

# Ti Racconto Marrubiu

6° NUMERO

30 SETTEMBRE 2019

## Monte Arci



**COSA TROVERETE  
IN QUESTO NUMERO?**

**CURIOSITA'**

**EVENTI**

**INTRATTENIMENTO**

**RICETTE**

**STORIA**





## Sommario

I 8esima festa della solidarietà dell'AUSER	3
Monumento del mese	4
Parliamo di ambiente	5
Ricetta del mese	7
Intrattenimento	8
Recensioni film, serie TV e libri	9
Eventi e manifestazione	10

***“Di tutte le stagioni,  
l'autunno è quella  
che offre di più  
all'uomo e chiede di  
meno.”***

***Hal Borland***



# 18esima festa della solidarietà dell'AUSER



L'AUSER è un'associazione di volontariato e di promozione sociale, il cui obiettivo è favorire l'invecchiamento attivo degli anziani e valorizzare il loro ruolo nella società. La proposta associativa è rivolta principalmente agli anziani, ma è aperta alle relazioni di dialogo tra generazioni, nazionalità e culture diverse. L'associazione si propone di: migliorare la qualità della vita, contrastare ogni forma di esclusione sociale, sostenere le fragilità.

L'ONLUS istituita nel 1989 dalla Cgil e dal Sindacato dei pensionati Spi-Cgil, vanta 301.381 soci e 44.753 volontari.



Il 15 settembre, a Marrubiu, durante la 18esima festa della solidarietà dell'Auser, si sono riunite tutte le Auser della Sardegna. In quest'occasione i volontari del progetto "Ti Racconto Marrubiu" sono stati invitati ad allestire la mostra fotografica "Ieri e Oggi", la quale ha ricevuto un discreto successo.

I ragazzi del S.C.U. hanno avuto il piacere di conoscere il presidente nazionale Enzo Costa e la presidente regionale Franca Cherchi.



# Cosa visitare

## Monte Arci

“Monte di pietra, di verde, di acqua nato dal fuoco di milioni di anni che affida a suggestivi monumenti naturali il ricordo delle sue origini”



Il Monte Arci vanta un ruolo importante nella storia della Sardegna e in particolare nella storia mineraria preistorica in quanto è considerato il più grande giacimento di ossidiana, oro nero del Neolitico. L'abito verde del massiccio del monte Arci si estende da nord a sud per circa 14 Km, funge da elemento separatore tra l'Alta Marmilla e la Piana del Campidano.

In questa zona è possibile distinguere due aspetti morfologici fondamentali del complesso vulcanico: la forma a scudo centrale e le forme pianeggianti in coincidenza delle piccole *mesas* ai lati del massiccio. Una caratteristica del Monte Arci sono la *Trebina Longa* e la *Trebina Lada*, residui di antichi camini vulcanici. L'area montana che ricade nel territorio comunale di Marrubiu presenta una ricca varietà di esemplari faunistici e vegetazionali. La fauna presente nella zona è quella tipica delle foreste di leccio, a macchia mediterranea e delle aree agricole. La maggior parte delle specie non hanno problemi relativi allo stato di conservazione, ma si trovano comunque specie che sono oggetto di tutela delle quali citiamo la Raganella sarda, la Testuggine d'acqua dolce, il Colubro sardo, il Falco pellegrino, la Lepre sarda e tante altre. I tipi di vegetazione naturali riscontrati nell'area sono di diversa complessità strutturale andando dai boschi sino alle aree con vegetazione scarsa o nulla: i lecci occupano principalmente le quote più elevate e le zone più umide e fresche, mentre sono molto scarsi alle altitudini minori. Alle quote inferiori si riscontrano le più ampie zone del territorio coperte da formazioni ascrivibili alla macchia: il corbezzolo, la fillirea, il lentisco, il mirto, l'erica. In località Craddaxiu si trovano le formazioni a quercia da sughero, accompagnate da diverse specie arbustive e associate ad eucalpti. Gli impianti artificiali di *Eucalyptus* spp. spesso utilizzati nelle zone di bonifica come frangivento oppure dedicati alla produzione di legna da ardere, sono localizzati vicino alla chiesa di S. Maria Zuarbara, in località Craddaxiu e a Matta Manna, vicino alle cave. Infine nella parte bassa in località Is Bangius sono localizzate le pinete, rimboschimenti artificiali di conifere.



# Ambiente

A cura di Ilaria, Luca, Nicola e Simone

## Corbezzolo

Tipico della macchia mediterranea, il corbezzolo è un arbusto sempreverde che si trova ai lati dei sentieri del monte Arci, in particolare in consociazione con il leccio. Caratteristica di questa pianta è la contemporaneità tra fioritura e fruttificazione, in quanto fiorisce tra settembre e dicembre e fruttifica tra agosto e novembre. I fiori hanno la forma caratteristica di piccole campane bianche, mentre il frutto è dato da una bacca globosa e carnosa dal colore rosso intenso quando è pronta per la raccolta e con una superficie granellosa.

(E' una pianta con una spiccata capacità di reazione agli incendi, in grado di emettere vigorosi polloni che le consentono di reagire velocemente.)

**Curiosità:** i rami, con i frutti non ancora maturi, vengono usati per effettuare delle decorazioni ornamentali; il frutto, invece, viene utilizzato per produrre un particolare miele dal gusto amaro e dalle proprietà antisettiche e inoltre viene utilizzato per realizzare le marmellate.



# Tempo di Vendemmia



La vendemmia è il momento in cui l'uva del vigneto, coltivata durante tutto l'anno, viene raccolta e portata in cantina per iniziare il processo di vinificazione, che trasformerà il mosto in vino. Prima di arrivare a questo importante momento, però, c'è un grande lavoro alle spalle che richiede conoscenze, tempo e dedizione. Il processo che porta l'uva a trasformarsi in vino ha bisogno di vitigni, suoli e condizioni climatiche ottimali, nonché di corrette tecniche di conduzione del vigneto – che sono le stesse di duemila anni fa, ma rese più controllabili dal progresso. Il periodo di raccolta può dipendere da diversi fattori: condizioni climatiche, zona di produzione, tipo di uva o tipo di vino che si vuole ottenere. In generale, si identifica con il periodo in cui le uve hanno raggiunto il grado di maturazione desiderato (solitamente agosto, settembre e ottobre), più precisamente quando i profumi e gli aromi iniziano ad essere presenti nell'uva. In passato la vendemmia era un rito che coinvolgeva tutta la famiglia, occupata nel lavoro dei campi per tutto il mese di settembre. Oggi il processo è molto cambiato, ma lo spirito è rimasto sempre lo stesso: una festa che conclude le faticose settimane di lavoro, fatta di racconti e di brindisi al vino che verrà.

*“Il vino eleva l'anima e i pensieri, e le inquietudini si allontanano dal cuore dell'uomo.”*

*Pindaro*



## “Sa saba”

### Le origini

La *saba*, è un condimento tipico della Sardegna, considerato uno dei sapori tradizionali dell'alimentazione contadina. I termini “*saba*” e “*sapa*” derivano dalla parola “*sàpa*”, che ha diretta affinità con il termine latino “*sàpor*”. E' uno sciroppo d'uva bianca o rossa, che si ottiene dal mosto appena pronto in seguito ad una prolungata bollitura in un caldaio di rame, a fuoco basso. E' un prodotto analcolico, denso, dal sapore fruttato dolce e acido, con sentori di cottura, caramello, frutta cotta, fichi, ciliege, albicocche ecc. Era, assieme al miele e agli altri possibili succhi di frutta ridotti tramite cottura, il tipico dolcificante dei nostri antenati, perché lo zucchero di canna o di barbabietola era allora sconosciuto.



### Preparazione

Versate il mosto in un paiolo di rame e cuocete a fuoco dolce portandolo vicino al punto di ebollizione, senza mai bollire. Mescolate ogni tanto e cuocete fino a che il mosto inizierà a restringersi, arrivando ad una riduzione di un mezzo della quantità iniziale. Quando la nostra *saba* è pronta diventa spessa e quasi filante. Fate freddare e chiudete ermeticamente nei vasetti precedentemente sterilizzati. Conservate al fresco e al buio.

La *saba* viene frequentemente utilizzata nella preparazione dei tipici dolci sardi.

# Ricetta sarda

## “Papassini o pabassinos”

### Le origini

I papassini o pabassinos, chiamati anche *pabassinas* o *papassinos*, sono dei dolci sardi originariamente tipici della festa di Ognissanti e del giorno dei morti, ricorrenza molto sentita nella nostra regione, ma che ora possiamo comunque trovare durante ogni periodo dell'anno. Accade spesso che per le preparazioni di origini antiche e radicate in un territorio, è quasi impossibile rintracciare la ricetta originale. In ogni zona della Sardegna, si preparano con piccole varianti, specialmente negli aromi e nella composizione della glassa.



*“L’arte di preparare dolci è molto più che saper eseguire ricette alla perfezione: è un vero e proprio gesto d’amore. .”*

*Ernst Knam*

### Ingredienti

- 1200 g di farina
- 300 g di noci tostate
- 300 g di mandorle
- 500 g di uva sultanina
- 400 g di strutto
- 450 g di zucchero
- 6 uova intere
- 50 g di anice tostato e macinato
- 2 cucchiari di cannella
- 2 bustine di lievito
- 1 bicchiere di *saba*



### Preparazione

Tagliare le mandorle e le noci precedentemente ammorbidite e fatte tostare. In un recipiente versare tutti gli ingredienti secchi, aggiungendo successivamente le uova. Stemperare lo strutto e versarlo nel recipiente per formare un composto più morbido. A questo punto unire il lievito, per finire un bicchiere di *saba* e lasciare riposare.

Stendere l'impasto con un mattarello per un'altezza circa di 1,5 cm e tagliarlo a forma di rombo per ogni *papassino*.

Infornare per circa 20 minuti a 160 gradi.

Una volta lasciati raffreddare, aggiungere nella superficie la glassa preparata con albumi e zucchero a velo.

Decorare con i diavolini colorati, disporre su un vassoio e lasciare asciugare per qualche ora.

# Intrattenimento



## PROVERBI

“Totu su mundu est paesu”

## BARZELLETTE

“Cosa ci fa un cucciolo di elefante su un cavallo?  
L'ele-fantino.”

## INDOVINELLO

“Quando lavoro e mi usano tengo sempre la testa fuori, chi sono?”



Soluzioni a pagina 10

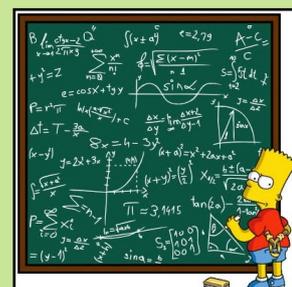
## SUDOKU

			6			8		3
4				3	2		7	
6	3		4		7			
3	2						8	
7	5	6				4		2
9		4					3	5
		3		2		5		7
2								4
			3	5	4			8

FIGURA 1

		3	1		7	9		8
6		1		3	8			
8							4	3
		9	7	6	5	8		
			9		4			
		4			1			7
	4	6		1		5		
9	3		5					
1	5				9	7		

FIGURA 2



# Recensioni libri, film e serie TV

## Film

### “Once Upon a Time... in Hollywood”

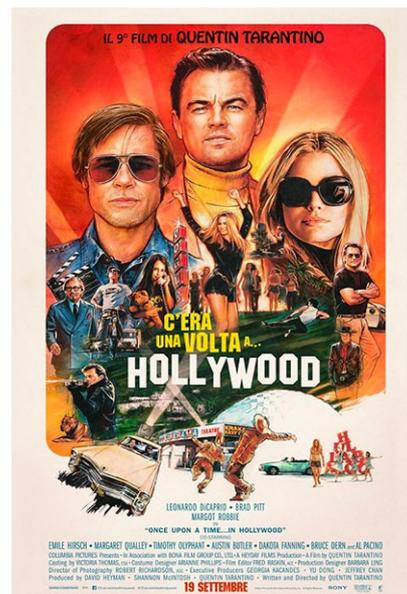
DATA DI USCITA: 19 settembre 2019

GENERE: commedia, drammatico

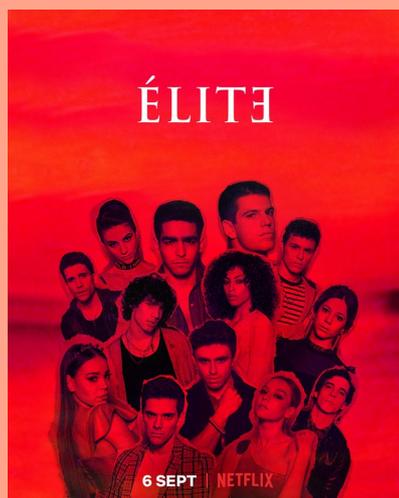
REGIA: Quentin Tarantino

ATTORI: Leonardo DiCaprio, Brad Pitt, Margot Robbie, Dakota Fanning

TRAMA: Ambientato a Los Angeles nel 1969 nel mondo del cinema. Rick Dalton (Leonardo DiCaprio), è un attore con alle spalle il successo arrivato grazie a una serie televisiva western degli anni Cinquanta, ma ora teme che la sua carriera possa essere arrivata al capolinea. E' restio ad accettare l'offerta di un produttore di recitare in uno spaghetti western in Europa, ritenendo il progetto non alla sua altezza. Invece, Dalton accetterà la parte; al suo fianco Cliff Booth (Brad Pitt), è qualcosa di più del suo stuntman: è un autista, un assistente e anche il suo unico vero amico. Le vicende di Rick e Cliff procederanno in parallelo con quelle di Sharon Tale (Margot Robbie), vicina di casa di Rick e moglie del regista Polanski, fino a quando si incroceranno in maniera inaspettata.



## Serie TV



### “Élite” Stagione 2

DATA DI USCITA: 6 settembre 2019

GENERE: drammatico adolescenziale, thriller

IDEATORE: Carlos Montero, Darío Madrona

ATTORI: María Pedraza, Itzan Escamilla, Miguel Bernardeau, Miguel Herrán, Jaime Lorente, Álvaro Rico, Aron Piper

TRAMA: Ambientata a Las Encinas, un prestigioso istituto superiore, si sviluppa il drama che affronta varie tematiche, dalla discrepanza tra classi sociali al bullismo, dalla droga alla sessualità degli adolescenti, le differenze culturali e tante altre. “Élite 2” riprende la narrazione dove si era conclusa la prima parte. Tornare alla normalità si rivela impossibile dopo la morte di Marina: i segreti sono un peso quasi insostenibile. Dalle indagini emerge che non si è trattato di un incidente: qualcuno l'ha uccisa. Tutti gli studenti vengono indagati, in molti avevano un motivo per desiderare la morte della ragazza: gelosia, opportunismo, invidia. Intanto il vero colpevole è libero.

## Libro

### “E' la mia storia”

DATA DI USCITA: settembre 2019

GENERE: narrativa

AUTORE: Janne Teller

TRAMA: Una sera d'inverno, mentre la neve cade sulla città, un celebre e stimato editore legge le bozze di un romanzo che sta per mandare in stampa. Si tratta di un libro che ha un enorme potenziale, opera di un autore già noto e amato dai lettori, e che potrebbe aprirgli le porte del mercato internazionale. Quando un'amica piomba nel suo ufficio per rivelargli che il libro è basato su un episodio autentico, del quale lei è stata vittima durante un soggiorno in Africa come delegata delle Nazioni Unite, l'editore si trova di fronte a un dilemma: deve pubblicare il libro e affrontare le conseguenze personali e politiche che si presenteranno? O deve rinunciare, annullando la pubblicazione di un probabile bestseller internazionale? È questo il punto di partenza di “È la mia storia”, il nuovo romanzo di Janne Teller e non c'è bisogno d'altro perché anche il lettore si trovi davanti a un groviglio di dubbi e idee provocatorie sulla morale, la responsabilità, la libertà d'espressione.



# Eventi e Manifestazioni

## CALENDARIO RICORRENZE OTTOBRE

*“È impossibile cambiare gli eventi, ma puoi cambiare il tuo modo di giudicarli”.*

*Isabel Allende*

<b>2 OTTOBRE</b>  FESTA DEI NONNI	<b>4 OTTOBRE</b>  GIORNATA DEL SORRISO	<b>5 OTTOBRE</b>  GIORNATA MONDIALE DEGLI INSEGNANTI
<b>18 OTTOBRE</b>  GIORNATA DELLA CIOCCOLATA	<b>20 OTTOBRE</b>  GIORNATA DELLA CASTAGNA	<b>31 OTTOBRE</b>  HALLOWEEN CACCIA AL TESORO - SCU

**SOLUZIONI INTRATTENIMENTO**  
 PROVERBIO: “Tutto il mondo è paese”;  
 INDOVINELLO:  
 “Il chiodo”;  
 SUDOKU:

Figura 1.

1	6	7	3	5	4	9	2	8
2	9	5	7	6	8	3	1	4
8	4	3	1	2	9	5	6	7
9	8	4	2	7	6	1	3	5
7	5	6	8	1	3	4	9	2
3	2	1	9	4	5	7	8	6
6	3	9	4	8	7	2	5	1
4	1	8	5	3	2	6	7	9
5	7	2	6	9	1	8	4	3

Figura 2.

1	5	2	8	4	9	7	3	6
9	3	8	5	7	6	4	1	2
7	4	6	2	1	3	5	8	9
5	8	4	3	2	1	6	9	7
2	6	7	9	8	4	3	5	1
3	1	9	7	6	5	8	2	4
8	7	5	6	9	2	1	4	3
6	9	1	4	3	8	2	7	5
4	2	3	1	5	7	9	6	8

Servizio Civile Universale 2019/2020 Progetto "Marrubiu spazio creATTIVO"



COMUNE DI MARRUBIU  
ASSESSORATO ALLA CULTURA



# Selezione 4 volontari



Comune di Marrubiu

Domande di partecipazione  
entro le ore 14.00 del 10 ottobre 2019



**Domanda da presentare esclusivamente nella piattaforma  
Domanda on Line (DOL) raggiungibile attraverso P.C., tablet,  
Smartphone al sito <https://domandaonline.serviziocivile.it>**

**ETÀ DAI 18 AI 28 ANNI**  
ISEE NON SUPERIORE AD EURO 10.000

Attenzione: per presentare la domanda è necessario essere forniti  
di SPID Sistema Pubblico Identità Digitale.  
Per attivare la SPID e per info ed assistenza nella compilazione della  
domanda rivolgersi all'UFF. Informagiovani del Comune di Marrubiu

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



*Vi aspettiamo al prossimo numero!!*

**A cura di  
Chiara Sperandio, Cristian Murru, Patrizia Mannai,  
Roberta Pala**