



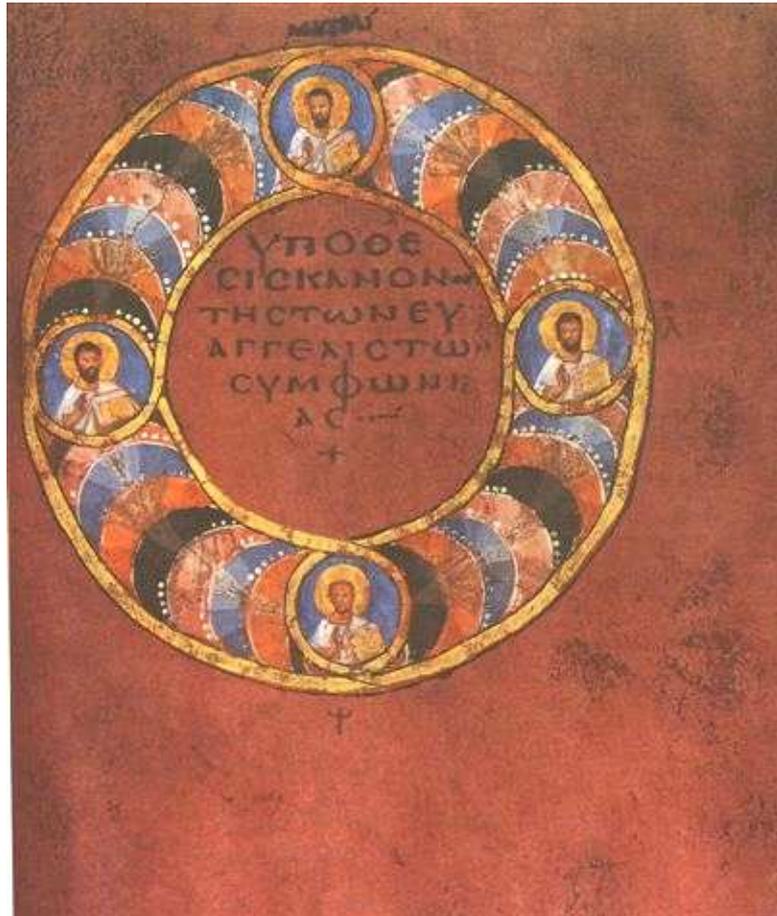
Rotary Club di Cividale del Friuli “Forum Iulii”
28° Anno Sociale

Notiziario n. 8

Motto del Presidente: “Imparare Facendo”

Marzo 2007

Lettera del Presidente N. 338



Frontespizio del “Codex Purpureus Rossianensis”(V secolo) conservato a Rossano (CS)



Presidente Internazionale: **William B. Boyd**

Governatore Distretto 2060: **Cesare Benedetti**

Assistente del Governatore: **Marco Marpillero**

Presidente del Club: **Giulio Avon**

Vice-Pres.: **Alessandro Ferluga – Luciano Cocceancigh**

Past President: **Giuseppe Barbiani**

Incoming President: **Niveo Paravano**

Segretario: **Paolo Marinig**

Tesoriere: **Andrea Volpe**

Prefetto: **Espedito Rapani**

COMUNICAZIONI E INFORMAZIONI AI SOCI

LETTERA DEL PRESIDENTE N. 338



Cari Amici, il mese di febbraio è trascorso velocemente.

Il primo incontro ha visto protagonista il prof. Fulvio Ursini. Il tema della conversazione "Vino e salute" si è rivelato un istruttivo percorso nel tema dell'alimentazione ed anche in quello molto delicato di come i media orientano i consumi nel settore, in modo spesso fuorviante. Grazie a Pierpaolo anche per gli ottimi vini di cui ci ha fatto omaggio.

Durante il Carnevale diversi soci hanno partecipato alla tradizionale Festa organizzata da Pino Barbiani insieme agli altri Club service cittadinesi.

La sera delle Ceneri ci siamo incontrati per il rito tradizionale dell'aringa che, come ha brillantemente spiegato Adolfo Londero, si "consuma con gli amici": con le sue parole Adolfo ci ha condotto nella suggestiva atmosfera della tradizione culinaria locale e della nostra storia.

Il quarto incontro è stato affidato ad Espedito Rapani che, con una serie di immagini di grande interesse, ci ha raccontato la sua città natale, Rossano Calabro, vicina alla piana di Sibari. Le magnifiche miniature del "Codice Purpureo bizantino", ivi conservato, sono state descritte da Espedito con grande passione, offrendo ai presenti la possibilità di conoscere questo tesoro noto ai medievalisti, ma poco conosciuto dal grande pubblico.

Spero che anche gli incontri programmati per il mese di marzo possano avere lo stesso successo.

Giulio

INCONTRO ANNUALE CON IL ROTARY CLUB DI HERMAGOR



Anche quest'anno continua la bella tradizione dell'incontro con il Club "Gemello" di Hermagor (A) per sostenere il service comune "Insieme per servire meglio" (domenica 20 maggio 2007).

Questa volta saranno i nostri Amici Carinziani a "scendere" in pianura per visitare insieme a noi il Museo Militare e le fortificazioni di Palmanova. Al termine della visita ci recheremo presso l'Agriturismo "Il Vagabondo" di Caminetto di Buttrio per la tradizionale conviviale, durante la quale consegneremo un contributo di 2.000 Euro ad un soggetto benemerito segnalato dal Club di Hermagor.



FORUM INTERASSOCIATIVO ROTARY / INNER WHEEL



Sabato 24 marzo 2007 si svolgerà a Udine, presso il Centro Congressi Udine Fiere, il Forum Interassociativo organizzato dai Distretti 2050 (Lombardia) e 2060 (Triveneto) del Rotary e dal Distretto 206 dell'Inner Wheel. Tema del Forum : "*Società e modelli di sviluppo a confronto nella realtà contemporanea*".

Il Governatore Benedetti ha raccomandato caldamente una partecipazione numerosa da parte dei Rotariani della Provincia di Udine.

SCAMBIO STUDENTI DI AGRARIA ITALIA – FRANCIA



Grazie al prezioso e generoso interessamento del nostro Socio *Alessandro Ferluga*, tra breve tempo avrà luogo la sesta edizione dello scambio di studenti dell'ultimo anno dell'Istituto Agrario di Cividale e del Liceo Agrario di Villefranche de



Rouergue (F). Quest'anno lo scambio sarà quasi contemporaneo: i ragazzi cividalesi andranno in Francia dal 26 marzo al 1° aprile; gli studenti francesi (10 ragazzi, 14 ragazze e 4 insegnanti) verranno a Cividale dal 12 al 19 aprile con l'intenzione di presentare alla Città i prodotti della loro terra e del loro lavoro.

QUOTE SOCIALI



Si rammenta ai Soci che il 31 gennaio 2007 è scaduto il versamento della seconda rata semestrale (450 €) relativa al periodo 1/1/07 – 31/7/07.

AUGURI DI BUON COMPLEANNO



Tanti cari auguri ai Soci nati in marzo: *F. Fornasaro (8) - E. Rapani (28)*.

BOLLETTINO DELLE ATTIVITA' DEL MESE DI FEBBRAIO 2007

MARTEDI' 6 FEBBRAIO : CENA LEGGERA CON CONSORTI E OSPITI

Riunione N. 25 - Presenti : N. 21 Soci – N. 4 Consorti - N. 8 Ospiti

La riunione si è svolta presso il Ristorante “Al Monastero” di Cividale.

Il Socio **Pierpaolo Rapuzzi**, accompagnato da suo fratello Ivan, ha presentato il relatore della serata, il **Prof. Fulvio Ursini**, Direttore del Dipartimento di Chimica Biologica della Facoltà di Medicina dell'Università di Padova, il quale ha parlato sul tema:

“Aspetti curativi degli alimenti tradizionali, in particolare del vino”



Il prof. Ursini ha iniziato la sua relazione raccontando come il mondo scientifico si sia avvicinato al vino correlandolo ad alcuni aspetti protettivi nei confronti delle principali patologie causa di morte.

Da sempre l'uomo ha conferito al vino caratteristiche benefiche, talvolta magiche, altre volte è stato accusato di essere il principale responsabile di piaghe sociali quale l'alcolismo.

Agli inizi degli anni Ottanta viene a configurarsi il così detto “french paradox” che trae origine da una

ricerca condotta in Danimarca volta a correlare il consumo di grassi animali saturi con la mortalità per patologie cardiovascolari. In effetti se ne evince una perfetta correlazione tra la dieta in grassi animali e la mortalità molto più alta in quei paesi dove il burro, la panna e i formaggi sono consumati in quantità più elevate. I paesi dove si “muore di meno” sono quelli dove si consuma la così detta “dieta mediterranea” (Italia, Grecia e Spagna), mentre i Paesi dove si muore di più sono quelli del Nord Europa (Svezia, Olanda, Belgio, Danimarca, Germania). Tutti i paesi si collocano con sorprendente precisione su questa ipotetica retta, tutti tranne la Francia dove “si muore troppo poco” rispetto al tipo di dieta consumata. Cercando i motivi di questa “irregolarità” l'unica evidenza riscontrata sta nel consumo di vino rispetto alle altre nazioni. E proprio nel vino bisogna ricercare i motivi di questo sorprendente dato.

La tradizione alimentare dei paesi mediterranei dimostra che abbinare cibi di origine animale a cibi di origine vegetale sia, oltre che piacevole, anche salubre.

Gli antiossidanti presenti negli ingredienti vegetali della cucina (compreso il vino) prevengono l'ossidazione degli ingredienti animali e favoriscono l'assunzione di quantitativi minori di “ossidanti”. In questo è evidente come il vino, principalmente rosso, che presenta tenori molto alti di polifenoli (riconosciuti come attivi antiossidanti) giochi un ruolo cruciale in una prevenzione fatta a tavola.

Quindi un consumo (sempre moderato) di vino rosso può contribuire a rendere meno “aggressive” certe sostanze che normalmente introduciamo con la dieta.

Le tecniche enologiche portano ad avere vini con enormi differenze nel contenuto di antiossidanti. Appurato che tutti i vini rossi sono più ricchi di queste sostanze rispetto ai bianchi, tutte le tecniche enologiche volte ad ottenere vino da invecchiamento (quindi lunghe macerazioni sulle bucce, affinamento in legno etc.) arricchiscono il vino di antiossidanti. .

Studi molto recenti hanno dimostrato l'efficacia di sostanze “minori” presenti nel vino per la prevenzione di determinate patologie. Una ricerca degli ultimi mesi ha dimostrato che il resveratrolo (una sostanza prodotta dalla vite quale protezione del frutto nei confronti delle avversità climatiche) protegge ed allunga in maniera significativa la prospettiva di vita nelle cavie da laboratorio.

Da molto tempo si sa che animali sottoposti a diete ipocaloriche vivono quasi il doppio rispetto ad individui alimentati normalmente mentre diete ipercaloriche portano ad un accorciamento della prospettiva di vita. Ebbene si è visto che sostenere nelle cavie da laboratorio una dieta ipercalorica con tenori di resveratrolo paragonabili a quelli che si trovano nel vino, porta questi individui ad avere una prospettiva di vita analoga ai topi alimentati a basso regime calorico.

Al termine della interessante relazione, il Presidente Avon ha ringraziato il Prof. Ursini e gli ha donato, a ricordo della serata, la medaglia del Club con il Cavaliere longobardo.

MARTEDI' 13 FEBBRAIO : APERITIVO - 7° CONSIGLIO DIRETTIVO

Riunione N. 26 - Presenti : N. 14 Soci

Il presidente Avon, coadiuvato dal Presidente della Commissione Azione Internazionale, Alessandro Ferluga, ha trattato i seguenti argomenti all'ordine del giorno:

- aggiornamento sull'ammissione di nuovi Soci;
- programma di dettaglio per l'incontro di maggio con il Rotary Club di Hermagor;
- programma di massima per lo scambio di studenti di Agraria Italia-Francia;
- notizie circa una prossima visita a Cividale e Venezia di alcuni Rotariani Canadesi;
- commenti circa l'assiduità dei Soci;
- situazione del versamento delle quote sociali del primo semestre da parte dei Soci.

MERCOLEDI' 21 FEBBRAIO : CENA TRADIZIONALE CON CONSORTI E OSPITI

Riunione N. 27 - Presenti : N. 14 Soci e N. 8 Consorti

La serata si è svolta presso il Ristorante "Al Monastero" di Cividale ed è stata dedicata al rito dell'aringa, piatto tipico del Mercoledì delle Ceneri.



Prima della cena, il Socio Decano *Adolfo Londero* ha allietato i numerosi presenti con una conversazione sul tema "*Quaresima con renghe e rati*".

Scrivete la Ciceri che gli udinesi, il giorno delle Ceneri, usavano affollare le trattorie "fuori porta" in Borgo Vat – "*du là che a san fà ben la renghe*" – per degustare il piatto caratteristico "renghe e rati".

Pesce legato alla tradizione culinaria della nostra terra, l'aringa (*renghe* in friulano) è da sempre la regina delle tavole, dal Mercoledì delle Ceneri alla fine della Quaresima.

Nelle pescherie o nei negozi di alimentari fanno bella mostra le cassette di legno con le aringhe argentate (salate e leggermente affumicate), oppure quelle dorate (salate e fortemente affumicate).

In Friuli, un tempo, si faceva molto uso di aringhe, proprio come accadeva per il baccalà, perché entrambi accessibili anche alla povera gente, al contrario di oggi.

Secondo tradizione, ha diritto di chiamarsi "*renghe*" solo il pesce pescato prima della stagione degli amori, prima della "*fregola*", ossia prima dello sfregamento sui sassi o sulla sabbia che i pesci sono soliti fare quando è tempo di fecondare e deporre le uova.

Prima della fregola, la "*renghe di us*" (femmina) e la "*renghe di lat*" (maschio), dalla carne molto morbida

e gustosa e dai filetti di sostanza lattiginosa, era cibo riservato ai ricchi. Dopo la fregola il pesce diventa "*sardelòn*", perché la polpa è filacciosa, non morbida e non ha il sapore e il gusto della renghe.

I sardelòns sotto sale erano contenuti in barili di legno e riempivano le botteghe di alimentari di quel forte, penetrante e inconfondibile odore di pesce conservato.

Anche il sardelòn con la polenta era una volta un piatto classico della povera gente. I cultori delle tradizioni gastronomiche del Friuli riferiscono che un tempo, in Quaresima, gli abitanti di alcuni paesi venivano scherniti perché appendevano il sardelòn alla catena del focolare e durante la cena toccavano con la polenta il pesce appeso al "*cjadenàs*", facendolo oscillare dall'uno all'altro dei commensali.

Insieme al pesce, nella ricorrenza delle Ceneri, come verdura si mangiava il "*rati*", radice grossa e tonda dal sapore leggermente piccante, conosciuta anche col nome di "*ramolaccio nero*": veniva grattugiata e servita con la renghe e "*con dos gotis di ueli*". (In friulano "*essi un rati*" ha il significato di persona stizzosa, scontenta, irascibile).



MARTEDI' 27 FEBBRAIO : APERITIVO CON RELAZIONE

Riunione N. 28 - Presenti : N. 17 Soci - N. 1 Ospite

Il Socio *Esposito Rapani* (accompagnato dalla figlia Francesca) ha voluto farci conoscere un importante reperto paleografico conservato nella Cattedrale di Rossano (CS), sua città natale.



Unico esemplare del suo genere presente in Italia, il "*Codex Purpureus Rossianensis*" è un evangelario miniato in pergamena color porpora composto di 188 fogli contenenti il testo greco dei Vangeli di Matteo e Marco e di 15 tavole miniate ornate di testi accessori (nella pagina due esemplari delle



miniature; nella copertina del Notiziario il frontespizio con le immagini dei quattro evangelisti).

Le caratteristiche paleografiche ne consentono la collocazione tra il principio del V e la seconda metà del VI secolo.

Molti studiosi si sono dedicati all'individuazione del luogo di origine del Codice: la disputa tra occidentalisti e orientalisti si è (forse) risolta a favore di una provenienza orientale, in particolare da Antiochia di Siria, anche se una più recente tesi punta sulla scuola di Origene (Cesarea di Palestina).

La più semplice delle congetture fa arrivare il Codice a Rossano grazie ad un monaco fuggito dall'oriente a causa della furia iconoclasta dell'Impero di Costantinopoli.

Il Codice risulta conservato nella Cattedrale di Rossano da tempi immemorabili e non fu compreso nella sua valenza storica e artistica fino al 1846, l'anno della prima segnalazione pubblica ad opera di Cesare Malpichi, un giornalista napoletano. Solo nel 1879 due paleografi tedeschi ne segnalano la scoperta da parte del mondo scientifico. Da quel momento il Codice è stato studiato sotto innumerevoli sfaccettature e chiavi di lettura, la più affascinante delle quali è quella che lo considera come un'opera di semplice



bellezza, per quello che l'artista riesce a realizzare in colori, volumi e movimenti.

Infatti, la visione delle miniature, impreziosite dalle coloriture in argento e oro, è sorprendente se si considera il periodo in cui fu eseguito. Le immagini digitali proiettate dall'Amico Esposito ci hanno consentito di ammirare la rara bellezza delle miniature eseguite con una tecnica che possiamo definire fuori dal tempo.

Grazie Esposito per averci regalato questo "bagno" nella cultura alto-medioevale della tua bellissima terra!

PRESENZE DEI SOCI DALL' 1/7/2006 AL 28/2/2007 (28 Riunioni)

| SOCI | | PRES. | % | SOCI | | PRES. | % | SOCI | | PRES. | % |
|----------------|---|-------|----|---------------|---|-------|-----|-------------|--|-------|-----|
| ACCORDINI (*) | D | 7 | 25 | AVON | | 28 | 100 | BALUTTO | | 13 | 47 |
| BARBIANI | | 23 | 82 | BATTIGELLI(*) | | 6 | 22 | BEARZI A. | | 8 | 28 |
| BEARZI S. (*) | D | 6 | 22 | BELLOCCHIO | | 12 | 43 | BIANCHI | | 15 | 54 |
| BROSADOLA(*) | | 1 | 4 | BUTTAZZONI(*) | | 6 | 22 | CANTARUTTI | | 13 | 47 |
| CESCA (*) | | 0 | 0 | COCEANCIGH | | 15 | 54 | COCEANI | | 7 | 25 |
| COLO' | | 16 | 57 | CORTESE | | 12 | 43 | CROSATO (*) | | 1 | 4 |
| DE MARTINI (*) | | 4 | 14 | D'EMIDIO | | 28 | 100 | FERLUGA | | 12 | 43 |
| FORNASARO | | 9 | 33 | FROSSI | | 14 | 50 | LONDERO | | 28 | 100 |
| MAYER (*) | | 6 | 22 | MARINIG | | 26 | 93 | MARSEU M. | | 18 | 64 |
| MARSEU P. (*) | | 5 | 18 | MONAI (*) | | 4 | 14 | MONCHIERI | | 14 | 50 |
| NOVELLI | | 10 | 36 | PARAVANO | | 19 | 68 | PELLEGRINI | | 8 | 28 |
| PETRONI (*) | | 0 | 0 | PICCINI (*) | E | 0 | 0 | RAPANI | | 17 | 61 |
| RAPUZZI | | 12 | 43 | RIZZA | | 21 | 75 | RUBINI (*) | | 0 | 0 |
| SACCAVINI | | 19 | 68 | SALE | | 13 | 47 | STEDILE | | 17 | 61 |
| VOLPE | | 20 | 72 | VUGA (*) | | 3 | 11 | | | | |

N. 17 Soci : dal 50% al 100% = da 2 a 4 presenze mensili

N. 12 Soci : dal 25% al 49% = da 1 a 2 presenze mensili

N. 15 Soci (*) : da 0% al 24% = meno di 1 presenza mensile

PROGRAMMA DEL MESE DI MARZO 2007

MARTEDI' 6 MARZO

RIUNIONE N. 29

Ristorante "Al Castello" - Ore 19:45 - Cena leggera con Consorti e Ospiti

Il *Prof. Alberto De Toni*, Ordinario di Ingegneria Gestionale dell'Università di Udine, parlerà sul tema: *"Economia dei sistemi complessi"*.

La presenza delle Socie dell'Inner Wheel e dei Soci del Rotaract sarà particolarmente gradita.

I Soci sono pregati di comunicare le adesioni al Segretario Paolo Marinig entro il 3 marzo inviando una e-mail a : rotary.cividale@libero.it

MARTEDI' 13 MARZO

RIUNIONE N. 30

Ristorante "Al Castello" - Ore 19:45 - Aperitivo - Consiglio Direttivo (8°) aperto ai Soci

Ordine del giorno : Riepilogo dei programmi di fine anno rotariano – Dettagli sullo scambio di studenti tra Istituti Agrari di Cividale e Villefranche de Rouergue (F).

MARTEDI' 20 MARZO

RIUNIONE N. 31

Ristorante "Al Castello" - Ore 19:45 - Cena leggera con Consorti e Ospiti

Interclub con le Amiche dell'Inner Wheel di Cividale

Il Socio *Franco Fornasaro* presenterà in anteprima il suo ultimo romanzo *"Sulle orme del Cavaliere"*, il 5° della sua feconda produzione e il 14° suo libro in assoluto.

Il romanzo tratta di un incontro immaginario tra un cavaliere crociato del XIII secolo ed un giovane friulano del III millennio i quali, giocando una partita dentro e fuori dalla storia, si rincorrono nel tempo e nello spazio, in una geografia che cambia scenario continuamente, dal Baltico al Mediterraneo, passando per il Friuli e per l'Adriatico Orientale.

MARTEDI' 27 MARZO

RIUNIONE N. 32

Ore 19:45 - "Caminetto" con Consorti e Ospiti a Casa Paravano (Via M. d'Aviano n. 4 – Buttrio)

Come è ormai consuetudine, anche quest'anno *Adriana e Niveo Paravano* vogliono ospitare il Club nella loro bella casa di Buttrio.

Protagonista della serata sarà il *Dott. Roberto Siagri*, titolare dell'azienda "EUROTECH" di Amaro, leader mondiale nel settore dell'alta tecnologia per la miniaturizzazione dei computer.

Il Dott. Siagri, Socio del Rotary Club di Tolmezzo, ci farà una interessante relazione sulla sua attività nel campo delle "nanotecnologie".

La segnalazione delle presenze da parte dei Soci è indispensabile per le esigenze organizzative della Famiglia Paravano : segnalare entro il 22 marzo a rotary.cividale@libero.it oppure telefonicamente al Segretario Paolo Marinig.