è giunta alle orecchie della filiale italiana di una multinazionale operante a livello europeo.

Nel corso di incontri preliminari, si è deciso di porre le basi per il lancio commerciale di un prodotto che valorizzi il contenuto scientifico della scoperta e, grazie alla spinta distributiva e pubblicitaria, faccia giungere questo pane sulle tavole del maggior numero possibile di consumatori.

## LA PRESSIONE

Dopo aver divulgato succintamente le indicazioni emerse dal congresso nazionale sull'ipertensione, forniamo ora qualche semplice indicazione sui più comuni fattori alimentari e comportamentali che possono influire sulla nostra pressione arteriosa: l'attività fisica è certo da consigliare ma solo di tipo aerobico, gli sforzi intensi come il sollevamento pesi causano spesso improvvisi e pericolosi innalzamenti della pressione, così come gli sforzi repentini durante il lavoro. Gli eccessi d'ira o collera rispetto ad un atteggiamento calmo, sono più a rischio di dare luogo a picchi ipertensivi. Va tenuto conto che la mortalità più alta si verifica tra gli ipertesi che hanno improvvise oscillazioni verso l'alto dei valori pressori. Tra i cibi e le bevande ricordiamo di cercare di eliminare fritti e cibi salati, così come bevande energizzanti; la liquirizia ha proprietà protettive per lo stomaco ma tende a far alzare la pressione; l'acqua va scelta con poco sodio.

**ATTENZIONE:** alcuni depuratori oggi in commercio, per eliminare calcio, aggiungono sodio all'acqua. Dandosi sono anche i rumori forti e gli spaventi. Riguardo al fumo di sigaretta... meglio tacere !!

(dott. Alberto Allegretti  
farmacista, Ordine dei farmacisti  
di Pesaro e Urbino)



Fernando e Dino Montesi hanno festeggiato il 50° anniversario di matrimonio insieme ai figli, nipoti, parenti e amici. Felicitazioni vivissime.

## A.S.D. Ginnastica Alma Juventus Fossombrone

Continua la bella favola dell'A.S.D. Ginnastica Alma Juventus Fossombrone.

Presso il palazzetto dello sport di S. Ippolito si è svolto il saggio. Il tema "Lo Schiaccianoci", una favola che per la sua ambientazione, è da sempre considerato lo spettacolo natalizio per eccellenza, sulle note di Cajkovskij. Circa 90 i ginnasti che si sono esibiti dinnanzi a un folto e pubblico (circa 600 persone) che ha ripetutamente applaudito. Coreografie ed esercizi acrobatici a cura delle bravissime insegnanti: proff.sse Mara Scalabrini e Barbara Persi. Soddisfatti i direttori tecnici proff. Angela Piccoli Angela e Giuseppe Cocciaro Giuseppe (da

pochi giorni consigliere nazionale della Federazione Ginnastica D'Italia F.G.I.): "Abbiamo un team di insegnanti e dirigenti altamente qualificato, sono tutti laureati presso la facoltà di scienze motorie di Urbino e tutti hanno esperienza in fatto di ginnastica artistica in quanto ex ginnasti. Un biglietto da visita importante. Attualmente sono circa 70 gli iscritti a conferma dell'ottimo lavoro che si sta portando avanti. rivoliamo un appello all'amministrazione comunale perché sostenga un'associazione sportiva di ginnastica artistica, che opera nel territorio dal 199, come l'A.S.D. Alma Juventus Fossombrone sempre più qualificata...".

## A FOSSOMBRONE



### Scommetti che vinci!!



## PRIMA SALA SCOMMESSE DELL'ENTROTERRA

### FOREDIL

### FOREDIL

**Pavimenti  
Rivestimenti  
Sanitari  
Rubinetterie  
Parquets  
Arredo bagno  
Stufe d'arredamento**

Foredil di Eusepi Umberto  
Residence Le Mosse  
61034 FOSSOMBRONE  
(PU)  
Tel. e Fax 0721 71 44 46