

ITINERARI POSSIBILI

Percorsi guidati:
cultura, musica, ambiente e benessere



Tutti i più grandi pensieri sono concepiti mentre si cammina.

(Friedrich Nietzsche)



Da un'idea di
Liborio Rainò e Rossella Signorile

Ufficio Promozione della Salute
DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE ASL BRINDISI
(Direttore: Dr. Adriano Rotunno)



REGIONE PUGLIA
Assessorato alla Salute

con il Patrocinio del



Comune di Brindisi

e la collaborazione di:



UISP (Unione Italiana Sport per Tutti)
Comitato territoriale di Brindisi



Associazione culturale
"G. Frescobaldi"



Associazione
Jonathan



Associazione
Acat San Lorenzo



Ufficio Vaccinazioni
ASL BR



Associazione Promozione Sociale
"Le Colonne" Brindisi

LABORATORIO
del Patrimonio

Associazione Laboratorio
del Patrimonio Brindisi



Associazione Pro Loco
Brindisi

Con il contributo della Regione Puglia, Assessorato alle Politiche della Salute - Sezione P.A.T.P. - Servizio 1
(Progetto regionale di promozione dell'attività motoria "Kilometri in salute" - Piano attuativo ASL BR "Percorsi di salute")

*Un ringraziamento particolare ad Angela Marinazzo,
Archeologa, Ispettore onorario del Ministero per i beni e le attività culturali.*

Indice

Introduzione

Istruzioni per l'uso di una città a misura d'uomo

Percorsi

Musica attraverso le Porte e i Bastioni della Città _____ 6

Dal seno di Levante al Seno di Ponente _____ 11

Percorso d'acqua: alla riscoperta delle fontane storiche _____ 22

Passo Passo verso la salute _____ 32

Il percorso dell'archeologia _____ 38

Edilizia Civile tra Rinascimento e Barocco _____ 45

Brindisi nel novecento: vecchia città ed edilizia nuova _____ 52

Poesia e musica _____ 60

Guadagnare salute (Dossier Attività Fisica) _____ 61

Poche azioni, tanta vita _____ 63

Bibliografia

Cultura e (è) Salute

Lo Studio Nazionale di sorveglianza P.A.S.S.I. (Progressi delle Aziende Sanitarie per la Salute in Italia), negli anni 2011/2014 riporta che il 38,5% dei pugliesi non fa alcuna attività fisica e che 1 sedentario su 6 non è consapevole di svolgere scarsa attività motoria.

Inoltre, quasi 1 pugliese su 2 è sovrappeso (45,6%) mentre il 60,6% dei sovrappeso non è consapevole del proprio eccesso ponderale.

A questo si aggiunga che la Regione Puglia registra la più bassa scolarità, in particolare tra i 50/69enni, ed il basso grado di istruzione, unito alle difficoltà economiche, condiziona negativamente la percezione dello stato di salute.

Percepire negativamente la propria salute aumenta la richiesta di assistenza presso i servizi sanitari che, come noto, non sempre riescono a dare risposte nei tempi desiderati. Un formidabile strumento per far fronte alle mutate esigenze della popolazione, tenuto conto dell'attuale quadro demografico ed epidemiologico, e nel contempo assicurare la sostenibilità del servizio sanitario, è dato dalle politiche intersettoriali di promozione della salute e, in tale ambito, dalla promozione (ed agevolazione) di corretti stili di vita in cui il contrasto della sedentarietà e delle scorrette abitudini alimentari è elemento imprescindibile. L'attività motoria, in particolare, è "sinonimo" di benessere

fisico e psicologico: unitamente ad una personale motivazione di miglioramento del proprio stile di vita ed associata ad interventi culturali in grado di stimolare emozioni positive nel rapporto con il proprio territorio, rappresenta un mezzo straordinario per perseguire una migliore qualità di vita ed una netta percezione di benessere soggettivo, anche in funzione del controllo di un Fattore di Rischio (sovrappeso, ipertensione, iperglicemia) o nella gestione di un eventuale stato di malattia, fisica o psichica.

Venendo alla presente guida, l'attivazione di gruppi di cammino in contesti di interesse culturale, storico, artistico, cerca di porre in pratica alcuni principi elementari confermati da studi sugli stimoli sociali (*Fun Theory*, R. Thaler e C. Sunstein), in base ai quali le persone riescono a mettere in atto comportamenti salutari e a modificare/ abbandonare comportamenti dannosi per la salute e/o l'ambiente, se il cambiamento è stimolato attraverso modalità ludiche ed esperienziali.

Con la modalità di attività motoria proposta, facilmente accessibile a gruppi o anche a singole persone, auspichiamo che gli "Itinerari possibili", curati e suggeriti dalle Associazioni del territorio, attraverso la (ri) scoperta di luoghi, ricordi, legami, emozioni, relazioni, possano tradursi in reali "percorsi di salute" alla portata di tutti.

ISTRUZIONI PER L'USO DI UNA CITTÀ A MISURA D'UOMO

Per ciascun percorso sono annotati i riferimenti e i dettagli tecnici dell'attività motoria. Con il carattere in stile corsivo, sono indicate le notizie storiche riferite ai luoghi e monumenti che incontreremo.

Sono descritti 7 itinerari cittadini, progettati e proposti da alcune Associazioni di volontariato e del privato sociale che collaborano con l'Ufficio Promozione della Salute della ASL di Brindisi, al fine di estendere la rete che promuove la salute nel nostro territorio. Ciascuno può facilmente percorrere gli itinerari illustrati, unendo l'attività motoria a momenti di riscoperte culturali o di semplice relax, con una "presa in carico" di se stessi e della propria salute che ci rende ancora più disponibili ad essere d'aiuto a chi soffre e ci sta vicino. Inizia a praticare la prima passeggiata da solo o in compagnia di amici, come preferisci, seguendo le indicazioni riportate più avanti; se dotato di smart-phone o piccolo registratore potrai scaricare dal sito ASL BR (<http://www.sanita.puglia.it/web/asl-brindisi/educazione-alla-salute> ITINERARI POSSIBILI) la guida delle passeggiate e le tracce musicali: magie di suoni in grado di unire il movimento fisico al relax mentale. Valuta la difficoltà del percorso e scegli comunque quello che ritieni più adatto. Potrai anche scegliere il solo file dei suoni della nostra terra per altre passeggiate lungo la meravigliosa costa Brindisina.

Se intendi monitorare la tua attività motoria nel tempo, scarica la guida gratuita "Percorsi di Salute" ASL Brindisi (<http://www.sanita.puglia.it/web/asl-brindisi/educazione-alla-salute> DOCUMENTI). L'utilizzo di un contapassi (*) può aiutare tanto un principiante quanto chi si allena quotidianamente; è possibile scaricare da internet applicazioni gratuite per telefoni cellulari per contare i passi e/o la frequenza cardiaca e altro ancora. Un'ora di camminata a 4-5 Km l'ora, (la velocità che si tiene quando si porta a spasso il cane), ti consente un consumo di calorie (tra 100 e le 200 Kcal) prettamente derivanti dai grassi corporei (6 gr): l'organismo, con l'attività fisica moderata, attinge sempre meno energie dai carboidrati per preferire quella dei depositi adiposi.

(*) Contapassi o pedometro: indica il numero di passi fatti, la distanza percorsa e le calorie consumate.

Affronta questa esperienza come un gioco: il gioco, che ha accompagnato lo sviluppo dell'uomo da sempre, per rimanere tale e per sortire i suoi effetti salutari e benefici, deve essere libero e divertente. Libero: lo farai come e quando vorrai tu, da solo o in compagnia di chi desideri. Divertente (termine di derivazione latina da *devertere* = allontanare): servirà ad allontanarti felicemente dalla quotidianità, a volte fonte di stress, e ti consentirà di ritornarci con maggiore serenità.

Buone passeggiate

cultura, musica, ambiente e benessere



Associazione Culturale “Girolamo Frescobaldi”

Via N. Bixio, 14 - 74100 Brindisi

C.F. 91029020749

Email: fasulo2@libero.it

Telefono 329 3946375

L'Associazione Frescobaldi si occupa della valorizzazione e della divulgazione del patrimonio culturale musicale e teatrale a livello locale, nazionale ed internazionale con concerti, manifestazioni, seminari, attività didattiche, concorsi e premi. È sede dell'omonima scuola di musica che ogni anno offre alla città: “La stagione degli allievi”, concerti itineranti dove gli allievi, musicisti di ogni età, partecipano ed esprimono se stessi.

Musica attraverso le Porte e i Bastioni della città di Brindisi

Percorso all'interno della Città della durata di un'ora circa. L'attività ha inizio con la visita all'interno di Porta Mesagne e Bastione Aragonese e delle attigue Vasche Limarie: si prosegue fino al Bastione San Giacomo ultima tappa: Porta Lecce. Il download dell'accompagnamento musicale è disponibile su:

<http://www.sanita.puglia.it/web/asl-brindisi/educazione-alla-salute>

ITINERARI POSSIBILI

La musica influenza il benessere, agisce sul battito cardiaco, sulla pressione sanguigna, sulla respirazione e riduce lo stress.

FILE MUSICALE COLLEGATO: “Fermento Classico”

1) Prokoviev – Danza dei Cavalieri
(*Sopralluogo esterno–Vasche Limarie*)

2) Orff – Carmina Burana
(*Tratto da Porta Mesagne
al Bastione S. Giacomo*)

3) Vivaldi – La stravaganza
(*Visita esterna ed interna
al monumento*)

4) Rossini – Il Barbiere di Siviglia
(*Tratto dal Bastione a Porta Lecce*)

5) Beethoven – Sinfonia n. 9
(*Visita esterna ed interna
al monumento*)

6) Beethoven – Eroica
(*Percorso di ritorno*)



IL PERCORSO

Difficoltà itinerario:	Principiante
Punto di partenza:	Porta Mesagne (<i>lato esterno città</i>)
Distanze da percorrere:	1.370 m
Tempo di percorrenza:	17' effettivi
Velocità:	5/km ora (<i>40 passi in 20 secondi</i>)
Durata Percorso:	1 ora
Numero passi sviluppati:	1.940 passi circa

Note per principianti o anziani cardiopatici:

camminare a un'intensità in cui si riesce a parlare bene

DA PORTA MESAGNE AL BASTIONE SAN GIACOMO

Da porta Mesagne avvio, a passo costante: ampiezza del passo 70-75 cm e frequenza 120 passi/min; lungo via Bastioni S. Giorgio fino all'incrocio con Piazza Crispi - Stazione Ferroviaria - e si prosegue per via Bastioni Carlo V; attraversato il sottopasso del cavalcavia A. De Gasperi, siamo in via Bastioni San Giacomo: alla nostra sinistra svetta il Bastione San Giacomo. Continuiamo a camminare fino all'incrocio con via Nazario Sauro: fin qui senza fatica in 8 minuti abbiamo percorso 700 m (1.000 passi); senza fermarci imbocchiamo in salita Via Nazario Sauro, lato sinistro, con pendenza del 20% circa, mantenendo costante l'ampiezza del passo (70-75 cm) per 150 m e sviluppando un numero di passi pari a circa 200 in 2 min.

La frequenza cardiaca, sino all'inizio della salita regolare (70/80 bpm), registrerà in questa fase un aumento di circa 40 bpm e si giungerà alle porte del Bastione San Giacomo con frequenza cardiaca di 110/120 bpm.

PORTA MESAGNE

Rappresenta la porta d'accesso più antica della città e fu voluta dall'imperatore svevo Federico II. Risale al XIII secolo infatti la costruzione delle attuali mura cittadine, con l'apertura di Porta Mesagne (**Fig. 1**), seguita nei secoli da Porta Lecce e da Porta Reale. Queste mura, per paura delle invasioni turche, vennero ingrandite e fortificate nel corso dei secoli. Demolita Porta Reale durante i lavori di sistemazione del porto nel sec. XVIII, l'incuria e le infiltrazioni di umidità rischiarono di far sparire anche le altre due porte ancora in piedi. Porta Lecce si salvò grazie all'intelligenza del sindaco di allora Filomeno Consiglio, che tramutò (1859) l'istanza di demolizione in restauro, dopo una protesta cittadina. Porta Mesagne, la più antica – fu terminata nel 1243 – ridotta quasi a un cumulo di macerie dopo i forti

temporali del 1925 sembrò spacciata. Il sindaco diede disposizione di demolirla per salvaguardare l'incolumità dei concittadini ma, quando gli operai incaricati dell'opera si recarono ad

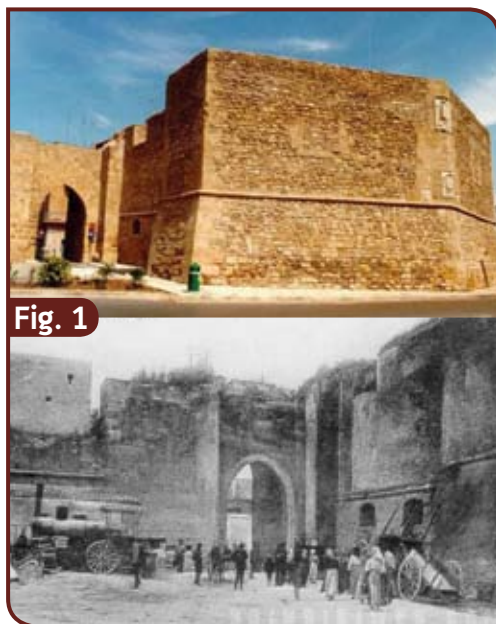


Fig. 1

eseguire la demolizione, si trovarono di fronte Papa Pascalinu (Fig. 2).

Quel famoso 31 ottobre 1925, Papa Pascalinu, ai tempi Presidente della



Fig. 2

Commissione Provinciale dei monumenti, non avrebbe permesso l'abbattimento della Porta Mesagne. Si mise sotto il monumento e, una volta fermati gli operai, iniziò un'opera di sfiancamento verso le istituzioni con lettere e telegrammi.

Se oggi a Brindisi potete attraversare ancora Porta Mesagne, dopo quasi ottocento anni dalla sua edificazione, lo dovete in gran parte a un prete coraggioso, assetato di cultura e voglioso di diffonderla a tutti.

BASTIONE SAN GIACOMO

A pianta pentagonale, la piccola fortezza fu elevata dagli svevi durante le opere di fortificazione che miravano ad includere la collina di levante all'interno della cinta muraria (Fig. 3). Nel XVI secolo il torrione (turrigghioni) fu radicalmente ristrutturato dagli aragonesi per renderlo idoneo ad ospitare l'artiglieria. La configurazione a cinque lati riproponeva i canoni tipici dell'architettura militare dell'epoca, con parapetti, camminamenti di ronda, merlature e spioncini obliqui con veduta nella parte sottostante. Il baluardo si innalza su due quote diverse, congiungendo il piano esterno (oggi via Bastioni San Giacomo) e la collinetta di levante, con cinque prospetti aventi ognuno altezza differente dall'altro; sulla facciata a sud-ovest si mostrano gli stemmi di Carlo V e del suo architetto militare Ferdinando de Alarcon, ideatore del sistema di fortificazioni che cingeva



Fig. 3

la città e che aveva il Bastione come punto di forza a sud ed il Castello di Terra a nord. L'interno sul piano dell'ingresso che si apre su via Nazario Sauro (sulla collinetta di levante) è suddiviso in tre ambienti, che sovrastano altrettanti ambienti accessibili dall'entrata centrale – sempre su via N. Sauro, affianco all'ingresso principale – tramite una lunga rampa di scale che porta alle sale posizionate a -5,50 m rispetto alla quota dell'ingresso. Questi ipogei sono stati restaurati ed aperti al pubblico nel

settembre 2010. Tutte le sale hanno la copertura con volta a botte. Una scala interna al piano principale conduce al piano esterno della copertura, posto a quota +10,50 metri, chiuso sui lati

esterni da uno spesso muro con i merloni, mentre il lato verso la città è chiuso da una semplice muratura. Il bastione è di proprietà comunale e viene impiegato come sede per mostre e conferenze.

DA BASTIONE SAN GIACOMO A PORTA LECCE

A destra del portone del Bastione una scalinata di 42 gradini ci porta nuovamente su Via Bastioni San Giacomo: giù dalla scalinata proseguire a sinistra con passo ampio (70/75 cm) e frequenza 120 passi al minuto, far sciogliere ed allungare i muscoli delle gambe, che, dopo la salita e la sosta al bastione, si sono leggermente “indurite” e percorriamo l’ultimo tratto di 520 m in 7 minuti in rettilineo pianeggiante, (740 passi circa); alla fine della strada svoltare a sinistra per Porta Lecce. La frequenza cardiaca registrerà, lungo tutto la seconda parte dell’itinerario, una prima accelerazione (da 70 bpm a 100 bpm), nel tratto di strada in discesa, per poi stabilizzarsi intorno ai valori normali.

PORTA LECCE

Fu costruita nel 1464 su ordine di Ferdinando d’Aragona e potenziata nel 1530 da Carlo V, che vi fece aggiungere il proprio stemma sul coronamento dell’arco, insieme a quelli del suo architetto militare Ferdinando Alarcon (a sinistra) e quello della città di Brindisi (a destra). L’ingresso alla città era difeso dalle mura su entrambi i lati che avanzavano rispetto alla Porta, in maniera da creare uno spazio di protezione di grande efficacia. Su entrambi i lati all’interno del tunnel d’ingresso sorgevano ambienti utilizzati per esigenze militari e difensive, locali

che attualmente vengono utilizzati per eventi e mostre. Porta Lecce si salvò dalla demolizione, come detto, grazie all’intervento dell’allora sindaco Filomeno Consiglio (1859). (Fig. 4)



Al termine dell’itinerario avremo percorso circa 1,370 km, impiegando circa 17 min di cammino effettivo, per un totale di circa 1.952 passi e 42 gradini.



UISP Comitato territoriale di Brindisi

Via indirizzo Osanna, 114

Email: brindisi@uisp.it

Telefono 393 2282688

L'associazione Unione Italiana Sport Per tutti ha l'obiettivo di estendere il diritto allo sport a tutti i cittadini. Lo sport per tutti interpreta un nuovo diritto di cittadinanza e appartiene alle "politiche della vita". Scopo di UISP è sviluppare innovazione culturale, ma anche tradurla concretamente in sperimentazione tecnica, metodologica e organizzativa. Da diversi

anni impegnata nell'organizzare Gruppi di Cammino in collaborazione con Enti e Associazioni la UISP Brindisi è disponibile ad ogni forma di aggregazione cittadina in ambienti chiusi (palestre, sedi di associazioni) e all'aperto (parchi cittadini, piazze) ritenendo i valori dell'inclusione e della solidarietà imprescindibili da ogni forma di sport.

Dal seno di Levante al seno di Ponente

Questo itinerario è orientato alla scoperta del rapporto tra la Città ed il Mare in particolare in relazione al Porto, da sempre crocevia di popoli e civiltà, scambi commerciali e culturali, un tempo insignito del ruolo di "Porta d'Oriente: un viaggio attraverso i luoghi dell'accoglienza e degli scambi. La proposta prevede un percorso di km 2,00 della durata di 1h e 30 min, che dal Seno di Levante raggiunge la Porta Revel, Seno di Ponente e prevede una tappa al Museo Faldetta. Il download dell'accompagnamento musicale è disponibile su:

<http://www.sanita.puglia.it/web/asl-brindisi/educazione-alla-salute>

ITINERARI POSSIBILI

FILE MUSICALE COLLEGATO: "Le Grandi Città"

1) Mozart – Sinfonia per Praga
(da porta Lecce per via del Mare)

2) Strauss-Valzer Viennese

3) Bach – Concerto Brandeburghese
(sino alla Dogana)

4) Vivaldi – Concerto per Parigi
(dalla Dogana marittima alle Colonne)

5) Mozart – Sinfonia per Parigi
(dalle Colonne a Porta T. De' Revel)

DAL SENO DI LEVANTE AL SENO DI PONENTE



IL PERCORSO

Difficoltà itinerario:	Media
Punto di partenza:	Porta Lecce (Seno di Levante)
Distanze da percorrere:	2.060 m
Tempo di percorrenza:	28 min circa
Velocità:	5/km ora (40 passi in 20 secondi)
Durata Percorso:	1 ora 30 min (con la visita al museo Faldetta)
Numero passi sviluppati:	3.480 passi circa

Note per principianti o anziani cardiopatici:

camminare a un'intensità in cui si riesce a parlare bene

DA PORTA LECCE A PORTA REVEL

Il percorso è di facile attuazione; lungo circa 2,080 km, comporta circa 24' di cammino effettivo per un totale di circa 3.389 passi, oltre la salita e la discesa della scalinata Virgiliana. Partenza da Porta Lecce, incrocio Via Spalato in direzione Via del Mare alla volta della prima tappa: la Dogana Marittima nei pressi dei giardinetti in Piazza Vittorio Emanuele II. Avvio a passo breve e costante con ampiezza 40/50 cm, con frequenza pari a 120-130 passi/min per 520 metri in 8', fino a raggiungere il ponte di vetro (1.040 passi). Continuare aumentando l'ampiezza del passo a 70-75 cm e mantenendo la frequenza a 120 passi al minuto (40 passi in 20 secondi) per 310 metri fino a raggiungere l'insegna del Terminal di Levante (lato mare): 442 passi in 4' ca. Portare l'ampiezza del passo a 60 cm e mantenere la stessa frequenza, proseguire, a fine strada svoltare a destra per pochi metri e attraversare Piazza Vittorio Emanuele II: abbiamo raggiunto dopo 370 m la nostra prima tappa: La dogana marittima (533 passi in 4 min ca). Avremo percorso tutta via del Mare per 1.200 m in 16' mantenendo un ritmo accessibile ai più e sviluppando un numero totale di 2.015 passi.

STORIA DEL PORTO DI BRINDISI

“Ove il mare Adriatico bagnando l'estrema parte d'Italia si distende entro la penisola, che Japigia (parte d'Italia bagnata dal mar Ionio, detta poi Magna Grecia) dagli antichi si nominava, quivi è formato dalla natura il porto

di Brindisi, porto il più celebre che immaginar si possa in tutta l'antichità, e che racchiudendo in se stesso più porti, oltremodo si rendette rinomato ne' tempi della Romana repubblica.”

(Annibale De Leo - Memoria, 1846)

La storia del porto di Brindisi (Fig. 5) è strettamente legata a quella della città, come possiamo vedere dalle colonne ritenute terminali della via Appia: è, in realtà, una sorta di Porta verso il mare, omaggio al mare stesso. Basti pensare alla decorazione delle stesse colonne con divinità e tritoni, a testimonianza del forte legame della città con il suo porto. Il porto di Brindisi era certamente utilizzato già in età messapica, ma toccò il massimo splendore in età romana, quando divenne



Fig. 5

uno dei porti più importanti di Roma, proprio per il suo naturale slancio verso l'Oriente. Basti pensare che le anfore di “tipo Brindisi” sono state rinvenute

in tutto il mediterraneo. Con la caduta dell'Impero romano d'Occidente, anche il porto della città perse d'importanza: il VI secolo infatti segna il declino del porto, a favore del porto di San Cataldo (Lecce) e soprattutto Otranto, preferiti per la minore distanza dalle coste balcaniche nei traffici verso Bisanzio. Con il XII secolo il porto ritrova la sua importanza, forse da mettere in relazione con una ricostruzione urbanistica avviata nel secolo precedente, ad opera del protospatario Lupo e per ordine degli imperatori bizantini, come attestato nella celebre epigrafe della colonna. Da Brindisi partirono verso la Terra Santa molti contingenti della Prima crociata (1096), e anche di quelle successive: particolarmente drammatica fu la preparazione della sesta crociata ad opera di Federico II, durante la quale la lunga permanenza di un enorme quantità di soldati nei pressi del porto fece scoppiare un'epidemia (1227).

In seguito il porto conobbe fortune alterne, fino a perdere d'importanza a seguito della ostruzione del canale d'ingresso operata da Giovanni Antonio Orsini Del Balzo, che ritenne di difendere in questo modo i suoi domini da un presunto attacco dei Veneziani (1446). Sotto i Borboni il porto con la città conobbero un nuovo periodo di declino che ebbe fine quando Ferdinando IV incaricò l'ingegnere Andrea Pigionati di ripristinare il canale di comunicazione tra porto interno e porto esterno (1775). Il porto di Brindisi venne scelto, in seguito alla costruzione della Ferrovia Adriatica, come terminale per l'imbarco delle merci e dei viaggiatori in arrivo con i treni internazionali; il primo viaggio ufficiale della Valigia delle Indie avvenne il 25 ottobre del 1870. Con l'apertura del Canale di Suez (1869) il porto aumentò la sua importanza per il rifiorire dei traffici con l'Oriente.

MORFOLOGIA DEL PORTO

Brindisi è un porto naturale, che grazie alla sua conformazione e alla posizione geografica, è stato da sempre considerato come il più sicuro del basso Adriatico italiano.

L'esclusiva e ramificata morfologia del porto naturale di Brindisi (a forma di testa di cervo) è il risultato dell'erosione operata dalla foce dei corsi d'acqua: (oggi) canale Cillarese che confluisce nel seno di ponente, e canale Palmarini-Patri a levante, che hanno formato

una valle fluviale in cui si è insinuato il mare. Sorge in una vasta insenatura a forma d'imbuto che si incunea nella costa. Corograficamente è suddiviso in tre bacini (**Fig. 6**):

- **Il porto esterno**, della superficie di 3.000.000 mq, limitato a Sud dalla terraferma, a est dalle isole Pedagne, a ovest dall'isola Sant'Andrea e dalla parte esterna del molo di Costa Morena (3), e a nord dalla diga di Punta Riso;
- **Il porto medio**, della superficie di

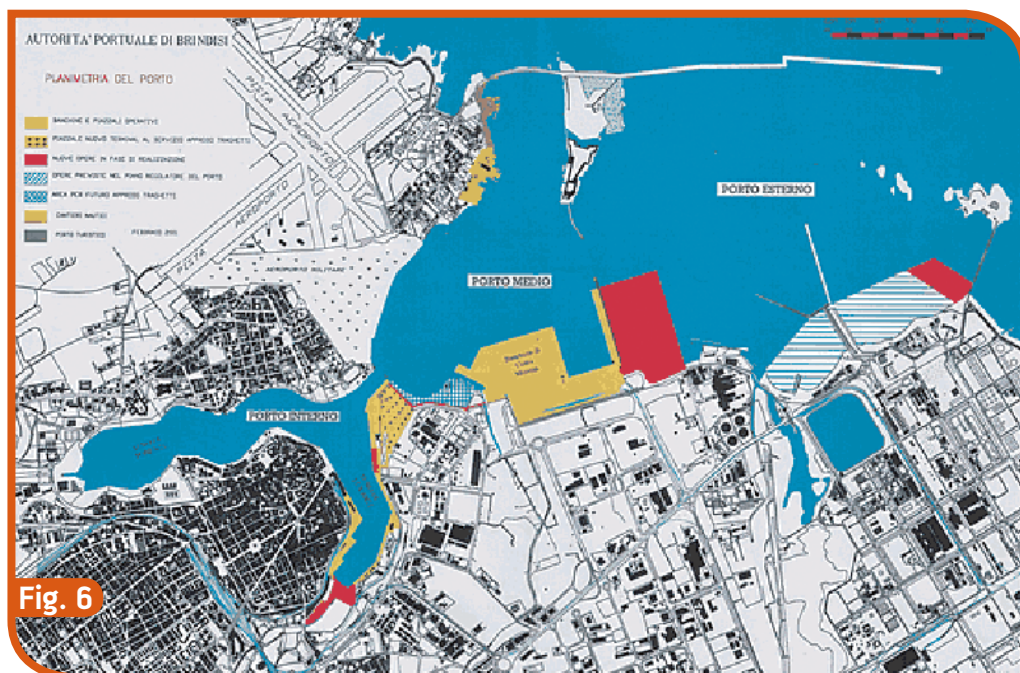


Fig. 6

1.200.000 mq, si sviluppa nello specchio d'acqua racchiuso a nord dalla diga di Bocche di Puglia, che ne forma il relativo bacino, a ponente dal canale d'accesso al porto interno, detto Canale Pigionati, a sud dalla parte meridionale del Molo di Costa Morena;

– **Il porto interno**, della superficie di 727.000 mq, è formato da due diramazioni detti:

– **Seno di Ponente**, adibito ancora in parte a porto militare, lungo circa 1,5 km;

– **Seno di Levante**, con funzioni di porto commerciale, lungo circa 1 km. Entrambi, larghi circa 200 metri, abbracciano a nord e a est la città “vecchia” di Brindisi.

Il centro abitato, infatti, si è sviluppato ed esteso negli anni solo verso l'interno,

considerate le servitù militari ed industriali che hanno occupato molte aree delle zone portuali, limitandone lo sviluppo civile. In passato vi era anche una terza diramazione del porto interno, un canale chiamato “la Mena” localizzabile sull'attuale Corso Garibaldi, che fu coperto nel XVIII secolo. L'ansa portuale così formata nei secoli è stata in parte modificata nel suo aspetto originale dall'azione dell'uomo che nel tempo ha operato creando colmate, dighe e banchine.

Anche nel porto esterno confluivano, sulla costa a sud, altri due grossi canali, denominati nel medioevo Delta e Luciana, conosciuti poi come Fiume Grande e Fiume Piccolo, oggi in parte ancora visibili a ridosso della zona industriale.

BANCHINE E INFRASTRUTTURE

Nel seno di levante del porto interno sono attive dieci banchine, tra cui Santa Apollinare, Punto Franco, Feltrinelli, Carbonifera, Dogana e Centrale, per uno sviluppo di 1.925 metri lineari con fondali da 8,5 a 10 metri. Nel porto medio, vi sono le banchine di Costa Morena che si sviluppano per 1.170 metri, con profondità

di 14 metri, e piazzali per 300.000 metri quadrati. A Punta delle Terrare, si sviluppano 270 m di banchina. Qui sono stati ritrovati reperti risalenti alla preistoria (XVIII-XII sec. a.C.). In questo insediamento il ritrovamento di ceramica micenea, prova la presenza di scambi e contatti commerciali con le civiltà dell'Egeo.

PRIMA TAPPA: la capitaneria di porto e i giardini di Vittorio Emanuele II.

LE MURA

Le mura che davano sul mare, insieme alla preziosa Porta Reale, nel piano regolatore del XIX secolo, vennero abbattute per far posto all'imponente Capitaneria di Porto e ai giardini Vittorio Emanuele II. La porta era situata

sull'attuale lungomare nei pressi di Piazza Dionisi, ben visibile nell'immagine in alto, nella stampa di G.B. Pacichelli del 1703 (**Fig. 7**) fu demolita durante i lavori di sistemazione del porto nel XVIII secolo operata da Andrea Pigonati.



Fig. 7

LA TARGA IN BRONZO PER MERITI DI GUERRA

Sul lungomare del porto interno, murata sulla parete presso la Capitaneria di porto (**Fig. 8**), vi è una targa in bronzo che ricorda la concessione della croce al merito di guerra alla città di Brindisi, avvenuta il 18 ottobre del 1919. La targa bronzea, opera dello scultore brindisino Edgardo Simone (autore anche del Monumento ai

brindisina che non ha mai piegato l'animo nonostante le continue incursioni militari subite per mare e dal cielo, e per "le numerosissime vittime causate dalla ferocia nemica e le privazioni indicibili causate dalla sospensione di ogni traffico".

Il contributo della città alla Grande Guerra è stato notevole: 207 azioni



Fig. 8

Caduti) e realizzata nelle officine Laganà di Napoli, riporta la motivazione per la quale fu concessa l'onorificenza da parte dell'ammiraglio Paolo Thaon di Revel, comandante in capo delle forze navali italiane del basso Adriatico, che da qui diresse quasi tutte le operazioni militari della Marina Militare.

L'ammiraglio elogia la popolazione

navali e aeree, 30 incursioni aeree nemiche, 14 aerei nemici abbattuti, 660 bombe nemiche sulla città, 227 unità da guerra concentrate nel porto contemporaneamente ad altre unità alleate, 504 crociere e 202 viaggi per il salvataggio dell'esercito serbo, come raffigurata nella targa in marmo sottostante.



Targa in bronzo



Targa in marmo

MERIDIANA DEL PORTO

Visibile sulla facciata della Capitaneria del porto, l'orologio solare verticale fu realizzato nel 1917 dal capitano Enrico Alberto de Albertis, probabilmente l'italiano più esperto di orologi solari e definito da Edmondo De Amicis "girovago pintor di meridiane". (**Fig. 9**)



Fig. 9

Dalla Dogana Marittima si riparte, con il mare di fronte, a sinistra per i successivi 150 m sino alla scalinata Virgiliana ed alle Colonne Romane terminali della Via Appia (ampiezza del passo 50 cm con 120 passi/min per 300 passi totali in 2' circa): si mantiene in tal modo la frequenza cardiaca bassa e si riscaldano i muscoli per effettuare la salita della scalinata in cima alla quale, a fronte di un lieve aumento della frequenza cardiaca, faremo breve pausa.

... e navigheremo il passato con uno sguardo tra la casa di Virgilio, la Colonna Romana, (**Fig. 10**) e la palazzina del Belvedere col relativo terrazzo (**Fig. 11**).



Fig. 10



Fig. 11

Ripartiamo, scendendo i 51 gradini lentamente, per mantenere quanto più basso possibile il battito cardiaco.

... ORA TANTI PASSI INDIETRO NEL TEMPO

Nelle immediate vicinanze della piazzetta delle Colonne Romane e della Scalinata Virgiliana, è presente la Palazzina del Belvedere che ospita al suo interno la Collezione archeologica “S. Faldetta”. La collezione consta di 363 reperti appartenenti ad un periodo storico compreso tra il XIII sec a.C. e il I-II sec. d.C., di provenienza essenzialmente pugliese, e che rappresentano una ricca varietà di forme vascolari assimilabili a specifiche classi ceramiche. Le potenzialità della collezione sono nell’unicità di alcuni esemplari, tra questi spicca il cratere a campana (**Fig. 12**) a figure rosse del secondo venticinquennio del IV sec a.C., di produzione protoapula, attribuito dall’archeologo Arthur Trendall, alla cerchia del pittore di Tarporley e menzionato su un importante saggio scientifico (“The Oxford Illustrated History

of theatre” edito da John Russel Brown). Di notevole interesse è anche la giara a staffa, (**Fig. 13**) un esemplare appartenente al 1300-1230 a.C. (età micenea). La città di Micene costituì tra il 1450 e il 1250 a.C., il principale centro della civiltà micenea, raggiungendo il

**Fig. 13****Fig. 12**

periodo di massimo splendore in ambito economico, politico e artistico, nel XIII sec a.C.

Ciò è confermato dalla presenza di vasellame miceneo sia sulle coste del Medio Oriente (Egitto, Siria, Palestina) sia su quelle dell’Italia (in particolare in Sicilia). Ad oggi, la Collezione Archeologica “S. Faldetta” e la Palazzina del Belvedere sono gestite dall’Associazione culturale di promozione sociale “Le Colonne - arte antica e contemporanea”, impegnata nella valorizzazione e fruizione del polo museale.

LA VALIGIA DELLE INDIE

Transito della corrispondenza e dei viaggiatori da Londra a Bombay via Brindisi (1870-1914)

Il primo viaggio ufficiale della Valigia delle Indie (**Fig. 14**) avvenne il 25 ottobre del 1870 con il primo piroscafo della società inglese Peninsular and Oriental Steam Navigation Company, dal porto di Brindisi a quello di Alessandria,

dove la ferrovia portava passeggeri e merci sino a Suez e da qui venivano imbarcati su un'altra nave diretta in India.

Il convoglio che partiva da Londra giungeva a Brindisi Marittima in 44 ore e a Bombay in 22 giorni.



Fig. 14



... **ai piedi della scalinata** virgiliana con il mare di fronte, (**Fig. 15**) andiamo a sinistra, per la banchina turistica del Porto interno, per circa 430 m (130 passi al minuto, ampiezza di passo 70 cm) sino alla scalinata di Piazzale Lenio Flacco (**Fig. 16**) in 5' (614 passi); proseguiamo nella stessa direzione per l'ultima tappa (ampiezza 60 cm e frequenza 120 passi/min) e, continuando per il lungomare, imbocchiamo via Paolo Thaon di Revel alla cui fine ci troviamo di fronte l'omonima porta di accesso alla base Navale della M.M. (280 m in 4' per 466 passi).



Fig. 15



Fig. 16

Porta Thaon da Revel, da anni interdetta al pubblico accesso, preclude la percorribilità della intera banchina portuale. **(Fig. 17)**

SECONDA TAPPA: 860 m in 11', 1.380 passi e 51 gradini.



Fig. 17

NOTA DI VIAGGIO

Tra l'Hotel Internazionale e Piazzale Lenio Flacco insiste la "Casa del turista" **(Fig. 18)**. Il fabbricato, restaurato recentemente dall'Amministrazione Comunale di Brindisi e destinato ad uffici per le attività turistiche, è uno degli isolati storicamente più rilevanti, poco conosciuti e documentati della città. All'interno dell'edificio sono visibili i resti di impianti termali di epoca romana: l'impianto fu riutilizzato quale area cimiteriale gravitante attorno ad una chiesetta,

in cui veniva officiato il rito greco, intitolata a S. Giovanni, detto appunto "dei Greci". Lo storico brindisino Giovanni Maria Moricino, nel XVI secolo, lo documenta nel suo prezioso manoscritto.

... ancora più avanti prima di Piazzale Flacco sono visibili tra Corte Capozziello e Via Pasquale Camassa i resti delle possenti mura megalitiche costruite ad opera dei Messapi intorno al XI – XII secolo a.C., **(Fig. 19)** che sfruttavano le differenze di livello con terrapieni.



Fig. 18



Fig. 19



A.C.A.T. "S. LORENZO" BRINDISI
METODO HUDOLIN

Associazione ACAT SAN LORENZO

Via Tertulliano, 50 - 72100 Brindisi

Telefono 347 352 08 59

328 187 87 89

Associazione Club Alcologici Territoriali

Email: info.acatslorenzo@gmail.com

L'Associazione Club Alcologici Territoriali "S. LORENZO" BRINDISI METODO HUDOLIN si occupa dei problemi alcolcorrelati e complessi.

Questa svolge sul territorio di Brindisi attività di promozione e protezione della salute grazie ai suoi Club presenti in tutte

le province pugliesi e su tutto il territorio nazionale.

I Club seguono un percorso di cambiamento verso la "sobrietà" proponendo stili di vita sani in sintonia con quanto indicato dall'OMS nella Carta Europea sull'alcol (1995) e dal Piano Sanitario Nazionale e Regionale.

Percorso d'acqua: alla riscoperta delle fontane storiche

È una passeggiata alla riscoperta di alcune fontane brindisine e della loro storia, poiché da sempre, nell'esistenza dell'uomo e della natura, l'importanza ed il senso dell'acqua si intreccia magnificamente con la salute e la vita.

Il download dell'accompagnamento musicale registrato, denominato "Ritmi urbani nell'acqua", è disponibile su:

<http://www.sanita.puglia.it/web/asl-brindisi/educazione-alla-salute>

ITINERARI POSSIBILI

LE NOTE MUSICALI

Meraviglioso percorso urbano accompagnato dalla collezione musicale "Ritmi urbani d'acqua-1" che apre con il primo brano, dalla Fontana Monumentale: il basso e la batteria espongono una sequenza ad un ritmo cadenzato di media velocità, permeato dalla presenza dello scorrere stereofonico dell'acqua dando l'impressione,

FILE MUSICALE COLLEGATO: "Ritmi urbani d'acqua"

1) Ritmi Urbani d'Acqua 1

(Primo tratto sino alla Fontana dei Delfini)

2) Ritmi Urbani d'Acqua 2

(Tratto sino a Piazza Vittoria)

3) Ritmi Urbani d'Acqua 3

(Tratto sino a Piazza Cairoli)

4) Ritmi Urbani d'Acqua 4

(Tratto Stazione - Porta Mesagne)

5) Ritmi Urbani d'Acqua 5

(Tratto sino a Fontana Tancredi)

in cuffia, di esserne circondati.

In Piazza Vittoria con il secondo brano, “Ritmi urbani d’acqua-2” si può ascoltare la costruzione di un orologio meccanico, i suoni si sovrappongono ritmicamente e l’elemento di congiunzione è sempre lei: l’acqua.

Man mano che ci si avvia alla fine dell’ascolto, lo stesso orologio si smonterà pezzo dopo pezzo come è accaduto alla settecentesca torre dell’orologio in Piazza della Vittoria nel 1956 per far posto al palazzo dell’INPS (**Fig. 20**)



Fig. 20



IL PERCORSO

Difficoltà itinerario:	Media
Punto di partenza:	Piazza Santa Teresa
Distanze da percorrere:	3.210 m circa
Tempo di percorrenza:	37 min effettivi
Velocità:	4-5 km/h ora (velocità media)
Durata Percorso:	2 ore circa
Numero passi sviluppati:	4.972 passi

Note per principianti o anziani cardiopatici:

camminare a un'intensità in cui si riesce a parlare bene

Da Piazza Santa Teresa scendiamo per i 39 gradini alle spalle della statua e, in via Pasquale Camassa, ci troviamo presso la Fontana Monumentale o Imperiale, da dove avrà inizio il percorso.

LA FONTANA MONUMENTALE O IMPERIALE

La fontana monumentale fu fatta costruire dall'Amministrazione Provinciale nel 1940, su disegno dell'arch. Iginio Grassi di Brindisi, con il contributo del Comune (podestà era Corradino Panico Sarcinella), sull'essedra, la facciata esterna a semicerchio che delimita il belvedere della Piazza S. Teresa. **(Fig. 21)**. Sulle lastre di marmo verde è una semplice iscrizione: ANNO DOMINI MCMXL / XVIII AB ITALIA PER FASCES RENOVATA /

VICTORIO EMMANUELE REGE ET
IMPERATORE / BENITO MUSSOLINI
DVCE/ PROVINCIA F. F.

(Feliciter Fecit)



Fig. 21

Ci avviamo con le spalle alla fontana, a destra, a passo breve (ampiezza 40/50 cm) e, costeggiando le antiche mura messapiche, dopo 200 m giungiamo a Palazzo Montenegro in Piazza S. Teodoro d'Amasea, in meno di un minuto.

PALAZZO MONTENEGRO E LA FONTANA DEI DELFINI

Nello spiazzo dedicato a San Teodoro sul lungomare del porto interno, già Piazza Beccarini e prima ancora “dei Consoli”, si erge l'interessante Palazzo Montenegro che rappresenta l'esempio più notevole di edilizia civile barocca della città. Anticamente e fino a circa il 1930 davanti al portone del palazzo Montenegro vi era la fontana detta “dei

Delfini”, **(Fig. 22)** successivamente spostata nei giardinetti di Piazza Vittorio Emanuele II.



Fig. 22

... in effetti manca la fontana! Andiamo a cercarla: proseguendo in avanti per 580 m (passo di ampiezza 60 cm e frequenza 120/min) in 8' troviamo la “Fontana dei Delfini” in Piazza Vittorio Emanuele II **(Fig. 23)**



Fig. 23

Con le spalle al mare, avviandoci per Corso Garibaldi, un tempo insenatura del porto, (ampiezza di passo 70 cm, frequenza 120 passi/min) dopo 350 m in 4' troviamo, sul lato destro del Corso, la Piazza della Vittoria su cui insiste la fontana De Torres.

Ritorniamo sui nostri passi, e proseguiamo per Corso Umberto I (ampiezza di passo 60 cm): sul lato sinistro, all'inizio di via Conserva, troviamo la fontana Crisostomo; continuando a camminare, giungiamo a Piazza Cairoli dove, al centro della piazza si innalza la fontana delle Ancore (avremo percorso questo tratto di 350 m, in circa 5' con 583 passi).

LA FONTANA DE TORRES

Piazza della Vittoria comprende le due piazze che nel 1600 erano chiamate Piazza dei Nobili, o Urbana, con il Sedile e la torre dell'orologio, entrambi demoliti; e Piazza della Plebe, o Rustica, dov'era il mercato dei commestibili.

Nelle estati 1617 e 1618 scoppiarono a Brindisi delle epidemie che fecero molte vittime, soprattutto tra i soldati e gli ufficiali spagnoli che erano qui di stanza. I cittadini erano costretti ad andare a prendere l'acqua al torrione di S. Giorgio (quasi completamente demolito nel 1865, in occasione della costruzione della stazione ferroviaria e della piazza antistante), che era attraversato dall'antico acquedotto.

Il governatore della città, e castellano dell'isola e del forte a mare, era il capitano Pedro Aloysio de Torres, spagnolo di grande capacità e umanità oltre che molto risoluto.

Per condurre l'acqua ai cittadini, stabili di costruire tre fontane all'interno del centro abitato, addebitandone la spesa ai cittadini benestanti, in proporzione alle possibilità di ciascuno, facendo segnare sui muri delle loro abitazioni le somme

da pagare sulla base dei compensi spettanti agli operai.

Dal "bastione de agua", come gli Spagnoli chiamavano il torrione di S. Giorgio (che distava un centinaio di metri dalle vasche limarie), dal quale nei secoli precedenti il prezioso liquido si era perso attraverso le falde sotterranee in campagna o in mare, l'acqua venne portata a tre fontane appositamente costruite: la prima fontana, quella di Crisostomo, (**Fig. 24**) si trovava nell'angolo della via Conserva (nella foto la ricostruzione della stessa), allora estremo limite dell'abitato; la seconda fontana nelle vicinanze del porto, nei pressi della scomparsa Porta Reale



Fig. 24

(giardini di Piazza Vittorio Emanuele II, dove ora è la fontana “dei Delfini”), a beneficio soprattutto dei soldati dei galeoni spagnoli che erano nel porto, e la terza fontana, la più importante perché



Fig. 25

più centrale “La fontana de Torres” (**Fig. 25**) nella Piazza della Plebe, a quei tempi quadrata. La fontana, è costituita da una grande vasca marmorea in cui si raccoglieva l’acqua zampillante da una bella vasca superiore più piccola, pure di marmo. Per la realizzazione della fonte venne utilizzata una preesistente vasca marmorea che in epoca medievale era stata impiegata come fonte battesimale secondo il rito dell’immersione. Su di essa vi era un’iscrizione a ricordo del governatore de Torres che ne era stato il fautore, del re di Spagna Filippo III

(1578-1621), e di Pedro Tellez-Giron y Guzman, duca di Osuna (1574-1624), lo spagnolo che fu prima viceré di Sicilia e, dal 1616 viceré di Napoli, (accusato di cospirazione, fu richiamato in patria incarcerato dove morì).

L’iscrizione ricordava anche i danni causati dal normanno Guglielmo I° il Malo (1120-1166), e metteva in rilievo l’importante particolare che i lavori si riferivano alla rimessa in efficienza dei condotti romani già esistenti.

Nella **Fig. 25** si intravede il vecchio campanile dell’orologio, demolito agli inizi del secolo per far posto agli attuali portici del palazzo dell’INPS.

Nel mese di marzo 1715 la fontana de Torres, per carenza di manutenzione, non diede più acqua; la fontana di Crisostomo o della Conserva si bloccò due mesi dopo. Il sindaco Stanislao Monticelli le fece riparare e l’acqua tornò a zampillare il 26 ottobre 1715. Nella **Fig. 26**, la stessa fontana de Torres viene oggi ripresa dalla stessa prospettiva.



Fig. 26

LA FONTANA DELLE ANCORE

La Fontana delle Ancore, che risale al 1937, è al centro di Piazza Cairoli. L'area assunse una certa importanza dopo la costruzione del primo Teatro Verdi (1901) (**Fig. 27**),



Fig. 27

la prima vasca-fontana, grande ma molto semplice, con zampillo centrale, fu realizzata solo nel 1921.

Dieci anni dopo, la vasca fu arricchita da quattro basamenti sul bordo esterno, sui quali poggiavano due grosse rane e due tartarughe. La colonnina centrale era costituita da quattro fasci littori che reggevano un'elegante coppa; moltissimi gli zampilli dell'acqua, dal centro al bordo e viceversa, che creavano suggestivi effetti di luce (**Fig. 28**)

Sei anni dopo, la fontana fu completamente ricostruita e modificata a cura e su progetto dell'Ente Autonomo Acquedotto Pugliese, prendendo l'aspetto attuale (**Fig. 29**).



Fig. 28



Fig. 29

Da Piazza Cairoli, con le spalle alla fontana, si percorrono 220 m (ampiezza di passo 60 cm) e in un minuto (366 passi) si giunge in Piazza Crispi: sulla destra ecco la Fontanella della Stazione dove ci si può dissetare per prepararsi alla partenza per l'ultimo e più impegnativo tratto dell'itinerario.

LA “FONTANELLA DELLA STAZIONE”

Di nessuna rilevanza storica ma nel cuore dei brindisini è la fontanella, detta della Stazione (Fig. 30), con acqua che sgorga da una conduttura posta in un albero.

Non si conosce la data della messa in opera, ma si hanno notizie della sua esistenza almeno dall'inizio del secolo scorso.



Fig. 30

L'ACQUEDOTTO ROMANO

Rappresenta una delle più interessanti opere dell'ingegneria idraulica romana di tutto il Salento, una meraviglia dell'archeologia locale che, purtroppo, solo in pochi conoscono. Realizzato nel I secolo d. C., sotto l'imperatore Claudio (10 a. C. circa-54 d. C.), l'acquedotto portava acqua alla città dalla zona acquifera di Pozzo di Vito (a metà strada tra Brindisi e San Vito dei Normanni, circa 9 km a ovest dal centro abitato, nei pressi dell'ex base Usaf e a ridosso del canale Lapani (nome originale di

quello che, per un errore di trascrizione, oggi chiamiamo Apani). Qui fu costruita una grande vasca cilindrica, nella quale confluivano - per mezzo di cunicoli filtranti - le acque degli altri pozzi vicini. Lungo la strada per giungere in città (dodici chilometri), l'acquedotto romano raccoglieva le acque di altri pozzi appositamente scavati. Prima di entrare in città ed essere utilizzata per usi potabili, l'acqua veniva depositata nei serbatoi costituiti dalle grandi “vasche limarie”, (Figg. 31 e 32) delle quali le parti rimaste - ora restaurate - si trovano



Fig. 31



Fig. 32

a lato del bastione di Porta Mesagne in via Cristoforo Colombo: qui l'acqua decantava a far precipitare sul fondo il fango (il "limo").

La magnifica volta del grande serbatoio fu demolita, e le vasche furono interrato, allorché si rese necessario - nel 1530 -

costruire le nuova mura a difesa della città, cui provide il generale Ferdinando di Alarçon, per conto di Carlo V d'Asburgo.

Le vasche furono scoperte nel 1886, in occasione dello sterro operato nel terrapieno per l'apertura di una strada.

Partendo da Piazza Crispi, spalle alla stazione, al secondo incrocio a sinistra imbocchiamo via Cristoforo Colombo e, dopo 210 metri, ritroviamo sul lato sinistro le vasche limarie, unico fabbricato con Porta Mesagne; attraversiamo la porta e a destra dirigiamoci per via De' Carpentieri al cui termine, girando a sinistra, raggiungiamo Via Provinciale per San Vito, proseguendo fino alla fontana Tancredi, ultima tappa.

Percorrere l'intero tratto di 1,300 Km con ampiezza di passo 60 cm e frequenza di 120 passi/min, in 18' (totale: 2.166 passi).

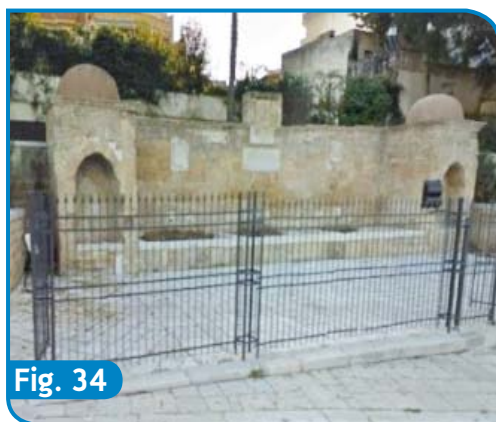
LA FONTANA TANCREDI O FONTANA GRANDE

La fontana grande di Brindisi, più conosciuta come Tancredi, (**Figg. 33-34**) che si trova a brevissima distanza dal termine dell'antica via Appia, fu costruita in realtà dai Romani.



Tancredi, conte di Lecce e ultimo re normanno, la fece solo restaurare nel 1192, a ricordo del solenne matrimonio

celebrato quell'anno nella nostra Cattedrale tra il suo giovanissimo



figlio Ruggero e Irene di Grecia, figlia dell'imperatore di Costantinopoli Isacco. L'anno prima Tancredi aveva nominato Ruggero coreggente del regno, e questo spiega la citazione dei due re nell'epigrafe che fu posta sulla fontana per memoria del rifacimento dell'opera.

La parte terminale della via Appia e la fontana furono restaurate nel 1540 (sindaco era Bartolomeo Tomasino) dal governatore della provincia d'Otranto (che fu governatore anche della provincia di

Bari nel 1544-45), Ferdinando Loffredo, come ricorda una seconda iscrizione, non più leggibile come la precedente, che si rivolgeva direttamente al viandante, con l'invito a fermarsi e a bere:

**AD VIATOREM
APPIA APPIO FONS TANCREDO REGE AEDITA
AMBO FERDINANDO LOFFREDO HEROE INSTAVRATA
QUARE STA BIBE ET PROPERA ET TRIA HAEC COMMODA
HIS TRIBVS PROCERIBVS ACCEPTA REFERTO**

La fontana grande, che fu di nuovo riparata - e con l'occasione ampliata - nel 1828, forniva acqua abbondantissima e purissima (se ne servivano pure gli ammalati perché dai medici e dai periti era considerata la migliore in assoluto della città e dei dintorni), non solo per le esigenze dei cittadini e degli animali, ma anche per irrigare gli orti e i giardini che si trovavano lungo quel tratto di costa.

La vasca rettangolare era l'abbeveratoio dei cavalli e degli altri animali da tiro. A quel tempo la città e i suoi immediati dintorni erano ricchi di sorgenti d'acqua potabile, spesso in vicinanza del mare.

Una risorsa pressoché completamente distrutta a seguito dello spianamento dei colli e delle alture e, più recentemente, dello scavo di molti pozzi artesiani che hanno sconvolto l'equilibrio naturale e ridotto la grande disponibilità idrica che una volta era assicurata dalle falde freatiche (superficiali e poco profonde, a differenza di quelle artesiane).





CENTRO VACCINAZIONI ASL BRINDISI: Tel. 0831 510 405

Orari al pubblico: dal lunedì al venerdì dalle 8,30 alle 11,30

Prenotazioni:

lunedì/mercoledì/venerdì dalle 12,00 alle 13,00 – Tel. 0831 510404

Prenotazioni vaccinazioni per viaggiatori:

martedì e giovedì dalle 9,00 alle 11,00 – Tel. 0831 510 404/05

L Centro offre l'opportunità di eseguire in ogni età tutte le vaccinazioni proposte nel "Calendario vaccinale per la Vita" della Regione Puglia, compresi counselling e profilassi internazionali.

Non solo vaccinazioni: Lo staff del

Centro Vaccinazioni di Brindisi, condivide ed esercita attività volte al movimento come la corsa o lunghe passeggiate per mantenere una buona forma fisica e prevenire le patologie derivanti dalla sedentarietà.

Passo passo verso ... la salute!

La camminata è un vero elisir, un'opportunità per ricollegarci a noi stessi ed alla sensorialità. Camminare ci riattiva, ci fa sentire vivi, ci ricollega con i nostri bisogni più profondi, spegne i pensieri ossessivi e stimola la curiosità ed il desiderio di scoperta. Camminare in gruppo, poi, stimola la socialità, l'incontro e la condivisione, cambiando le abitudini di una quotidianità distratta e frenetica. Può richiedere un minimo di attrezzatura, specie se praticata su terreno naturale. Per la camminata cittadina scegliete un abbigliamento e scarpe comode.

Il download dell'accompagnamento musicale, denominato "Acqua Terra Fuoco", è disponibile su:

<http://www.sanita.puglia.it/web/asl-brindisi/educazione-alla-salute>

ITINERARI POSSIBILI

FILE MUSICALE COLLEGATO: "Acqua Terra Fuoco"

1) Hydn – Terremoto
(Tratto dal Seminario alla pista ciclabile)

2) De Falla – Danza del fuoco
(Tratto da pista ciclabile via Bezzecca a via Appia)

3) Haendel – Musica sull'acqua
(Tratto da via Appia a via Cappuccini)

4) Mussorgsky
Una notte sul monte Calvo

5) Vivaldi
La tempesta di mare

6) Beethoven – La tempesta
(Tratto da via Cappuccini al Cillarese)

7) Smetana – La Moldava
(Tratto da via Cappuccini al Cillarese)

8) Strauss – Il bel Danubio Blu
(Passeggiata nel Parco del Cillarese)

9) Stravinsky – L'Uccello di fuoco
(Tratto finale Pittachi-VV.FF.)

PASSO PASSO VERSO LA SALUTE



IL PERCORSO A/R

Difficoltà itinerario:	Alta
Punto di partenza:	Santa Chiara Via Peschiera
Distanze da percorrere:	11.300 m
Tempo di percorrenza:	3 ore ca a/r
Velocità:	4-5/km ora (30/40 passi in 20 secondi).
Durata Percorso:	diviso in tre percorsi
Numero passi sviluppati:	22.600 passi

Note per principianti o anziani cardiopatici:

camminare a un'intensità in cui si riesce a parlare bene.

In tal caso è vivamente consigliato effettuare il percorso in tre giorni differenti.

Nei pressi del punto di partenza e di arrivo è disponibile il servizio di trasporto pubblico.

PISTA CICLABILE - PARCO CILLARESE - PITTACCHI

Diversi sono gli accessi alla pista ciclabile; per questo itinerario la imboccheremo all'altezza di Via Peschiera, strada laterale che costeggia il Seminario Arcivescovile "Benedetto XVI" di Brindisi, Via Bezzecca).

Prima parte del percorso:

(andata: Km 2 – tempo 32 minuti – passi 3.900 – ampiezza di passo 50 cm)

Una volta sulla pista ciclabile, girare a destra in direzione Nord e proseguire per circa 300 metri (600 passi), fino al raggiungimento di Via Appia superata la quale attraverso le strisce pedonali, proseguiremo nuovamente sulla ciclabile, costeggiando un altro Parco storico di Brindisi – il "Cesare Braico" – anch' esso rimesso a nuovo negli ultimi anni e meta di podisti. Proseguendo lungo la ciclabile, dopo circa 150 metri (300 passi) attraverseremo sulle strisce pedonali la fine di Via Cappuccini, in corrispondenza di un semaforo.

Superato l'incrocio, riprendiamo la ciclabile, percorrendola per circa 1 Km (2.000 passi), sino all'inizio del quartiere Minnuta, dove bisognerà nuovamente attraversare sulle strisce pedonali; passati dalla parte opposta, la pista ciclabile ci porterà dritto, lungo una discesa di circa 500 metri (circa

1.000 passi), all'ingresso del Parco del Cillarese. Particolare attenzione andrà posta nell'attraversare la strada appena menzionata, in quanto le strisce pedonali sono a ridosso di un curvone che ne impedisce la giusta visibilità.

A questo punto percorrendo la discesa verso l'ingresso del Parco, ci renderemo immediatamente conto di essere già a contatto con la natura e con i suoi profumi. Scendendo, potremo ammirare la bellezza del Parco, i suoi laghetti attraversati da ponti in legno, la visuale che ci apparirà sarà degna di una foto naturalistica di bellezza incomparabile, con colori e profumi che risveglieranno tutti i nostri sensi.

Arrivati in fondo alla discesa, ed avendo percorso a questo punto due chilometri in circa trenta minuti, finalmente entriamo nel Parco del Cillarese.

Seconda parte del percorso:

(andata: Km 1,7 – tempo 28 minuti – passi 3.400 – ampiezza di passo 50 cm)

Il parco al suo interno è realizzato da un anello esterno ciclabile della lunghezza di circa 1.700 metri (3.400 passi), che costeggia anche il canale la cui funzione è quella di far defluire le acque in

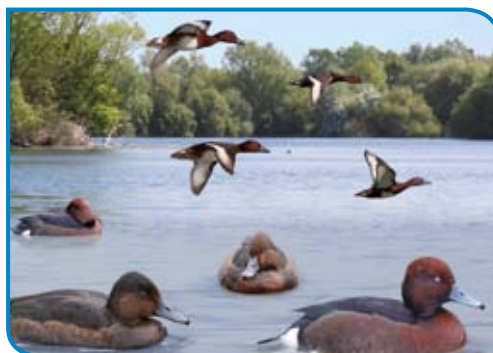
eccesso dell'invaso a monte verso il mare e precisamente nel seno di ponente del porto. Sullo stesso lato (Via Provinciale per San Vito), vi è l'ingresso principale del Parco con aree di parcheggio delimitate.

Terza parte del percorso:

(andata: Km 2 – tempo 33 minuti – passi 4.000 – ampiezza di passo 50 cm)

Costeggiando il canale dopo aver completato il giro esterno del Parco, la nostra camminata prosegue lungo la ciclabile “Pittacchi” che porta in direzione della Caserma dei VV.FF. per circa 2 km (33 minuti). A questo punto possiamo tornare indietro e rifare lo stesso percorso al contrario per rientrare e terminare la nostra camminata. Avremo percorso circa Km 11,300 in un tempo ragionevole di 3 ore circa, con un consumo calorico medio di circa 500 Calorie, dato chiaramente suscettibile di variazione in relazione alla età ed al peso del soggetto. La camminata con passo moderato di 4-5 Km/Ora, velocità del

ritmo da passeggiata, fa sì che il 40% delle calorie bruciate derivi dai grassi: minore è lo sforzo, maggiore è in percentuale la quota di grassi ossidata, vale a dire eliminata dal corpo. Il benessere fisico.



UN PARCO DA TUTELARE

Descrizione a cura di:

Rita Rescio (Coordinatrice Centro Vaccinazioni) e Donato Santoro, podisti

Il Parco del Cillarese (**Figg. 35-35 A -35 B**) è raggiungibile a piedi percorrendo la pista ciclabile che attraversa diversi quartieri della Città; al suo interno è dotato di strade pedonali e ciclabili attrezzate con piazzole di sosta, oltre ad esserci tre laghetti arricchiti di ponticelli in legno, una fontana e diverse piazze tra cui la più grande destinata ad eventi. Esso costituisce un'importante area protetta poiché rappresenta un habitat naturale che ospita varie specie di uccelli, stanziali e migratori; con la sua estensione di 276 ettari è di non molto

inferiore al famoso Central Park di New York. L'area è divenuta nel tempo un'importante zona di svernamento e nidificazione lungo le rotte migratorie di numerose specie di uccelli acquatici tra cui la rara moretta tabaccata (*Aythya nyroca*) ed altri Anatidi quali il moriglione (*Aythya ferina*), il mestolone (*Anas clypeata*), la folaga (*Fulica atra*). Altre specie segnalate sono la garzetta (*Egretta garzetta*), l'airone cenerino (*Ardea cinerea*), il tuffetto (*Tachybaptus ruficollis*) e lo svasso (*Podiceps cristatus*). Occasionalmente sono stati osservati anche l'airone

bianco maggiore (*Casmerodius albus*) e l'airone guardabuoi (*Bubulcus ibis*). In primavera è inoltre spesso segnalata la presenza della gru (*Grus grus*) e della cicogna bianca (*Ciconia ciconia*). Tra i rapaci vanno infine segnalati il falco pescatore (*Pandion haliaetus*) e l'albanella minore (*Circus pygargus*). Molti anfibi (rane, rospi, salamandre

costanti precipitazioni che avvengono nell'area. Attualmente l'area è sottoposta a vincolo naturalistico in quanto "Oasi di protezione della fauna" (DPGR n. 376 del 6 agosto 1992). Il sito è stato inoltre dichiarato Sito di Interesse Regionale (SIR; codice IT9140012), nell'ambito del progetto realizzato dal Ministero dell'Ambiente



Fig. 35

ecc.) e rettili tra i quali figurano la tartaruga palustre, il biacco, la biscia dal collare e il colubro. Tra i mammiferi più comuni vi possono essere le volpi, le lepri, le faine, i ricci e i cinghiali. L'Oasi di protezione faunistica del Cillarese è un bacino idrico artificiale situato alla periferia a nord-ovest di Brindisi. Ha una profondità di circa tre metri ed è alimentato dalle acque bianche provenienti dai comuni della provincia ad ovest del capoluogo, oltre che dalle

per censire i biotopi che rientrano nelle rete ecologica europea "Natura 2000", in applicazione della cosiddetta "Direttiva Habitat" (Direttiva 92/43/CEE). Oggi viene gestito dal consorzio SISRI che lo ritiene una semplice "area a servizio di un impianto industriale". Nel giro di pochi anni dalla realizzazione della diga, l'invaso è diventato un habitat naturale per varie specie di uccelli acquatici stanziali e meta per tanti uccelli migratori, come

già detto. L'invaso vero e proprio è raggiungibile da alcune strade interne, sia da contrada Montenegro, arrivando dalla strada statale 16 Adriatica, meglio nota come provinciale per

San Vito, o dalla strada statale 379, per l'omonimo svincolo, oppure dalla strada comunale Pittachi, in direzione Taranto-Lecce, seguendo il cartello Consorzio SISRI.



Fig. 35 A



Fig. 35 B



ASSOCIAZIONE ONLUS DI VOLONTARIATO "JONATHAN"

Via Ponte Ferroviario, 10 - 72100 Brindisi

Codice Fiscale: 91059770742

Telefono: 327 794 50 62

Email: jonathanbrindisi@libero.it

L'Associazione JONATHAN onlus è stata fondata nel 2009 con lo scopo di costituire un luogo fisico a disposizione di chi ne avesse bisogno per incontrare direttamente persone -italiane/i e non- disponibili a prendersi cura dei propri cari non più, o non completamente, autosufficienti. Altro scopo è la tutela dei diritti delle donne a rischio, dei minori e degli anziani, nonché dei disabili e di quanti

non sono completamente autosufficienti per qualsivoglia motivo. Accanto a queste attività principali, nel corso degli anni sono state curate iniziative tese a far sentire ciascun socio protagonista della Associazione e non semplice fruitore dei suoi servizi. Perciò sono stati promossi corsi di lettura artistica, di cucina, di ballo, di ginnastica dolce, di psicologia, viaggi di gruppo, soprattutto alla scoperta dell'Italia minore.

Il percorso dell'archeologia: a spasso con Clodia Anthianilla

Un percorso tra la cultura del passato e le relazioni con l'ambiente in una Brindisi che nel periodo romano ha conosciuto grandi splendori. Non esistendo ancora la scrittura musicale ai tempi dell'antica Roma, non sono pervenute a noi delle vere e proprie composizioni del tempo riproducibili ed i secoli trascorsi non ci hanno permesso neanche di conservare informazioni con la tradizione musicale antica. *(segue testo a pag. 40)*

Il download dell'accompagnamento musicale, denominato "Musica dell'antica Roma", è disponibile su:

<http://www.sanita.puglia.it/web/asl-brindisi/educazione-alla-salute>

ITINERARI POSSIBILI

FILE MUSICALE COLLEGATO: "Musica dell'antica Roma"

Sette brevissimi interventi musicali della durata di 15',21"

1) Pavor

2) Animula Vagula

3) Etruria

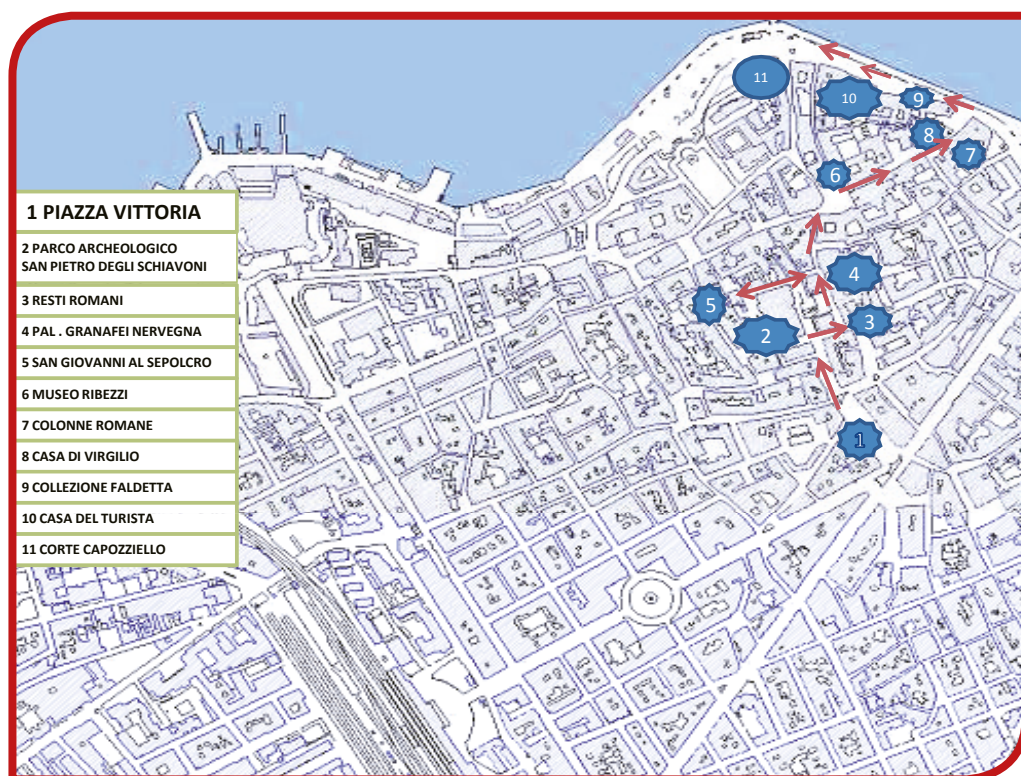
4) Baccus

5) Acutus

6) Pompei

7) Ludi inter Pana atque Nymahs

IL PERCORSO DELL'ARCHEOLOGIA



IL PERCORSO

Difficoltà itinerario:	Bassa
Punto di partenza:	Piazza Vittoria
Distanze da percorrere:	1.200 m circa
Tempo di percorrenza:	15 min circa
Velocità:	4-5/km ora
Durata Percorso:	2 ore (con visita a S. Giovanni al Sepolcro e i musei: Ribezzo – Faldetta – Casa del Turista)
Numero passi sviluppati:	2.050 passi

Note per principianti o anziani cardiopatici:

camminare a un'intensità in cui si riesce a parlare bene.

Ripetere più volte questo percorso ci consente di ricostruire idealmente luoghi e situazioni in cui immaginare e rivivere alcuni momenti della vita brindisina in epoca romana...

Per questa passeggiata, vista la vicinanza tra i vari ritrovamenti archeologici, indicheremo solo la direzione di passo e i siti di interesse da Piazza Vittoria fino a Corte Capozziello; per il nostro allenamento ripercorreremo a ritroso l'itinerario, senza pause e con breve modifica di ampiezza e frequenza di passo (ampiezza media di 60 cm a 120 passi/minuto).

(da pag. 38) Dai disegni, racconti ed altre fonti indirette si è desunto, in base agli strumenti disegnati ed ai momenti musicali riportati, quale potesse essere la musica dell'Antica Roma. Sette brevissimi brani compongono la collezione che consigliamo di utilizzare nella sua forma di file unico, durante la strada del ritorno, in modo da avere nelle orecchie la continuità musicale che accompagna un tragitto senza soste.

DA PIAZZA VITTORIA A CORTE CAPOZZIELLO

Partenza da Piazza Vittoria dalla fontana De Torres: seguiamo per Via Santi dove al di sotto del teatro Verdi è inizia il Parco Archeologico di San Pietro degli Schiavoni mentre a destra, in via Casimiro, dopo 100 m è visibile un ulteriore spaccato della Brindisi Romana di età medio Imperiale. Torniamo indietro per pochi metri e svoltiamo a destra in Via Duomo: è visibile Palazzo Granafei Nervegna; dopo 80 m, a sinistra imbocchiamo Via dei Del Balzo e ci troviamo nel quartiere di San Pietro degli Schiavoni.

Proseguiamo dritto dopo vicolo degli Schiavoni, tagliamo via Marco Pacuvio all'indirizzo del tempietto di San Giovanni al Sepolcro.

Torniamo sui nostri passi in via del Balzo fino a Via Duomo, svoltiamo a sinistra e, in fondo alla strada, sulla destra, ci troviamo in Piazza Duomo dove sono La Cattedrale ed il Museo F. Ribezzo. Oltrepassiamo l'arco ogivale della Torre Campanaria dirigendoci verso le Colonne Romane. Raggiunte le Colonne, sulla destra, al n. civico 44 (nel contesto dell'abitazione attuale) ritroviamo

i resti della Casa di Virgilio.

Giù per la scalinata "Virgiliana", a sinistra su Viale Regina Margherita, ritroviamo il Museo "S. Faldetta" e, più avanti, la Casa del Turista; seguiamo superando Piazza S. Teodoro d'Amasea fino a Corte Capozziello, concludendo così il percorso.

Dopo questa passeggiata, effettuata senza alcuno sforzo fisico, iniziamo con il nostro allenamento in direzione contraria, mantenendo una ampiezza di passo di 60 cm e frequenza 120 passi/minuto, fino alla scalinata Virgiliana; risaliamo lentamente le scale e continuiamo riducendo l'ampiezza del passo a 50 cm e la frequenza a 90 passi al minuto (30 passi in 20 sec) fino all'arco della Torre Campanaria.

Fuori dall'arco, riportiamo l'ampiezza del passo a 60 cm e la frequenza a 120 passi/min senza pausa, ripercorrendo via Duomo, svoltando a destra per via dei Del Balzo fino a San Giovanni al Sepolcro, ritornando quindi su Via del Balzo, svoltando a destra per Via Duomo e poi a destra per Via Santi, fino a Piazza Vittoria. Totale percorso: 1.200 m in 15' (2.050 passi)

DESCRIZIONE STORICA

Nel 1909 a Brindisi, in occasione dei lavori di costruzione del 'mercato coperto', nell'area adiacente a Piazza della Vittoria, fu rinvenuto un basamento marmoreo con una iscrizione in lingua latina accanto ad una statua femminile, priva di testa, che la base evidentemente sorreggeva. La bellissima statua attualmente esposta nella sezione romana del Museo Archeologico Provinciale F. Ribezzo rappresenta Clodia Anthianilla una ragazza morta in giovane età e nata in una importante famiglia del Municipio di Brindisi (II sec. d.C.). La statua di Clodia 'splendidissima puella' fu voluta in sua memoria dai decurioni del Municipio di Brindisi per conforto dei suoi genitori. Tali onori erano dovuti alle benemerenze della sua famiglia e, in particolare, del padre L. Clodio Pollione, patrono di Brindisi. Clodia "Fanciulla onorabilissima" fu in seguito molto apprezzata in Città per

le sue doti letterarie, nonostante la sua giovane età.

Fu proprio la Scuola letteraria da lei frequentata che propose al Municipio brindisino di onorarne la memoria (ed a noi pare certamente condivisibile la proposta di alcune prestigiose associazioni culturali territoriali, inoltrata all'Amministrazione Comunale di Brindisi, di intitolare a Clodia Anthianilla l'attuale Piazza Mercato). Adiacente a nord di Piazza della Vittoria e a sud – ovest a via Duomo, nel centro storico di Brindisi è il parco archeologico di San Pietro degli Schiavoni, (**Fig. 36**). L'area scavata, di forma quadrangolare, è contenuta al di sotto del teatro Verdi, moderna costruzione eretta in elevato su grossi plinti. Il parco prende il nome dall'omonimo quartiere abitato, già sotto il regno di Federico di Aragona, da Greci e Schiavoni che esercitavano il loro culto nella locale chiesa di San Pietro, di cui



Fig. 36

oggi non rimane traccia. Il parco, di circa 4.800 mq, racchiude un quartiere abitativo di età medio imperiale, attraversato da una strada basolata su cui si affacciano edifici pubblici e privati con pavimenti musivi e in cocciopesto. La strada, larga m 4,75, costeggiata dai crepidines (marciapiedi) è da identificare con un cardine dell'impianto urbanistico di Brindisi di età romano-repubblicana (**Fig. 37**). Sono visibili imponenti resti di un peristilio (ambiente scoperto) di una abitazione patrizia con portico colonnato documentato in loco da basamenti di colonne in carparo ricoperti da stucchi e da sculture in marmo, oggi custodite nel museo F. Ribezzo. (**Fig. 38**) Adiacente, è un impianto termale di cui sono visibili le sale riscaldate rivelate dalla presenza delle *suspensurae* (pavimenti sospesi su

pilastrini di mattoni per consentire la circolazione dell'aria calda) e di tubi in cotto che ascendevano lungo i muri per diffondere il calore negli interni.

(**Figg. 39-40**)

Siamo in presenza di un quartiere abitativo elegante che si sviluppava nelle immediate adiacenze del Foro, che si vuole riconoscere nello spazio fra Piazza della Vittoria e l'attuale Mercato ortofrutticolo dove, come già detto, è stata rinvenuta la statua in marmo di Clodia Anthianilla.

In Via Casimiro è visibile un ulteriore spaccato della Brindisi Romana di età medio imperiale, con pavimenti in mosaico e in cocciopesto, rocchi di colonne scanalate e stucchi parietali dipinti, elementi architettonici in marmo presumibilmente riconducibili alla



Fig. 37



Fig. 39



Fig. 38



Fig. 40

presenza di edifici pubblici. **(Fig. 41)** Nel quartiere di San Pietro degli Schiavoni, numerosi sono stati i rinvenimenti di mosaici, oggi custoditi nel museo F. Ribezzo **(Fig. 42)**, che attestano la presenza di importanti Domus patrizie. In via Duomo, è Palazzo Granafei Nervegna dove all'interno **(Fig. 43)** sono visibili resti di domus romanae con pavimenti musivi, ma la romanità di Brindisi è sublimata dal maestoso capitello della colonna (II-III secolo d.C.) decorato con foglie di acanto e figure di divinità marine maschili e femminili, comunemente nota con il termine di "terminale della Via Appia", musealizzato per ragioni di sicurezza ambientale nella ex corte di assise adiacente a palazzo Granafei Nervegna. Da via Del Balzo, prima via

a sinistra di via Duomo, attraversando via M. Pacuvio troviamo il Tempio di San Giovanni al Sepolcro, dove scavi nel piano di pavimentazione hanno messo in evidenza pavimenti musivi di una abitazione patrizia. **(Fig. 44)**

Ritornando in via Duomo e proseguendo a sinistra, nell'omonima piazza è il museo "F. Ribezzo", geloso custode dell'antica storia di Brindisi. La sistemazione museale comprende reperti che dall'età preistorica giungono fino alla tarda età romana. Ricca e suggestiva è la Sezione dell'archeologia subacquea e dei Bronzi di punta del Serrone, in cui è proposto uno spaccato di fondale marino con la ricostruzione in scala di una prua di nave oneraria con anfore "in situ". Dal Museo, superato l'arco ogivale della torre campanaria, lo sguardo è catturato da



Fig. 41



Fig. 43



Fig. 42



Fig. 44

una colonna monumentale in marmo (II-III sec. d.C.) che segna ai naviganti l'entrata del porto (**Fig. 45**) (il cui capitello è copia dell'originale, custodito all'interno dell'ex corte di assise). Sul basamento è una iscrizione fatta incidere da Lupo protospatario Bizantino per ricordare la tentata ricostruzione della città di Brindisi nel sec. IX. Nella stessa piazzetta insiste il basamento di una seconda colonna, i cui rocchi ed il capitello, crollati durante il terremoto del 1659, furono secondo la leggenda più accreditata, trasportati a Lecce e riadattati per la costruzione di un monumento in onore di S. Oronzo.

Nell'edificio adiacente alle colonne, al numero civico 44 sono i resti della cosiddetta casa di Virgilio: una lapide posta sulla scalinata Virgiliana ricorda la visita del sommo poeta a Brindisi, al ritorno del suo viaggio in Grecia

accompagnato da Mecenate e Orazio. Scendendo la scalinata imboccando a sinistra il lungomare Regina Margherita è visibile il palazzo della Collezione "S. Faldetta" (vedi itinerario "Dal Seno di Levante al Seno di Ponente") in cui sono esposti interessanti reperti greci e romani, vasi per unguenti protocorinzi, vasi attici a figure rosse e numerose trozzelle messapiche. Riprendendo via Regina Margherita si arriva alla Casa del Turista, ex scuola marinara nel cui cortile interno, al di sotto dei livelli di frequentazione medioevale è una struttura di età romana realizzata in blocchi di carparo: è visibile un piano di calpestio costituito da scaglie di marmo e frammenti ceramici (I° e II° sec. d.C.). In età tardo-medioevale l'area fu utilizzata come sepolcreto, probabilmente da mettere in relazione con la Chiesa intitolata a San Giovanni dei Greci, di cui non rimane traccia (**Fig. 46**). Superata la piazzetta San Teodoro d'Amasea si accede a Corte Capozziello dove, inglobati in una struttura muraria più volte rimaneggiata, sono visibili sette murari in "opus quadratum", riferibili all'impianto difensivo di Brindisi antica.



Fig. 45



Fig. 46



ASSOCIAZIONE ONLUS DI VOLONTARIATO "JONATHAN"

Via Ponte Ferroviario, 10 - 72100 Brindisi

Codice Fiscale: 91059770742

Telefono: 327 794 50 62

Email: jonathanbrindisi@libero.it

Anche questo itinerario, come il precedente, viene proposto dall'Associazione Jonathan onlus.

Le dimore storiche

La ripresa culturale brindisina combacia con la realizzazione di edifici nel periodo tra il XVI e XVIII sec. L'edilizia cittadina riprende dopo un lungo periodo di invasioni e l'avvicendamento di domini diversi. I Palazzi, edificati spesso su precedenti fabbricati, ridanno lustro alla città. Le decorazioni, le logge, le ritrovate iscrizioni, i nuovi aforismi e gli stemmi fanno di questi Palazzi elementi di imprescindibile valore per il ritrovamento delle radici della città. Le dimore storiche realizzate anche da cittadini immigrati da altri paesi, hanno ospitato famiglie illustri, e brindisini di notevole spessore politico e culturale.

Questa collezione si muove tra il 1600 e il 1700 con due autori vissuti a cavallo dei due secoli. Il primo, Antonio Vivaldi, con i 4 concerti per violino: "Le quattro stagioni" ma non a tutti completamente conosciuti, esattamente come i nostri palazzi, tutti lì da secoli, abitati, vissuti e sognati da nobili e da povera gente, le cui memorie hanno riservato poco

spazio all'oggetto del sogno comune: la casa. Un'occasione per andare nelle Quattro Stagioni oltre "La Primavera", il concerto più conosciuto. Il secondo autore, Leonardo Leo, nato a San Vito dei Normanni, unito stilisticamente a Vivaldi dal periodo Barocco, è presente con 2 brani: una vera novità, come la scoperta delle nostre meravigliose architetture.

Il download dell'accompagnamento musicale, denominato "Suoni e voci della sacralità", è disponibile su:

<http://www.sanita.puglia.it/web/asl-brindisi/educazione-alla-salute>

ITINERARI POSSIBILI

FILE MUSICALE COLLEGATO: "Suoni e voci della sacralità"

1) W. A. Mozart – Ave Verum Corpus

2) A. Vivaldi – Dixit Dominus Mov. 1-4

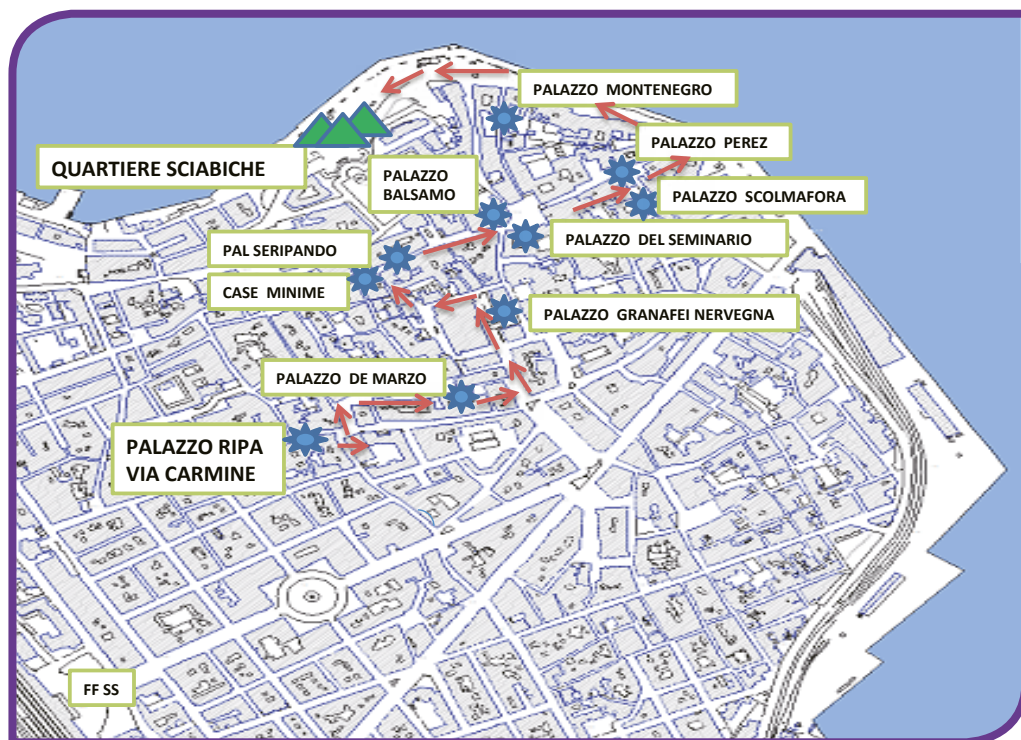
3) W. A. Mozart – Krönungsmesse

4) Luigi Cherubini – Requiem/Dies Irae

5) W. A. Mozart – Lacrimosa

6) G. F. Händel – Hallelujah

7) J. S. Bach – Gesù gioia degli uomini



IL PERCORSO

Difficoltà itinerario:	Medio
Punto di partenza:	Via Carmine
Distanze da percorrere:	1.610 m circa
Tempo di percorrenza:	22 min circa
Velocità:	5 km/ora (40 passi in 20 secondi)
Durata Percorso:	1 ora 40 min (con visita al museo Ribezzo)
Numero passi sviluppati:	2.680 passi

Note per principianti o anziani cardiopatici:

camminare a un'intensità in cui si riesce a parlare bene.

Per questa passeggiata, come per la precedente, vista la vicinanza tra i vari Palazzi rinascimentali e barocchi, indicheremo solo la direzione di passo e i siti di interesse da Via Carmine fino al Quartiere Sciabiche. Per il nostro allenamento ripercorreremo a ritroso l'itinerario, senza pause e con qualche modifica di ampiezza e frequenza di passo: media di ampiezza 60 cm a 120 passi/minuto.

Partiamo in Via Carmine dal numero civico 19 (Palazzo Ripa) per raggiungere Palazzo De Marzo in Largo della Concordia. Avendo il portone di Palazzo Ripa di fronte, avanziamo a sinistra, per pochi metri, fino a Piazza degli Angeli; svoltiamo a sinistra e poi a destra in Via S. Ippolito; proseguiamo fino a Largo della Concordia dove insiste Palazzo De Marzo (**Fig. 47**) e, a destra del suo portone, imbocchiamo via Palma che si collega, alla fine, con via Santi: qui svoltando a sinistra, poi (la prima) a destra e subito a sinistra,



siamo in via Duomo ed al civico 16, Palazzo Granafei Nervegna (da Via Carmine, 6' e 400 m).

Imbocchiamo via dei Del Balzo e, subito a destra, percorrendo Vico Santa Caterina, ci immettiamo in via Tarantini ove troviamo Palazzo Seripando e, nella piazzetta della Zecca, le Case Minime (200 m).

Riprendiamo Via Tarantini, in direzione Duomo; in fondo a sinistra notiamo il Palazzo Balsamo che, con la sua Loggia, non passa inosservato. Di fronte a questo abbiamo Piazza Duomo e qui il Palazzo del Seminario, (100 m).

Continuiamo il percorso passando sotto l'arco ogivale della Torre Campanaria per

150 m; in Via Colonne troviamo le facciate dei Palazzi Perez e Scolmafora una di fronte all'altra, rispettivamente, a sinistra e a destra.

Proseguiamo verso le Colonne, scendiamo i 51 gradini e continuiamo a sinistra per 200 m fino a Palazzo Montenegro, in Piazza S. Teodoro d'Amasea (3 min). Lasciamo la piazzetta S. Teodoro e proseguiamo sul lungomare a sinistra da P.le Flacco fino alla Porta Revel. Tra Via Revel e via Lucio Scarano, è visibile ciò che resta del quartiere Sciabiche (560 m in 7'), dove si conclude il nostro percorso.

Per il nostro allenamento ripercorreremo a ritroso l'itinerario, senza pause e con breve modifica di ampiezza e frequenza di passo: media di ampiezza 60 cm a 120 passi/minuto.

Dal quartiere delle Sciabiche - 'Porta Revel' a via Carmine: 1.610 m.

Ripartiamo a sinistra di Porta Revel: dopo pochi metri, sulla destra, una scalinata ci porta su via Lucio Scarano; saliamo per le scale lentamente, per godere di questo suggestivo tratto della città.

Percorriamo quindi, in discesa, via Lucio Scarano a passo spedito (ampiezza 60 cm e frequenza 140 passi al minuto), ci ricongiungeremo con via Revel alla fine della discesa. Qui diminuiremo la frequenza di passo a 120 passi al minuto e proseguiamo a ritroso il percorso fino alla scalinata virgiliana, che risaliremo lentamente; proseguiamo in via Colonne con ampiezza di passo 40/50 cm e frequenza 90 passi al minuto fino a Piazza Duomo.

Qui aumentiamo l'ampiezza di passo a 60 cm fino alla fine di via Duomo; percorreremo

il tratto di via Santi riducendo l'ampiezza passo a 40/50 cm (frequenza di 120 passi al minuto); continueremo poi da via Santi

per via S. Ippolito (riportando l'ampiezza a 60 cm, frequenza 120/min) concludendo il percorso in via Carmine.

DESCRIZIONE STORICA

per approfondimenti consultare: www.brindisiweb.it

Nel percorso sono elencati i seguenti punti d'interesse:

1) Palazzo Ripa, via Carmine, numero 19 (**Fig. 48**). La costruzione



Fig. 48

risale alla metà del XVII secolo, come documentano la facciata austera realizzata con conci regolari di carparo grigio e il portale a bugne ornato da motivi vegetali.

Al centro dell'arco a tutto sesto è lo stemma gentilizio raffigurante un serpente e una testa di vitello con fascia orizzontale con giglio al centro, ai lati due stelle a sei punte e alla sommità un elmo araldico. Dall'ampio portale si accede ai locali bassi che ospitavano all'origine i depositi, le cucine e le stalle mentre al piano nobile erano le sale di rappresentanza. Ai primi

del novecento il palazzo fu sopraelevato.

2) In Largo Concordia, sino al 1878 era presente la cinquecentesca Chiesa di S. Maria della Concordia, di cui non rimane più nulla se non una piccola tela rappresentante la Madonna della Concordia conservata nella Chiesa di S. Paolo; qui insiste **Palazzo De Marzo** (**Fig. 49**), in buona parte distrutto alla metà del novecento. Dell'antico edificio rinascimentale restano a vista il



Fig. 49

portale con capitelli figurati e il balcone costituito da una bifora con capitelli modanati e una loggia decorata con elementi floreali. Proseguendo per via Palma, su a sinistra per via Santi e poi a destra si accede in via Duomo dominata

dall'imponente facciata di:

3) Palazzo Granafei Nervegna (Fig. 50). Un primo nucleo dell'edificio viene edificato nel 1565, l'edificio già sede del tribunale, ospita oggi gli uffici di rappresentanza del Comune di Brindisi.



La costruzione ha un prospetto rinascimentale con influenze barocche, in particolare negli elementi dei balconi in pietra. È diviso in tre ordini dalle cornici marcapiano sul quale spiccano quattro aforismi in latino:

- “la donna sapiente edifica la sua casa; la stolta distrugge con le proprie mani la costruita”
- “a che giova allo stolto aver ricchezze se non può comperare la saggezza?”
- “chi risponde prima d’aver ascoltato si mostra sciocco e degno di biasimo”
- “non amare il sonno per non immiserire”.

Sulla facciata principale spiccano le decorazioni e le finestre, tutte diverse tra loro per i motivi ad intreccio, e il portale che racchiude in una cornice l’arma araldica del casato sorretta da due angeli.

Altri due stemmi sono visibili sulle mensole dei balconi laterali e sull’angolo della facciata a sud. Si accede all’interno attraverso un portale delimitato da una riquadratura costolata con al centro uno stemma araldico, su cui è rappresentato un leone con spighe di grano.

4) Seguendo la mappa poco distante: Via dei del Balzo, Vico S. Caterina, in Via Tarantini è il Palazzo Seripando (Fig. 51) semplice nella facciata, arricchita da tre portali ad ogiva.



Sull’attigua piazzetta Della Zecca, dominata da un grande carrubo persistono ancora oggi due esempi di Case Minime (**Fig. 52**) con tetti spioventi a capanna di canne e tegole di argilla cotta.

5) Sulla via Tarantini all’imboccatura di Piazza Duomo, la piazza più antica della città - oltre che la più bella - è Palazzo Balsamo (Fig. 53) con archi ad ogiva su lesene modanate a piano terra. Al piano nobile è un imponente loggia sostenuta da mensole decorate con ornamenti floreali, figure bizzarre e animali fantastici. La loggia datata XIV

secolo, doveva far parte di un grande edificio che occupava probabilmente l'intero isolato.

Sulla piazza (**Fig. 54**) si trovano la Cattedrale, il Seminario, l'Istituto



Fig. 52

S. Vincenzo e il Museo Archeologico Provinciale con il portico dei Cavalieri Gerosolimitani.

La piazza, che nel 700 era chiamata "atrio dell'Arcivescovado", era al centro dell'abitato romano: tra il Duomo e le colonne romane si trovava il grandioso tempio di Apollo e Diana, le cui pietre furono utilizzate per la costruzione della Cattedrale.

6) Il Palazzo del Seminario, (Fig. 55) opera settecentesca in stile barocco, fu voluto dallo spagnolo arcivescovo Mons. Paolo Villana Perlas, che ne affidò la progettazione all'architetto Salentino

Mauro Manieri.

Il prospetto del palazzo nelle parti alte è caratterizzato dalla presenza di

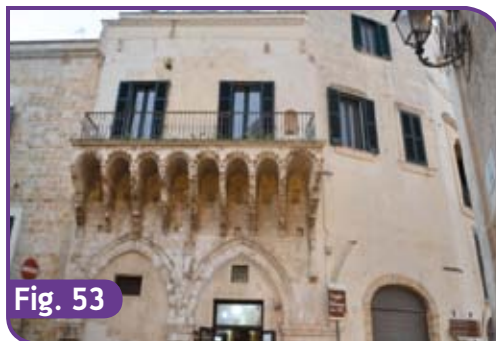


Fig. 53

otto statue opere dello stesso Manieri raffiguranti:

- la Matematica
- l'Oratoria
- l'Etica
- la Teologia
- la Filosofia
- la Giurisprudenza
- la Poetica
- l'Armonia

A pianoterra ha sede la Biblioteca Arcivescovile intitolata a Mons. Annibale De Leo (1739-1814), da lui dotata e aperta al pubblico nel 1798. Dal palazzo dell'episcopio, la cui canonica



Fig. 54

risale al sec. XII, uscì nel 1627 il primo libro stampato a Brindisi (un volume di preghiere di Mons. Falces). Si accede all'interno attraverso un portale con arco a tutto sesto sormontato da un loggiato



Fig. 55

sostenuto da sei mensole. Superato l'arco ogivale della torre campanaria alla fine di via Colonne sulla sinistra è il:

7) Settecentesco Palazzo Perez (Fig. 56) con ricco portale architravato decorato con bugne, capitelli e festoni floreali.

8) Di fronte a Palazzo Perez è presente



Fig. 56

il seicentesco **Palazzo Scolmafora** restaurato a seguito di un incendio appiccato durante i moti popolari del 1647 come è attestato in una iscrizione

posta sull'architrave di una finestra a destra del secondo piano "COMBUSTA REVIVISCIT A.D. 1652" (bruciato, resuscitato 1652). L'edificio presenta caratteristiche di palazzo fortificato. Scendendo la scalinata Virgiliana svoltando a sinistra sul lungomare Regina Margherita si arriva a Piazza San Teodoro d'Amasea sulla quale si affaccia **9) Palazzo Montenegro, (Fig. 57)** realizzato alla fine del XVII° secolo; da fonti storiche si apprende che il palazzo fu



Fig. 57

fatto costruire da Leonardo Bansciulik, ricco mercante montenegrino che stabilì la sua dimora a Brindisi.

Si racconta che il palazzo ospitò nel tempo uomini illustri quali Ferdinando IV°, ma anche Don Ciro Annicchiarico il celebre prete brigante. Si accede all'interno attraverso un portale architravato, su cui si affaccia un grande loggione sostenuto da mensole decorate con motivi fitomorfi.

10) Proseguendo per Piazzale Lenio Flacco ci si inoltra in quel che resta del Quartiere delle Sciabiche, antico quartiere Marinaro, distrutto nella prima metà del novecento per far posto alla monumentale Fontana dell'Impero.

LABORATORIO

del Patrimonio

ANISA Per l'educazione all'arte

Associazione Culturale
Laboratorio del Patrimonio
(Ass. AB2 Educazione all'arte)

Tel. 348 728 80 29

web: www.labdelpatrimonio.it

fb: www.facebook.com/labdelpatrimonio

L'ANISA è l'Associazione Nazionale degli Insegnanti di Storia dell'Arte. È stata fondata nel 1951 e ha sede a Roma. Il suo scopo è promuovere

l'insegnamento della Storia dell'Arte nella scuola italiana, per il suo valore civico e formativo.

www.anisa.it

Il LABORATORIO DEL PATRIMONIO nasce a Brindisi e realizza progetti per l'educazione e valorizzazione del Patrimonio culturale, in collaborazione con enti e associazioni di cittadini, attraverso la pratica del "Walkscape – Camminare per conoscere il Territorio".

Il Progetto Walkscape – Camminare per conoscere il territorio



BRINDISI, DA CAPOLUOGO DI PROVINCIA A CAPITALE D'ITALIA

In questo percorso visiteremo i luoghi interessati dal programma di risanamento previsto dal piano regolatore del 1934 ed a ricostruire il grande impegno edilizio e urbanistico che fu necessario per dotare Brindisi, capoluogo di provincia dal 1927, degli uffici amministrativi e per risanare i

quartieri popolari, fino alla costruzione del villaggio pescatori.

Si tratta di un percorso misto, che alterna la camminata all'uso della motobarca per raggiungere il rione Casale con un caratteristico tragitto via mare di pochi minuti.

La collezione *Swing in Italy* è stata pensata per rievocare i successi di una città che ha lottato per raggiungere i suoi traguardi da Capoluogo di Provincia a Capitale d'Italia. Dall'anteguerra al primo dopoguerra attraverso le musiche e le voci del Trio Lescano con il Maramao perché sei morto, Gilberto Mazzi e le sue Mille lire al mese, la bellezza di Silvana Pampanini in bicicletta, Papaveri e Papere, forse a nascondere il desiderio di un'uguaglianza fra blasonati e gente comune, tanti desideri che ancora si devono avverare. Frasi apparentemente ingenue che superano i limiti dettati dalla censura. Tanta voglia di crescere, una serie di ricordi in musiche e parole che anche i più giovani, almeno una volta avranno sentito. Trenta minuti circa di musiche swing, retaggio del contatto americano, una musica che sicuramente trasmette una carica capace di far scalare le più ripide salite.

Il download dell'accompagnamento musicale, denominato "Swing Italy", è disponibile su:

<http://www.sanita.puglia.it/web/asl-brindisi/educazione-alla-salute>

ITINERARI POSSIBILI

FILE MUSICALE COLLEGATO: "Swing Italy"

1) Trio Lescano con Maria Jottini

Maramao perché sei morto

2) Gilberto Mazzi

Mille lire al mese

3) Silvana Pampanini

Ma dove vai bellezza in bicicletta

4) Trio Lescano con Maria Jottini

Tulipan

5) Nilla Pizzi

Papaveri e Papere

6) Odoardo Spadaro

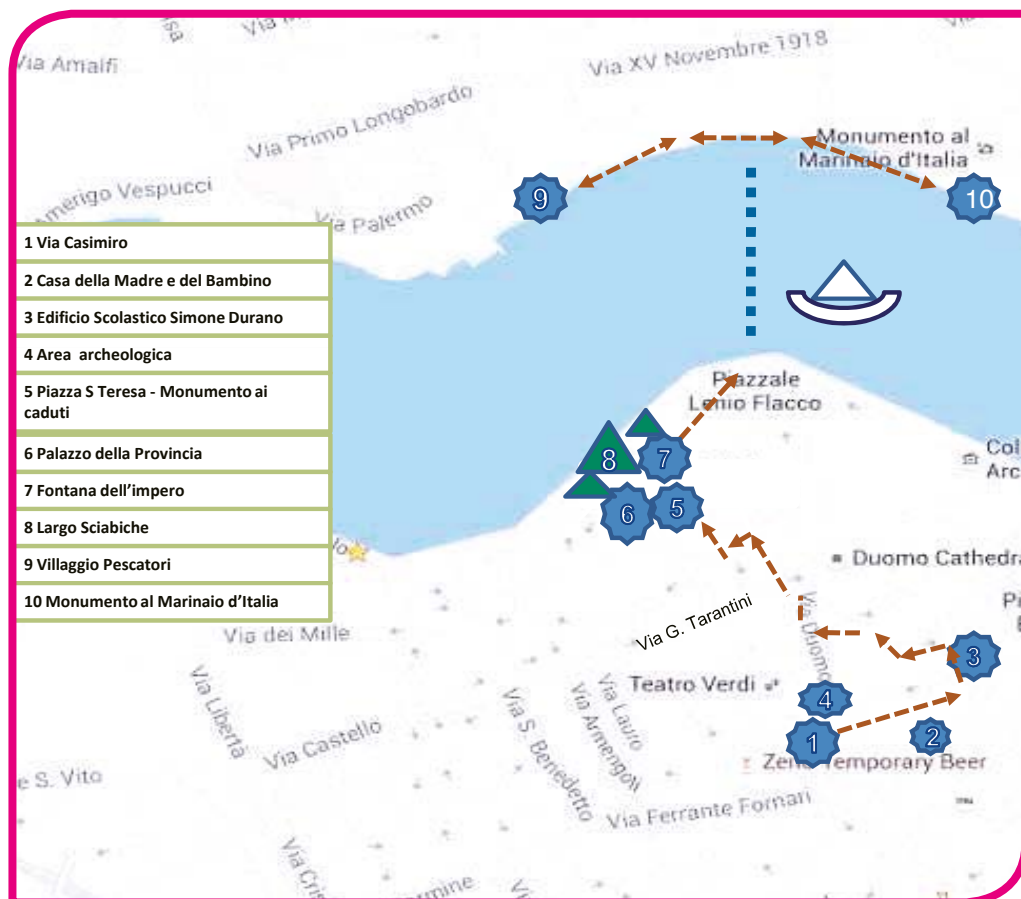
La porti un bacione a Firenze

7) Trio Lescano

Cade la neve

8) Natalino Otto

Solo me ne vò per la Città



IL PERCORSO

Difficoltà itinerario:

Media

Punto di partenza:

Via Casimiro

Tempo di percorrenza:

37 min effettivi

Velocità:

5/km ora (40 passi in 20 sec)

Durata Percorso:

2,30 ore (Compresi • Attraversamento via mare
• Visita al Monumento al Marinaio d'Italia

Allenamento:

1 km oltre le scale

Note per principianti o anziani cardiopatici:

camminare a un'intensità in cui si riesce a parlare bene

La parte del percorso che ci coinvolgerà fisicamente va dal Villaggio Pescatori al Monumento al Marinaio d'Italia, comprese le scale che dalla banchina ci portano all'ingresso del monumento.

Per raggiungere l'ingresso del monumento dalla base, ci separano ben 72 gradini ma, se decidessimo di recarci sul terrazzo per godere lo splendido panorama del porto e della città, l'ascensore ci risparmierebbe buona parte delle scale a chiocciola poste al suo interno.

PREMESSA STORICA

a cura della Prof.ssa Giovanna Bozzi

Il percorso prende le mosse dal 1927, data nella quale Brindisi fu proclamata Provincia, con regio decreto del 2 gennaio: la Provincia di Terra d'Otranto fu così divisa in tre provincie, Brindisi, Taranto e Lecce.

Nell'atto della sua costituzione la Provincia di Brindisi comprendeva anche i comuni di Guagnano, Salice Salentino e Veglie, che furono poi il 31 marzo dello stesso anno nuovamente aggregati alla provincia di Lecce.

Della nuova Provincia facevano parte, all'atto della costituzione, 20 comuni e 229.348 abitanti. Il trend demografico negli anni è positivo e fa registrare, nel capoluogo Brindisi, un incremento della popolazione: dai 35.440 abitanti nel 1921, ai 41.699 nel 1936 ai 58.313 nel 1951. La nascita della nuova provincia trovò ampi consensi tra i brindisini, favorì il ricambio della classe dirigente rispetto alla precedente esperienza liberale e assicurò al regime fascista un perdurante favore da parte della popolazione. Dichiarava

Mussolini: "La nuova provincia l'ho voluta per vari motivi: per i meriti acquisiti dalla città durante la prima guerra mondiale per cui ho deciso che debba sorgere in Brindisi il Monumento al Marinaio Italiano; perché il suo porto conosciuto da tutti i navigatori del mondo, è ritenuto il più sicuro di tutti i mari e di tutti gli oceani, perché Brindisi, potente al tempo dell'Impero Romano, dovrà ritornare agli antichi splendori.

Epperò non è senza significato che la città riprenda il posto che le compete nella Storia d'Italia".

Il piano regolatore, varato nel 1934, comprendeva numerosi interventi per ammodernare la città, bonificando i quartieri malsani, dotandola di infrastrutture e di edifici necessari per la nuova amministrazione.

È attraverso alcuni di questi edifici che si snoda il percorso. Le immagini degli edifici e le rappresentazioni pittoriche della provincia, in chiave allegorica, accompagnano la nostra passeggiata.

Bibliografia:

Brindisi 1927 – 1943. Da capoluogo a Capitale: I progetti, le architetture, Catalogo della mostra documentaria, MIBACT – Archivio di Stato di Brindisi, Ordine degli architetti provincia di Brindisi, Editrice Alfeo 1994

“Qui ... dove la terra finisce e il mare comincia” Memoria e immagine dell’impresa nel Brindisino, Catalogo della mostra documentaria, AIPAI, MIBACT – Archivio di Stato di Brindisi, CNR-IBAM Lecce, Crace 2011

Salvatore Morelli, *A piedi nella storia del Villaggio Pescatori*, in Nuovo Quotidano di Puglia – Brindisi, 10 luglio 2016

http://www.brindisiweb.it/storia/area_archeologica_viacasimiro.asp

http://www.brindisiweb.it/storia/monumento_marinaio.asp

<http://brundarte.wordpress.com/2014/03/30/le-sciabiche/>

La nuova provincia era prevalentemente agricola, e le attività industriali erano concentrate soprattutto nel capoluogo.

Dal centro al rione Sciabiche

Seguendo la mappa, partiamo da Via Casimiro:

1) Via Casimiro. La zona fu oggetto di risanamento perché era un quartiere malsano, così come previsto dal piano regolatore del 1934. Nel parere favorevole espresso dal Consiglio provinciale della sanità si legge che il piano “raggiunge lo scopo non solo di migliorare igienicamente l’abitato, ma anche quello di dare decorosa sistemazione ai monumenti (nell’intento celebrativo della romanità), di sfollare la città dalla popolazione rurale, trasportandola verso la periferia in casamenti più idonei alle particolari esigenze”. Proseguiamo e avanti sulla destra incontriamo:

2) Casa della Madre e del Bambino.

Realizzata nel 1937-1938. La casa era sede dell’Opera Nazionale per la Protezione della Maternità e dell’Infanzia, un ente assistenziale che “con l’alto scopo di assicurare il continuo incremento di una razza moralmente e fisicamente sana” si legge nella propaganda dell’epoca. Si tratta di un edificio a due piani e di un piano seminterrato, con il prospetto principale su via Casimiro.

Il prospetto intonato presenta ampie finestre e porte finestre che si sviluppano in orizzontale lasciano intravedere alcuni spazi e funzioni interne.

Oggi ospita gli uffici dell’Amministrazione Comunale di Brindisi.

Alla fine della strada, a sinistra ad angolo è:

3) Edificio scolastico nel rione San Nicolicchio. Inaugurato il 28 ottobre 1939. L’edificio, oggi sede del Liceo Artistico e Musicale “Simone-Durano”.

La sua costruzione si rese necessaria perché le 52 aule disponibili in città nel 1935 non potevano ospitare l’accresciuta popolazione che ammontava a 4052 alunni per i quali erano necessarie 82 aule. L’edificio ha pianta ad U, prevedeva 28 aule con una superficie di 50 mq ciascuna, due palestre e quattro rifugi antiaerei. Prevedeva due ingressi, uno per i bambini e l’altro per le bambine. I due ingressi, sul largo Casimiro sono racchiusi in un ordito monumentale in marmo verde Alpi.

L’ingresso per l’istituto magistrale è preceduto da un portico con colonnato di ordine gigante.

Svoltiamo a “U” per via S. Nicolicchio e proseguiamo fino alla fine dell’isolato a sinistra:

4) Area archeologica di via Casimiro angolo via de’ Muscettola. (vedi “Il percorso dell’archeologia.”)

Una importante testimonianza di epoca romana, molto poco valorizzata e ancor meno conosciuta, è l’area archeologica di via Casimiro angolo via de’ Muscettola, contraddistinta dal roccchio scanalato di una colonna in pietra posta al

centro dell'area. Qui nel 1957, durante la costruzione dell'edificio dell'Istituto Autonomo Case Popolari, vennero alla luce i resti di un edificio pubblico risalente ad epoca imperiale (prima metà del II sec. d.C.) e i pavimenti di nuclei abitativi di epoca repubblicana (I-II sec. a.C.). Lo scavo archeologico si protrasse sino al 1959 e fu condotto, purtroppo, senza un criterio stratigrafico, 'seguendo i muri' e distruggendo i livelli di età medievale.

Si salvarono solo alcuni reperti oggi conservati presso il Museo Provinciale, riferibili al tardo VII secolo. Il tutto fu lasciato a vista con una sostanziale modifica del progetto di costruzione del fabbricato moderno e del piano stradale. Una targa del Comune di Brindisi indica l'intitolazione dell'area a all'ing. Giovanni Roma, direttore tecnico IACP, riportando in basso la dicitura generica "resti archeologici di età romana".

Ritorniamo su Via de Muscettola, proseguiamo avanti e poi a sinistra: si costeggia il retro del Seminario e del Palazzo dell'Episcopio.

Pochi passi e ci si immette in via Duomo; svoltiamo a destra e alla fine della strada svoltando a sinistra ci troviamo in via Tarantini, qui alla seconda a destra costeggiando le Case Minime arriviamo in Piazza Santa Teresa:

5) Piazza Santa Teresa. La piazza fu completata nel 1940. Con i lavori di risistemazione del Palazzo della Provincia fu denominata Piazza Impero e divenne la piazza monumentale della città. Nello stesso anno fu lì collocato il Monumento ai Caduti della prima Guerra Mondiale, realizzato da Edgardo Simone, che inizialmente aveva trovato posto in piazzetta Dionisi.

Il monumento si trova all'estremità del Belvedere e simboleggia la vittoria e i valori di dedizione e sacrificio per la patria, ricordando i luoghi delle battaglie significative della prima guerra mondiale.

A sinistra della Piazza, troviamo:

6) Palazzo della Provincia. Completato nel

1937. Con l'elevazione di Brindisi a capoluogo di provincia fu indispensabile provvedere a una sede idonea per l'amministrazione e gli uffici provinciali. Il Palazzo della provincia, progettato da Telesforo Tarchioni, fu realizzato in più riprese ed ebbe la sistemazione definitiva nel 1937 in stile eclettico, con ingressi monumentali, in particolare su Piazza Santa Teresa. Nel Salone del Palazzo Provinciale è conservata "L'allegoria della Provincia di Brindisi", realizzata su tela nel 1949 da Mario Paryer. Sulla tela sono illustrate le realtà produttive dei centri che costituiscono la provincia di Brindisi.

Ritornando sulla Piazza S. Teresa, alle spalle della statua del Monumento ai Caduti imbocchiamo una delle due scalinate:

7) La Fontana dell'Impero (Vedi itinerario "Percorso d'acqua - Alla riscoperta delle fontane storiche di Brindisi"). Realizzata nel 1940 dall'Amministrazione Provinciale.

Costruita in marmo verde Alpi, lo stesso marmo con il quale è realizzato l'ingresso monumentale



dell'edificio in via Casimiro.

Di fronte alla fontana troviamo altre scale che ci portano in P.le Lenio Flacco. Qui a sinistra dopo 50 metri circa:

8) Largo Sciabiche: era l'antico quartiere dei pescatori, (**Fig. 60**) che prendeva il nome dalle reti utilizzate nella pesca. Un quartiere di casupole, dove trovava posto anche l'antico edificio quattrocentesco che aveva dato i natali a Teodoro Monticelli. Le Demolizioni avvennero nel

1924, nel 1934 e nel 1954. (Fig. 63)

Nel 1934: le Sciabiche erano distribuite in due lunghe insulae di case a “cannizzo”, divise da una stretta strada, dove si concentravano 348 famiglie e 1628 persone, in un totale di 608 vani e con un indice di 3 abitanti per vano.

Da Largo Sciabiche, tornando indietro lungo la banchina per 300 metri (ampiezza di passo 60 cm e frequenza di 40 passi ogni 20') vi è la fermata della motobarca che ci condurrà dall'altro lato del porto: al rione Casale. Dalla fermata della Motobarca lato Casale a sinistra (ampiezza di passo 60 cm e frequenza di 40 passi ogni 20') dopo 300 metri circa arriviamo al:

9) Villaggio Pescatori (Figg. 64-65) dove è possibile dirigersi, affiancando le rimesse dei pescatori realizzate pochi anni fa, alla nicchia con l'immagine della Madonna che custodisce un pozzo. Proseguendo lungo il muro, il tragitto si snoda attraverso le case dei pescatori, costruite negli anni '40 del secolo scorso per alloggiare le famiglie dei pescatori che avevano abbandonato le case alle Sciabiche destinate alla demolizione.



Fig. 61

Ora, ritornando sulla banchina, diamo il via alla musica per 600 metri, (ampiezza di passo 70 cm) fino ai 72 gradini per l'ingresso al monumento che ognuno salirà avvertendo solo un “leggero” aumento della frequenza cardiaca e respiratoria, secondo le proprie capacità fisiche.

10) Monumento al Marinaio d'Italia (Fig. 61)

“I lavori di costruzione iniziarono il 28

ottobre 1932, furono condotti dall'impresa dell'Ing. Simoncini di Roma sotto la direzione dall'architetto Brunati, sulla riva Posillipo del porto interno di Brindisi. Il monumento fu realizzato in pietra di carparo e di Trani, a forma di un gigantesco timone di nave, alto 54 metri dal piazzale superiore, dove vi è la porta d'accesso, e 68 metri dal piazzale sottostante, sul quale si apre l'ingresso alla cripta votiva realizzata ad arcate ogivali con navata centrale ad otto nicchie. All'interno di questo Sacrario vi è la statua in bronzo della Madonna Stella Maris e sono scolpiti i nomi dei 5.922 marinai caduti durante la prima guerra mondiale.

Visto dall'alto, l'insieme dell'intera costruzione ha l'aspetto di un uccello stilizzato.

Ai lati del monumento, sul piazzale superiore, al posto delle due statue di marinai previste nel progetto, furono sistemati i cannoni sottratti ai sommergibili austro-ungarici, mentre alla base della scalinata che porta all'ingresso, furono collocate le ancore appartenute alle corazzate austriache “Viribus Unitis” e “Teghetoff”.

Sulle pareti laterali del “timone” furono applicati dei bassorilievi di grandi fasci littori, successivamente rimossi. Il 4 novembre del 1933 il monumento fu inaugurato con una grande manifestazione alla presenza del re Vittorio Emanuele III e moltissime altre importanti personalità.

Nell'ampia nicchia quasi in cima al monumento (dente del timone) fu posta una statua della Vergine voluta dall'Arcidiocesi al termine dell'Anno Santo. La cerimonia di consegna della statua alla Marina Militare si svolse il 18 dicembre del 1955. La statua in lega di cemento è alta 4,5 metri e pesa circa 10 tonnellate.

Il 18 luglio 1965 il ministro Giulio Andreotti inaugura l'Ara Votiva realizzata nel piazzale inferiore (sagrato della cripta), accendendone quella che doveva essere la “fiamma perenne”. Durante la cerimonia vengono inoltre scoperte le lapidi dedicate ai Caduti della Marina Militare

BRINDISI NEL NOVECENTO: VECCHIA CITTÀ ED EDILIZIA NUOVA

nella 2ª Guerra Mondiale.

Nel 1968 durante i lavori di dragaggio dell'avanporto, fu recuperata la campana di bordo della corazzata "Benedetto Brin", affondata nel porto di Brindisi nel 1915, che fu collocata all'interno del Sacrario del Monumento per decisione del Comando Marina."

Eventuale visita al monumento e ritorno in città. La passeggiata ci impegna per un tempo abbastanza lungo, ma con uno sforzo fisico limitato; approfittiamo delle distanze più lunghe per aumentare ritmo e ampiezza di passo, saliamo e scendiamo le scale e ripercorriamo a ritroso l'itinerario.



Fig. 62



Fig. 63

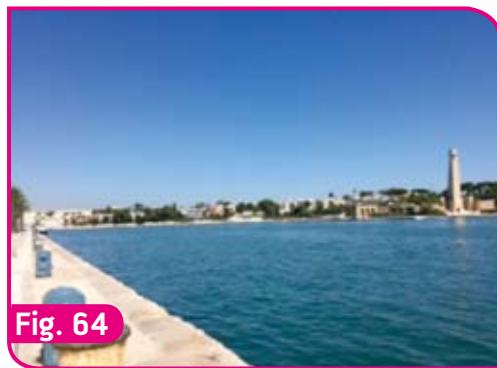


Fig. 64



Fig. 65



Villino Cocotò

CESARE TEOFILATO
(Francavilla Fontana, 10 settembre 1955)



«Io ti dico che se ne le tue vene
non circola l'eredità dei millenni,
che se nel tuo cuore non canta
il poema de le lontane memorie,
tu non sei un uomo,
non rappresenti un popolo,
né puoi vantarti d'essere membro
d'una nobile città.»

I SUD SOUND SISTEM

Se nu te scierri mai delle radici ca tieni, Rispetti puru quiddre delli paisi lontani!
Se nu te scierri mai de du ede ca ieni, Dai chiu valore alla cultura ca tieni!
Simu salentini dellu munnu cittadini, Radicati alli messapi cu li greci e bizantini, (... omissis).
dimme mo de du ede ca sta bienì!
... Ca la vera cultura è cu sai vivere (... omissis).
... Recorda ce ha successu cussi pueti capire (... omissis).
... Lu boia denta vittima puru dopu menz'ura Ma la vittima denta boia se nu tene cultura! (... omissis).
È la terra toa, amala e difendila!
De ci ole cu specula e corrompe, difendila!
De ci ole sfrutta l'ignoranza, difendila!
De ci ole svende l'arte noscia, difendila!
De ci nu bole crisca ancora, difendila!
Pe ci nu tene chiù speranza
Pe ci ha rimastu senza forza, difendila!
Pe ci nu pote ma nci crite, difendila!
Pe ci nu te pote secutare, difendila!



TRADUZIONE

Se non dimentichi mai le tue radici
Rispetti anche quelle dei paesi lontani
Se non dimentichi le tue origini dai valore alla tua cultura
Siamo salentini, cittadini del mondo, radicati ai Messapi con i greci e con i Bizantini
Adesso dimmi da dov'è che vieni?
... Perché la vera cultura è saper vivere...
... Ricorda cos'è successo così potrai capire...
... Il boia diventa vittima anche dopo mezz'ora, ma la vittima diventa boia se non ha cultura...
È la tua terra, amala e difendila,
da chi specula, corrompe, sfrutta l'ignoranza, svende la nostra arte, e non vuole crescere,
Difendila per chi non ha più speranze, forze, non crede più e per chi non ti può seguire.
Difendila.!



guadagnare salute

rendere facili le scelte salutari

Livelli di attività fisica e modalità di esercizio appropriate in funzione dell'età

Soggetto	Attività
Bambini	Ogni giorno trasferimento a piedi da casa a scuola
	Attività fisica a scuola
	Pomeriggio 3-4 occasioni di gioco
Adolescenti	Fine settimana: passeggiate a piedi o in bicicletta, visite a giardini pubblici o piscina
	Ogni giorno trasferimento a piedi o in bicicletta da casa a scuola
	3-4 sessioni infrasettimanali di attività sportiva
Studenti	Fine settimana: passeggiate a piedi o in bicicletta, nuoto, altri sport
	Trasferimento quotidiano a piedi o in bicicletta da casa a scuola
	Cogliere ogni occasione per praticare attività fisica: usare le scale, compiere lavori manuali
	2-3 sessioni infrasettimanali di attività sportiva, di esercizio fisico in gruppo, in palestra o in piscina
Adulti occupati	Fine settimana: passeggiate a piedi o in bicicletta, nuoto, altri sport
	Ogni giorno trasferimento a piedi o in bicicletta da casa a luogo di lavoro
	Cogliere ogni occasione per praticare attività fisica: usare le scale, compiere lavori manuali
	2-3 sessioni infrasettimanali di attività sportiva, in palestra o in piscina
Adulti occupati in attività domestiche	Fine settimana: passeggiate a piedi o in bicicletta, nuoto, altri sport, lavori domestici, giardinaggio
	Ogni giorno: passeggiate, giardinaggio o lavori domestici
	Cogliere ogni occasione per praticare attività fisica: usare le scale, compiere lavori manuali
	Sessioni infrasettimanali di attività sportiva, in palestra o in piscina
Adulti disoccupati	Fine settimana: passeggiate a piedi o in bicicletta, altri sport
	Ogni giorno: passeggiate, giardinaggio o lavori domestici
	Cogliere ogni occasione per praticare attività fisica: usare le scale, compiere lavori manuali
	Fine settimana: passeggiate a piedi o in bicicletta, nuoto, altri sport
Pensionati	Sessioni occasionali di altri sport, in palestra o in piscina
	Ogni giorno: passeggiate a piedi o in bicicletta, giardinaggio o lavori domestici
	Cogliere ogni occasione per praticare attività fisica: usare le scale, compiere lavori manuali
	Fine settimana: passeggiate a piedi o in bicicletta, nuoto

Ogni momento è quello giusto

Valori complessivi del dispendio energetico per (Kcal/min) di alcune attività

Attività	Kcal/min	Attività	Kcal/min
Dormire	0,9	Andare in bicicletta (22 Km/ora)	11,1
Stare seduto	1,0	Correre a piedi (12 Km/ora)	15,0
Stare in piedi inattivo	1,1	Fare ginnastica	4,1
Scrivere al computer	1,3	Andare in Windsurf	4,4
Lavare la biancheria a mano	3,0-4,0	Ballare	5-8,5
Pulire i pavimenti	3,6	Giocare a tennis	7,5
Stirare	3,5-4,2	Fare aerobica	8,4
Rifare i letti	5,0	Fare trekking	9,3
Pulire e battere i tappeti a mano	7,8	Giocare a pallavolo	8,5
Intonacare una parete	4,1-5,5	Giocare a pallacanestro	14,3
Fare lavori agricoli	5,5-7,0	Giocare a calcio	11,7
Camminare in piano (4 Km/ora)	2,5-3,5		

... se tanto ... mi dà tanto, allora è facile prendere e lasciare!

Valore energetico (Kcal) di alcuni alimenti e tempo necessario per lo smaltimento svolgendo alcune attività

Alimento	Quantità (g)	Energia (Kcal)	Camminare (4 km/ora) (minuti)	Bicicletta (22 km/ora) (minuti)	Stare in piedi inattivo (minuti)	Stirare (minuti)
Biscotti secchi (2-4 unità)	20	83	28	7	75	21
Cornetto semplice (1 unità)	40	164	55	15	149	42
Merendine con marmellata (1 unità)	35	125	42	11	114	32
Cioccolato al latte (4 unità)	16	87	29	8	79	22
Caramelle dure (2 unità)	5	17	6	2	15	4
Aranciata (1 lattina)	330	125	42	11	114	32
Panino con prosciutto cotto e formaggio	120	250	83	23	227	64
Pasta e fagioli (1 porzione)	350	300	100	27	273	77
Torta farcita con crema (1 porzione)	100	370	123	33	336	95
Gelato alla crema	150	330	110	30	300	85

Da non dimenticare...

Gli stili di vita da sostenere, oltre ad una corretta attività fisica, devono comprendere un sana alimentazione, la riduzione del consumo di alcol (meno è meglio), l'eliminazione del fumo ("no smoking"), il consumo giornaliero di almeno 5 porzioni tra frutta e verdura ("Five a Day"). E poi:

Controllo e aumento della sicurezza.

In casa, attenzione a:

- Tappeti e scendiletto senza adesivi antiscivolo;
- Scaldaletti/termocoperte;
- Cavi elettrici vicino a utenze idriche o penzoloni;
- Scaffalature e mobili troppo alti (utilizzare scale di sicurezza!);
- Prodotti chimici (insetticidi, detersivi, solventi) non adeguatamente custoditi (lontano dai bambini!): mai travasarli dalla loro confezione originale!
- Scale male illuminate;
- Attrezzi da bricolage o da giardino non custoditi;
- Mobili bassi o altri oggetti a rischio di inciampo (cavi, tappetini, tavolini, etc.).

Sulle strade:

- Nessun bambino in braccio, seduto avanti o dietro in assenza di apposito seggiolino, può essere protetto in caso di incidente, anche di piccola entità;
- Attenzione ai pedoni;
- Cinture di Sicurezza, avanti e dietro;
- Casco in moto ben allacciato;
- Nessuna distrazione alla guida;
- Niente alcol nell'ora precedente alla guida;

Controlli sanitari periodici

- Pressione arteriosa;
- Colesterolo;
- Glicemia;
- Pap test e HPV test, ogni 3 anni: donne da 25 a 64 aa;
- Mammografia, ogni due anni: donne da 50 a 69 aa;
- Ricerca sangue occulto nelle feci: ogni due anni uomini e donne da 50 a 74 aa;
- Rettocolonscopia, controllo ogni 10 anni donne e uomini da 50 a 74 aa;
- Controllo PSA ogni anno: uomini da 50 aa in poi.

Con tuo figlio (consulta: www.genitoripiu.it)

- Allattamento al seno esclusivo fino a sei mesi di vita;
- Leggere un libro al tuo bambino già a sei mesi di vita.

E infine: adesione alle campagne vaccinali e di screening oncologici per tutti.

Bibliografia

- 1) <http://demolizioni.toptaglio.com/2013/09/23/le-porte-di-brindisi-e-il-coraggio-di-papa-pascalinu/> Porta Mesagne – A.T. TopTaglio –
- 2) <http://www.brindisiweb.it>: Porta Lecce – Bastioni San Giacomo – Consultazioni per gli itinerari “Il percorso dell’archeologia”, “Brindisi Edilizia Civica”. – Il monumento al Marinaio.
- 3) http://it.wikipedia.org/wiki/Porto_di_Brindisi Storia del porto di Brindisi
- 4) http://www.porto.br.it/bpi/index.php?option=com_content&view=frontpage&Itemid=240&lang=it: Avvisatore Marittimo del Porto di Brindisi – Morfologia del porto –
- 5) <http://www.epicentro.iss.it/problemi/screening/screening.asp>
screening oncologici
- 6) www.genitoripiu.it
- 7) **APS Le Colonne**: Collezione Faldetta
- 8) Salvatore Morelli, **A piedi nella storia del Villaggio Pescatori**, in Nuovo Quotidano di Puglia – Brindisi, 10 luglio 2016
- 9) http://www.brindisiweb.it/storia/monumento_marinaio.asp
- 10) <http://brundarte.wordpress.com/2014/03/30/le-sciabiche/>

Ringraziamenti per il contributo e la particolare disponibilità a:

Anna Cinti
Camillo Fasulo
Donato Santoro
Francesco Ancora
Giancarlo Cafiero
Giovanna Buozi
Giovanni Membola
Maria De Luca
Maria Lanzalone
Maurizio Marinazzo
Rita Rescio

Studio Tecnico Lavino Brindisi
Il personale della Biblioteca Provinciale di Brindisi
Il personale della Fondazione Faldetta

