

## Notiziario dell'associazione

n° 2 — Novembre 2020 – A.A 2020/21

### Aforisma

“Da solo arrivi primo, insieme arrivi lontano” (anonimo)

### Notizie

Il nostro motto era: **Pronti, Partenza, Via!** Eravamo partiti con tanto entusiasmo ma purtroppo il destino ci ha subito bucato una gomma, o meglio, i nuovi DPCM hanno imposto misure restrittive. Il direttivo ha quindi pensato di sospendere le nostre attività in attesa di monitorare l'andamento di questa pandemia, che sembra ripresentarsi più forte di prima.

Abbiamo deciso di sospendere (non annullare) le nostre attività, anche se i nostri ambienti e le nostre procedure erano super protette.

Durante i mesi prossimi analizzeremo e decideremo il da farsi. Faremo il possibile, quando le condizioni lo permetteranno, per riprendere i corsi.

La pianificazione del secondo quadrimestre invece viene ibernata.

Alcuni docenti hanno deciso di proseguire i loro corsi in modalità differita, verranno pubblicati dei video/lezioni sulla pagina FACEBOOK di Unitre Volvera. Ogni gruppo WhatsApp sarà avvisato quando il loro docente pubblicherà le lezioni.

Recentemente è stato pubblicato, su FACEBOOK, il video inerente alla conferenza sul lupo.

### Conferenza

data	relatore	titolo
Verso fine novembre Conferenza virtuale	Maina Franca	La speleologia

### Gite

luogo	mese
Gita virtuale su Facebook: Civita di Bagnoregio	Fine novembre

### Cosa si mangia il Giorno dei Morti e Ognissanti (La cucina italiana)

In realtà non esiste un vero e proprio menu del Giorno dei Morti e di Ognissanti, ma ci sono alcuni piatti, tipici di questa stagione, che per tradizione familiare e per uso regionale è diventata consuetudine mettere in tavola il Giorno dei Morti e di Ognissanti. Sono piatti della cucina povera, con ingredienti tipici di questo periodo. Non mancano quindi le castagne, la zucca, le fave secche, le spezie e i legumi.

### Zuppa di ceci (e zucca)

Già all'inizio del Medioevo nel Giorno dei Morti ceci (e fave) lessi venivano distribuiti ai poveri, per questo uno dei piatti più "tipici" di questo giorno è proprio la zuppa di ceci. Non si tratta di una unica ricetta, ma variano di regione e regione. In alcune è d'uso aggiungere alla zuppa anche la zucca. Dopo aver fatto bollire i ceci, ripassateli in padella con olio e cipolla e la zucca a cubetti. Rosolate pochi minuti e poi bagnate tutto con del brodo vegetale caldo e fate cuocere finché la zucca non si ammorbidisce. Frullate una parte della zuppa e lasciate il resto a pezzi.

### Zuppa alla canavesana

Una ricetta molto antica di origine piemontese. Si tratta di una zuppa a base di verza cotta in padella con pancetta e lardo e poi bagnata con il brodo. Il tutto viene servito caldo su crostoni di pane abbrustolito e poi gratinato in forno con del formaggio.

### Bagna caoda

Altro piatto di origine piemontese molto famoso. Si prepara sciogliendo le acciughe nel burro caldo insaporito con molti spicchi di aglio. Si serve calda con delle verdure cotte al vapore.

### Risotto alle castagne

Questo risotto è una ricetta tipicamente autunnale e si prepara un po' in tutta Italia. Basta sbucciare delle castagne fresche e sbriciolarle nel risotto mentre cuoce con il brodo. Oppure potete fare lo stesso, ma con le castagne bollite. Profumate tutto con abbondante rosmarino.

### Frutta e verdura del mese



## Le fasi lunari di novembre

Fasi di luna	Date	Ora
Ultimo quarto	2020-11-08	14:46
novilunio (luna nuova)	2020-11-15	06:07
Primo quarto	2020-11-22	05:45
plenilunio (luna piena)	2020-11-30	10:30

### Alcuni proverbi di novembre

*Per San Martino castagne e buon vino.*

*Il mese di bruma (cioè novembre), dinnanzi mi scalda, e di dietro mi consuma.*

*Se di novembre non avrai arato tutto l'anno sarà tribolato.*

*Se di Novembre tuona l'annata sarà buona.*

*Novembre bagnato, in aprile fieno al prato.*

*Novembre va in montagna e abbacchia la castagna.*

*La neve di novembre fa bene alla semente.*

### Oroscopo novembre 2020 (da oroscopo naturale)

Il 2 novembre alle 7:07 del mattino Mercurio farà il suo ingresso nel segno dello Scorpione. Durante questo passaggio **il nostro modo di comunicare e di pensare si farà più intenso, acuto, profondo**. Sarà veramente difficile accontentarci delle apparenze! Alcune verità, che non vogliamo vedere neanche dentro noi stessi, potrebbero emergere alla coscienza sotto forma d'intuizioni e sogni. Le tematiche delle nostre conversazioni saranno più profonde con l'obiettivo di scoprire la verità che si cela in ogni situazione. Il nostro **bisogno di sapere** potrebbe abbracciare interrogativi sul significato della vita, ma anche farci porre la fatidica domanda: "Mi ami?"

### Il saluto del Presidente.

Confesso che sospendere ogni attività in presenza non è stata una decisione presa a cuor leggero, ma ha prevalso la consapevolezza che la salute della nostra grande famiglia sia un bene prezioso, da tutelare ad ogni costo in questo momento difficile. Ci conforta anche la calda raccomandazione in tal senso rivolta dall'Unitre Nazionale nella persona del suo Presidente, il Prof. G. Cuccini, insieme con i suoi fraterni saluti, che con piacere estendo a tutti voi. Arrivederci a presto!

Carla Marandella

