

Hinterland

Il Free press del nord est

anno 2° - n.4 - marzo / aprile 2018



Fabrizio Moro
dalla periferia a Sanremo



Ferzan Ozpetek al
Festival delle Cerese



Mariella Nava
trent'anni tra le note

COPIA OMAGGIO

CONAD CITY

di Giovanni Fravili

MENTANA

tutto il sapore della tradizione... anche nel servizio...

Via A. Moscatelli, 300

Tel. 06.98.18.49.60

CONAD CITY

MENTANA

di Giovanni Fravili

La Qualità

La Tradizione

Il Servizio

**La Tradizione e
i Sapori Mentanesi
nella massima qualità**

**Il Gusto e la Selezione delle
Bontà Italiane**

**Il Biologico, il Biodinamico,
Alimenti di Eccellenza
per la salute**

UCAM RISPONDE

399 3457704

DA OGGI, OGNI GIORNO
PER NOTIZIE,
INFORMAZIONI CONSIGLI

PER LA RIPRESA DEL COMMERCIO
E DELL'ARTIGIANATO

PERCHÉ MENTANA POSSA
RIFIORIRE SVILUPPANDO
TUTTE LE SUE RISORSE

UNISCITI A NOI!

UCAM

UNIONE COMMERCianti
ARTIGIANI MENTANA

L'UNIONE FA LA FORZA

Sommario

- 1 Editoriale
 - **Attualità & Sociale**
- 2 Il punto di Franco Di Fabio
- 4 Spéeso: primo emporio solidale a Mentana
- 5 La civiltà è anche questo?
- 6 Il dono: regalare può diventare una catena infinita
- 7 L'Associazione Volontari Ospedalieri di Monterotondo
- 8 One Billion Rising 2018
- 9 LE AZIENDE DEL TERRITORIO - Quintino Rosari
- 10 LE AZIENDE DEL TERRITORIO - Sereco
- 11 PERSONAGGI Gianni Mauro, un Artista tra noi
- 12 AZIENDE - IDEE NUOVE A Sant'Oreste arriva lo zafferano Made in Italy
- 13 LE AZIENDE DEL TERRITORIO - Formaggi De Logu, i piaceri di una volta
- 14 PERSONAGGI Mariella Nava, trent'anni tra le nof
 - **Storia & Dintorni**
- 16 Cronache postume
- 18 Ricordo di Federico Zeri - Il parte
 - **Eventi**
- 22 Fotocronache
 - **Arte**
- 25 La giovane graphic designer Erica Pittalis
- 26 Totem degli Appennini - I giorni dell'Omega
- 28 I LUOGHI Cosa c'è da vedere a Guidonia Montecelio?
- 29 Conoscere Mentana
 - **Teatro**
- 30 Sala14 - Il nuovo che avanza
- 31 Giorgio Lazzeri
 - **Musica**
- 32 Risonanze Festival Musical Indipendente
- 33 Fabrizio Moro: dalla periferia a Sanremo
 - **Cinema**
- 34 Ecco il Festival delle Cerase tra film indipendenti e star
 - **Vediamoci chiaro**
- 36 Cataratta: la più frequente causa di cecità
 - **Il Medico informa**
- 38 Un viso in armonia
 - **La Psicologa risponde**
- 40 Scusa cara/o, stasera ho il mal di testa
 - **Sport**
- 42 Piercarlo Antoniutti presenta il suo Fiano Romano delle meraviglie
- 43 Canicross nel bosco di Gattaceca
 - **In punta di libri**
- 45 La festa di San'Antonio Abate tra tradizione e storia
- 46 Due chiacchiere con il mito: Tito Schipa jr
- 48 Quando la tata aiuta ad affrontare la vita
- 49 Recensioni
 - **Vivere a colori**
- 50 Come fare un video digitale
 - **Miao & bau - Amore a quattro zampe**
- 52 Foto e storie dei piccoli amici

Editoriale



Sociale: nel linguaggio politico - economico, tendente al miglioramento delle condizioni di vita, specialmente delle classi lavoratrici o di popolazioni e individui svantaggiati.

Volontariato: attività liberamente e gratuitamente esplicata a beneficio della comunità in vari settori. Da queste due parole chiave vorrei partire per parlarvi dei volontari che ogni giorno sono impegnati nel sociale, dedicando il proprio tempo per gli altri. Tema che non a caso abbiamo voluto trattare nel numero di Pasqua, quando si ricorda il sacrificio di Gesù per l'umanità. Si parlerà delle cooperative che hanno creato il primo emporio solidale "SPEESO" o,

di chi ha scelto di donare oggetti di ogni tipo attraverso la rete, vero e proprio mercato del nuovo millennio. Dei volontari AVO che ogni giorno si recano negli ospedali o nelle strutture sanitarie semplicemente per dare un supporto, un po' di calore umano, a chi soffre di malattie. Ed a proposito di sofferenze e disagi, la nostra Ilaria Biondi ha approfondito quelli che stanno vivendo le famiglie mentanesi che da oltre un anno attendono di poter rientrare nei loro appartamenti nell'ormai nota palazzina di Via Giolitti. Lo stabile alla ribalta della cronaca nera è ancora sotto sequestro dopo l'esplosione dell'appartamento, che portò alla morte della donna che lo abitava e, appunto, all'inizio di un calvario che sembra senza fine per gli altri inquilini.

Ma le cronache continuano purtroppo a raccontarci di violenze sulle donne, reati sessuali, femminicidi, per questo, nel mese di marzo in cui cada la Festa della Donna è stato posto l'accento sulla "One billion racing" di Monterotondo. Donne che per noi restano in primo piano, protagoniste nella nostra rivista, come la giovane artista Erica Pittalis o come Marianna Valenti. Quest'ultima, amica di vecchia data, molto conosciuta ed apprezzata per il suo ruolo di spicco nella politica eretina, conserva una passione per il giornalismo, probabilmente poco conosciuta a molti, ma che Hinterland ha avuto il piacere di riscoprire invitandola a scrivere un pezzo sullo zafferano del Monte Soratte.

E poi ci sono le nostre di passioni, quelle per gli amici a quattro zampe protagonisti nel bosco di Gattaceca. Quella per lo spettacolo ed il cinema con i primi film del Festival delle Cerase. Infine, proprio mentre iniziavamo a preparare il numero che avete tra le mani le nostre città si sono improvvisamente imbiancate di una nevicata come non si vedeva da anni da queste parti. D'accordo i disagi immediati e le conseguenze che l'inaspettato fenomeno ha portato, ma gli scatti che hanno fermato quei momenti, quegli scorcii dei nostri quartieri innevati, hanno sicuramente fatto dimenticare per un attimo tutti i problemi per trasmetterci un po' di poetico stupore.

“Questa città era candida
Tutta pulita e lucida
Era degna di te
Che cresevi per me...
Com'eri bella...
Sempre più bella...”
(Da "La nevicata del '56" di F. Califano)

HINTERLAND

il free press del Nord Est

Editore: Marcello Ciabatti
Via Amendola, 110 - 00013 Mentana - RM

Direttore responsabile: Daniele Goretti

Direttore editoriale: Arianna Ciabatti

Realizzazione grafica: ACCA Edizioni Roma | Arianna Ciabatti

Pubblicità: 06 9093828 | 349 7713258

Account Manager: Gabriella Paoletti 340 5364352

Redazione e Contributi

- Silvia Augero • Ilaria Biondi • Franco Campegiani • Lucio Cantagalli
- Arianna Ciabatti • Marcello Ciabatti • Bartolomeo D'Antoni
- Franco Di Fabio • Daniele Goretti • Roberto Leonori • Laura Leone
- Franco Maggio • Alessia Rocco • Livia Ravallese • Lucrezia Rubini
- Roberto Tomassini • Cinzia Salluzzo • Marco Testi • Sergio Toraldo
- Marianna Valenti • Salvatore Vicario

Hinterland è un bimensile a diffusione gratuita distribuito in 12.000 copie nei migliori locali pubblici, attività commerciali e principali edicole di tutto il Nord Est e c/o i nostri inserzionisti. La riproduzione di articoli e inserzioni pubblicitarie da noi realizzate, anche parziali, deve essere autorizzata dall'editore. Le collaborazioni a questa testata sono da intendersi a titolo gratuito e non retribuito. La responsabilità dei contenuti è esclusivamente degli autori. Il direttore editoriale si riserva, per motivi di impostazione grafica, il diritto di modificare testi e immagini senza alterarne significato e valore.

Stampa: PACINI EDITORE s.r.l.
Via Gherardesca - 56121 Ospedaletto (Pisa)

Foto e immagini

Stefano Battaglini • Cimar • Daniela Cocchi
• Flavio Di Properzio • Tonino Giannetti e della redazione

Registrazione al Tribunale di Tivoli
n. 12/2017 del 21.08.2017

Enoteca Spiriti Di Uini
VINI DI QUALITÀ - VINI SFUSI DI QUALITÀ - APERITIVI - HAPPY HOUR

**ENOTECA
VINERIA
APERIPRANZO
APERICENA
FINGER FOOD**

**GRANDI TAGLIERI
DI SALUMI E FORMAGGI**

DEGUSTAZIONI E SERATE A TEMA



Via III Novembre, 8 - 00013 Mentana (RM)
Tel. 329.4283748



Il lavoro

L'art. 1 della Costituzione della Repubblica Italiana recita: "L'Italia è una Repubblica democratica, fondata sul lavoro. La sovranità appartiene al popolo, che la esercita nelle forme e nei limiti della Costituzione. " Il lavoro rappresenta, quindi, il collante identificativo della Repubblica ed ogni azione o provvedimento che lo sovverte dovrebbe essere sottoposto, tramite referendum, all'esame dei cittadini perché rischia di cambiare l'identità della comunità nazionale. I dati che gli organi d'informazione danno sull'occupazione in Italia non sono omogenei nelle diverse regioni. Al sud la situazione è drammatica. Nessuno, pertanto, può esimersi dall'affrontare il problema nei suoi diversi aspetti. Nella nostra realtà, ciascuno di noi deve dare il proprio contributo, affinché col lavoro si contribuisca al bene della Repubblica. Se non c'è lavoro non c'è dignità personale e costruzione della comunità. Guardando il passato, notiamo che in questo campo le trasformazioni sono state notevoli. Un tempo tutti erano occupati, l'economia aveva carattere locale e ognuno aveva un ruolo, ovvero una propria identità. Nel divenire dei secoli, con l'affermazione della scienza e della tecnologia, si è ridotta la fatica e abbiamo creato la ricchezza individuale e collettiva mediante i processi industriali, nel contempo è diminuito il numero di occupati. Sul piano economico-finanziario l'innovazione, l'intelligenza artificiale e

la robotizzazione hanno messo in competizione il sistema produttivo e l'uomo. La macchina è vincente specie nella produzione ripetitiva e tale contingenza fa paura alla comunità intera, manca il posto di lavoro per le nuove generazioni. Di fronte a questa crisi, cosa fare? Sarà in grado l'attuale classe politica e dirigenza nazionale ed europea ad individuare nuove professionalità? Alcuni sostengono che lo Stato deve risolvere il problema, altri si appellano alle imprese, ovviamente tutti parlano del compito degli altri. Ma il nostro qual è? Innanzitutto va debellata l'invidia sociale che insidia maggiormente lo sviluppo collettivo. Lo Stato ha sempre finanziato le imprese con risultati non ottimali, avrebbe dovuto, invece, creare le condizioni idonee per un corretto sviluppo economico quali la certezza del diritto, il fisco equo, una burocrazia snella e, non ultimo, un serio progetto di ricerca scientifica, sia in ambito nazionale, sia nel contesto europeo. L'analisi dei provvedimenti governativi ci porta alla conclusione che le vere riforme sono state sempre enunciate ma mai realizzate, anzi, nel campo del lavoro hanno avuto l'effetto contrario. Nel confronto con gli altri paesi europei l'Italia è pressoché soccombente sotto ogni aspetto, siamo stati costretti ad applicare norme e disposizioni che hanno danneggiato gli interessi nazionali e determinato la chiusura di molte attività. Non si è avuto il coraggio di licenziare, o punire, manager di grandi aziende pubbliche che hanno creato deficit enormi,

piuttosto sono stati lautamente indennizzati nonostante abbiano dilapidato il patrimonio industriale nazionale. Questi episodi, ripetuti nel tempo, hanno fatto venir meno la fiducia dei cittadini nelle istituzioni, bloccando gli investimenti e quindi lo sviluppo economico. Nel tempo si è esaurita quella spinta propulsiva creatasi all'inizio del secolo passato a creare il lavoro, i cui effetti si sono evidenziati nell'immediato dopoguerra. Non di poco conto è il fatto che il capitale fisico, costruito a fatica, va smantellandosi e ci siamo ormai avviati all'era dell'accesso dove tutti usufruiscono del bene senza possederlo, con costi vicini allo zero e con una occupazione marginale. Una grande rivoluzione sfuggita all'attenzione di chi nelle istituzioni ha ruoli di responsabilità. Difatti stiamo passando da un'economia dove la sua potenza era quantificata in termini di capitale fisico ad un'altra in cui le idee ed il talento sono il capitale intellettuale intangibile. Osserviamo che i maggiori ricchi nel mondo non possiedono beni materiali ed hanno stravolto il campo del lavoro. Stante questo quadro del nuovo mondo è difficile affrontare le problematiche del lavoro. Su alcuni punti tutti possiamo concordare, è necessario che ciascuno di noi metta a disposizione della collettività, onestà intellettuale e competenze in uno spirito di servizio e di solidarietà. Nell'analisi dei compiti istituzionali osserviamo che gli istituti di credito, motore insostituibile dell'economia, quasi sempre non sono stati in linea con il loro compito.

Le recenti vicende del Monte dei Paschi di Siena e di altre banche ne sono un esempio tangibile. A questo proposito come non ricordare San Bernadino da Siena che nella fine del 400 tuonava contro l'usura praticata dai banchieri, e San Tommaso D'Aquino che sosteneva "è peccato fare denaro senza lavoro"? Quindi la speculazione finanziaria oltre misura andrebbe tassata e l'utile dovrebbe essere equo. Le Regioni, più o meno virtuose, con la loro burocrazia e con la smania di legiferare hanno determinato sulla libertà di impresa del cittadino un peso insopportabile. Basti pensare alle aziende sanitarie, che hanno creato diseguaglianze tra nord e sud con sprechi indicibili, sottraendo in questo modo risorse finanziarie al mondo del lavoro. I Comuni, con l'autonomia im-

positiva, senza un progetto globale di razionalizzazione dei servizi, hanno sottratto risorse alla disponibilità delle famiglie senza creare occupazione in ambito locale. Lo Stato, nei suoi gangli vitali è scollegato dalla realtà sociale. Si pensi alla durata ed al costo dei processi civili. La soluzione del problema del lavoro va vista sotto diversi profili: culturale, sociale, finanziario e costituzionale. Quello culturale, dove ciascuno di noi nell'ambito della propria attività compie il proprio dovere nell'ottica di creare il bene altrui; sociale, ricreando partiti e gruppi d'interesse collettivo dove al centro dell'azione si pone il problema occupazionale; finanziario, per cui il credito, saggiamente gestito, favorisce la creazione di nuove opportunità di lavoro. Creare occupazione perciò è

possibile, sono necessarie idee ed un patto fra le diverse generazioni, per il bene comune e per dare un senso alla vita sociale della comunità nazionale. Chi più sa più deve dare e anche chi più possiede maggiormente deve contribuire al miglioramento delle condizioni della nazione. L'art. 35 della Costituzione Italiana sancisce: "La Repubblica tutela il lavoro in tutte le sue forme ed applicazioni. Con la formazione e l'elevazione professionale dei lavoratori. Promuove e favorisce gli accordi e le organizzazioni internazionali intesi ad affermare e regolare i diritti del lavoro. Riconosce la libertà di emigrazione, salvo gli obblighi stabiliti dalla legge nell'interesse generale, e tutela il lavoro italiano all'estero."

La Casa di Snoopy *Mentana*



Tutto per il cavallo e cavaliere
 • Abbigliamento • Accessori • Mangimi
 • Acquariologia



Tutto per animali domestici
 • Vendita animali • Dietetica veterinaria



Via Amendola, 112/114/116 - 00013 Mentana (Rm) Tel. 06.9091809 - lacasadisnoopy@yahoo.it
 www.lacasadisnoopymentana.it - La Casa di Snoopy Mentana

Spééso:

primo emporio solidale a Mentana

Da qualche mese è stato aperto in via Moscatelli 43 a Mentana il primo emporio solidale del territorio: “Spééso”, realizzato e gestito dalle cooperative sociali C.E.A.S. e “La lanterna di Diogene”. Un negozio i cui prodotti sono il risultato di azioni di solidarietà, rivolto ai cittadini dei comuni di Mentana appunto, Fonte Nuova, Moricone, Nerola, Sant’Angelo Romano e Montelibretti, per i quali sta creando un circuito economico di approvvigionamento e commercializzazione nuovo, inclusivo e solidale. I prodotti che si trovano all’interno di questo emporio sono acquistati con il contributo della Regione Lazio o con le donazioni di privati e commercianti. Circa un anno fa infatti in Italia è entrata in vigore la norma “antisprechi” riguardante i prodotti alimentari e farmaceutici. La normativa dispone la donazione e la distribuzione di prodotti alimentari e farmaceutici a fini di solidarietà sociale e per la limitazione degli sprechi. Dove per “sprechi” si intendono tutti i prodotti scartati dalla catena agroalimentare per ragioni commerciali o estetiche o perché prossimi alla scadenza, ma ancora commestibili e potenzialmente destinabili al consumo umano o animale, ma che, in assenza di questo possibile riutilizzo, sarebbero destinati ad aumentare il volume dei materiali da smaltire. Chiaramente, ognuno di questi prodotti, per stare nell’emporio, deve avere i necessari requisiti di igiene e sicurezza. Gli operatori del settore alimentare potranno cedere gratuitamente le loro eccedenze così come quelli del settore agricolo ai donatori che, a loro volta, sempre secondo la norma, dovranno destinare gratuitamente i prodotti rice-

vuti in via prioritaria a favore di persone indigenti. In queste prime fasi nell’Emporio mentanese si può acquistare attraverso delle tessere con plafond stabilito in base al reddito, ma l’intento delle due cooperative è quello di arrivare ad un vero e proprio “store” dove tutti coloro che vorranno potranno entrare ed acquistare con costi sostenibili, in modo che i ricavati potranno essere reinvestiti sul sistema per ampliare la partecipazione, l’ampiezza dell’offerta e la sostenibilità dell’iniziativa.

Oggi l’emporio è partito grazie alla vittoria del progetto del bando regionale per l’inclusione e contro la povertà, mentre i beni di prima necessità sono garantiti dalla Comunità Europea tramite l’associazione “Insieme per la pace”. Sempre pensando al futuro però, gli organizzatori vorrebbero creare una collaborazione con aziende agro alimentari, forti anche degli sgravi fiscali in termini di riduzione delle imposte locali sui rifiuti e detrazione dell’Iva previsti, sempre secondo la normativa per la limitazione degli sprechi, a beneficio delle ditte che doneranno i loro prodotti. Per accedere a “Spééso” ci si può rivolgere direttamente presso l’Emporio di via Moscatelli 43 o tramite l’ufficio Servizi Sociali del proprio Comune di riferimento, presentando il proprio modello ISEE ed un documento d’identità. Possono “fare spesa” all’Emporio tutti i nuclei familiari o i singoli cittadini con un ISEE inferiore ai 6mila euro o tutti i nuclei o singoli cittadini che, pur avendolo superiore, vivano in particolari situazioni economiche temporanee, certificate dal servizio sociale, per cui necessitano di un sostegno. Dopo un colloquio cono-



scitivo con lo staff di “Spééso”, viene consegnata la tessera acquisti, che avrà un credito settimanale espresso in punti. Una volta esibita questa tessera i clienti vengono ricevuti da un operatore che li accompagna nella spesa, dando informazioni sul servizio e sulla disponibilità dei prodotti. Ognuno di questi prodotti ha un prezzo espresso in punti, conoscendo ognuno il proprio credito settimanale si ha la possibilità di fare la propria spesa, in modo che, anche grazie all’aiuto degli operatori, si evitino sprechi o dispendio eccessivo di punti in un’unica spesa.

Nell’Emporio sono presenti beni alimentari non deperibili o freschi, prodotti per l’igiene personale e la casa, prodotti per la prima infanzia.

Tutti possono dare il loro sostegno e contributo all’emporio solidale attraverso una donazione diretta di beni alimentari, per la prima infanzia e per l’igiene personale e della casa, ma anche fisicamente, mettendo a disposizione il proprio tempo e diventando volontari dell’emporio sociale.

**Orari di apertura Emporio di
Via Moscatelli 43 a Mentana**
Lunedì: 10 -13 e 15 - 18
Mercoledì: 15 – 19
Venerdì 10 – 13

La civiltà è anche questo?



Si. La civiltà è anche stare fuori casa propria per un anno senza fare grosso clamore. È rimanere lontano dai propri averi e dai propri ricordi senza lamentarsi eccessivamente. Come le 14 famiglie di Via Giolitti a Mentana che stanno ancora aspettando di rientrare nei propri appartamenti dopo quel venerdì 17 marzo dello scorso 2017 quando è scoppiato un incendio nel condominio. Ma civiltà non vuol dire arrendersi all'immobilismo. Ed è per questa lungaggine burocratica che a fine gennaio le 14 famiglie hanno fatto una manifestazione sfilando con cartelli che inneggiavano al buon senso civile per le strade di Mentana, per il mercato fin sotto la palazzina, in maniera molto pacifica. Dopo

circa una settimana il perito del tribunale ha fatto un sopralluogo. Messa subito sotto sequestro dalla Magistratura, che ha nominato un perito per fare i rilievi necessari a chiudere il caso, la palazzina è interdetta alle famiglie che vi risiedevano. Quasi tutti i condomini sono proprietari della casa e continuano a pagare il mutuo pur non usufruendo della proprietà.

“Come condominio - spiega Michele Bavaro amministratore condominiale - abbiamo nominato un ingegnere per il ripristino della palazzina e per i futuri lavori. Abbiamo nominato dopo regolare gara d'appalto anche la ditta che se ne occuperà. Si parla di centinaia di migliaia di euro e per questo abbiamo trovato anche la banca che ci aiuterà. una

Banca importante di Mentana che si è messa a disposizione per finanziare i lavori a tassi e condizioni vantaggiosi. Stiamo prendendo in considerazione alcune novità in materia di edilizia urbanistica. L'importante per noi è che le 14 famiglie rientrino, persone che stanno lontano da casa propria, dai ricordi, e dove non possono entrare. Sono persone civili che non hanno fatto grosso clamore se non una manifestazione molto pacifica.

Noi chiediamo venga anticipato il dissequestro perché in realtà sono solo cinque gli appartamenti danneggiati. A detta dell'ingegnere più della metà potrebbero essere utilizzati. Siamo ancora in attesa del verdetto della perizia”.

La rete promuove la diffusione di una nuova cultura del dono



Il dono è un tesoro prezioso che bisogna saper apprezzare. Si dice che donare può diventare una catena senza fine. Il dono infatti è un atto d'amore che nasce dalla spontaneità e dalla libertà di un individuo spinto dalla pura voglia di rendere felice qualcun altro che a sua volta vorrà provare questa emozione e così via. Il dono non deve dare spiegazioni. Si dice che il donare sia contagioso. Nell'antichità donare faceva parte della cultura, sponsorizzata anche dalla carità cristiana. E oggi? Oggi si è ancora capaci di donare la propria opera e il proprio tempo e energia (ad esempio come volontario), donare oggetti o vestiario o cibo a persone bisognose (poveri, terremotati, stranieri), donare organi, donare somme di denaro ad associazioni umanitarie? Quasi nessuno ne è più capace, o meglio sono rimasti in pochi. Questo perché oggi il dono viene visto come un trucco per attivare altri scopi come la vendita o per neutralizzare l'altro o per controllare o umiliare il prossimo. O addirittura il dono scende al livello di obbligo sociale che si fa di malavoglia. Non solo chi dona si trova ad avere a che fare con questo tipo di pensiero, ma anche chi riceve. Lo scrupolo di chi dona è anche la paura di chi riceve. Ormai in una società dove vige l'interesse per il denaro, il dono ha perso il suo vero significato cioè quello di regalare per il sem-

plice gusto di farlo indipendentemente dalla risposta del destinatario. Invece questo problema nei tempi antichi non esisteva, si era più puri. Era più naturale.

Oggi gli uomini hanno disappreso l'arte del dono. Il dono al mondo d'oggi è pensato come un inganno, come uno strumento per illudere l'altro. Ma il vero significato del dono non è questo. Ed ecco che però quel filo flebile di catena rimasta viene rafforzata da Internet. Nell'era tecnologica e cibernetica attraverso la rete si sta cercando di tamponare questa mancanza. Ci sono gruppi di persone sconosciute tra loro e siti sempre più numerosi dove si regalano cose, dai vestiti ai mobili agli animali. La rete promuove la diffusione di una nuova cultura del dono. Ci sono innumerevoli gruppi in tutte le città d'Italia. "Il gruppo è aperto da 3 anni - racconta Sabrina Saba amministratore di RegaliAmo Roma e dintorni - ed è semplicemente un'idea in larga scala di ciò che già praticavo con mia sorella, le sue amiche e le mie amiche. Sono sempre stata attenta a non consumare più del dovuto, questa è stata l'educazione che ho avuto in casa, metti poi un marito che lavora in discarica e conosce bene i problemi che abbiamo di smaltimento nel territorio... e da lì nasce RegaliAmo Roma e dintorni. È stata una bella sfida, ma abbiamo avuto da subito un sacco di adesioni nonostante le difficoltà di gestione. Ora però c'è un organico molto valido. La zona è apertissima a questo progetto, siamo nel territorio con utenti attivi e questo ci piace molto, mi piacerebbe che questo pensiero passasse anche attraverso l'educazione civica scolastica, i bambini sono gli adulti del domani. Le persone dubbiose si incontrano sempre, noi però lavoriamo gratuitamente, aiutiamo chi è meno avvezzo al "mezzo" Facebook, aiutiamo i meno abbienti anche a ricevere i sussidi alimentari dalle varie associazioni, quando c'è stato il terremoto ci siamo subito coordinati con la croce rossa, ci siamo autotassate per portare cibo ai canili più piccoli del territorio attraverso i volontari Enpa, insomma cerchiamo nel nostro piccolo di aiutare. Po-

trei dire che nella difficoltà del momento, sia per lo smaltimento dei rifiuti, che per la grossa crisi che sta attraversando il paese sarebbe opportuno che abbracciassero tutti il progetto. Non credo che si possa tornare indietro, al baratto delle merci, ma sarebbe auspicabile far capire a quanti più possibile che la ricchezza non è materia. Lo dobbiamo alle generazioni future e alla nostra "casa", la terra. Riciclare, reinventare e perché no, reinventarsi".

"Penso che il gruppo si debba intendere come " comunità" - dice Antonella Frezza amministratore di Te lo regalo a Monterotondo - inizialmente, quando ho aperto il primo gruppo era per pubblicizzare il mercatino che faceva mio figlio poi ho pensato a quante cose avevo da regalare e ne ho aperto un altro specifico. Nell'amministrarlo ho la facoltà, nei miei limiti, di poter leggere alcune info riguardo a chi chiede di entrare e di poter fare una selezione di persone affidabili. Vivere di soli doni si potrebbe? No, non credo, è un dare e avere come nella vita reale. Chi frequenta i gruppi sul genere ha occhi abbastanza grandi per valutare a chi donare. Spesso mi capita che nei miei messaggi mi dicano se personalmente conosco qualcuno che ha bisogno veramente, generalmente indumenti per bambini. Li rimando al gruppo...no...In generale voglio dire di donare e di non buttare perché quello che per te è superfluo per altri spesso è il necessario".

È un dono costretto in piccole nicchie ma che potrebbero essere il seme da cui germoglieranno nuovi frutti che potrebbero essere il futuro. Un futuro dove non si avrà più bisogno del denaro o per lo meno solo in piccole dosi, perché si potrà contare sulla generosità dell'altro e sul riciclo di cose comprate con il denaro dalle generazioni precedenti. E di conseguenza non sarà neanche un bisogno assoluto il dover lavorare per denaro? E quindi si lavorerà per tenersi occupati, e si parlerà di volontariato e non più di proletariato e di lavoratori? Un'utopia o la realtà futura?

L'AVO di Monterotondo ha bisogno di te



Anche all'ospedale "S.S. Gonfalone" di Monterotondo opera l'Associazione Volontari Ospedalieri di Monterotondo Onlus per aiutare e sostenere gli ammalati del nosocomio eretino, così come quelli di altre strutture.

"Alle volte - dicono i volontari - Basta una presenza amichevole e offrirai ai ricoverati calore umano e dialogo, la vera forza contro la sofferenza, il disagio e talvolta anche la solitudine e l'iso-

lamento".

La vostra Onlus è alla ricerca di altre persone.

"Non servono né sono richieste competenze tecniche o professionali (mansioni di competenza esclusiva del personale sanitario medico e paramedico), solo una piccola disponibilità di tempo, circa quattro ore a settimana, un po' di amore e tanta umanità, per arricchire ed arricchirti di un'esperienza unica nel suo genere".

Ma cosa fanno nello specifico gli asso-

ciati?

"Collaboriamo, attraverso un servizio volontario, con diverse strutture ospedaliere, socio-sanitarie, socioassistenziali per perseguire e integrare obiettivi di umanizzazione".

Per informazioni e iscrizioni contattare il numero: 3881520567 o la mail avo.monterotondo@gmail.com

One Billion Rising

Sabato 17 febbraio 2018, per il sesto anno consecutivo, il ONE BILLION RISING, movimento lanciato dalla scrittrice americana Eve Ensler, è arrivato a Monterotondo.

Il ONE BILLION RISING si prefigge di lottare strenuamente contro la violenza su donne e bambine nel mondo, e anche stavolta ha appassionato donne, uomini bambine e bambini, che con entusiasmo, in Piazza Duomo, hanno danzato, accompagnati dagli insegnanti della scuola di danza Bailapop, al ritmo di "Break the chain", la colonna sonora del movimento, che invita a spezzare le catene che imprigionano la voglia delle donne di liberarsi dagli stereotipi di genere, dalla violenza e dal pregiudizio. Quest'anno il ONE BILLION RISING ha inteso reagire anche contro quelle nuove forme di intolleranza razzista e di estremismi politici dilaganti, piaghe che stanno appesantendo la nostra società con i morbi dell'odio e dell'ingiustizia sociale.

Dopo la danza in piazza, terminata con il lancio nel cielo di una moltitudine di palloncini rossi, il pomeriggio è continuato presso la nuova sede del Melograno, CentroInformazioneMaternità e Nascita, dove le attrici Dania Appolloni e Marina Pasqui hanno letto alcuni brani tratti da "I Monologhi della Vagina" di Eve Ensler, invitando il pubblico ad una riflessione profonda, ironica e al contempo drammatica sulla condizione femminile.

"I Monologhi della Vagina" festeggiano quest'anno i vent'anni dalla prima pubblicazione e ancora sanno parlarci di sesso, violenza e

mondo femminile con umorismo trasgressivo, scevro da qualunque stereotipo di genere, con la semplicità e la profondità che questi temi meritano.

La chitarra e la voce dell'intensa Anna Bocolini hanno accompagnato le letture e regalato la giusta atmosfera ad un pomeriggio di grandi emozioni e meravigliosa condivisione di intenti.

Aumentano le denunce, ma un quarto sono archiviate

Ricordiamo i dati dell'ultima relazione della Commissione parlamentare sul femminicidio votata in Senato a febbraio con riferimento agli ultimi quattro anni:

- più del 25% degli omicidi commessi in Italia sono femminicidi (con 114 donne uccise da gennaio a ottobre 2017)
- sono in lieve calo le denunce per reati sessuali (12% nel 2016 rispetto al 2011 - 0,2% in meno nel 2017), ma in aumento quelle per

stalking (+45%) e i maltrattamenti domestici

- circa 7 milioni di donne tra i 16 e i 70 anni (una su tre) riferiscono di aver subito una qualche forma di violenza fisica o sessuale, dalla molestia allo stupro
- il 10% delle donne dichiara di aver subito violenza sessuale prima dei 16 anni
- 2 milioni e 800mila sono state vittime di violenza grave da parte dei partner attuali od ex partner
- un quarto delle denunce presentate contro soggetti noti sono archiviate. Inoltre, in sede di dibattimento penale, le percentuali di assoluzione variano fortemente a seconda del territorio nazionale, con il 12,6% del distretto di Trento contro il 43,8% di Caltanissetta





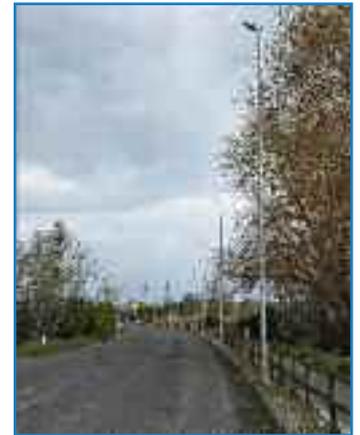
50
ANNIVERSARI

Rosari Quintino
Impianti Elettrici dal 1968

ATTESTAZIONE SOA

E-mail: rosariquintino@libero.it
PEC: rosariquintino@pecisaco.it

IMPIANTI ELETTRICI INDUSTRIALI, PUBBLICHE ILLUMINAZIONI, MANUTENZIONI, AUTOMEZZI SPECIALI



toriale quali gli impianti di illuminazione destinati a vie e piazze di centinaia di paesi e città, vie di comunicazioni principali ed importanti, strade a scorrimento veloce, impianti sportivi, parchi, viali, facciate di edifici pubblici e monumenti. Dove ci sono illuminazioni pubbliche, il più delle volte è merito di Quintino Rosari. La qua-

abbattuto, per un qualsiasi motivo, incidente stradale o altro. I tecnici della QUINTINO ROSARI sono sul posto a riparare, sostituire, rimettere in azione. Sono tante, infatti, le amministrazioni pubbliche e private che sanno come in ogni frangente si possa contare sulla QUINTINO ROSARI. Ecco perché l'azienda che compie 50 anni può andare orgogliosa del suo fondatore ed ecco il motivo per cui Quintino Rosari è una vera, riconosciuta, stimata e apprezzata istituzione per tutta la comunità.

Quintino Rosari è, nel vasto panorama industriale e imprenditoriale della provincia romana, una vera istituzione.

La sua azienda ha raggiunto un ragguardevole traguardo: i cinquant'anni di attività. Un lungo periodo in cui ha realizzato opere di elevato valore terri-

toriale del servizio, la rapidità nella soluzione dei problemi, la professionalità dei suoi tecnici e delle maestranze ne fanno da così tanti anni l'eccellenza del settore.

E' capitato mille volte, ad ogni ora del giorno e della notte, con il tempo spesso inclemente, che si fulmini un lampione o un impianto di illuminazione venga

Ufficio: 00013 Mentana (RM)
Via A. Moscatelli, 145/B
Tel. 06 9091379 - Fax. 06 9090666
C.C.I.A.A. di Roma
n. 69101 dell'8-07-1968.
P. Iva 00690961008

SERECO

PRODOTTI SIDERURGICI



COMMERCIO & LAVORAZIONE

Lamiere • Profilati • Tubi • Tondo • Travi
Coperture • Ferramenta • Macchine Utensili

ACCIAIO INOX

con tutti gli accessori



NOVITA'

- Zanzariere
- Avvolgibili



- Finestre PVC
- Lavorazioni su Misura
- Consegna Rapida

Via Monginevro, 48 • MENTANA
www.siderurgiasereco.com • serecosrl@aruba.it



Tel. 06 9095031 • Fax 06 9092777

SERECO



da sx. Valerio, Valentino e Giuseppina Cardillo



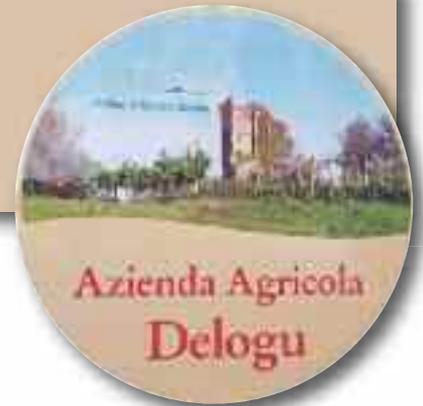
Quando si parla di grandi aziende e degli uomini che le crearono, autentici pionieri che hanno contribuito alla crescita e al progresso materiale e sociale, dotati di intelligenza, caparbieta e lungimiranza, capaci di superare ostacoli - burocratici e ambientali - tra i nomi sicuramente in evidenza spicca quello di Giovanni Cardillo e della sua **SERECO**, una delle personalità fra le più apprezzate e popolari per una delle aziende più importanti e rappresentative dell'intero Nord Est romano. Oggi la **SERECO** è, infatti, fra le maggiori e conosciute realtà del settore siderurgico: lavorazione, importazione e commercializzazione di prodotti in ferro e acciaio inox per ogni tipologia e utilizzo, dalle grandi opere di ristrutturazione edilizia a quelle destinate alle soluzioni abitative. Coperture, profilati, lamiere, tubolari di tutte le misure, travi, pannelli coibentati, ferramenta e macchine utensili per usi civili, artigianali e indu-

striali, infissi che sono il top di gamma carpenteria metallica pesante, recinzioni, rivestimenti e tanto altro, compreso gli accessori come chiodi, montanti, staffe, cunei che si possono trovare negli oltre 2.000 metri quadri del punto vendita. La sede si trova a Mentana, in via Monginevro. Vastissimo il piazzale esterno con la palazzina dei funzionali e moderni uffici, gli imponenti capannoni per lo stoccaggio e quelli per i vari processi di lavorazione, lo show room per la pronta consegna. A dirigere l'azienda con massima competenza Valerio e Giuseppina Cardillo, i figli di Giovanni, che assieme al giovane e dinamico nipote Valentino Cardillo, hanno proseguito con successo l'opera paterna iniziata molti anni fa, arricchendola di concezioni professionali in continua evoluzione, esaltandone l'alto profilo e rendendo la **SERECO** il fiore all'occhiello del panorama imprenditoriale di tutto il territorio. L'inscindibile unione familiare, la risoluta volontà, lo spirito di sacrificio uniti alle giuste intuizioni, come la selezione oculata

di collaboratori capaci e personale specializzato, sono le prerogative di questa azienda che è il punto di riferimento essenziale (ricordiamo pure le certificazioni di qualità italiana) per gruppi edili, laboratori, privati. La **SERECO** è da sempre certezza di qualità, servizi adeguati, assistenza e professionalità nella scelta dei materiali idonei alle varie esigenze lavorative. La collaborazione che la clientela sa di ricevere dal personale e dai dirigenti della **SERECO** si è trasformata in certezza e fiducia, in molti casi: in amicizia. E questo è un altro punto di forza della **SERECO**, valorizzato anche nelle ricorrenze con festeggiamenti che uniscono tutti, come succede ad esempio a Natale per l'ormai tradizionale braciolata. Una festa dove ci si scambia doni, auguri, abbracci, tra succulenti panini, allegri brindisi e tante risate, ma soprattutto si riscalda con affetto e amicizia, insieme, quella collaborazione sempre più stretta, foriera dei migliori risultati.

Formaggi Delogu

I piaceri di una volta



Vittorio Moretti è un personaggio simpatico e gagliardo. Nell'ambiente del fast food, a Monterotondo e in tante altre zone del Lazio, è meglio conosciuto come Polifemo. Stessa vitalità e stesso amore per gli animali ed entrambi pastori, uno nella leggenda e l'altro nella realtà, accomunati dalla cura data al grande gregge di pecore che allevano e il cui latte sanno trasformare in deliziosi prodotti caseari, come le freschissime ricotte, i primo sale, le tenere caciottine, i vari tipi di ottimi formaggi. Vittorio esercita un'altra professione quando l'incontro con Pina De Logu accende la scintilla che gli cambia la vita. Oltre all'amore per la donna che diventerà l'adorata consorte, prorompe in lui l'amore per la terra e gli animali. Pina e il padre possedevano, infatti, un gregge e

producevano in proprio formaggi e caciotte, Vittorio si innamora del settore, ne apprende segreti e metodi antichi di lavorazione, si riempie i polmoni dell'aria pura dei pascoli e la terra, i prati, le pecore entrano prepotentemente nel suo cuore. Diventa un pastore!

Oggi Vittorio Moretti detto Polifemo e sua moglie Pina, che lo coadiuva in tutto, possiedono un gregge diventato sempre più numeroso. Animali sereni e gioiosi che trattano come creature domestiche, coccolati quasi fossero cagnolini (è uno spettacolo vedere le pecorelle accorrere festose), che pascolano felici e tranquilli cibandosi dell'erba cresciuta senza fertilizzanti e perciò naturale, sui vasti prati di loro proprietà.

Il latte è munto a mano, senza forzatura. L'animale rimane quindi rilassato, in un rapporto tra mungitore e pecora delicato

e affettuoso, così che il latte prodotto è quanto di più sano ed ecologico si desidera. Anche i procedimenti successivi sono di altri tempi, eguali a quelli di Polifemo il ciclope pastore.

Chiunque voglia trovare il sapore dell'autenticità può andare a trovare Vittorio e Pina in Via della Gavaccia, nel mezzo delle colline monterotondesi. Con la loro preziosa guida scoprirà un regno elegiaco immerso nel verde di un ambiente salubre e inalterato. Il visitatore potrà inoltre assistere a tutto il ciclo lavorativo, tradizionale e immutato nei secoli per scelta dettata dall'amore verso le bestiole e la pastorizia, nel rispetto della massima igiene e della qualità genuina.

Sarà un entusiasmante ritorno al gusto e ai piaceri, spesso dimenticati, di una volta.

Quando dal Monte Soratte nasce la spezia più preziosa al mondo

A Sant'Oreste arriva lo Zafferano made in Italy

Di giovani agricoltori si sente parlare spesso negli ultimi anni. Grazie alle agevolazioni e agli incentivi fiscali regionali e nazionali, tanti ragazzi hanno scommesso su un percorso che li riporti alla riscoperta degli antichi mestieri, alla cura dell'ambiente e al ritorno alla campagna. Non tutte le esperienze sono uguali, però. Il successo nel settore dell'agricoltura, oggi, deve avere degli ingredienti ben miscelati tra loro, che abbiano come leitmotiv la dedizione e la passione per quello si fa. Lo sanno bene i ragazzi dell'Azienda agricola Agrimoving, nata da pochi mesi nel territorio del Comune di Sant'Oreste, con lo scopo di coltivare e vendere uno dei prodotti più preziosi e antichi della terra: lo zafferano. L'originalità e l'innovazione di una produzione alquanto inedita nella nostra Regione, trovano il loro punto di incontro con la tradizione e i segreti di una storia millenaria. Per la prima volta i delicati fiori viola, scrigno di un oro rosso brillante, hanno colorato i terreni del territorio della Riserva Naturale del Monte Soratte, nella parte alta della Valle del Tevere. "Siamo molto legati alla nostra terra natale e da tempo pensavamo a un modo per valorizzarla, come motore di sviluppo economico e sociale, che secondo noi deve necessariamente avere – racconta Andrea Diamanti, uno dei giovani soci dell'azienda -. Quella dello zafferano è una scelta particolare, difficile ma anche stimolante, in quanto sappiamo benissimo che sul mercato c'è una discreta domanda di questo bene, ma le produzioni sono scarse nella nostra zona, in quanto produrlo richiede tempo e pazienza. Per noi è una sfida appassionante: siamo giovani, alcuni di noi già lavorano e svolgere una nuova attività insieme significa rinunciare al proprio tempo libero, ma anche mettersi in gioco per qualcosa di positivo che restituisca prestigio, bellezza e valore alla nostra terra". Lo zafferano è una spezia antichissima, ottenuta da una particolare varietà di croco, il *Crocus sativus*, è ricca di proprietà benefiche per l'organismo umano e già gli antichi greci, romani ed egiziani la apprezzavano al punto di renderla oggetto di intensi traffici commerciali nel mar Mediterraneo. Anche in Persia e nel Medio Oriente lo zafferano era utilizzato come spezia e come deodorante: si narra che Ales-

sandro di Macedonia aggiunse zafferano all'acqua del suo bagno per curare le molte ferite patite in battaglia. In tutto il corso della storia non ha mai perduto il suo prestigio e molti ricercatori oggi ne studiano nuove proprietà essenziali per la cura dei tumori, delle patologie oculari e cardiovascolari. Una spezia della quale si riconoscono gli effetti altamente terapeutici, ma anche gli ottimi risultati culinari, tra i quali il risotto alla milanese è soltanto una delle squisite opzioni. Il team di Agrimoving, formato da persone giovani, appassionate di agricoltura sostenibile e dei prodotti di eccellenza della tradizione agroalimentare italiana, ha voluto scommettere sul proprio territorio di origine, con lo scopo di diffondere e rilanciare la cultura del prodotto a km 0, a dispetto della grande distribuzione che spesso commercializza zafferano di scarsa qualità, proveniente soprattutto dall'Iran – primo produttore globale col 90% dell'intera produzione mondiale – ma anche da Grecia, Marocco, India e Spagna. L'Italia si difende bene, ma le produzioni made in Italy sono quantitativamente modeste e si concentrano in piccole aziende a conduzione familiare in Sardegna, Toscana, Abruzzo, Umbria e Marche. Nel Lazio la piccola o media produzione si è affacciata da pochi anni, ma dallo scorso anno ha un nuovo competitor, che già ottiene riconoscimenti e certificazioni importanti: "Come primo passo, abbiamo fatto analizzare un campione per rilevarne le proprietà e i risultati ci hanno soddisfatti appieno – afferma Diamanti -. Il report colloca il nostro zafferano in I Categoria, con tutti i valori ISO altissimi e gli indicatori di qualità al di sopra della media, dal punto di vista delle caratteristiche organolettiche e chimiche. Ottenere questo riconoscimento è per noi di primaria importanza, in quanto ci ripaga del lavoro fatto, a partire dalla selezione dei bulbi provenienti solo dall'Italia centrale, dalla lavorazione del terreno e dalla raccolta a mano dei fiori, fino alla cura e all'attenzione profusa in tutti i passaggi necessari all'ottenimento del prodotto finale". Il clima favorevole e la posizione privilegiata delle pendici assolate del Monte Soratte (691 mt), situato a 40 Km a Nord di Roma, avvantaggia la crescita e la



qualità della pianta dello zafferano, della quale si utilizzano principalmente i tre "stimmi" o pistilli, la parte destinata a ricevere il polline, di un bel rosso carminio, che vengono raccolti a mano, essiccati e consumati interi. Si consiglia infatti dilascarli in infusione in acqua, brodo o latte caldi per l'utilizzo in cucina nelle tantissime ricette possibili, scongiurando l'uso più comune e diffuso dello zafferano in polvere, venduto in bustine nei supermercati, molto più economico ma di scadente qualità, anche perché spesso miscelato ad altre sostanze o spezie di minor valore. "In pochissimi mesi abbiamo rivoluzionato le nostre vite, gestendo questa attività con determinazione e vendendo già quasi tutto lo zafferano raccolto – conclude Diamanti -. L'obiettivo è quello di ampliarne la produzione nei prossimi anni e sperimentare l'utilizzo dello zafferano nei prodotti trasformati, ma la missione finale che ci siamo prefissati è soprattutto diffondere la cultura del prodotto genuino e coltivato vicino casa, la riscoperta del valore della nostra terra che eviti il consumo di suolo e ne permetta uno sviluppo sostenibile e la disseminazione nel mercato italiano ed estero di prodotti di qualità superiore e made in Italy".



Mariella Nava: trent'anni tra le note

Mariella Nava inizia a studiare pianoforte fin da bambina e prosegue gli studi di composizione tra Taranto, la sua città d'origine, e Roma. Inizia da ragazza e per gioco a scrivere le sue prime canzoni, un misto di pensieri, riflessioni come quelle che prima si annotavano nei propri diari e oggi, spesso, si postano sulle pagine dei Social. Sono i suoi amici più cari ad accorgersi del suo talento e a consigliarle di fare ascoltare le sue prime composizioni, ma la vera svolta arriva quando lei stessa invia una sua canzone all'attenzione di Gianni Morandi che ne resta particolarmente colpito per la sensibilità con cui ha affrontato l'argomento del rapporto genitori figli. Si tratta di "Questi figli", un brano scritto a metà degli anni '80, ma di valenza sempre attuale. Da qui il primo contratto discografico con la RCA e il suo debutto artistico avvenuto con il suo primo festival di Sanremo nel 1987, con il brano "Fai piano".

Arriva nell'88 il primo riconoscimento al Club Tenco come "Miglior Opera prima" per il suo primo album "Per paura o per amore". Sono questi gli anni in cui cresce la stima soprattutto autorale nei suoi confronti da parte di pubblico, critica e ambiente musicale. Sono tante le collaborazioni illustri e tante canzoni scritte per molti grandi nomi. Tra questi sicuramente spiccano: "Come mi vuoi" scritta per Eduardo De Crescenzo nel Sanremo del 1989 e ricantata poi da Mina, "Spalle al muro" (ricordata come "Vecchio") scritta per Renato Zero, per il Sanremo '91 "Per amore" scritta per Andrea Bocelli, ma resa celebre in tutto il mondo da un'infinità di interpreti e in particolare da Zizi Possi in Brasile. Nel 1991 riceve il premio Lunezia per il valore letterario dei suoi versi in musica. E ancora, di par-

ticolare interesse, sono il duetto con Pino Mango in "Il mio punto di vista", con Dionne Warwick in "It's forever", in "Futuro come te" con Amedeo Minghi, nel Sanremo del 2000 e la canzone scritta per Lucio Dalla "Notte americana" e alcuni temi musicali composti per spot pubblicitari come Zucchi, Orogel, Stufe Nordica, Olio Monini, Fileni Bio e ancora molte canzoni scritte per cause sociali importanti come "Eppure vivono", "Piano inclinato", "Dentro una rosa", "Fade out", "Gli ultimi", "Fisionomia", "Un minuto di silenzio", "In nome di ogni donna" (quest'ultima contro la violenza sulle donne) e ancora "Stasera torno prima" donata all'Anmil e diventata colonna sonora della campagna sul tema della Sicurezza sul lavoro.

Premiata con tanti riconoscimenti per questa sua attenzione ai temi sociali attraverso testi toccanti di grande intensità, nel giugno 2015, è stata insignita dell'onorificenza di Cavaliere Ordine al Merito della Repubblica Italiana. Ancora ricordiamo molte partecipazioni al Festival di Sanremo con buoni risultati come "Il cuore mio" del 2002 (premio Lilt per la Vita), "Terra mia" del '94 (Premio Volare) e, soprattutto nel '99, terza classificata e premio della critica come miglior musica con "Così è la vita". Sempre attenta ai temi culturali e sociali del nostro Paese, segue, affianca ed è da sempre vicina e partecipa a molti eventi importanti a titolo di solidarietà.



Nel 2013 fonda "Suoni dall'Italia" un Laboratorio/Etichetta indipendente per dedicarsi, circondandosi da validi collaboratori di esperienza, a quella musica che oggi non trova molti "spazi" e soprattutto ai giovani che meritano attenzione. Molto vicina ai concorsi nazionali che mettono in luce il talento dei giovani come Musicultura e il premio di Aversa per sole cantautrici intitolato a Bianca d'Aponte. Ha pubblicato una compilation dal titolo "Sanremo si Sanremo no" in cui ha raccolto tutti i momenti salienti della sua carriera dagli inizi fino ad oggi. A cinque anni dal suo ultimo disco Tempo mosso è uscito il nuovo lavoro Epoca, un album di inediti annunciato dalle anteprime "Prima di noi due" e "Il nostro correre", pubblicato il 3 Febbraio, giorno del suo compleanno.

Incontrare Mariella Nava è sempre un piacere. Sarà per la sua semplicità, la positività, l'equilibrio con cui è riuscita ad attraversare tre decenni di musica, quella con la emme maiuscola, senza mai perdere di vista la realtà. L'ultima sua produzione discografica, Epoca, ha coinciso con il trentennio di carriera iniziata dal



suo primo festival di Sanremo del 1987. Un album che vuole collegare tradizione e futuro della nostra canzone e in cui Mariella scrive, interpreta, suona, arrangia, circondandosi dei suoi più affezionati musicisti. Cantautrice sensibile e raffinata, ma concreta, in questo suo ultimo lavoro ha voluto ricordare la tragedia della Shoah con il brano 'La città dei giusti', ispirato alla storia inedita della popolazione di Campagna, cittadina in provincia di Salerno che, ai tempi della seconda guerra mondiale, salvò valorosamente tanti ebrei rinchiusi nei due ex conventi diventati il più grande campo di concentramento istituito in Italia a partire dal 1940. "Ho voluto raccontare e mettere in musica questo atto eroico poco conosciuto da parte della cittadinanza che si adoperò per salvare tante vite per sottolineare la generosità, la compassione che ci caratterizza -spiegami è sembrato un bell'esempio da divulgare e tramandare ai posteri".

Sono trascorsi trent'anni dal tuo esordio. Potresti tracciare un bilancio?

"Sicuramente molto positivo. Sono una donna, cantautrice un po' sui generis. Ho vissuto questi anni serenamente, sempre in disparte, senza mai cercare di impormi né di scalpitare. Se questo da un lato mi ha tolto forse un po' di notorietà, dall'altro mi ha anche garantito una stima da parte di molti".

Come si inserisce, nel contesto disco-

grafico attuale, una cantautrice del tuo livello?

"Continuo a fare quello che ho sempre fatto senza mai modificare il mio essere. In questi ultimi anni il concetto di musica è sicuramente cambiato, soprattutto quella melodia che deve raccontare non è più protagonista, mancano i passaggi nostalgici, i colori della vita che venivano messi in evidenza, i testi che erano liriche, metafore che avevano una parentela con la poesia. Di questo tipo di musica abbiamo perso le tracce, i connotati. Oggi è un rumore di fondo, un parlare su un ritmo, la musica viene quasi imposta. Temo che ciò che resterà sarà illusione, visione. Per questo io faccio quello che mi fa stare bene per il pubblico che mi segue. Coloro i quali mi hanno scelta, mi stimano, mi seguono da lontano, vengono a cercarmi. Persone reali, non followers virtuali, che incontro regolarmente al Caffè letterario di via Ostiense in una sorta di happening in cui ogni anno ci ritroviamo. Mi gratifica molto inoltre, nel mio essere compositrice, avere avuto l'onore di essere stata scelta per interpretare le mie canzoni, senza il bisogno di scalpitare. Ho anche questo desiderio esaudito e tutto questo fa il peso del mio essere artista".

Qual è il tuo rapporto con Mentana, la città nella quale hai scelto di vivere?

"È un rapporto molto bello perché mi sento cittadina di Mentana. Vado per la strada, conosco tutti, mi fermo a parlare con la gente, vado a fare la spesa. Vivo pienamente la città e mi impegno per renderla sempre più vivibile. Mi ha fatto molto piacere scoprire che molti nomi illustri hanno condiviso questa mia scelta".

A proposito di questo, cosa pensi del fatto che Mentana abbia perso il treno per diventare la città della musica?

"Credo che questo progetto possa ancora essere realizzato. Potrebbe partire da un sindaco che abbia a cuore questa città. Occorrerebbe coinvolgere non solo gli artisti che nel passato e ancora

oggi hanno deciso di vivere qui, ma anche i cittadini, creando magari una fondazione finalizzata ad una raccolta fondi a favore del progetto che non gravi sul Comune. Fare di Mentana il



simbolo della musica significherebbe anche mirare ad una capacità di crescita culturale che possa dare alla città un plusvalore, un luogo in cui la gente abbia il piacere di abitare. Perché non farlo? Avrebbe una ricaduta positiva anche sul mercato immobiliare, un'induzione ulteriore per un potenziale acquirente. Sarebbe un progetto visibile da collegare magari ad una scuola che darebbe ai giovani artisti mentanesi la possibilità di perfezionarsi, coinvolgendo anche i colleghi che possano partecipare alla realizzazione di questo progetto. Sarebbe una sorta di passaggio tra le personalità che hanno scritto pagine importanti dal punto di vista artistico e le nuove generazioni. Io stessa ho discusso spesso con alcuni costruttori di zona, proponendo la creazione di una sorta di accademia artistica che racchiuda tutti i settori dello spettacolo. Bisogna credere nel cambiamento, la mentalità va inculcata, sono gocce che vanno versate tutti i giorni nel caffè dei mentanesi. Per realizzare questo sogno è necessaria però una benevola collaborazione da parte di tutti. E vi assicuro che io sarò la prima!"

Cronache Postume



Cammio frastornato dagli e-venti che accadono in questo periodo in Italia e nella nostra regione Lazio, legati soprattutto alle campagne elettorali ed alle cronache. Cerco di comprendere cosa accade, perché accade e quale sentiero ha imboccato la nostra società. I mezzi di comunicazione di massa ci trascinano, alla velocità della luce, dalle stelle alle stalle: dalle ricerche statunitensi su un sommergibile per esplorare le acque di Mercurio alle bustarelle di un piccolo comune della Campania. Anche localmente sento parlare, non senza ragionevoli motivi, dell'esigenza di ricostruire la politica partendo da movimenti civici di base e dall'altra, in nome di immortali principi, vedo fare gli interessi di amici degli amici. Sento riecheggiare le teorie di Erich Fromm (1900-1980) esposte nella sua opera *Avere o essere*; questi mi sembrano tempi in cui la modalità dell'aver trionfa su quella dell'essere ed in cui emergano tecniche comunicative al di là di ogni realtà e verità. È questa una società dove se non appari non esisti e dove ciò che appare spesso non esiste.

Sono le caratteristiche tipiche di una società in crisi; infatti la modalità dell'aver porta al conflitto, allo scontro sia fra gli individui che fra le nazioni.

Percorro la Nomentana in direzione di Monterotondo sino al confine, un tempo segnato da un torrente, nella località allora chiamata la Caciara. Ora vi è semaforo, posto nel territorio mentanese, che regola l'accesso sia al territorio di Monterotondo che alla circonvallazione che, dirigendosi verso Tormancina, conduce alla Salaria. Lunghe file di macchine si formano talora sulla Nomentana sin dalla periferia di Mentana. Passato il confine una funzionale e celere rotatoria fa accedere al

paese confinante.

Solo menti altamente geniali potevano concepire una simile sistemazione viaria! Il risultato di tali geniali politiche ha reso Mentana ammalata di anoressia e Monterotondo di bulimia. Esempi lampanti in cui interessi localistici hanno creato il disagio comune! Malgrado i buoni propositi di guardare sempre avanti, la mia mente ritorna indietro nel tempo. Siamo nell'anno 1815, al tramonto dell'epoca della rivoluzione francese e dell'impero napoleonico; inizia un nuovo corso storico con tutte le sue incertezze ed i suoi problemi.

Tra Mentana e Monterotondo i contrasti erano molto accesi e si verificavano soprattutto in occasione delle corse dei cavalli che si organizzavano a Mentana in occasione della festa del Corpus Domini; i Monterotondesi più numerosi ed organizzati erano spesso anche i più prepotenti. Racconta il consigliere comunale mentanese Giuseppe Stocchi in una sua relazione del 1839: "essendo i Monterotondesi accorsi in gran folla nel nostro paese, andettero cimentando questo e quello fino al punto che uno di essi tirò nel nostro Borgo un colpo di pistola alla mucchia del popolo, ove fortunatamente una mano coraggiosa deviò il colpo alzandogli il braccio nell'atto dell'esplosione e così le palle, passando sulla testa degli astanti, andettero a piantarsi nel muro della casa di Lorenzo Stocchi e che, volendosi arrestare i colpevoli, questi si fecero largo con le armi e nel fuggire minacciavano di voler ritornare la sera con rinforzi sufficienti a debellare la nostra misera patria; di fatti si ricorderanno le Signorie Loro Illustrissime come, all'imbrunir della notte, allorché alcuni onestissimi e rispettabili personaggi di Monte Rotondo, accorsi anch'essi alla solennità in Mentana, ritornavano alla lor patria, incon-

trarono per la strada più di sessanta facinorosi di Monte Rotondo tutti armati di archibugio che a gran passi si avanzavano, qual nemico esercito alla volta di Mentana e che detti personaggi con la più convincente eloquenza, persuasero a tornare indietro e desistere dal disegno". Incidenti però si verificavano anche nelle campagne con taglio di viti ed alberi da frutto, con incendio di fattorie, con aggressioni alle donne mentanesi, intente alla spogliatura dopo la mietitura. Quando ancora non era stata creata una farmacia a Mentana, i Mentanesi che si recavano a quella di Monterotondo, per l'acquisto di medicine erano aggrediti; Giuseppe Ruggeri in tale circostanza fu assalito e lasciato semivivo. Giovanni Nanni fu ucciso premeditadamente a coltellate da Monterotondesi in mezzo a Mentana. Il vino faceva il resto: "Ricorderanno ancora come i medesimi nelle nostre festività principali ardivano di entrare a turbe in Chiesa in tempo delle sacre funzioni, portando sotto braccia delle coppelle di vino e quindi, a guisa di eretici, non ebbero ribrezzo di mettersi più volte a bere alle cappelle a pubblica vista nella Casa di Dio, credendo deridere le nostre funzioni e noi medesimi, senza voler conoscere che oltraggiavano l'Altissimo nel suo Sacro tempio e senza valutare lo scandalo immenso che davano al pubblico, per lo che il fu Arciprete Calvari d'immortal memoria, fu costretto una volta, per obbligo e zelo a discacciarli ad alta voce dalla Chiesa medesima, riprendendoli severamente." Le autorità governative furono costrette ad inviare a Mentana una brigata di Carabinieri che qui venne mantenuta per qualche anno a spese della Comunità locale. Si può intuire il clima di violenza ed anche il contenzioso giuridico che si originò tra i due Comuni.

Il giorno 8 giugno 1815 su sollecitazione del Governatore di Tivoli fu riunito il Pubblico Consiglio di Mentana di cui erano priori Domenico Pasqui e Tomasso Lodi ed a cui partecipavano il Deputato ecclesiastico Don Giuseppe Santucci ed il Gonfaloniere Luigi Santucci. Era presente anche l'avvocato Impaccianti, vice gerente di Tivoli e giudice delegato per tutte le questioni aperte nella Giunta di Stato tra Mentanesi e Monterotondesi.

Allora a Mentana e nello Sato Pontificio la famiglia Santucci era all'apice della sua potenza; dal 1813 il Parroco di Mentana Don Loreto Antonio Santucci era anche Ufficiale nella segreteria di Stato diretta dal cardinale Ercole Consalvi.

Nel Consiglio prese la parola l'avvocato Impaccianti ed invitò i consiglieri presenti ad adoperarsi per porre termine a qualsiasi dissenso e questione tra i due comuni vicini, stabilendo una federazione che facesse cessare le ostilità. Don Giuseppe Santucci prese la parola e disse: "La proposta fatta dal Signor Avvocato delegato non solo è plausibile ma deve universalmente abbracciarsi anche

con spirito di Cristiana Religione, perdonando per amor di Dio ogni offesa e perché la pace è quella che deve considerarsi e perché questa porrà fine ad ogni questione e così s'eviteranno quei danno che la discordia suol arrecare." Il Consiglio infine a voti unanimi dei partecipanti approva la seguente proposta: "S'è risoluto in conseguenza che questo magistrato e suo segretario con l'assistenza del Signor Governatore locale e deputati ecclesiastici e con l'intervento di due deputati dal pubblico consiglio, intervenghino in nome dell'intera popolazione a celebrare questo atto di Federazione, il quale sarà celebrato nel sito stabilito dall'Illustrissimo Sig. Avvocato suddetto e dal medesimo già a voce indicatoci nei confini del nostro territorio con quello di Monte Rotondo, ove intervorranno per parte della popolazione di Monte Rotondo ed in nome della medesima i stessi soggetti, secondo la nostra missione, e perché tal atto sia fermo, stabile e notorio dovrà farsi per atto pubblico notarile (notarile) ed a tal effetto per parte di questa popolazione resta deputato ed eletto il Signor Giovanni Ficuriti di Monte Rotondo, Notaro Pubblico, il quale stipolerà

l'istromento di Federazione per parte di questa nostra popolazione con quelle condizioni ed articoli che saranno combinati dal Magistrato e Signori Deputati e che crederà conveniente stabilire il più volte lodato Sig. avvocato Delegato. Li deputati che dovranno intervenire all'atto suddetto sono nominati il Sig. Luigi Santucci ed il Sig. Gaspare Pomponi." Per finire il Pubblico Consiglio "prega il Sig. Avvocato Impaccianti Vice Gerente di Tivoli Giudice delegato di ottenere dalla Suprema Giunta di Stato il perdono tanto per quelli che si saranno resi colpevoli nella rissa del Corpus Domini e giorni susseguenti sino al presente di Mentana, quanto per quelli di Monte Rotondo per ogni buon fine ed effetto." Ho provato ad immaginare quell'incontro al confine tra i due Comuni con quella folta rappresentanza di autorità mentanesi e monterotondesi e, pur sorridendo sul formalismo che voleva imporre la pace con un atto notarile, ho nutrito una certa ammirazione per chi voleva rimuovere delle barriere tra due territori. Non ho potuto non domandarmi: "C'è maggiore saggezza e responsabilità oggi o in quella occasione di 103 anni fa?"



LODI SERVIZI
CONSULENZA FISCALE E DEL LAVORO

Via Sante Monachesi, 16
-Traversa Via Reatina-
tel/fax 06.909.1902 - tel/fax 06.909.3320

e a FONTE NUOVA Via Palombarese, 434 - tel/fax 06.905.32348



Ricordo di Federico Zeri

Segue dal numero precedente

La “questione meridionale” - che Spinazzola trattò nell’ottica della Sicilia, ma che in nulla cambiò nel contesto dell’intero regno delle Due Sicilie - divenne un atto d’accusa alla borghesia nazionale. Egli infatti scrisse: “Al grande De Roberto spetta il merito di avere impostato un discorso che Pirandello e Lampedusa, suoi emuli, rilanciano a loro modo, perché condividono la persuasione della sua importanza ancora attuale.”

La triade De Roberto, Pirandello, Tomasi di Lampedusa, sviluppatasi nell’arco dei primi cento anni della Storia d’Italia, urla la stessa indignazione per l’esito truffaldino dell’impresa di portare la Sicilia dall’arretratezza alla modernità (Spinazzola).

È quindi in quest’ottica che si spiegano la dura reazione di Pirandello e la cinica filosofia del De Roberto e del Lampedusa: De Roberto mise in bocca al duca di Oragua, deputato della Destra e maestro di clientelismo - parodiando il detto di Massimo D’Azeglio Ora che l’Italia è fatta, bisogna fare gli italiani - la sua versione in Ora che l’Italia è fatta, dobbiamo fare gli affari nostri; le invettive del narratore Pirandello si concentrano con una foga allucinata contro un obiettivo ad alto valore simbolico, la Terza Roma, «...», «...» che contamina l’intero paese, in una apocalittica «banca-rotta del patriottismo»; Giuseppe Tomasi di Lampedusa nel suo *Il Gattopardo*, nel momento storico dello sbarco dei Mille in Sicilia, mise in bocca al giovane aristocratico Tancredi, che stava per arruolarsi nelle file dei garibaldini, l’icastica affermazione passata in proverbio: Se vogliamo che tutto rimanga come è, bisogna che tutto cambi.

In sintesi, sulla “questione meridionale”, fa ancora purtroppo meditare la riflessione (pessimista) dello Spinazzola: “...

E ciò significa revocare in dubbio il valore complessivo dell’epos risorgimentale, proiettandolo in una luce di delusione”.

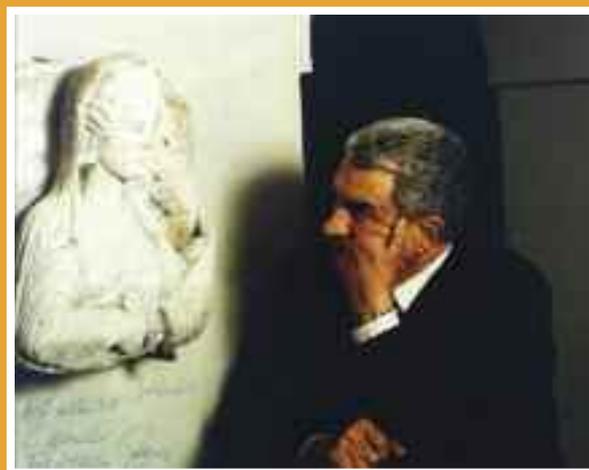
Mentre vergai alcuni brani di questo testo (2011), si svolsero i festeggiamenti per i 150 anni dell’Unità d’Italia; gli ultimi due Presidenti eletti alla massima carica della Repubblica italiana, Ciampi e Napolitano, avevano messo il loro impegno nel dare vigore al senso di italianità e ai valori risorgimentali riportando in primo piano il valore

simbolico del Tricolore; purtroppo la data era coincisa con la crisi della moneta unica europea: gli animi non erano aperti alla gioia spontanea. Ecco perché mi tornavano, frastornanti alla memoria, le parole di Zeri che non riusciva a vedere un rinnovamento della classe politica:

25 settembre 1981 - ... è una élite che governa l’Italia e che finge poi di criticare, di fare la morale ... sono sempre loro ... ce li trova tutti dentro

Dalla morte del Professore sono ormai trascorsi molti anni, dal saggio dello Spinazzola ancora di più per non dire dell’edizione postuma de *Il Gattopardo*: e non è cambiato assolutamente nulla. A gestire i destini della Nazione, dietro i personaggi che siedono sui banchi di Montecitorio e di Palazzo Madama, ci sono sempre loro, “gli invisibili”. Sono questi che muovono i fili, sempre attivi e con una ragnatela sottile, antica e consolidata ma soprattutto raffinata e limata, una generazione dopo l’altra.

Senza venire al presente ancora urticante, credo sia sufficiente citare solo alcune mostruosità da poco consegnate alla storia e che ancora turbano le coscienze popolari: nella cultura, l’ostracismo a Federico Zeri per l’intera vita e



del quale ho detto le cento volte; in politica, la tragica fine di Aldo Moro e di Bettino Craxi, la pertinace aggressione al presidente Leone, nella finanza o nella gestione della cosa pubblica, gli scandali IOR, Sindona, Giofrè, Mazzanti o l’allegria ventennale gestione dell’Italcasse, sino agli infiniti amichevoli insabbiamenti, e poi “mani pulite”, la mafia a Roma, lo scandalo del Mose veneziano. Tutti drammi nazionali - inspiegabili e non mai spiegati! - al senso di onestà del popolo sovrano che insinuano ancora oggi nell’animo del semplice cittadino l’inutilità di una impalcatura politica “gestita da dietro le quinte”. Mentre urla il suo sdegno la coscienza di quanti nel sentimento del vivere onestamente ancora si riconoscono.

Zeri mi disse (relata refero) che dietro a tutto questo apparato vi era l’armata immediatamente allertabile costituita da migliaia di firmisti pronti all’appello del “padrone” e la cerchia gravitante nell’orbita di una nota rivista e di un notissimo quotidiano sempre tuonanti, mentre gli “invisibili” indossavano il cappuccio con due buchi all’altezza degli occhi e uno al livello della bocca.

Per tornare alla delocalizzazione del lascito Zeri penso ancora che fu un *vulnus* riconducibile alla casta degli invisibili.

È ben nota la volontà del Professore di voler fare della sua casa di Casali di Mentana una scuola di alta specializzazione di storia dell'arte: ma a questa casta non parve vero di potere infierire sul Personaggio, anche dopo la Sua morte tradendo le Sue volontà, ulteriore dimostrazione della potenza della filosofia messa in bocca all'aristocratico gattopardesco Tancredi Falconieri.

La "questione meridionale" si potrà risolvere? Zeri la reputò irresolubile: vorrei che almeno in questo il Maestro si fosse sbagliato. Penso infatti che si potrà risolvere quando il Sud d'Italia non sarà più considerato terreno di preda: continuare a enucleare ogni fonte di lavoro, culturale o industriale, dai tre valli siciliani (Val Demone, Val di Mazzara e Val di Noto) o da qualunque altro sito centro-meridionale posto sotto la "linea gotica", per ricollocarlo nella "Valle del Po" non potrà che perpetuare questo flagello che nulla di buono potrà mai apportare alla comunità italiana.

La Fondazione Zeri, trasportata a Bologna, ha ora una collocazione prestigiosa: non si discute. Ma fra quelle mura manca l'essenzialità della "fondazione": manca la presenza di Zeri, la simpatia delle Sue rare ore allegre e il canto dei suoi stornelli romaneschi; manca l'urlo della Sua indignazione, la passione della Sua ricerca; manca l'odore della Sua zuppa al brodo di tartaruga degli anni Ottanta, l'attenzione per il Suo roseto, la cura per la collocazione e conservazione della Sua collezione di epigrafi; manca la ricerca continua di volumi che sapeva di avere e che non riusciva a ritrovare con conseguenti Sue invettive; manca l'amore per ogni oggetto del Suo arredamento; mancano le Sue barzellette per le quali prima di tutti ne rideva Lui e poi riversava al mondo intero con le Sue telefonate. Manca soprattutto l'energia che dalle pareti della Sua casa ancora si sprigiona e che, nelle poche occasioni nelle quali vi sono stato accolto dopo la Sua morte, mi ha pervaso ancora sino ai precordi.

Tutto questo nell'edificio storico e monumentale, già convento di Santa Cristina, fra via Santo Stefano e Strada Maggiore a Bologna non c'è, non può esserci, mentre nella casa di via delle Facciate, 38, in località Trèntani a Casali di Mentana, sì, c'è! Ancora oggi c'è.

su gentile concessione di:

Wall Street International



Gianpaolo
PARRUCCHIERE

Via Amendola, 84/b
00013 Mentana (Rm)
Cell **320.3687903**

Un mix di esperienza, professionalità, stile, fantasia

Novità: HAIR TATTOO

TESSERA FEDELTA'

Le nuove clienti che presenteranno questo annuncio avranno il **20% di sconto**

UNA TRADIZIONE DI FAMIGLIA



Via G. Amendola, 84/b - Mentana (RM)

Tel: 320.3687903

ACCONCIATURE GIANPAOLO

SEMPRE UN PASSO AVANTI



VISITE SPECIALISTICHE
CONTATTOLOGIA PERSONALIZZATA
VISITE ORTOTTICHE PER BAMBINI



Ottica Foto Claudio

VISITE A DOMICILIO
 ANCHE PRESSO CASE DI RIPOSO



Viale Mazzini, 56/bis • Monterotondo • Tel. 069092841

otticafotoclaudio@libero.it



Carburanti e lubrificanti
ai migliori prezzi sul mercato

Via Reatina, 310 – Mentana (RM)

Tel. 06 90015955

CENTRO STUDI A FIANO ROMANO

- RECUPERO ANNI SCOLASTICI
 - LEZIONI INDIVIDUALI in qualsiasi materia
 - PREPARAZIONE ESAMI DI MATURITA' E TEST DI INGRESSO ALL'UNIVERSITA'
 - PREPARAZIONE SPECIFICA DI OGNI ESAME UNIVERSITARIO
 - CORSI UNIVERSITARI (Unicusano)
 - CONSULENZA DI TESI DI LAUREA
 - PREPARAZIONE ESAMI PER ABILITAZIONI PROFESSIONALI E CONCORSI PUBBLICI
 - CORSI DI FORMAZIONE PROFESSIONALE RICONOSCIUTI
 - CORSI DI LINGUE CERTIFICATE
- (Inglese, tedesco, francese, spagnolo, giapponese, cinese, portoghese, russo...)



SIAMO A FIANO ROMANO IN PIAZZA DELLA LIBERTA' N°18
 PER ULTERIORI INFORMAZIONI

TEL. 0765.389058 - E-MAIL info@gaussformazione.it





È bello entrare in una tabaccheria per un motivo dei più semplici come l'acquisto di un pacchetto di sigarette e scoprire un mondo di cose diverse, interessanti, tra tante novità e piccoli oggetti anche di uso comune, ma in una nuova veste: dal portachiavi spiritoso alle idee regalo, dagli articoli per la scuola ai giochi da tavolo. E poi preziose cornicette, cinture, accen-

dove puoi trovare tutto, dove farti venire l'idea.

Ad esempio, ami gli animali e non vuoi avere nulla a che fare con qualcosa che crei disagi alle piccole creature o peggio, sia un lucro sulla loro innocente vita? Da TABACCHI E... trovi persino le sigarette vegane, quelle cioè di marche che utilizzano tabacco Cruelty free e non testano su animali.

TABACCHI E...

disigari importanti e mille altri articoli in esclusiva, il dono che cercavi per farti ricordare. E poi e poi e poi. Si potrebbe andare avanti all'infinito perché TABACCHI E... in Via Moscatelli a

TABACCHI E... è inoltre il perfetto - e comodo - punto di AFFRANCO POSTA, dove spedire in modo veloce e sicuro pacchi, assicurate e raccomandate, evitando le estenuanti file nell'ufficio postale.

E poi: incredibili servizi offerti sono l'accordo con la BANCA 5 del gruppo INTESA SAN PAOLO che permette di avere la banca a portata di mano e lo sportello New Service della WESTERN UNION per il rapido e pratico invio di denaro all'estero.

E poi e poi e poi. Ricariche per i telefonini con tutte le compagnie telefoniche, il brivido di tentare la fortuna con i giochi del lotto, superenalotto, 10 e lotto, gratta evinci.

Insomma, TABACCHI E... oltre ai tanti articoli per fumatori è soprattutto un mondo nuovo, tutto da scoprire.

TABACCHI E...

**ARTICOLI PER FUMATORI
CARTOLERIA - MULTISERVIZI**

RICARICHE E SERVIZI



VIA A. MOSCATELLI, 316 - MENTANA (RM)
TEL. 06.900.15.251 tabaccheriams@libero.it

NEW SERVICES

WESTERN UNION WU

moving money for better



LA BANCA
A PORTATA
DI MANO

Gruppo INTESA  SANPAOLO

AFFRANCAPOSTA

Postitalia



**PACCHI
ASSICURATE
RACCOMANDATE**

SPEDISCI DA NOI LA TUA CORRISPONDENZA



La giovane graphic designer Erica Pittalis

Erica Pittalis è un'artista romana, laureata in grafica editoriale all'Accademia delle Belle Arti di Roma dove tuttora continua a studiare grafica, fotografia ed illustrazione. Nonostante la giovane età, classe '91, le sue illustrazioni digitali raffiguranti pittori illustri o rockstar internazionali risultano molto evocative, catturando immediatamente l'occhio di chi le osserva. "Uno dei miei progetti più importanti - ci spiega Erica - è quello che prende il nome di 'The great of the painting', dove sono illustrati dei pittori come Frida Kahlo, Kandinsky, Picasso, Mirò e Caravaggio". Erica si definisce una graphic designer ed attraverso le sue parole ci siamo addentrati dentro questa figura dell'arte contemporanea. "Un graphic designer - dice - si occupa principalmente di creare oggetti visivi, intesi per essere stampati, pubblicati o trasmessi tramite i media digitali allo scopo di comunicare un messaggio al pubblico nel modo più semplice e funzionale possibile. Si occupa anche di progetti, direzioni artistiche e consulenze tecniche su tutte le fasi di creazione. I graphic designer sono dei professionisti che operano nella comunicazione, con competenze di fotografia, tipografiche e di web design. Il nostro ruolo principale è la disposizione degli ele-

menti nello spazio. I graphic designer operano in studi professionali, agenzie pubblicitarie, redazioni di giornali e riviste dove si occupano della grafica, case editrici ed anche in proprio, come freelance".

La predisposizione per l'arte si è manifestata in te sin da bambina.

"Esatto, già all'età di 10 anni amavo il disegno ed ero predisposta verso le arti grafiche in generale. Poi, dopo la scuola media, mi sono iscritta all'istituto professionale di grafica pubblicitaria a Monterotondo, quello che oggi è il liceo artistico 'A. Frammartino'".

Da cosa prendi maggiormente l'ispirazione per le tue opere?

"Amo molto il mare, la cosa sarà forse dovuta dal fatto che i miei genitori sono originari di un'isola bellissima come la Sardegna. Anche la mia pagina ed il logo dell'ancora sono nati in un momento di ispirazione in cui ero al mare".

Oltre a proseguire negli studi e nella formazione artistica cosa c'è nel futuro di Erica?

"In quest'ultimo periodo sto portando avanti un progetto chiamato 'The sea of inside' (tanto per restare in tema ndr), in cui sto creando un 'silent book', cioè un libro senza parole, dove solo le illustrazioni racconteranno la storia. Il libro uscirà a breve, ma intanto nella mia pagina in-



stagram c'è l'anteprima della copertina. Poi continuo sempre a dipingere, cosa che amo molto fare.

Si è parlato della serie legata ai grandi pittori, ci sono anche le illustrazioni dedicate alle rockstar...

"Quella serie di opere è stata protagonista di una mostra al locale sulla via Casilina 'Dodici pose'".



ericapittalis1@hotmail.it



Still lab studio



Still lab studio

VETRERIA RIGANELLI

Serramenti in PVC



CERTIFICAZIONI
per RISPARMIO ENERGETICO
al 50% e 65%



LAVORAZIONI VETRO

- SPECCHI
- VETRO CAMERA
- CRISTALLI TEMPERATI
- VETRI BLINDATI



INFISSI

- INFISSI IN ALLUMINIO
- INFISSI IN LEGNO/ALLUMINIO
- INFISSI IN PVC



PERGOLATE

- TENDE DA SOLE
- PERGOLATI IN ALLUMINIO
- GRANDI COPERTURE



FERRO

- LAVORAZIONI IN FERRO
- TAGLIO E PIEGA
- CONTROTELAI IN LAMIERA
- PORTE BLINDATE

TUTTE LE APPLICAZIONI NELL'EDILIZIA

info@vrsrl.com

La **VETRERIA RIGANELLI** è una delle attività artigianali e imprenditoriali più note di Mentana.

Da tanti anni indirizzata a tutte le applicazioni nel settore dell'edilizia, è innegabilmente famosa per quelle che riguardano il vetro: dalla realizzazione di specchi di ogni tipo e misura al vetro camera, dai cristalli temperati agli speciali vetri blindati antintrusione, fino alla vasta gamma di infissi in alluminio o in accoppiata legno/alluminio e quelli in PVC delle marche migliori sul mercato.

VETRERIA RIGANELLI è altamente specializzata nell'esecuzione di pergolati in alluminio di ogni dimensione, grandi coperture, tensostrutture e tende da sole, studiate in base alle esigenze individuali. Grande, inoltre, la richiesta di lavorazioni in ferro, dal taglio piega ai controtelai in lamiera.

Un altro campo in cui eccelle la **VETRERIA RIGANELLI** è quello delle finestre e dei portoncini blindati, tutti di ultima generazione, anti scasso ed effrazione.

Tanti anni di esperienza e professionalità, dove si è sempre tenuta nella massima considerazione la piena soddisfazione della clientela, fanno della **VETRERIA RIGANELLI** la rinomata azienda il cui nome significa serietà, qualità, garanzia.

MENTANA Via A. Moscatelli, 147
Via S. Antonio 56-58-60
Tel/Fax 069093093 - cell. 337739497

Cosa c'è da vedere a Guidonia Montecelio?



Abito a Guidonia Montecelio da quasi trent'anni e ho avuto il privilegio di studiare e promuovere l'arte in questa città, che conosco molto bene, ma questa volta vorrei immaginare di indossare i panni di un qualunque "turista". Un viaggiatore curioso, con un livello culturale medio-alto, che si muove autonomamente, che ha visitato Roma per vari giorni, che si sia spinto a visitare già Tivoli e che intenda esplorare di passaggio anche la città di Guidonia Montecelio.

«Cosa c'è da vedere a Guidonia Montecelio?» si chiederà il nostro forestiero. Un breve giro su internet lo metterebbe immediatamente nelle condizioni di individuare un elenco di cose da vedere: la famosa Triade capitolina, nel Museo Rodolfo Lanciani a Montecelio; sempre a Montecelio, che è l'anima antica della città, c'è la Rocca, la chiesa di sant'Antonio (con affreschi attribuiti ad Anto-

nio), la caratteristica piazzetta su cui si affaccia la neoclassica chiesa di san Giovanni, con l'arco di santa Maria, che porta alla chiesa di santa Maria Nova.

Per quanto riguarda Guidonia centro, questa, città di fondazione offre un panorama interessante sull'architettura razionale nel centro urbano, costituito dalla piazza Matteotti - su cui si affacciano il palazzo comunale, la casa del Fascio, la torre littoria, il teatro Imperiali e, adiacente, la chiesa di santa Maria di Loreto - le case popolari lungo via Leonardo Da Vinci e soprattutto l'aeroporto militare Alfredo Barbieri. Il nostro turista apprende poi che la città è divisa in tante frazioni, anche lontane fra di loro e mal collegate, in cui non c'è pressoché nulla di segnalato, se non il Museo della via Cornicolana a Setteville, mentre il Parco archeologico dell'Inviolata, da cui proviene la tanto decantata Triade, non è accessibile per-

ché coincide con l'area di una immensa discarica, di cui si vede una collina dalla strada provinciale 28 bis!

Il nostro turista comincia ad informarsi sui luoghi in cui informarsi; non essendoci un centro di informazioni turistiche, cerca nelle biblioteche locali, ed apprende che è possibile accedere ad una sola biblioteca, a Guidonia centro (con orari ridotti perché di pomeriggio è aperta solo il lunedì e il giovedì), mentre le altre, dislocate nelle altre frazioni - Villalba, Montecelio, Setteville - sono chiuse. Ritornando su Internet, il nostro viaggiatore curioso cerca informazioni innanzitutto sui musei, ed apprende che proprio quello che accoglie la tanto pubblicizzata Triade capitolina è chiuso, mentre l'altro della via Cornicolana, in località Setteville, è accessibile solo l'ultimo sabato del mese dalle 18,30 alle 19,30 e la prima domenica del mese dalle 12 alle 13, oppure in altri giorni su appuntamento: peccato! Per-

ché il nostro “turista di passaggio” aveva a disposizione una sola giornata, diversa da quelle delle due ore di apertura e difficilmente conciliabile con un appuntamento da fissare. Di nuovo, peccato! Anche considerando che, visto da fuori, l’edificio del Museo della via Cornicolana presenta una scelta felicissima in termini architettonici e museologici: un museo ed una chiesa sovrastano e accolgono, in situ, un tratto dell’antica via Cornicolana, che si diramava dall’antica via Tiburtina, per portare all’antica Curriculum, attuale Montecelio.

Riguardo a Montecelio, che il nostro turista immagina essere un ameno paese con il suo caratteristico centro storico, apprende che, oltre ad essere chiuso il Museo della Triade, pure la chiesa di sant’Antonio, la chiesa di

santa Maria Nova e la Rocca sono inaccessibili, per cui si chiede: « che ci vado a fare?». Tra l’altro non c’è la possibilità di usufruire di visite guidate da parte di associazioni locali che possano guidarlo e orientarlo negli spostamenti tra i vari monumenti, visibili almeno all’esterno, o tra le vie antiche del paese.

A questo punto il nostro fa un giro a Guidonia centro e, percorsa via Roma, arriva al sistema urbanistico della piazza del Comune, denominata a Matteotti, che trova interessante e unica nel suo genere; gli piacerebbe entrare al Teatro Imperiali, prospiciente la piazza, ma anche quello è chiuso, così come è inaccessibile l’aeroporto militare, se non con un permesso speciale, che non ha la possibilità di reperire e tantomeno prenotare. Trova interes-

sante anche la piazza Due Giugno, nella stessa area, con i caratteristici pilates e dove, sul pavimento in travertino, vi sono le iscrizioni di tutte le città di fondazione. Alla fine entra nella chiesa di santa Maria di Loreto, unico luogo accessibile all’interno, dove finalmente può ammirare uno straordinario affresco absidale, raffigurante la Madonna di Loreto portata da angeli, mentre ai suoi piedi vi sono raffigurati l’aeroporto, gli hangar e la città stessa di Guidonia, eseguita dall’artista Antonio Achilli nel 1936: lì, finalmente, in un luogo non segnalato su Internet, il suo sguardo si posa in un incantamento che cancella, parzialmente, l’inutile girovagare tra luoghi chiusi, visitabili solo in una realtà virtuale!

Conoscere Mentana

di Livia Ravallesse



Una visita a Mentana è un’occasione importante e inaspettata.

Importante perché fa scoprire e conoscere le radici di una località antica, già nota per i fatti storici che in essa avvennero; e infatti esiste un monumentale Museo che conserva le vestigia dell’epopea garibaldina. Inoltre i ruderi di Ville romane, mosaici e reperti costellano le campagne circostanti e la lunga Via Nomentana.

Inaspettata per i bei panorami che si aprono su vallate tuttora intatte e prati verdeggianti, ultimi lembi di verde an-

cora non sottratti da un’edilizia non sgradevole. Complessi di villini e palazzine si dilatano fino ad ingrandire il centro storico, stretto intorno al suo Castello, che conserva il fascino inimitabile dell’architettura medievale e con le sue vie serpentine rievoca una vita d’altri tempi. Il sapore della vita attuale è dato invece dai complessi commerciali, che consentono un quotidiano facilitato. Centri sportivi situati in zone ubertose offrono soggiorni gradevolissimi, suggestivi ex conventi sono conservati come preziose memorie religiose, adesso adibite a luoghi di fascino e cultura.

Per raggiungere lo spirito degli abitanti autoctoni (e non di quelli, ormai numerosi, provenienti dalla vicina Roma, da altre città o addirittura da altre nazioni) bisogna superare un certo ritengo iniziale, che si traduce in un atteggiamento dapprima un po’ cauto, un po’ distaccato. Ma quando si riesce a meritare l’accettazione siamo a nostro agio, sorpresi dalla serenità che ci pervade. Quella che sembrava un’impresa impegnativa diventa la più appagante, perché toccare il cuore di un amico mentanese non è una missione impossibile. E’ solo sentirsi a casa.

Totem degli Appennini

I giorni dell'Omega

Il racconto di un "nativo" degli Appennini in una mostra dello scultore
Emilio Anselmi Mitia Aruna



I giorni dell'omega, i giorni del compimento. I giorni della fine. Il Centro Italia è stato scosso da tragedie telluriche immani e, come da sempre accade, l'arte, partecipe dei dolori del mondo, funziona anche da tam-burino della rinascita coi suoi potenti sussulti creativi. La mostra dell'artista Emilio Anselmi, in arte Mitia Aruna, si è posta come "il racconto di un nativo degli Appennini", una sorta di manifesto rigenerativo della montagna che, nei giorni dell'omega, sappia tornare a parlare dell'alfa, dell'inizio che necessariamente è connesso con la fine. E', questa, una conoscenza ancestrale di ogni tempo e luogo della terra, un portato delle culture mitico-sapientziali di ogni popolo nativo, ivi compreso quello che soggiorna da tempi immemorabili sull'Appennino. Ospitata presso la Grafica Campioli di Monterotondo, di cui lo stesso Anselmi è titolare e gestore, la mostra è stata di grande interesse per l'aspetto totemico della poetica, il cui impatto ha il potere di risvegliare gli smarriti fascino del sacro primordiale. E visitandola ci si è chiesto come mai un artista del ventunesimo secolo, calato nella cultura postmoderna ed ipertecnologica del mondo

attuale, possa decidere di dedicare le proprie attenzioni all'universo prelogico e prescientifico degli archetipi e dei miti. In che modo può legarsi la ricerca d'avanguardia con questi richiami ancestrali, separati e paradossalmente congiunti rispetto alla costruzione storico-culturale (Essere e Tempo distinti ma in relazione tra di loro)?

Come mai, al culmine del disordine, quando tutto sembra andare in rovina, tutto si coagula imprevedibilmente in un ordine nuovo? E come mai, ricostruito il vascello dopo il naufragio, e tornati di nuovo in mare, non si può fare altro che attendere i marosi con il corollario di nuovi affondamenti e nuove rovine? Cumuli di macerie e strade inaccessibili hanno azzerato la vita sugli Appennini e reso lugubri luoghi di particolare bellezza e grazia montana. Visioni spettrali stringono la mente e il cuore di chi sa di avere là le proprie radici, ma ecco il totemismo di Anselmi tornare candidamente agli archetipi e ai simboli aurorali, agli entusiasmi del primo giorno, all'alba della cultura e della vita. E non è un ritorno al passato, ma un ritorno agli inizi perenni, un rinnovato e coraggioso atto fondativo.

Questo significa tornare alle radici. Non è regresso, ma innovazione, è trovare la spinta oggi per un nuovo albeggiamento. Purtroppo è vero: il popolo è stato soppiantato dalla massa, dalla cultura senz'anima dei tempi attuali, ma tornare alle radici è ancora e sempre possibile, alla loro linfa perenne che torna sempre a dare nuove gemme e nuovi frutti. Il rinnovamento: questa è la peculiarità delle radici. Non la conservazione, come è facile equivocare. Le radici prescindono dal tempo. Son qui da sempre, sono nel passato e nel futuro. Per questo la storia è ciclica: ci sono flussi e riflussi e tutto si capovolge sempre nel suo contrario. Lo sapevano gli avi, legati all'avvicinarsi della vita e della morte, del giorno e della notte, al sano alternarsi delle stagioni.

La società, ha detto Ibsen, è come una nave con un cadavere a bordo, e il cadavere è il simbolo tabù. C'è tuttavia da dire che, prima di divenire cadaveri, i simboli sono angeli in volo, sono linfa e sangue, son polle d'acqua sorgiva. Per pigrizia mentale noi smarriamo i sentieri che vanno a quelle fonti, così le crediamo inaridite per sempre. E ci rimane il tabù tra le mani. Ma il simbolo non muore per que-



sto, sa restare angelo in volo in attesa del nostro risveglio, del nostro ritorno alla propulsione creativa, facoltà che sempre in noi cade in oblio. E' accaduto tante volte nella storia. Si pensi all'influsso del Primitivismo sull'Avanguardismo artistico dei tempi attuali. Più la cultura si fa complessa e babelica, più si ha bisogno di riscoprire il semplice, l'essenziale. E viceversa.

È il percorso dell'arte contemporanea: da un lato la parodia del chiasso sferragliante e caotico, dall'altro il desiderio di vergini silenzi, di semplicità e rigori interiori. La poetica di Emilio Anselmi si sviluppa nel solco del ready made, nato nel clima surrealista ed ironico della demistificazione oggettuale, approdata alla satira del consumismo metropolitano della Pop Art. Da qui le poetiche del riciclaggio, cui quest'arte può essere collegata, tese a donare nuova vita agli scarti tecnologici come ai reperti trovati in natura, ivi pervenuti da una loro lunga consuetudine con le culture dell'uomo. Qui tuttavia il riciclaggio è molto di più della mera riutilizzazione di materiali e avviene vera e propria rigenerazione spirituale. Il ready made non più come oggetto trovato, ma come tesoro nascosto, simulacro di essenze incorruttibili, immortali.

L'artista ha dedicato cicli importanti della sua produzione alla spiritualità dei popoli nativi, con riferimento specifico agli Indiani d'America, cogliendo i tratti sacrali e sciamanici di quella cultura. La ruota di medicina, ad esempio, simbolo di quelle conoscenze universali e prelo-

giche comuni a tutti i popoli della terra, legate ai ritmi delle quattro stagioni, ritmi che oggi abbiamo cancellato con danni incalcolabili per la nostra, ma ancor più per le future generazioni. Ispirazioni analoghe ora l'artista trova sull'Appennino, considerato che ogni popolo, in fondo, è nativo e tale resta fin quando riesce a dominare le contaminazioni storiche, rimpastandole nella propria filosofia, nei propri mitologemi originari. Ecco che, per andare avanti, bisogna tornare indietro. Non in senso pas-satista e nostalgico, ma in senso innovativo.

Con Mitia Aruna ci siamo soffermati molto spesso a parlare di un notissimo e geniale scultore rupestre dell'avanguardia artistica più accreditata: Lorenzo Guerrini, oramai scomparso. Molti credo conoscano i grandi monoliti che Guerrini era solito scolpire direttamente in cava, a contatto di gomito con gli scalpellini. Sono forme primordiali che alcuni hanno pensato di avvicinare ai menhir preistorici, con grave disappunto del Maestro, che in essi vedeva piuttosto impronte di città avveniristiche, dove agli scultori – cito le sue parole – “fossero dati chilometri di spazio-natura da plasmare tra cielo, acque e terra, per dare all'uomo il suo nuovo spazio”. Di questo abbiamo più volte parlato con Anselmi, riconoscendo in quella visione dell'arte molte anticipazioni poetiche successive, dalla Land art all'Arte povera.

C'è tuttavia da aggiungere che Emilio, pur affascinato da quella poetica, non scolpisce nel senso michelangiotesco del

levare, come faceva ancora Guerrini, scartando il superfluo, bensì recuperando il superfluo e mostrando come nell'economia del creato niente viene eliminato e tutto si rinnova. Mitia Aruna non usa martello e scalpello, né modella o intaglia figure, ma compone totem assemblando legni, pietre e metalli trovati in natura, come pure manoscritti ingialliti e carte d'archivio, trasformando il tutto, con pochi tocchi geniali, in opere suggestive, dal sapore ruvido e gentile, aspro e dolce, raffinato e rusticano. E' la scoperta del valore incorruttibile e immarcescibile della vita, che accetta di morire per rinascere, in un progetto di vivificazione infinita. E gli oggetti diventano soggetti, esseri viventi, dimore di numi.

Un rinnovato animismo, dove, strappato al nulla dell'estinzione, l'oggetto trovato si carica di valenze spirituali che, pur vivendo nel tempo, vanno al di là del tempo mortale. La vita è scandita da albe e tramonti, per cui dopo la notte non può che tornare l'aurora. Ed è così che la cultura degli avi si rinnova, nella certezza che l'alfa e l'omega cadono sempre l'una nell'altra e si danno fraternamente la mano. Ma c'è un aspetto giocoso, in questa poetica, di cui occorre ancora parlare. Non è più la satira ideologica della Pop Art o del New Dada verso gli oggetti del consumismo tecnologico, ma una sorta di garbata, seppure sferzante, ironia sulla facile trasformazione di ogni simbolo in feticcio, sulla degenerazione possibile della ierofania in idolatria, sulla confusione forse inevitabile del sacro col profano.

Il nuovo che avanza SALA14

Centro di arti performative e terapeutiche



Sala14, Centro di Arti Performative e Terapeutiche, apre nel 2015 nel centro storico di Monterotondo come punto d'incontro di competenze e professionalità e con l'intento di creare un luogo dove possano convogliare corsi di formazione, attività terapeutiche, performance, spettacoli. Fondato dall'Associazione Culturale Matroos, che si occupa da anni di promozione culturale, spettacoli e formazione sul territorio di Roma e provincia, il centro Sala14 si distingue quale nucleo aperto alle sperimentazioni e alle contaminazioni di genere, terreno fertile di ricerca e ambiente versatile, capace di trasformarsi per accogliere possibilità ed eventi di varia natura: dal teatro alla danza, dalla musica alle arti figurative, dai laboratori ai gruppi di lavoro. I laboratori e le attività di Sala 14 sono diversificati, sia per percorsi e materie che insegnanti, tra i più qualificati e poliedrici nel settore.

Condotti da Lisa Rosamilia:

Coreografa, interprete e insegnante di danza, scenografa, pittrice, costumista. Direttrice dal 2005 della Compagnia Ma-

troos, con cui ha realizzato spettacoli rappresentati in festival e teatri in Italia e Europa, ricevendo critiche e riconoscimenti tra cui Nomination alla Regia e Premio Special Off al Roma Fringe Festival 2015, la partecipazione al Coffi Festival Interdisciplinary Art di Berlino 2017, e la selezione al Festival Internazionale di Danza Contemporanea 2018 a Città del Messico.

Laboratorio di TeatroDanza (tutti i Martedì 19-21)

Ricerca del movimento e improvvisazione, momenti di creazione e di costruzione performativa, attraverso l'uso di materiali e oggetti vari, nel dare una valenza poetica alla comunicazione non verbale del linguaggio del corpo.

Movimento Creativo per bambini (tutti i Mercoledì 16:30-17:30)

Percorso formativo rivolto allo sviluppo espressivo del bambino attraverso lo studio delle basi della danza, del gioco, e dello stimolo creativo.

Condotti da Giada Bernardini:

Pianista, Musicoterapista, Operatrice Ludico-Musicale, Operatrice di Musica in Culla-II Livello. Inizia lo studio del pia-

noforte all'età di 6 anni. Frequenta il corso quadriennale di Musicoterapia presso il Centro di Educazione Permanente di Assisi. Ha seguito il corso di Didattica Pianistica e di Musica in Culla presso la Scuola Popolare di Musica Donna Olimpia di Roma. Dal 2007 si occupa di Propedeutica Musicale negli asili e dal 2009 è docente della classe di pianoforte e tastiere presso L'International Musical Institute di Roma.

Musica e Suoni in Fasce (tutti i Venerdì 15:30-16:15 / 16:30-17:15)

Le caratteristiche del percorso: uso della voce, assenza di linguaggio verbale, contatto visivo ed emotivo, esperienze motorie legate alle fasi di sviluppo, attività di movimento libero, uso di oggetti manipolabili e colorati che rinforzino gli stimoli musicali, danze circolari guidate dagli adulti di riferimento, attività e giochi di contatto corporeo, relazione suono-movimento, suono-contatto.

Pianoforte e Tastiere (su richiesta)

Percorso creativo e stimolante alla scoperta delle infinite tonalità espressive del suono. Dallo studio della tecnica alla lettura e al solfeggio, dal rilassamento cor-



foto di Tonino Giannetti

poreo all'analisi del testo, si crea e si approfondisce un nuovo linguaggio, dove il gesto diviene Musica.

Condotti da Laura Rosamilia:

Psicoterapeuta e Analista Bioenergetica specializzata presso la S.I.A.B. (Società Italiana di Analisi Bioenergetica)

Analisi e Classi di Bioenergetica (tutti i Lunedì e Martedì)

L'Analisi Bioenergetica è una psicoterapia somato-relazionale sviluppata dal medico e psicoterapeuta americano Alexander Lowen a partire dagli anni '50. Il corpo e la mente sono funzionalmente identici e ciò che accade nell'uno si riflette nell'altro. Agendo sul corpo si agisce anche sui processi mentali. La Classe di Esercizi di Bioenergetica è uno strumento di prevenzione e promozione della salute.

Sala14 propone eventi teatrali e musicali a cura di compagnie attive sul territorio di Monterotondo e di Roma. Lo spazio, infatti, è il punto di riferimento per un teatro di ricerca, innovativo e originale, richiesto per residenze, anteprime, studi, messe in scena da artisti e compagnie. Tra gli eventi degli scorsi anni: "Jansi, la

Janis Sbagliata" spettacolo Vincitore del Premio Inventaria 2015, Claudia Salvatore tra le attrici della Compagnia Ricci e Forte, Bebawinigi gruppo musicale selezionato per Arezzo Wave e vincitore alla Semaine De La Critique del Festival di Cannes 2015, e tanti altri. Spettacoli seguiti con attenzione da un pubblico non solo del territorio della provincia, ma anche di Roma.

Dopo le due bellissime stagioni precedenti, la programmazione teatrale 2017/18 apre con la I Edizione del Gesti Festival Teatro Danza, in occasione del 10° anno di attività della Compagnia Matroos. Una rassegna di eventi e performance di TeatroDanza prodotti dalla Compagnia Matroos e compagnie ospiti di Roma. Nasce in occasione del GestiFestival la Compagnia 1.4 stabile di TeatroDanza a Sala14.

La Stagione Teatrale 2018 ha visto in programmazione un ricco cartellone di eventi teatrali del panorama off romano, selezionati per carattere di ricerca e sperimentazione performativa, molti dei quali hanno ottenuto premi e riconoscimenti. Lavori innovativi e originali, a nostro parere tra gli spettacoli più belli visti

a Roma nella stagione passata e ora in scena, con onore e soddisfazione di Sala14, nel teatro eretino.

Grande, infatti, il successo per lo spettacolo di Carlotta Piraino "I quaderni di Lia Traverso" (Vincitore Ermo Colle 2007 Parma - Ermo Colle 2007 Sardegna) che ha aperto in gennaio la stagione. Tratto da una storia vera, un lavoro di ricerca sulla memoria del manicomio, nato da un laboratorio con Ascanio Celestini, da cui è tratto "La pecora nera". Altrettanta risposta di pubblico avvenuta in febbraio per "Ubu Me", regia di DivisoPerZero e con Francesco Picciotti e Francesca Villa, una rivisitazione brillante, in chiave burattinaia, di un testo "sacro" del teatro: l'Ubu Re di Jarry. Uno spettacolo di teatro di figura per adulti, che i DivisoPerZero hanno costruito, letteralmente, pezzo su pezzo. A marzo è sta la volta del convincente "Run" di Barbara Caridi e Claudia Salvatore (paint & grafic Roberto Ciangola e Guido D'angelo), performance teatrale che usa la storia dell'atletica e dello sport come metafora di una battaglia interiore. Barbara Caridi e Claudia Salvatore vengono entrambe dal

lavoro con Ricci&Forte, quindi il loro approccio è fortemente influenzato da un gusto performativo ricercato e irriverente, arricchito da una drammaturgia profonda.

Le prossime date sono:

21-22 Aprile: **"Giorgio"**

(Spettacolo Vincitore Premio della Critica e Premio Special Off al Roma Fringe Festival 2017) Compagnia Garofoli/Nexus. Di e Con Nexus. Aiuto regia Laura Garofoli. Assistente alla regia Claudia Salvatore. Scenografie Andrea Simonetti. Spettacolo autobiografico che combina teatro di parola, street dance e video arte per rac-

contare le vicende che hanno attraversato la città di Terni negli ultimi 30 anni. Il racconto del rapporto di un figlio con un padre in bilico fra epopea e ricerca d'archivio.

26-27 Maggio: **"Line"**

Spettacolo a cura del Laboratorio di TeatroDanzaSala14. Regia Lisa Rosamilia. Lo spettacolo è il risultato del percorso del laboratorio di quest'anno, che ha affrontato e sviluppato il tema dei "confini", interiori o esteriori, quelle linee reali o immaginarie che attraversano lo spazio e condizionano gesti e sensazioni.



foto di Tonino Giannetti

Orario Spettacoli:

Sabato h 21:00 - Domenica h 18:30

Info & Prenotazioni: salaquattordici@gmail.com
Sala 14 - Centro di Arti Performative e Terapeutiche
Via Bellini 14, Monterotondo (centro storico) - RM

SALA14

Centro di arti performative e terapeutiche presenta:
**Risonanze Festival
Musica Indipendente 2018**



Nasce nel 2018 il Festival di Musica Indipendente RISONANZE, dedicato alle realtà del panorama musicale indipendente italiano contemporaneo. Una domenica al mese per ospitare cantautori e gruppi che si dedicano a progetti originali, sperimentali e innovativi. Dalla musica elettronica, al rock sperimentale, dal folk all'alternativa pop, uno spazio pensato per quella musica lontana dagli schemi e dai generi comuni. Ad aprire la stagione i Lapingra, progetto di collaborazione ludico/sonoro/corporale nato nel 2007 dai due giovani ragazzi molisani Paolo Testa e Angela Tomassone. Alle spalle due EP - l'omonimo "Lapingra" (2007) e "Farewell Gallinella" (2008) - e "Salamastra", album caratterizzato dall'utilizzo di strumenti più classici quali trombe, sax e violini, in un temibile incontro/scontro tra l'orchestra del Santa Cecilia e i camion dei pompieri. Con una formazione live modulare, portano dal vivo un concentrato caleidoscopico ed imprevedibile dei dieci anni del loro percorso, passando attraverso elettronica, folk, lowfi e dream pop. Il secondo incontro è stato con la sonorità alt pop/folk/elettronica di Leila, cantautrice poli-

strumentista di base a Roma. Dopo essersi occupata di jazz, improvvisazione, musica elettronica, performance audiovisive in giro per il mondo, pubblica il suo primo album omonimo nel 2016, per l'etichetta romana Lapidarie Incisioni. Federico Leo collabora con Nidi d'Arac, Bottega Glitzer, Operaia Criminale, LUZ, TU. Opening act per Umberto Maria Giardini, Perturbazione e Paolo Benvegnù. Selezionata dal RESET FESTIVAL 2016 di Torino. Uno dei migliori esordi del 2016 secondo SONOFMARKETING. Nella top ten di KEE-PON, categoria "New Live" di gennaio 2017. Voce, piano e chitarra di Valerio Lysander hanno accompagnato il terzo appuntamento, avvenuto prima di Pasqua. Il cantautore italiano di base a Londra, si è esibito in vari palchi di Inghilterra, Francia, Scozia, Olanda, Ungheria e ovviamente Italia con le sue canzoni baroque pop. Una fusione di musica pop e folk con influenze di musica e poesia classica; testi spiritosi, onesti e toccanti che guardano al mondo con ottimismo e un variegato spettro emozionale. Nel 2016 è stato nominato tra i 10 Best Male (Migliore Artista Maschile) per i Best of British Unsigned Awards (Premio per

i migliori artisti britannici indipendenti) e le sue canzoni sono state trasmesse su BBC radio. La data conclusiva del Festival è:
8 Aprile: "Bebawinigi" - Rock sperimentale Virginia Quaranta - voce, violoncello Michele Gualdrini - chitarra elettrica, basso Filippo Toso - chitarra acustica, samples Ivan Macera - percussioni
Il progetto di Bebawinigi è un esperimento a tutto tondo: l'artista attraversa vari generi, come l'Industrial, la New Wave, lo Stoner, il Grunge, il Punk, il Jazz, il Blues, il Folk, l'Elettronica e la Musica classica. Il tutto è caratterizzato da un'esplicità anarchica molto teatrale, specie nelle performance live, utilizzando gli strumenti in modo anti convenzionale o ricercando oggetti comuni che producano suoni sempre nuovi, ma in particolare sperimentando con la voce attraverso un'ampia varietà di timbriche, registri, colori e stili diversi, esprimendosi con un suo gammelot.

Orario Concerti: Domenica 18:30

Info e Prenotazioni:

salaquattordici@gmail.com

Sala 14 - Centro di Arti Performative e Terapeutiche
Via Bellini 14, Monterotondo (centro storico) - RM

Fabrizio Moro:

dalla periferia al podio di Sanremo



È insieme a Eralda Meta, il trionfatore della 68° edizione del Festival di Sanremo con la canzone **Non mi avete fatto niente**, un brano molto apprezzato dal pubblico che parla di terrorismo e di pace. La seconda affermazione a Sanremo per Fabrizio Moro giovane cantautore nato a San Basilio, ma vissuto a Setteville nord di Guidonia, dopo il brano **Pensa**, vincitore nella sezione giovani 2007, un motivo coraggioso contro la mafia e contro ogni forma di violenza che gli ha consentito di raggiungere i vertici delle classifiche italiane e di conquistare un posto rilevante nel panorama musicale nostrano.

Il ragazzo cresciuto in periferia per molti giovani rappresenta oggi un modello positivo e insieme la speranza che qualche volta i sogni possano trasformarsi in realtà. “Spero che tanti ragazzi, guardando il mio percorso, possano trovare coraggio e fede in loro stessi - afferma infatti - perché tutto dipende esclusivamente da noi”. Fabrizio ha sempre sostenuto di far parte di ‘quelli che sono nati dall’altra parte del Tevere’.

“È uno sfottò che c’è tra gli artisti cosiddetti intellettuali - spiega - quelli coccolati dalla critica e gli altri, quelli come Ramazzotti e Alex Britti prima di me,

cresciuti in periferia. Personalmente amo moltissimo la provincia -aggiunge- non saprei vivere in mezzo al caos, tanto che ho scelto di rimanere dove sono cresciuto, perché mi sento radicato alle persone, ai luoghi... Credo che anche la mentalità sia diversa rispetto ai ragazzi del centro -osserva- molti dei quali magari non conoscono nemmeno il loro vicino di casa”.

La vittoria conseguita a Sanremo ha però vissuto un momento di apprensione quando il 7 febbraio, a gara iniziata, qualcuno ha insinuato che il ritornello del brano fosse uguale al motivo **‘Silenzio’**, cantato da Ambra Calvani e Gabriele De Pascali a Sanremo Giovani del 2016. Con l’imputazione di eventuale plagio il duo è stato così temporaneamente sospeso dalla competizione, dando vita però ad un tamtam mediatico su Twitter dove, con l’hashtag #IoStoConMetaMoro, si è scatenato un vero e proprio dibattito a favore soprattutto dei due cantautori, che è arrivato a raggiungere i quattro milioni di reach. Una mobilitazione generale, che vedeva in Fabrizio ed Eralda le ‘vittime’ di un meccanismo creato per penalizzarli perché giudicati favoriti, che è andata via via crescendo, conferendo sempre maggior popolarità alla canzone. Il risultato è stato alla fine a loro favore in

quanto la giuria apposita ha decretato che non si trattava di plagio, non essendo stato il brano **‘Silenzio’** mai commercializzato. Così il duo ribattezzato dai fans MeMo, ha potuto accrescere i consensi e concorrere alla competizione che li ha felicemente portati alla vittoria. “Al di là di quello che si è detto e non detto sul regolamento - ha poi commentato Fabrizio - la cosa che mi ha fatto stare male è stata la parola ‘plagio’. Mi ha fatto male perché siamo due cantautori e non abbiamo bisogno di plagiare nessuno”.

Nella serata finale **Non mi avete fatto niente** è risultato il brano più votato con il 54 per cento del gradimento che ha permesso a Fabrizio Moro e ad Eralda Meta di salire sul podio sanremese, a testimonianza del crescente affetto che lega il pubblico e i due giovani cantautori. Intanto, secondo le ultime rilevazioni, il motivo vincitore risulta il più trasmesso dalle radio ed è già pronto il video diretto da Michele Placido. Parallelamente alla partecipazione al Festival, è uscito il nuovo lavoro di Fabrizio Moro, intitolato **Parole, Rumori e Anni**, una raccolta di tutti i brani che hanno caratterizzato il suo percorso artistico da **‘Pensa’** ad oggi, con due inediti. Il 16 giugno l’album verrà presentato allo Stadio Olimpico di Roma.

Ecco il Festival delle Cerase tra film indipendenti e la star: Ozpetek

A gennaio è ricominciato il Festival delle Cerase giunto all'edizione numero trentatre, in scena ogni lunedì dalle ore 20 al cinema Nuovo Mancini di Monterotondo. E proprio per fare gli onori di casa ad aprire la prima serata del Festival non poteva essere altri che l'Assessore alla Cultura del Comune di Monterotondo Riccardo Varone.

“E’ per noi un grande onore ospitare il Festival delle Cerase- ha detto di fronte ad un cinema ‘Mancini’ gremito come sempre nelle serate che ospitano il Festival- Un appuntamento attesissimo dai nostri cittadini e non solo, che da la possibilità di vedere una ricca rassegna di cinema italiano. Con la possibilità a fine proiezione di incontrare e dialogare con attori, registi e produttori. La manifestazione è cresciuta molto negli ultimi anni e culminerà, come sempre, nella finale di giugno, che si terrà nel cortile di Palazzo Orsini, con l’assegnazione del premio delle Cerase d’oro”.

Il patron del Festival Silvio Luttazi, in un’intervista esclusiva rilasciata proprio ad Hinterland, ci aveva anticipato che quest’anno avrebbe voluto aprire con la proiezione del film di un regista locale: Augusto Fornari, proveniente dalla vicina Marcellina. Intenzione mantenuta, perché l’edizione del Festival di quest’anno ha visto proprio la commedia “La casa di Famiglia” di Fornari come primo film in programma. Una commedia familiare che ha come incipit proprio la malattia di un padre che fa riavvicinare dopo anni i vari figli, diversi ed in contrasto tra loro per natura, modi di pensare e stili di vita, un po’ alla maniera dei figli del politico Michele Placido ne “Viva l’Italia” di Massimiliano Bruno. Anche nel caso del film del regista sabino il padre (Luigi

Diberti) che tornerà a casa dopo anni di coma, creerà pensieri e problemi ai figli, che credendolo ormai spacciato gli hanno venduto la villa dove sono cresciuti. I fratelli saranno costretti a mettere da parte vecchi rancori per fare squadra e risolvere la questione, preservando al contempo stesso il redivivo padre da pericolose emozioni. Una commedia che risulta divertente e piena di spunti originali, forse a tratti le discussioni tra i protagonisti e la recitazione più in generale possono risultare sopra le righe, ma il film è godibile.

“Il tema della famiglia è un tema a me molto caro- ha spiegato il regista del film Fornari - ci sono famiglie che frequentemente sembrano litigare per un pezzo di terra, in realtà i motivi sono più profondi ed affondano le radici nel loro passato. E’ nata prima la commedia teatrale e poi, dopo ben undici sceneggiature, il film. Ma opera teatrale e film sono diversi, il cast è diverso, perché volevo attori un po’ più vecchi per il cinema, inoltre ci sono molti più personaggi che in teatro vengono solo nominati”.

Il road movie “Easy” è stato invece il secondo film in rassegna, dove il protagonista Nicola Nocella ‘Isidoro’ (detto appunto ‘Easy’ per i famigliari), sembra aver fallito in tutto, a cominciare dall’automobilismo, di cui era grande promessa, ma forse ha di fronte a sé l’occasione per riscattarsi. E parte per un viaggio tutt’al-



tro che tranquillo, dove Easy può tornare a guidare, ma un carro funebre. Da una parte il regista Andrea Magnani ha voluto cavalcare l’onda della rinnovata passione del pubblico italiano per le gare automobilistiche nelle realtà di provincia del dopo “Veloce come il vento” di Matteo Rovere, ma dall’altra ha voluto esplorare un genere poco diffuso nella storia del cinema italiano rispetto a quello statunitense ad esempio: lo humour nero. Si rivede sul grande schermo Barbara Buchet. Il film ha ottenuto 2 candidature ai David di Donatello.

La storia d’amore tormenta e ormai finita tra Claudia e Flavio è invece lo scenario di “Amori che non sanno stare al mondo” di Francesca Comencini, regista maestra da sempre nel leggere nell’animo delle donne. I due si sono contrastati come docenti universitari ma anche amati intensamente. Ora la storia è finita anche se Claudia non vorrebbe che fosse così conservando con determinazione la speranza che si possa ricominciare. Intanto lui viene attratto da una donna più giovane e lei prova interesse per una sua ex studentessa. Il film è tratto dal romanzo della stessa Comencini, con una regia a tratti, se vogliamo, anche sperimentale nelle



da sin. Silvio Luttazi, Augusto Fornari e Franco Montini



Daniela Cocchi, intervista Augusto Fornari



Nicola Nocella

immagini sgranate del passato. Non saranno poche le donne che si ritroveranno in almeno uno degli stati emotivi o in una delle situazioni che vive la protagonista, interpretata da Lucia Mascino, bravissima analogamente a Thomas Trabacchi, fresco del successo nella miniserie Tv “La strada di casa” con Alessio Boni. La regista da sempre ha dato dimostrazione di saper interpretare al meglio l’intimità dell’animo femminile in tutte le sue sfaccettature.

Ispirato alla storia vera di Padre Sergio de Piccoli, monaco benedettino della Val Maira è invece “La terra buona” di Emanuele Caruso. Padre Sergio (Giulio Brogi), monaco benedettino di oltre 80 anni, ha passato quasi tutta la vita in una vecchia baita che lui stesso ha ricostruito, in una landa dove non ci sono strade, negozi, paesi, pali della luce o segni dell’uomo. Con il monaco abita anche Gian Maria (Orfeo Orlando), un piccolo e tozzo uomo dal fare buono, che da diversi anni assiste Padre Sergio in tutti i suoi bisogni. Di ritorno dal paese più vicino per provviste, a 4 ore di cammino fra i monti, Gian Maria si presenta con due persone mai viste prima. Sono due ragazzi disperati e assolutamente molto preoccupati. Sono stremati dalla fatica per il lungo cammino e stranamente non sono lì per incontrare il vecchio monaco. Stanno invece cercando un’altra persona che, in gran segreto, è ospite da Padre Sergio da oltre un mese, al quale i due nuovi arrivati presentano una richiesta che non può aspettare, il loro arrivo, stravolgerà e metterà a rischio per sempre la pace e la serenità di uno degli ultimi angoli di paradiso rimasti in Terra. Una fotografia molto suggestiva per un film che a livello di scenari ci ha ricordato “Into

the wild” di Sean Penn, dove la narrazione è ben confezionata con tre storie diverse che si intrecciano ed il tema del cancro di sfondo. “Madre Natura”, l’ambiente, come palliativi di tutti i mali. Ma la serata più importante di questa prima parte di Festival delle Cerase è stata sicuramente quella che ha visto protagonista Ferzan Ozpetek con il suo ultimo lavoro “Napoli velata”. Il regista è molto legato al Festival, tanto che Luttazi ha voluto assegnargli un riconoscimento fuori concorso, nel corso di un’altra serata sold out al cinema ‘Mancini’, dove a rappresentare l’Amministrazione comunale c’erano l’assessore Varone e la Presidente dell’Istituzione Culturale Antonella Avagnano. Adriana (una bravissima Giovanna Mezzogiorno) è la protagonista del film, un’anatomopatologa a disagio coi vivi che per caso incontra Andrea (Alessandro Borghi), un giovane uomo che la seduce passando con lei una notte di grande passione. Adriana è travolta da tutto ciò come mai prima d’ora, così al mattino dopo acconsente a rivedere l’uomo il pomeriggio stesso. Ma Andrea a quell’appuntamento non si presenta. È l’inizio di un giallo intrigante che si snoda attraverso una Napoli diversa da quella che siamo abituati a vedere recentemente sul grande e piccolo schermo, una Napoli bene, fatta di salotti intellettuali (come non pensare ai salotti romani de “La grande bellezza”), di arte ma anche di mistero e personaggi ambigui. Perché questa volta, rispetto ai film precedenti di Ozpetek, la morte pur essendo l’inizio dell’intreccio è una morte violenta che da inizio ad una sorta di noir. Autentica chicca la presenza di Peppe Barra, icona della Napoli sia musicale che teatrale.

“Sono stato per due mesi a Napoli- ha spiegato lo stesso Ozpetek al pubblico del ‘Mancini’- per ‘La Traviata’, conoscendola da dentro le sue case, attraverso la frequentazione della vita familiare. Credo sia giusto che ognuno racconti la Napoli che ha vissuto in prima persona e sentito dentro, non volevo raccontare la Napoli che raccontano tutti. Il rito de ‘La Figliata dei Femminielli’ ad inizio film, il ‘Cristo velato’, la scalinata del palazzo, ‘L’utero velato’, dunque questo velo che svela, che ti fa cercare o vedere meglio, sono simboli di una Napoli magica. Percezione che ho avuto vivendoci e guardandomi attorno. Napolitano mi ha chiamato dopo aver visto ‘Napoli velata’, dicendomi che il film gli ha ricordato la sua infanzia. Solo un napoletano può sentire dei passi su un vicolo vuoto, come accade nel finale del film”.

Mentre sulla scelta del genere il regista turco ha ammesso: “Non volevo fare un giallo con una spiegazione chiara delle cose, tanto è vero che ho tolto una battuta all’ultimo per non far capire chi fosse l’assassino. Il discorso non è chi ha ammazzato chi, ma è sulla mente malata di lei. Dopo aver visto il film mi hanno proposto una serie noir per la Tv”.

Ozpetek si è anche soffermato sulla bravura del cast ed in particolare sulla protagonista Giovanna Mezzogiorno: “La recitazione di Giovanna ha una forza nello sguardo tale che riesci ad apprezzare anche di più dopo una seconda visione. L’occhio e la cecità sono tematiche ricorrenti nel film, addirittura una leggenda dice che all’autore della statua del ‘Cristo velato’ abbiano strappato gli occhi perché non potesse più rifare un capolavoro simile”.



La più frequente causa di cecità: la cataratta

BARTOLOMEO D'ANTONI

Medico chirurgo. Specializzato in clinica e chirurgia oculare, è Aiuto c/o Unità Operativa Oculistica Aurelia Hospital e svolge attività libero professionale c/o il centro di microchirurgia oculare Invista Center. Riceve negli studi di Monterotondo e Fontenuova.

Diagnosi, cura e nuove tecniche risolutive per un processo degenerativo della vista che colpisce milioni di persone. Ce le illustra il nostro esperto

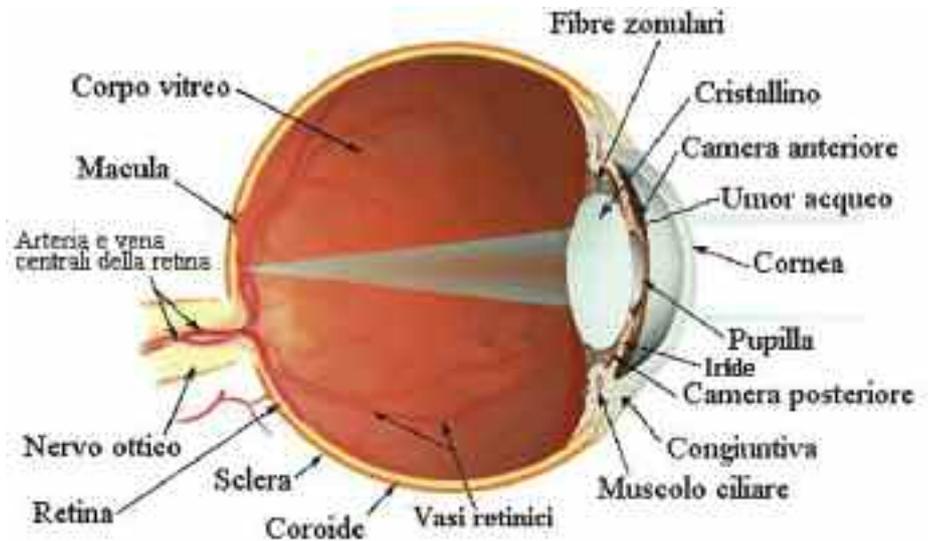
Per l'oculista il cristallino è di particolare importanza perché è la struttura oculare, responsabile della maggior parte delle cecità attualmente

curabili. Il cristallino è una lente biconvessa che si trova all'interno dell'occhio, dietro l'iride.

La cornea, il cristallino ed il vitreo, sono l'apparato diottrico dell'occhio, ossia consentono di poter mettere "a fuoco" le immagini degli oggetti che ci circondano.

La progressiva perdita di trasparenza del cristallino comporta di veder diminuita la capacità di guardare l'ambiente esterno.

Può interessare sia il singolo occhio o contemporaneamente entrambi, spesso si sviluppa lentamente ed è correlata, nella maggior parte dei casi all'età. Il sintomo che si accompagna alla opacizzazione del cristallino è la diminuzione della qualità visiva, i colori risultano sbiaditi e le luci possono presentare aloni fastidiosi. La persona che ne è affetta comincia ad avere difficoltà alla guida, soprattutto di notte, nella lettura e nel riconoscere i particolari nella quotidianità. L'uso di occhiali può ridurre il



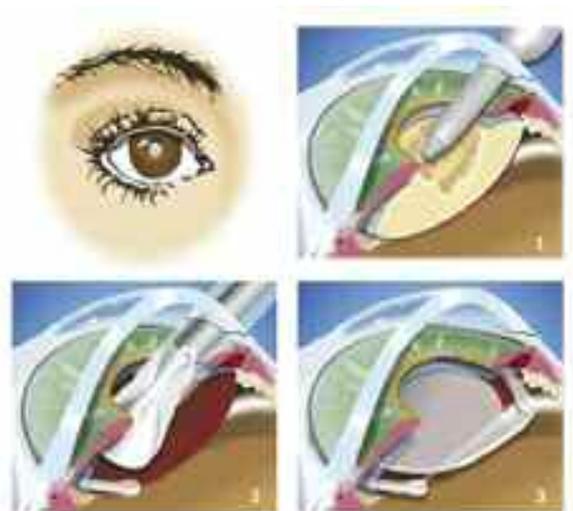
fastidio, qualche volta, nelle prime fasi della patologia, poi con l'aumentare della opacizzazione, progredisce anche la difficoltà di vedere.

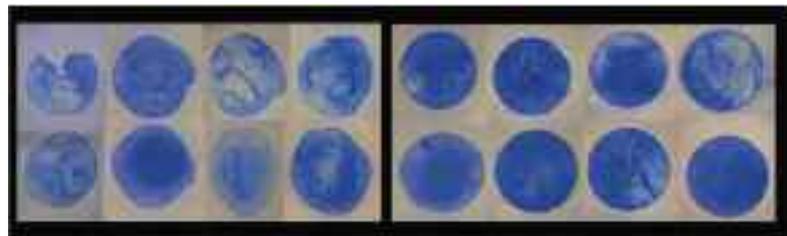
Oltre che all'età, la cataratta può essere legata a malattie sistemiche come il diabete, a episodi traumatici (cataratta traumatica) o a malattie infiammatorie dove l'uso di farmaci (ad es. il cortisone) può dar luogo a una opacizzazione della lente. Anche l'abuso di alcool, l'esposizione prolungata al sole o a fonti di ultravioletti (lampade solari UV) sono ritenute responsabili della cataratta. Inoltre la cataratta può essere legata a malformazioni embrionali (cataratta congenita).

La diagnosi di cataratta viene,

di solito, formulata dopo una visita specialistica.

La prescrizione di occhiali da sole, di sussidi visivi come occhiali per la visione da lontano, da vicino o multifo-





Manual Capsulorhexis

Laser Capsulotomy

cali, può allontanare per un pò l'eventuale intervento, che si riterrà necessario quando non ci sarà più la possibilità di aiutare realmente il paziente. In quella evenienza il chirurgo oculista proporrà l'intervento.

L'intervento di cataratta è uno degli interventi più frequenti ed eseguiti al mondo. L'anestesia è di solito topica, ossia con instillazione di colliri anestetici qualche tempo prima di effettuare l'intervento. Necessita però della collaborazione del paziente. In determinati casi, con persone disabili per malattie o per particolari stati di ansietà, si ricorre alla sedazione con la collaborazione del medico anestesista.

Il cristallino viene dapprima esposto con colliri midriatici (che dilatano la pupilla), poi dopo aver creato una incisione centrale e superficiale della capsula del cristallino, (capsuloressi) si procede ad asportare il nucleo del cristallino dopo averlo diviso in quadranti. Asportato il nucleo e ripulito il sacco del cristallino con una tecnica bimanuale di aspirazione e infusione di BSS (soluzione salina bilanciata) si inserisce, nel sacco capsulare, la nuova lente fatta di materiale acrilico.

La nuova lente, chiamata IOL (Intra Ocular Lens) consentirà la visione nitida del mondo circostante.

Grazie alla tecnologia moderna, oggi è possibile sfruttare l'intervento di cataratta, per correggere i difetti refrattivi dell'occhio come astigmatismo, miopia ipermetropia e anche presbiopia. Prima dell'intervento si potrà scegliere di impiantare una lente monofocale o multifocale. Con la lente monofocale si potranno vedere bene gli oggetti a distanza, mentre da vicino si indosseranno degli occhiali. Le lenti multifocali permetteranno invece, di focalizzare gli oggetti a diverse distanze riducendo, al minimo, l'uso degli occhiali.

L'odierna tecnologia operatoria offre al chirurgo oculista la possibilità di utilizzare diverse tecniche e macchinari per eseguire la chirurgia della cataratta. Con il **facemulsificatore**, attraverso una incisione di 2 mm, si introduce la sonda di un manipolo che utilizzando ultrasuoni frantuma il nucleo del cristallino, favorendone l'aspirazione. Attraverso la stessa incisione viene inserito il cristallino "ripiegato", che si aprirà andandosi ad inserire nel sacco svuotato del cristallino preesistente.

Da qualche anno la tecnologia **femtolaser** ha introdotto delle novità nella chirurgia della cataratta, sostituendo la manualità chirurgica con la precisione laser in alcune fasi importanti dell'intervento, anche se la mano del chirurgo oculista resta unica e insostituibile ai fini della procedura chirurgica.

Strumenti potentemente delicati, tecnologicamente avanzati con consolle dove mani, piedi, occhi e mente sono in simbiosi fra loro, in un turbinio di liquidi e luci con suoni che accompagnano o avvertono le fasi chirurgiche.

Muoversi, aggirarsi nell'impalpabile, librarsi in strutture anatomiche infinitamente microscopiche, a volte intuibili e non visibili, millimetri...micron... questo è il cosmo oculistico oggi: la più bella e appassionante chirurgia del mondo moderno.

Dott. Bartolomeo D'ANTONI

Monterotondo - Via Corsica, 32

Tel. 06 90625918

Fontenuova - Via Machiavelli, 18

Tel. 06 9056083

Cell. 338 9598949

b.dantoni@hotmail.it

**ROBERTO LEONORI**

Medico chirurgo.
Specializzato in chirurgia estetica
e vascolare, riceve negli studi di
Roma e di Mentana

Un viso in armonia

Acido ialuronico, botox, punturine? L'esperto chiarisce le differenze tra filler (adatti a riempire rughe e depressioni cutanee) e trattamenti utili a prevenire l'invecchiamento

Nel numero scorso abbiamo parlato di alcuni trattamenti soft da eseguire in ambulatorio, quali radiofrequenza e peeling chimico. In questo ci soffermeremo su quelli forse tra i più richiesti e adatti all'imminente cambio di stagione: biostimolazione, botulino e filler. Sfatando qualche preconcetto, questi trattamenti estetici sono indolori, privi di rischi (ma solo se ben eseguiti e unicamente da medici qualificati) e capaci di dare al volto una vera sferzata di energia. Ideali per i piccoli ritocchi o ridefinire i tratti somatici in modo armonico, accompagnano il passare del tempo con grazia e addirittura lo prevengono, aiutando la pelle a mantenere il giusto equilibrio di luminosità e idratazione.

BIOSTIMOLAZIONE - È un trattamento basato su infiltrazioni indolori con un effetto tonificante, idratante e di ringiovanimento globale del viso, indicato per prevenire le rughe o per trattare le piccole rughette non molto profonde, come ad esempio quelle intorno agli occhi o quelle frontali. Serve inoltre per



ottimizzare e prolungare il trattamento con il filler, che avrà quindi una durata maggiore e un migliore risultato, lasciando la pelle più liscia e luminosa. Si eseguono delle microiniezioni con un ago sottilissimo di aminoacidi, vitamine e acido ialuronico naturale che stimolano la pelle del viso a produrre collagene, elastina, ed acido ialuronico. Serve quindi a nutrire la pelle con la reintroduzione di quelle sostanze naturali che sono divenute carenti a causa dell'invecchiamento inoltre l'azione meccanica dell'ago ha un effetto stimolante, rimettendo in moto il meccanismo di produzione delle suddette sostanze con un vero risultato curativo. **Effetti collaterali e controindicazioni.** Le controindicazioni sono rare: solo in caso di condizioni della pelle (alcune malattie autoimmuni, allergie dimostrate agli ingredienti attivi utilizzati, infezione della zona da trattare) è meglio non effettuare il trattamento. E' utile per tutti i tipi di pelle e fasce di età. In realtà, è un metodo sia preventivo sia curativo, quindi è utile per i giovani come prevenzione contro l'invecchiamento dei tessuti, mentre per i pazienti maturi (eccellenti i risultati dopo la menopausa) lo è nel ridurre e contrastare l'invecchiamento. **Quante sedute?** Le prime due o tre sedute a distanza di quindici giorni l'una dall'altra. Poi a cadenza mensile per un totale di otto sedute. Ma il trattamento può anche essere continuato per un tempo indefinito.

BOTULINO - E' la tossina botulinica inattivata che viene iniettata con microiniezioni per togliere le rughe da espressione (dinamiche) della parte superiore



del volto: frontali e glabellari - cioè quelle che si formano tra le sopracciglia - e della regione periorbitale. Generalmente si procede prima alla marcatura delle zone da trattare segnando i punti con una matita dermatografica, poi la tossina botulinica viene iniettata in piccolissime dosi mediante una siringa dotata di un ago sottilissimo all'interno dei muscoli mimici, non lasciando praticamente alcun segno visibile. Di fondamentale importanza è la precisione della scelta del punto di inoculo perché, provocando una ridotta motilità del muscolo, se la sostanza viene iniettata nei punti sbagliati può creare asimmetrie. Il trattamento non richiede anestesia, ma si può applicare del ghiaccio prima di ogni micro puntura per evitare il fastidio dell'ago. Il farmaco, riducendo il movimento dei muscoli, provoca il prevalere del muscolo antagonista con il risultato di spianare le rughe della fronte, della zona glabella e dell'angolo degli occhi (zampe di gallina). Si può ot-

tenere inoltre il sollevamento del sopracciglio aprendo l'occhio e riducendo il rilassamento palpebrale. L'effetto non è immediato, ma si realizza completamente nel giro di una settimana. Effetti collaterali e controindicazioni Se ci si rivolge ad operatori inesperti si possono produrre asimmetrie dell'espressione come il calo (anziché il sollevamento) del sopracciglio. Tali effetti indesiderati sono però assolutamente transitori. Inoltre, qualora si verificassero, sono suscettibili di trattamento con sostanze che ne accelerano la risoluzione. L'uso della tossina botulinica è sconsigliato nei pazienti con meno di 18 anni e nelle donne in gravidanza. Immediatamente dopo il trattamento e per evitarne un'anomala diffusione, è sconsigliabile per alcune ore effettuare saune, bagno turco, indossare caschi da moto. **Quante sedute?** Il risultato del trattamento dura mediamente da tre a sei mesi, a seconda del tipo di prodotto usato. La perdita dell'effetto avviene gradualmente fino al ritorno della situazione precedente la terapia. Facendolo regolarmente i tempi si allungano.

FILLER - Filler è un termine inglese che significa riempitivo, in medicina e chirurgia estetica del viso si riferisce, quindi, a tutte quelle sostanze che ne possono modificare la forma aumentando i volumi. Parleremo esclusivamente dell' **ACIDO IALURONICO**, il



principale dei filler, il più usato. Tralasciamo volutamente i filler permanenti e semipermanenti per i notevoli effetti collaterali ed anche il collagene che da risultati molto naturali, ma ha una durata ridotta e necessita di preliminari test per il rischio di allergia. L'acido ialuronico

è un disaccaride presente in tutti i tessuti connettivi umani, compresa la cute. Questa molecola è essenziale per la formazione della matrice di collagene e di fibre elastiche e per il mantenimento dell'idratazione cutanea. Le alterazioni dell'acido ialuronico presente nella pelle contribuiscono, nel tempo, all'invecchiamento cutaneo. L'acido ialuronico esiste naturalmente in tutti gli organismi viventi ed ha una struttura chimica identica in tutte le specie, quindi presenta una totale biocompatibilità senza rischi di intolleranza o allergia, quello utilizzato in medicina estetica è il frutto di complesse sintesi di laboratorio ottenute con l'ausilio di biotecnologie (negli ultimi vent'anni più di 30 milioni di persone sono state trattate con successo). Esistono due grandi famiglie di acido ialuronico: di origine aviaria e di origine batterica, quest'ultimo detto anche NASHA (Non-Animal Stabilized Hyaluronic Acid). L'acido ialuronico usato in medicina estetica è un gel sterile, viscoelastico, incolore e trasparente composto da molecole incrociate di ialuronato, per l'incrocio delle molecole viene detto cross linkato. Dalla quantità di molecole e dall'incrocio delle stesse presenti nell'unità di prodotto dipendono

la qualità e la durata. Le infiltrazioni a base di acido ialuronico sono indicate per: correzione delle labbra sottili ridando volume pienezza e turgore sia ridisegnando il bordo che ingrandendo il vermiglio; riempimento delle pieghe, ad esempio quelle nasolabiali e nasogeniene; rimodellamento del contorno del viso; ingrossamento e distensione degli zigomi con effetto lifting; spianamento delle rughe come le glabellari, le commissure orali e le rughe periorbitali. Adatto inoltre alla riduzione significativa degli esiti cicatrici

ziosi post-acneici, post-traumatici e degli esiti di rinoplastica. Il trattamento si effettua in ambulatorio, mediante infiltrazioni con siringhe dotate di ago sottilissimo. Generalmente non necessita di anestesia locale, che però può essere usata per il trattamento di zone più fastidiose come le labbra. Vengono usati tipi di prodotto differenti a seconda delle zone da trattare: più consistenti e con du-



rata maggiore per le zone più profonde, più morbidi e a riassorbimento più rapido per le zone superficiali. **Effetti collaterali e controindicazioni.** Essendo una sostanza naturale, l'acido ialuronico non presenta particolari controindicazioni. Ci può essere un lieve rossore e la zona trattata potrebbe risultare leggermente più gonfia rispetto al risultato definitivo, nelle prime 24-48 ore.

Raramente si può verificare un piccolo livido nella zona di iniezione. Dopo qualche ora è comunque possibile coprire la parte con del trucco. **Quante sedute?** Non essendo un filler permanente, una volta iniettato, l'acido ialuronico viene progressivamente metabolizzato e quindi riassorbito dall'organismo con tempi variabili a seconda della zona trattata e del tipo di preparato utilizzato. L'effetto di riempimento e aumento di volume o attenuazione delle rughe è immediato e dura dai tre ai sette mesi, a seconda del prodotto usato, dopo di che è possibile ripetere il trattamento periodicamente.

Dott. Roberto Leonori

Via Rubicone 7, Mentana (RM)

Tel. 06 9091514

Via Luigi Ronzoni 41, Roma

Cell. 349 2990749

**SILVIA AUGERO**

Psicologa e psicoterapeuta.

Specializzata in disturbi d'ansia, alimentari, dell'umore e sessuali

Scusa cara/o, stasera ho mal di testa

Cresce il numero di coppie in crisi di eros. Calo di libido o problematiche esterne, il mal di testa "diplomatico" nasconde diversi fattori, da risolvere assieme, con l'aiuto della nostra esperta

Sembra uno spot pubblicitario, ma da uno studio abbastanza recente è risultata essere la scusa più utilizzata dalla coppia per evitare rapporti sessuali. Dallo studio emerge anche una piccola, e forse scarsamente rilevante, differenza tra uomini e donne; se infatti quest'ultime si nascondono spesso dietro un'emicrania, i primi preferiscono utilizzare la scusa del "sono stanco". Sfumature, certo, che però sono un indice importante per fotografare ciò che sta accadendo alla coppia. Prima di analizzare questo aspetto vale la pena di aprire un piccolo inciso per contestualizzare e così capire il valore storico e sociologico del mal di testa. Facendo un piccolo salto indietro nel tempo, fino alle nostre nonne, laddove la sessualità di coppia era insoddisfacente e vissuta solo come un dovere coniugale e in particolare nelle donne, venivano utilizzati vari escamotage per sottrarsi alle avances sessuali del partner. Alcuni di questi erano favoriti dalla situazione familiare-abitativa: famiglie numerose spesso costrette a vivere in piccoli ambienti che non lasciavano molto spazio alla privacy, così, ad esempio, i figli rimanevano nel lettone dei genitori fino all'età di 7/8 anni e ne uscivano solo per far spazio al nuovo nato. Le mamme invece, che vivevano in un contesto sociale diverso, trovarono una scusa più sottile ed elegante, ineccepibile e fruibile in varie situazioni: il mal di testa. Poi è arrivata la rivoluzione sessuale tra la fine degli anni '60 e i primi anni '70 che aveva come fulcro la ribellione femminile verso i ruoli tradizionali con una conseguente emancipazione. Ciò ha fatto sì che la donna iniziasse a percepirsi parte attiva e non più passiva nel rapporto con l'uomo e quindi a vivere il sesso come una scoperta, un piacere e non più come dovere intrinsecamente legato a un destino riproduttivo. Sentirsi parte attiva del rapporto e riuscire a stabilire una relazione simmetrica e non più legata a stereotipi di sottomissione porta la donna ad avere una nuova immagine di sé anche nella sessualità. Questo è quello che è avvenuto a livello storico e sociologico, ma quanto realmente è cambiato nella relazione uomo-donna-sessualità? Come mai ancora oggi molto spesso ci si nasconde dietro un mal di testa come modalità per evitare un incontro intimo? Cosa sta accadendo alla coppia e alla sua sessualità? Quali sono le variabili che determinano un calo del desiderio?

Occorre innanzitutto ricordare che l'organo sessuale principale è il cervello perché è lì che nasce il desiderio che porta a cercare attivamente un rapporto intimo con il partner. Questo dà già una prima, anche se parziale, risposta al motivo per cui si può assistere ad un calo del desiderio nella coppia. Se infatti il cervello dell'uno o dell'altro partner è concentrato su problematiche che potremmo definire "esterne" alla coppia non c'è spazio perché possa nascere il desiderio sessuale. Pro-



blemi lavorativi, economici, con i figli, di salute propria o di familiari, sono tutte situazioni che possono determinare una flessione del desiderio, momentanea, che rientra con la soluzione dei problemi. Quando invece i problemi sono inerenti alla coppia le cose possono complicarsi e il calo del desiderio può non essere così transitorio. I problemi di coppia che possono portare ad una diminuzione dell'appetito sessuale spaziano dalla scarsa complicità alla frequente litigiosità, passando per una sessualità insoddisfacente o per un cambio di immagine del partner percepito non più affidabile. Queste variabili, che hanno come denominatore comune una scarsa o inefficace comunicazione, sono altresì accomunate da un vissuto di distanza emotiva che si concretizza nella distanza fisica posta nella diminuzione/evitamento dell'intimità. Sintetizzando, più si percepisce un'assenza di intimità emotiva intesa come complicità, sintonia, senso di appartenenza a qualcuno mantenendo quello di individualità, meno si ha voglia di avere rapporti sessuali con il proprio partner. Ed ecco allora il mal di testa! L'uso di questa scusa è legato in parte al timore di offendere il partner, poiché comunque il rifiuto è vissuto trasversalmente in maniera negativa tanto dagli uomini (che non è vero siano ad esso più allenati) quanto dalle donne, in parte dalla scarsa consapevolezza delle problematiche che vive la coppia o dal timore di confrontarsi con esse. Il mal di testa diventa perciò il modo per non farsi troppe domande, per non entrare in contatto col nucleo emotivo, ma anche e purtroppo per non cercare di superare i problemi che ne sono alla base. Una riflessione: avere un incontro sessuale con il proprio partner è un momento di estrema condivisione non solo fisica, ma soprattutto emotiva che crea intimità e vi-



Rispondiamo alla domanda di una lettrice.

Cara Silvia, sono la mamma preoccupata di una ragazza di 14 anni. Vedo mia figlia stanca, spesso soffre di mal di testa, è sempre sui libri ed esce pochissimo. A casa le cose vanno un po' così, ma con mio marito cerchiamo di non darlo a vedere; a scuola i professori mi dicono che è brillante e il rendimento lo conferma. È una ragazzina ambiziosa e determinata che sa già quale facoltà scegliere dopo il liceo. Forse studia troppo, è stressata o sono io che mi agito inutilmente?

Marianna S.

Marianna, proviamo a dare una risposta alle sue preoccupazioni di mamma. Deduco che sua figlia sia al primo anno di liceo e questo rappresenta sicuramente un grande cambiamento di contesto rispetto alla scuola media. Ciò può portare ad un iniziale periodo di chiusura nel tentativo di stabilire un controllo sulla nuova situazione, nuovi compagni e nuovi professori; probabilmente sua figlia sta cercando di capire quale sia il suo posto e il suo ruolo. Sembra molto concentrata nel dare di sé un'immagine positiva nello studio anche come

modo per affermarsi. Questo è quanto si può dedurre dalle informazioni che ci ha dato.

cinanza. Qualora queste coloriture emotive vengano meno e con esse la ricerca di una vicinanza fisica, non sarebbe forse più costruttivo mettersi in discussione per ritrovare la sintonia emotiva prima e quella fisica poi, anziché nascondersi dietro un'emicrania che - ahimè - non passa con il moment? E se per farlo" bastasse "ricominciare a comunicare?

“La coppia è un sistema che trascende la somma dei singoli individui che la compongono: due innamorati sono capaci di cose che al singolo sembra impossibile immaginare. Ma perchè la magia della matematica dei cuori si realizzi bisogna che si alternino spazi di autonomia e momenti di condivisione “ (W. Pasini)

**Per rivolgersi alla
Dott.ssa Silvia AUGERO
Cell. 335/6852842
Via Adige, 23 – Monterotondo (RM)
Scrivere a
silviaaug@alice.it**

**Carrozzeria
SAN MATTEO**

di Galeazzi & Alesi

autorizzata



Via Reatina, 199
00013 MENTANA (RM)

TEL. 06.9094253
FAX 06.90019742

carsanmatteo@tiscali.it



Piercarlo Antoniutti

presenta il suo Fiano Romano delle meraviglie

Campionato di calcio serie Promozione girone B, duello per la testa della classifica estremamente appassionante, c'è il Villalba di Pietro Scrocca e Mauro D'Autilia al primo posto, c'è la Pro Roma al secondo posto, c'è il Vicovaro di Vicalvi al terzo e c'è sorprendentemente il Fiano Romano al quarto posto a pochi punti dalla prima in classifica. Un campionato bellissimo che annuncia per questo fase finale del girone di ritorno in una girandola di emozioni che sta appassionando sempre di più i tifosi di queste quattro squadre. Ed è proprio il Fiano Romano la grande sorpresa di questo parte di stagione. Una squadra partita con una rifondazione quasi totale e affidata dalla nuova proprietà ad un fianese doc, Piercarlo Antoniutti. “Quando la scorsa estate – spiega l'allenatore del Fiano Romano – abbiamo assemblato la squadra pensavamo di avere fatto un buon lavoro ma il risultato che i giocatori hanno finora ottenuto è stato davvero eccezionale. Siamo nella parte nobile della classifica e la squadra dimostra di trovarsi a suo agio in questa stagione che si preannuncia davvero interessante”. Nella straordinaria cavalcata del Fiano Romano c'è da mettere in conto i tanti gol realizzati da parte di quel fenomeno che corrisponde al nome di Angelo Pangrazi: “Il bomber è un giocatore fantastico, sente la porta come pochi in questi campionati, ma abbiamo vinto anche senza di lui. Questo per dire che un solo giocatore, anche se fortissimo, non può vincere le partite da solo. La verità è che questo è un gruppo di bravi giocatori che si sacrificano in campo, si aiutano. E giocano anche bene”. Il Fiano Romano nelle ultime cinque gare è imbattuto avendo battuto anche il Vicovaro grazie ad una bella rete di Gasperini. La



Il bomber del Fiano Pangrazi con il mister Antoniutti

squadra è dunque in un momento di forma eccezionale: “E' un campionato difficile questo – spiega Antoniutti – ogni domenica è una battaglia. Le partite sono complicate perché anche le squadre che giocano per la salvezza ti possono battere”. Il rush finale è appassionante e l'infortunio di Pangrazi ha dato qualche problema ma Antoniutti esclude che la squadra possa calare di concentrazione: “La squadra ha qualità e ha il piacere di giocare insieme. In

queste condizioni ce la possiamo giocare con tutti”. Vicovaro e Villalba, chi è la più pericolosa? Per il mister del Fiano Romano non cisono dubbi: “Il Villalba per me resta la squadra più forte, ha un organico di grandi giocatori e ha una grande società. Il Vicovaro è una bella squadra, lì da loro abbiamo perso 0-1 ma nel ritorno li abbiamo battuti. Continuando a giocare con questa intensità siamo certi di fare molto bene”.

Canicross nel bosco di Gattaceca

La prima gara romana di una meravigliosa disciplina a sei zampe



6 zampe, 4 polmoni, 2 cuori... un'animale
www.corticross.com



Stefano Battaglini con il suo Ghigo



Stefano Battaglini con Carla Neri e Scira



©Flavio Di Properzio



Stefano Battaglini con Mattia Minori e Puma

Il 25 febbraio si è svolta nella Riserva Naturale Macchia del Barco e Gattaceca la prima gara romana di Canicross, disciplina sportiva che vede cani e conduttori correre su un percorso, di solito sterrato, uniti da una linea e dalla pettorina. Più che una disciplina (riconosciuta), un atto d'amore reciproco tra animale e padrone, visto l'allenamento mirato simile allo sleddog, dove il coordinamento tra i due è fondamentale.

Eccezionale l'atmosfera creata in questa terza tappa del Campionato Nazionale UISP, come ci racconta Stefano Battaglini, fondatore di "Corri a 6 zampe" e instanca-

bile organizzatore dell'evento. Tanta allegria e un tracciato da correre a perdifiato per i cinque chilometri previsti, snodati tra i magici sentieri di Gattaceca, che ha soddisfatto in pieno le aspettative di tutti i team presenti.

Si è aggiudicato la vittoria Mattia Minori - fra i primi tre atleti italiani che proprio nel bosco di Gattaceca mosse i primi passi in questa sport e che ha omaggiato "Corri a 6 zampe" indossandone la maglietta - accompagnato dalla sua magnifica Puma, con un tempo di 16 minuti e 59 secondi. Nella categoria femminile ha trionfato, invece, la ternana Carla Neri con la vivace

cagnolina Scira, arrivate in 25 minuti e 26 secondi.

Il Canicross è uno sport internazionale con sua federazione, gare e campionati a livello europeo. Importante, quindi, che la tappa romana abbia avuto luogo nel nostro territorio, grazie all'interesse della Città metropolitana di Roma Capitale che si occupa della riserva e del Comune di Monterotondo, che ha permesso l'utilizzo dei suoi sentieri. Ma, soprattutto, all'entusiasmo di Stefano Battaglini, promotore di un'attività nella quale il vero vincitore resta il binomio uomo-cane. Un'avventura a sei zampe, da vivere insieme.

NOMENTUM

Ristorante Pizzeria
FORNO A LEGNA



Che malinconia Casali, con l'insegna del Nomentum spenta. Impensabile la chiusura di uno dei punti di ritrovo più noti e rappresentativi. Cancellato chiuso, buio intravisto all'interno.

Ma oggi è tutto cambiato! E' tornato il sorriso, l'insegna e le luci sono state riaccese! Il cartello NUOVA GESTIONE significa che qualcuno ha creduto che la tradizione del NOMEMTUM potesse rivivere, ma alla grande, con nuove iniziative e nuovi progetti.

I tanti clienti che con la chiusura del locale si erano sentiti spiazzati dalla possibilità di trascorrere ore serene nell'abituale porto sicuro, quelli che ne amavano la tranquillità e la bontà delle pizze, adesso hanno tirato un sospiro di sollievo. Il NOMEMTUM ha riaperto il cancello!

La nuova gestione non intende però rimanere ancorata al passato, al ricordo degli antichi fasti, piacevolissimi, ma in fondo limitati a pizza, antipasti e un boccale di birra. I nuovi gestori hanno idee innovative e decisamente moderne. Sono molto determinati nel creare una atmosfera diversa, giovane, dove respirare l'aria del cambiamento con un programma per il futuro ricco di sorprese. L'aspetto più evidente di questa trasformazione è il menù, aggiornato e vicino ai gusti della gente, dalla vastissima scelta delle pizze a quella che è la grande novità: la cucina. Da oggi, infatti, la PIZZERIA NOMEMTUM è anche e soprattutto RISTORANTE.

Uno chef esperto e aggiornato, un vero Maestro con alle spalle anni di esperienza nei locali più quotati della capitale, proporrà quotidianamente piatti che rivisitano la gastronomia tradizio-

nale con particolare attenzione alla cucina tipica romana e laziale, o di altre regioni, proponendoli in chiave attuale e rivisitata, combinando gusti, giocando coi contrasti.

Accurata la scelta delle materie prime: carni e tagli pregiati, pesce sempre fresco, prodotti locali di giornata, appena colti.

Poi le grandi serate, che saranno organizzate tra breve oltre che al piano terra del locale che tutti conoscono, quello classico e adatto agli eventi, al piano superiore. Ogni settimana si potrà cenare alla presenza di un divertente cabarettista o accompagnati dalla musica di un gruppo musicale.

E ancora mille altre novità con la bella stagione in arrivo, la riapertura degli spazi all'aperto e gli incontri a tema culinario del giovedì, già iniziati, per conoscere i sapori dell'Italia.

Insomma, con il rinnovato PIZZERIA RISTORANTE NOMEMTUM Casali di Mentana ha ritrovato il suo punto d'incontro, per trascorrere piacevoli serate, gustare piatti squisiti e originali, vivere alla grande.

ABBIAMO RIAPERTO!

Ristorante Pizzeria
FORNO A LEGNA
NOMEMTUM

Via Nomentana, 150 Mentana - Tel. 06-9092974

SALA PER EVENTI
GELATERIA ARTIGIANALE

VI ASPETTIAMO

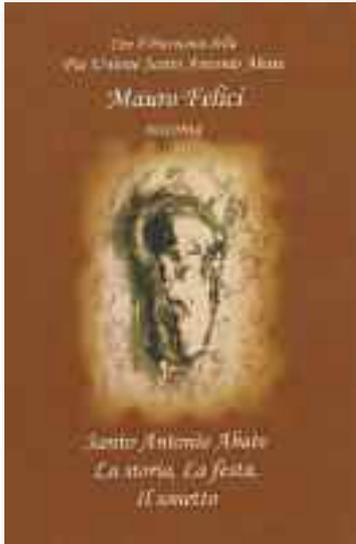
Ogni Giovedì alla scoperta
dei sapori d'Italia

Menu a buffet € 15 a persona

MUSICA E INTRATTENIMENTO!

Un libro di Mauro Felici

Monterotondo: la festa di Sant'Antonio Abate tra tradizione e storia



Non ha tradito le attese la presentazione del nuovo libro di Mauro Felici “S. Antonio Abate - La Storia - La Festa - Il Sonetto”. In occasione dell’apertura dei festeggiamenti in onore di Sant’Antonio Abate, nel Duomo di Monterotondo, erano davvero moltissime le persone presenti per condividere l’esordio della nuova fatica editoriale del noto poeta e scrittore eretino. Un evento promosso dalla Pia Unione di S.A.A., impeccabile, intenso e dall’alto valore culturale in cui non sono mancati interessanti spunti di riflessione con la partecipazione di Renato Milano, che ha introdotto l’evento, illustrando egregiamente il merito dell’opera, Don Pietro Belloni, già parroco del Duomo, che ha curato la prefazione al volume, gli attori Lombardo Fornara e Giada Felici, che hanno letto brani tratti dal volume, e i componenti dell’Associazione Musicale “La Fornace della Musica” che hanno eseguito brani diretti dal M° Bruno Frangiolini. Alla presentazione ha portato i suoi saluti il Sindaco Mauro Alessandri che ha sottolineato come l’Amministrazione Comunale crede ed è vicina alla Pia Unione e ha sempre sostenuto la Festa di Sant’Antonio abate che appartiene alla

storia culturale di Monterotondo. La tradizione locale legata a Sant’Antonio Abate è, in effetti, particolarmente ricca ed è la festa più grande, la più importante, la più sentita ed anche la più antica, per questo meritava la pubblicazione di un’opera originale e nello stesso tempo completa e l’autore non poteva che essere Mauro Felici. Mauro pur non essendo “confratello”, può vantare, infatti, un lungo rapporto di collaborazione con Pia Unione ed ha sempre seguito e partecipato in vario modo all’organizzazione della Festa, ed egli stesso, da buon monterotondese doc, ha sempre nutrito una profonda devozione per Sant’Antonio Abate. Ne sono nate importanti attività, testi teatrali, poesie, canzoni e svariati sonetti dedicati a Sant’Antonio Abate, tra cui anche la realizzazione un CD sulla Festa. La realizzazione di questa nuova opera, quasi 300 pagine dedicate alla tradizione legata al Santo, ripercorre una ricostruzione della Festa, attraverso l’esposizione della religiosità e la devozione, le origini e la salvaguardia per la tradizione, la musica, il folklore elementi questi che racchiudono l’identità del popolo eretino e che rendono unica al mondo la festa, con la tradizionale torciata e l’imponente

cavalcata. Ma è soprattutto nel capitolo dedicato ai Sonetti, di cui l’autore presenta un’ampia antologia, corredata da note storiche sul periodo e del confratello che, come da antica consuetudine lasciando il Santo, ha offerto il sonetto, che Mauro Felici, propone come l’analisi originale della composizione definita: “una preghiera votiva di ringraziamento per la benevola Intercessione sulla famiglia e sull’intera Umanità” ed offre un’interessante strumento per trarre nuovi spunti di lettura di questa antica tradizione religiosa, e un’opportunità di iniziative culturali a beneficio della Festa. Siamo perciò sicuri che questo nuovo libro di Mauro Felici contribuirà, oltre ad approfondire la conoscenza storica della tradizione legata a Sant’Antonio Abate, a rafforzarsi maggiormente la Festa e all’amore che da sempre i monterotondesi hanno avuto per questo santo, legato ad antiche tradizioni contadine. Oggi le cose son cambiate, ma le tradizioni restano: pubblicazioni e studi, come quella di Mauro Felici, sono uno stimolo a mantenerle sempre vive per celebrare un passato che ha caratterizzato la nostra umanità.

Due chiacchiere con il mito Tito Schipa jr, il creatore di Orfeo 9, ospite dell' "Incontro con l'autore" al Gregorio da Catino di Poggio Mirteto

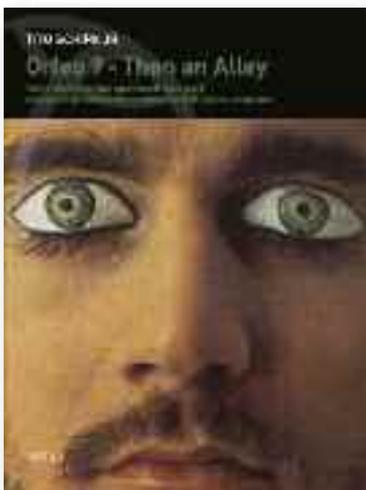
Tito Schipa jr. ha portato in Italia l'opera rock, scrivendo qualcosa che sarebbe rimasta negli annali della musica e dello spettacolo. Intanto, nell'inospettabile, (per l'Italia), 1967, è stato il creatore di *Then an alley*, primo assoluto, a livello mondiale, musical, che sceneggiava alcune canzoni di Bob Dylan, e poi *Orfeo 9* –rappresentato al Sistina nel gennaio 1970- poi divenuto film (con Loredana Bertè, Santino Rocchetti, Renato Zero, Tullio De Piscopo, Bill Conti e tanti altri, tutti allora ai verdi inizi), considerata, a livello internazionale, una delle più belle opere rock mai realizzate, senza dimenticare *Io ed io solo*, il primo suo disco, dei primi Settanta, con due assoluti pezzi d'"opera" che i giovani dovrebbero conoscere –noi amanti del genere ce li ricordiamo a memoria-: "Sono passati i giorni" e "Non siate soli". Ebbene, questo vero e proprio protagonista della musica, del teatro musicale e anche della poesia (il Nobel

per la letteratura a Dylan ha dimostrato l'inconsistenza di alcuni confini: un tempo musica e poesia erano tutt'uno) è stato mio ospite nell'ambito di un programma, *Incontro con l'autore*, realizzato all'Istituto di Istruzione Superiore "Gregorio da Catino" di Poggio Mirteto (e il fatto che sia una scuola ad organizzare questi incontri di assoluto rilievo dovrebbe far rivedere i criteri di eccellenza che vedono primeggiare solo le grandi città). A dimostrazione che la tanto esacrata provincia, in questo caso la Sabina, è talvolta più attenta della metropoli nel riconoscimento dei valori profondi della nostra cultura, a colloquiare con me e con la professoressa Tiziana Concina sono arrivati uno dei più grandi artisti contemporanei, Ennio Calabria, un fisico di chiara fama come Carlo Boldrighini, il filosofo Lucio Saviani, l'archeologo Zaccaria Mari (autore di importanti ritrovamenti, come il sepolcro di Antinoo a Villa Adriana). Quando è arrivato Tito Schipa jr, è stato davvero sorprendente (e bello) vedere docenti, persone venute anche da molto lontano, e anche molti giovani, intenti ad ascoltare la testimonianza di un artista che ha contribuito a fare la musica e che ha in serbo una nuova opera, "Gioia", ancora avvolta nel mistero. Perché la sua testimonianza, in assoluta franchezza e umiltà, su un periodo affascinante come i Sessanta e i Settanta, i suoi ricordi personali legati al contatto con grandi artisti e i suoi lucidi asciutti giudizi su tecniche fonatorie, mode, canzoni, hanno costituito una vera e propria lezione magistrale sulla cul-



tura di tutta un'epoca. Anche perché Tito Schipa jr. ha al suo attivo *ErDom-pasquale*, rifacimento in romanesco del *Don Pasquale* di Donizetti, un disco e un libro di traduzioni da canzoni di Dylan, con l'introduzione di Fernanda Pivano, nonché di Jim Morrison.

Vedere tante persone che si incontravano per la prima volta affollarsi, alla fine dell'incontro, intorno a Tito per fargli firmare tutti i suoi dischi e i suoi libri, (qualcuno gli ha portato ritagli di giornale che neanche lui –ha confessato commosso- possedeva), ci ha fatto capire, ma non ce n'era bisogno, che c'è molta vita fuori delle metropoli, e che la profonda provincia – e la sua scuola - non dorme, anzi, è più attenta ai percorsi che hanno fatto (e che fanno) la cultura dei nostri tempi.



Il Forno Latino



Forno LATINO
TUTTI I TIPI DI PIZZA
 a portar via!!

ORDINAZIONI PER RINFRESCHI
 Orario dalle 5.30 alle 14.00
 dalle 16.00 alle 22.00

Mentana - Via A. Moscatelli, 350
 Tel. 06.9090617



PASTICCERIA
 Forno Latino

Via A. Moscatelli, 310
 00013 Mentana - Roma
 Tel. 06.9094225 - 06.9090617
 e-mail: fornolatino@libero.it



ORDINAZIONI PER RINFRESCHI

TORTE PERSONALIZZATE

PRODUZIONE PROPRIA



E' ormai una tradizione consolidata. L'eccellenza del prodotto: il pane. Sfornato al momento giusto, fragrante e reallizzato con le farine della migliore qualità, i metodi di lievitazione e lavorazione uniti all'esperienza familiare che ha tramandato al titolare del Forno Latino l'Arte di fare il pane. Vanto della storia millenaria del Perù, suo lontano paese

di origine, tecniche e segreti si fondono alla passione, alla profonda conoscenza e soprattutto all'amore, facendo di Andrea un vero Maestro del suo antico mestiere.

Al Forno Latino, oltre all'ampia varietà di pane per ogni tipologia e formato, richiestissima per la golosa bontà è la Ciammella a Cancellu. Chi l'ha assaggiata una volta poi ritorna, perché la fama della sua squisitezza ha raggiunto pure altre città e i buongustai fanno la fila per portarsi a casa la specialità tipica mentanese, calda e appena sfornata.

Il Forno Latino è la meta preferita anche di chi apprezza la biscotteria, dolce o salata, e la pizza a taglio. Tanti tipi per tutti i gusti (deliziosa quella con le patate, proposta in varianti diverse) sempre caldi, appetitosi, appena usciti dal forno.

Insomma, Andrea è riuscito negli anni a creare il tempio degli intenditori, che sanno come i suoi prodotti siano sinonimo di qualità, freschezza, fragranza e ghiottissimi peccati di gola! Infatti un discorso a parte va fatto per la pasticceria, altro fiore all'occhiello di Andrea che riprenderemo nel prossimo numero. Nel frattempo un consiglio in vista della Pasqua che si avvicina: prenotate la famosa colomba pasquale. Soffice, profumata, classica o al cioccolato, con il Forno Latino sarà tutta un'altra festività, sotto il segno della bontà.

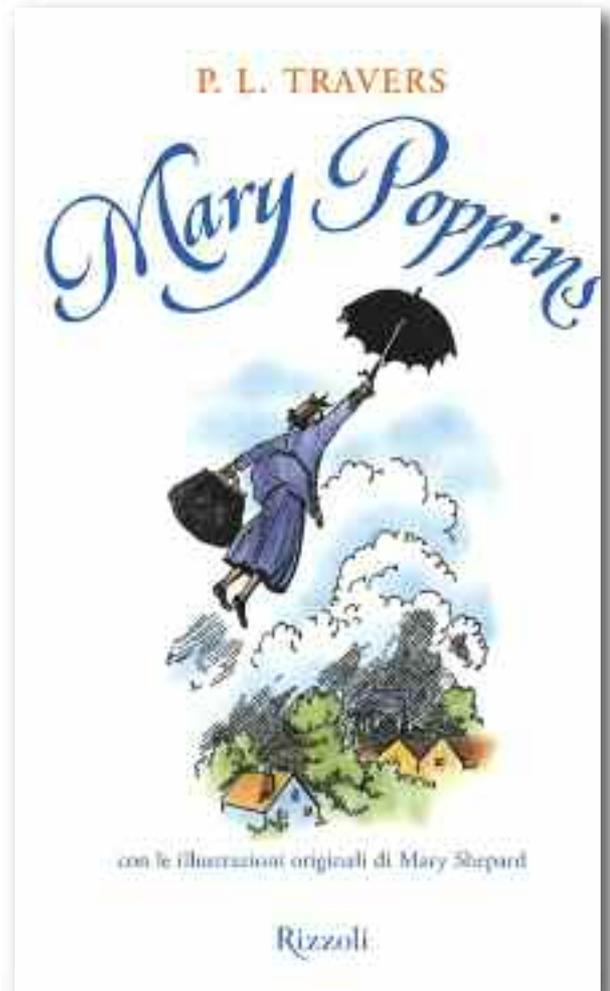
Quando la tata aiuta ad affrontare la vita

Marco Testi ha rivelato in una sua conferenza a Vescovio gli aspetti non conosciuti ed iniziatici di Pamela Lyndon Travers e del suo Mary Poppins



Il primo dei libri “che salvano” presentati nel “Caffè Letterario” diretto da Marco Testi presso l’Istituzione Teresiana di Vescovio, dopo l’incontro “propedeutico” con la protagonista della Biblioterapia in Italia, la psicoterapeuta Rosa Mininno, è stato il celebre Mary Poppins di Pamela Lyndon Travers. Ultimamente il critico e storico della letteratura che ha insegnato a contratto nelle università italiane e che scrive per importanti giornali e agenzie di stampa, ha parlato di uno dei libri che saranno analizzati nel suo imminente nuovo volume, dedicato proprio a quelle opere letterarie che incidono profondamente sulla psiche umana: libri che aiutano nel cammino della vita per la loro capacità di suggerire nuovi modi di pensare o agire. Testi ha spiegato, di fronte ad un pubblico davvero attento ed empatico, che il grosso problema di quel libro (la cui autrice in realtà si chiamava Helen Lyndon Goff) è stata la versione cinema-

tografica di Walt Disney, che ha cambiato completamente il senso del romanzo, uscito trent’anni prima. Mary Poppins, infatti, non è un racconto per bambini, ma parla della necessità della separazione, perfino del dolore per la crescita della persona: la scrittrice lo realizzò per alleviare la pena sua e della famiglia per l’alcolismo del padre e la depressione della madre. La stessa Travers non fu mai davvero contenta della riduzione cinematografica, e il continuo scontro con Disney è ricordato in *Saving Mr. Banks*, film diretto da John Lee Hancock, uscito nel 2013. Un libro che ha avuto il destino paradossale di essere stato letto –quando è stato letto– dopo il film, un po’ come *Il signore degli anelli* di Tolkien, e quindi di non essere stato davvero capito fino in fondo. Testi ha spiegato in che cosa il racconto differisce dal film e perché lui stesso lo



ha inserito nel ristretto numero delle opere letterarie che ci aiutano a capire meglio il mondo e noi stessi. La Mary del romanzo, tanto per fare degli esempi, non sorride mai, è permalosissima, non è carina, anzi, e soprattutto mostra una strana familiarità con gli esseri della natura, riecheggiando, ha spiegato Testi, antiche divinità femminili di Creta ed altre civiltà originariamente matriarcali, straordinariamente simili, anche figurativamente, alla tata creata dalla Travers, che, tra l’altro, era profonda conoscitrice delle religioni orientali e della teosofia.

Erri De Luca alla Mondadori

Qualche settimana fa lo scrittore napoletano Erri De Luca ha presentato, presso la libreria Mondadori di Monterotondo il suo ultimo libro "Diavoli custodi" una raccolta di 36 racconti che prendono l'avvio da altrettanti disegni dell'artista Alessandro Mendini. Un testo affascinante, un viaggio nei mostri che ciascuno di noi custodisce nel fondo di se stesso, quei "diavoli custodi" appunto, che non ci abbandonano mai perché nessuna distrazione li allontana dal nostro cammino, a differenza di quanto accade agli angeli, i quali, come afferma lo stesso De Luca, sono invece assai più disattenti. Tutti i trentasei racconti seguono i disegni di Alessandro Mendini, che raffigura mostri a colori e in bianco e nero capaci di danno corpo alle paure, alle suggestioni, alle riflessioni più riposte, che quotidianamente ci alitano sul collo, costringendoci a scavare nel fondo scuro del nostro io.



Anche in questo testo, come in ogni libro di Eri De Luca, c'è la filosofia di vita che lo scrittore partenopeo, coltiva quotidianamente con quella coerenza che chi lo segue ha imparato a riconoscere. Mendini trattiene i mostri tra i bordi di un foglio, li doma tenendoli per le briglie, e la parola di De Luca arriva a delinearne i profili, regalandoci la possibilità di decodificare quelle presenze tenebrose che spesso non vogliamo vedere, troppo spaventati per inoltrarci nel labirinto delle nostre inquietudini.

Alessia Rocco

Gianni Mauro alla Camera

Recentemente, presso la Nuova Aula del Palazzo dei Gruppi Parlamentari, è stato presentato il libro "Bruno Venturini. Una voce che ha emozionato il mondo" scritto da Gianni Mauro, letterato, attore e cantautore, storico leader del gruppo teatrale e musicale dei Pandemonium, artista che ha collaborato con i nomi più grandi del panorama teatrale, cinematografico e canoro dalla storia dello spettacolo italiano, da Gigi Proietti, a Gabriella Ferri, Oreste Lionello, Pippo Franco e tanti altri.



Gianni Mauro, nato a Salerno, è una delle eccellenze artistiche che danno lustro al nostro territorio e da anni ha intrapreso la carriera di scrittore, pubblicando numerosi libri di successo. Stavolta, Gianni Mauro si dedica alla biografia del grande Bruno Venturini, tracciando con profonda sensibilità e abilità letteraria, il profilo personale e artistico del Maestro Venturini, cantante di fama mondiale, voce meravigliosa nel panorama canoro internazionale. Il libro è edito dalla casa editrice Il Papavero, di Donatella De Bartolomea, editore di spessore che con questo libro compie un'operazione culturale encomiabile che sta già riscuotendo il successo che merita. La prefazione è curata da Pippo Baudo, che di certo non necessita di presentazioni, grande amico di Bruno Venturini e presente all'evento, insieme a molti volti noti della televisione, come Maria Concetta Mattei, giornalista storica del TG2, Bruno Mobrici, conduttore di Speciale TG1, il mago Silvan, Katia Noventa e numerosi altri amici del Maestro Venturini, accorsi ad omaggiare l'uomo e l'artista. Presente in collegamento in viva voce, poiché fuori regione, l'Onorevole Maria Stella Gelmini, che ha voluto esprimere parole di riconoscimento per il Maestro Venturini, ambasciatore della canzone napoletana nel mondo.

Alessia Rocco

DIECI AGOSTO

un romanzo omaggio a Giovanni Pascoli tra ricostruzione storica e invenzione romanzesca

Franco Mieli è stato di parola: ci aveva annunciato che la saga del maggiore Massimo Cerci sarebbe continuata e così è stato. Proprio in questi giorni infatti è uscito il suo ultimo romanzo, "DIECI AGOSTO" che rappresenta anche la terza storia nella quale il cinquantenne investigatore dei Carabinieri è protagonista indiscusso. Il libro presentato presso la libreria UBK di Monterotondo ha registrato una grande partecipazione di pubblico. Questa volta l'Autore ci conduce, attraverso una nuova indagine del maggiore Cerci, in terra di Romagna, in un romanzo che vuole essere un omaggio a Giovanni Pascoli. L'occasione i 150 anni dell'omicidio di Ruggero Pascoli, padre del poeta, compiuto appunto il 10 agosto del 1867 e definito uno dei primi delitti impuniti della storia d'Italia. Quel drammatico fatto di cronaca segnò la vita della famiglia Pascoli e portò il poeta a scrivere i celebri versi della poesia dedicata alla "cavallina storna". Pascoli indagherà fino alla fine per scoprire i mandanti o l'unico mandante dell'omicidio, non riuscendovi e lasciando ai posteri una ricerca che con gli anni si fece sempre più ardua. A questo punto la creatività di Franco Mieli, in un gioco di realtà e fantasia che non disturba, ma che si muove con spontaneità e linearità narrativa, lascia al maggiore Massimo Cerci il compito di indagare su quel mistero parallelamente a orrendi delitti compiuti al giorno d'oggi. Nel corso delle indagini, l'integerrimo maggiore, dovrà venire a capo degli orrendi e misteriosi delitti commessi "dall'uomo col cappello", che lascia sempre sui corpi irricognoscibili delle vittime foglietti con i versi delle poesie di Giovanni Pascoli. Come finirà la storia? Lo saprete solo proseguendo la lettura dell'ultimo romanzo di Franco Mieli, da dicembre disponibile in libreria.



Roberto Tomassini



tecnoffice

ARRETRAMENTO TECNICO E PRODOTTI E MACCHINE PER UFFICIO

LAS ARREDAMENTI PER UFFICIO

INCONTROPIEDI IN CASSA

MICRELEC

Ditron

KYOCERA

Canon

EMER

ASSISTENZA
DE BOITUM

Vendita, Noleggio e Assistenza

Registratori di cassa - Computer - Fotocopiatrici - Plotter
Multifunzione laser - Periferiche - Server - Reti Lan - Software

Vendita

Materiale di consumo - Timbri - Modulistica - Cancelleria
Rotoli Termici - Carta Plotter

00013 Mentana - Via G. Amendola, 84/a
Tel. e Fax 06.9093271 - Tel. 06.90015839
00015 Monterotondo Scalo - Via M. Pollino, 22/24
Tel. 06. 90065451

info@tecnofficesnc.it
www.tecnofficesnc.it

www.tecnofficesnc.com
http://negozio.tecnofficesnc.it/

Come fare un video digitale

Tecniche e segreti per realizzare video amatoriali perfetti.

Breve corso base a puntate, con le soluzioni migliori illustrate dal nostro esperto



Con l'avvento del digitale, premendo un semplice tasto, oggi tutti possono facilmente effettuare registrazioni video, anche se realizzare un vero video, pur a livello amatoriale, è un'altra cosa. Oltre che migliorare la qualità delle immagini, si sono annullati i pesanti costi della pellicola che rappresentavano un incubo per amatori e professionisti. Il digitale ci permette di lavorare con tranquillità e addirittura contemporaneamente con una, due, tre o più videocamere. Proprio per questo motivo suggerisco di abbondare nelle riprese, in modo da avere una riserva di materiale che ti consenta un lavoro agevole. Per prima cosa, però, bisogna chiedersi per quale motivo si vuole realizzare un video. Deve nascere dentro di te il desiderio di voler "raccontare con le immagini" ciò che hai pensato. Ci sono migliaia di storie che aspettano: una ricorrenza familiare, un ricordo, un evento sociale, una festa, una celebrazione, un fatto storico, per arrivare infine ad inventarti una storia tutta tua. Focalizzato l'avvenimento o la storia da rappresentare si dovrà scrivere un programma di lavoro che consenta di organizzare le riprese rispettando e facendo rispettare, il più scrupolosamente possibile, il progetto con la scala degli eventi.

Terminato di fare le riprese, i file video si dovranno scaricare nel tuo PC. A questo punto è bene organizzarsi, creando un'unica cartella che sarà nominata con il titolo del lavoro in progetto. In essa saranno contenute altre cartelle, tutte nominate e suddividendole in gruppi omogenei. I file video che hai raccolto nelle varie cartelle do-

vranno essere poi "puliti" in modo da poter utilizzare solo il girato che ti interessa, cioè quello appropriato. È importante sapere che tutti i software di montaggio "ricordano" la provenienza del file che hai trascinato nella traccia di progetto o "timeline". Non spostare mai i file dalla cartella di origine e non rinominare mai né cartelle né file per non correre il rischio che il software, alla riapertura del progetto, non li trovi più. Il programma memorizza le istruzioni che gli dai, se cambi idea o il percorso dei file, il software non lo sa e si blocca.

Ma non è finita, potrebbero servire "i fegatelli". Non sono pezzetti di fegato di animale, anche se la definizione potrebbe indurre a farlo pensare; in gergo cinematografico "girare fegatelli", vuol dire scattare foto o girare piccole scene, brevi pezzi di filmato, da utilizzarsi all'occorrenza per ricordare, mettere in mezzo ad altre scene, riempire vuoti di immagine o transizioni tra una scena e l'altra, ecc. Adesso vediamo cosa occorre essenzialmente per realizzare un video. **La videocamera** - attualmente in commercio esistono molti modelli di videocamera sia amatoriali, semiprofessionali e professionali, dipende da budget che si ha a disposizione. Ormai tutte le videocamere riprendono in HD. La scala di definizione delle immagini per formati HD per fotogrammi di proporzioni 16/9, è definita dal prodotto delle linee orizzontali per le linee verticali, il cui risultato dà il numero di pixel. Per esempio: HD Ready - 1080 linee verticali e 720 linee orizzontali dà un prodotto di 777.600 pixel;



Full HD - 1920 x 1080 cioè 2.073.600 pixel;

4K 3840 x 2160 cioè 8.294.400 pixel, oppure 4096 x 2160 cioè 8.847.360 pixel.

Alcune videocamere tra le più evolute hanno anche la possibilità di variare il numero di fotogrammi, da 25 a 50 o 60, per ogni secondo di girato. Ovviamente è facile capire che più sono i fotogrammi al secondo, più l'immagine migliora.

Il menu di ogni videocamera digitale ti consente tantissime modifiche, basta avere la pazienza di studiarle e sperimentarle. I requisiti più importanti sono: l'ottica, la qualità dell'audio, la capacità della scheda della memoria, le varie possibilità di risoluzione delle immagini, la praticità e maneggevolezza, il peso, l'anello di regolazione del fuoco e quello dello zoom, gli attacchi per microfono, cuffia. Prima di prendere qualsiasi decisione di acquisto è bene consultare tali requisiti sulle schede tecniche delle apparecchiature che troverete in rete.

Gli accessori indispensabili:

Il cavalletto - Un cavalletto deve essere fatto con metallo leggero per pesare meno possibile, avere un aggancio per la videocamera sicuro e affidabile, poter muovere "la testa" in senso orizzontale e verticale con molta morbidezza, essere strutturato per sopportare il peso della videocamera, avere una buona stabilità e un'altezza regolabile, potersi montare e smontare con rapidità per essere riposto nella sua borsa di trasporto.

Faretto o faro - Oggi quasi tutti i fari per vi-

deocamere portatili sono con luce led per garantire, a parità di lux, bassi consumi della batteria. Ne esistono di varia potenza e di vario prezzo e con possibilità di essere montati sulla slitta della videocamera. E' opportuno che tutti siano forniti di alette per l'orientamento della luce. **Microfono o radiomicrofono** - Ogni videocamera amatoriale, oltre al microfono incorporato do-



vrebbe avere l'attacco per un microfono esterno. I microfoni esterni sono fondamen-

talmente di due tipi: quello sup- portato da una "giraffa" da col- legarsi direttamente alla videocamera con un cavo e il radiomi- crofono che è composto da una trasmit- tente remota a "gelato o lavalier" e una ricevente collegata all'attacco microfono della stessa videocamera.

Asta di sostegno del microfono in gergo chiamata "giraffa" - Deve essere di un metallo leggero e potersi allungare fino a 2 o più metri. Al vertice della giraffa ci sarà un attacco sicuro per sostenere un microfono che trasmette il segnale audio in diretta alla videocamera . Lungo l'asta ci saranno dei piccoli ganci per sostenere il cavo.

Batteria di riserva e cuffie - Una batteria di riserva della videocamera ti dà sicurezza e tranquillità. Quando si riprende con un audio in diretta è bene collegarsi con le cuffie alla videocamera per controllare la qualità dell'audio in entrata e soprattutto rendersi conto dei rumori di fondo.

Borsa - Infine, quando si possiedono tanti accessori, è bene munirsi di una borsa o

valigia in cui mettere la videocamere e tutti i piccoli accessori che prevedi possano essere utilizzati.

IL PC - Se poi, come è prevedibile, vuoi dedicarti al montaggio, è bene prendere in considerazione, un software per l'editing adeguato alle tue esigenze e un PC per il servizio richiesto (processore, scheda



madre, memorie RAM, scheda video, memoria fissa, monitor, ecc.). E' opportuno ricordare che le immagini e i file video, più sono definiti e più "pesano".

Nel prossimo numero di HINTERLAND parleremo di come effettuare una ripresa.

Comune di Mentana
Amministrazione culturale
Mentana

STAGIONE CONCERTISTICA 2018

Classica
Jazz
9€
Concerti di Musica Classica & Jazz

Presso la Biblioteca Comunale di Mentana ore 18.00

- 11 aprile** **RAFFAELA MONTI (1881)** "Giugno e Pasdaran"
Anna Maria Ottolina, voce e basso continuo - Anna Tallano, pianoforte - Maria Giusti, basso continuo
- 22 aprile** **DEO GARDALDI** "Naxos 2"
Teresa Spagnoli, clarinetto - Valterio Comandini, oboe - Ilaria Zucchi, violoncello
- 29 aprile** **DEO GARDALDI** "Tre pezzi di gruppi di musica da camera"
Alberto Pagella, violoncello - Erika De Gennaro, contrabbasso - Giulio De Gennaro, contrabbasso - Federico Spina, basso
- 6 maggio** **DEO GARDALDI** "Musica da camera e grandi orchestre"
Erika De Gennaro, contrabbasso, pianoforte e quattro voci
- 13 maggio** **DEO GARDALDI** "Tre pezzi per gruppo e orchestra"
Maria Tallano, voce - Erika De Gennaro, pianoforte - Alessandra Giusti, contrabbasso - Anna Maria Ottolina
- 20 maggio** **DEO GARDALDI** "La commedia dell'arte"
Erika Tallano, soprano - Leonardo Caporali, pianoforte
- 27 maggio** **GALLIANO PROSPERIO QUARATI** "Naxos per il teatro"
Tullio Propoli, clarinetto - Anna Maria Ottolina, pianoforte - Maria Giusti, basso continuo - Valterio Comandini, oboe - Ilaria Zucchi, violoncello
- 3 giugno** **CONALDO DE LUCA** "Danza e Tango tra i due continenti"
Lucrezia Perrotta, voce - Erika Tallano, pianoforte - Alessandra Giusti, contrabbasso
- 10 giugno** **CONALDO DE LUCA** "Danza e Tango tra i due continenti"
Erika Tallano, soprano - Silvia La Russa, basso continuo - Teresa Spagnoli, clarinetto - Valterio Comandini, oboe - Ilaria Zucchi, violoncello - Lucrezia Perrotta, voce - Erika Tallano, pianoforte

Ingresso € 7
Biglietto € 5 (under 18 e over 65)
Abbonamento di 9 concerti € 50

Il Tenco Ascolta

MONTEROTONDO

Teatro Francesco Ramarini
venerdì 20 aprile 2018
ore 21:00

**LONTANO DA QUI
GIULIO DE GENNARO
JIMMY INGRASSIA
MED FREE ORKESTRA**

Con la partecipazione speciale di
MIMMO LOCASCIULLI

Presenta
Antonio Silva

PREVENDITA
presso la Biblioteca Comunale di Mentana
Martedì 10 Aprile 2018
dal lunedì al venerdì ore 9.00-19.00
Ingresso: € 10

Il Tenco Ascolta
SINE
icm
Comune di Mentana

Miao&Bau – Amore a quattro zampe

Gli amici pelosi dei nostri lettori si raccontano.

Ogni numero foto, storie e immagini per conoscere un mondo di codine felici



Protagonista del mese



Salve a tutti, mi chiamo **Wolf**, ho nove anni e sono l'amorino di papà. Lui dice sempre: Wolf, quanto sei bello, un vero gatto modello! Mi piace fare le zampette e arrotolarmi sul lettone perché adoro i grattini sulla pancia. Sono pure un miccio curioso e infatti due mesi fa ho vissuto una brutta avventura: volevo capire cosa c'era nel mondo di fuori e mi sono perso. Matteo (che è il mio papà) si è spaventato tanto, ma proprio tantissimo, eh? Per fortuna una signora mi ha trovato, un'altra mi ha riconosciuto e così, grazie a molte persone buone, sono tornato a casa. Adesso eccomi qua, ancora più coccolato di prima. Sono un gatto viziato, io!



Miao, sono **Silvie**, la padrona del mondo intero! I tiragraffi sono miei, le cucce, i vasi, i croccantini, ma più mia di ogni cosa è la mamma, che si chiama Lorenza e mi ha salvato quando ero un soldo di cacio. Mi piace tantissimo correre dappertutto e guardare fisso chiunque viene a trovarmi, infatti si innamorano tutti di me. Che fatica essere così carina!



Un saluto agli amici di Hinterland, mi chiamo **Sally**, ho otto anni e tutti mi vogliono bene. Mi piacciono: le coccole, la mia poltroncina, i bacini e le foto. So anche mettermi in posa! La mia mamma, che è Giulia e mi pettina con bei fiocchetti, dice sempre che sono la sua prima figlia. Infatti io la seguo ovunque perché mica voglio lasciarla sola. Se poi ha bisogno di me?



Precious Paws Atreju è un gatto dalle nobili origini, ha tre anni e adora guardare mamma Deborah mentre lavora alle sue magiche creazioni. Ma è anche un bimbo-gattino, infatti è detto Bimoblu perché è davvero tanto dolce, come un bambino piccolo.



Un amore di velluto: **Elsa**, la principessa di mamma Lorenza, è una cagnolina di gran carattere. Non la fate arrabbiare, che sbuffa come un torrello! Ma è solo una finta, adora fare gli scherzi, le coccole vicino alla coda e stregare gli amici col suo grazioso musetto.



Ciao, sono **Morpheo** e ho sei anni. I miei umani mi hanno chiamato così perché la prima notte che sono stato con loro ho dormito 10 ore di fila e tuttora adoro farlo. Mi piace molto l'insalata ed il latte di soia e amo cacciare, in particolare catturo pipistrelli e lucertolone che offro in dono a Olimpia, che è la mia umana anche detta "la mamma". Lei ringrazia sempre con tante urla di gioia!



Bau, mi chiamo **Ettore** e il mio papà Valter mi porta a fare sempre le passeggiate, qui ho le scarpine per non prendere freddo, aveva nevicato da poco. Papà è preoccupato, ormai sono un signor cane di una certa età, ma io non capisco perché! Lo dice anche il detto: siamo come Peter Pan, non invecchiamo mai. Almeno nel cuore.



Foto di famiglia per **Oliver e Bea** che sono diventati genitori! Ne danno il lieto annuncio gli orgogliosi "nonni" Valerio e Mascia, mentre la coppia di amorosi a quattro zampe cura attenta i piccini. Oliver è un bravo papà tanto preoccupato, mamma Bea preferisce giocare. Chissà i cuccioli da chi avranno ripreso?



I NOSTRI SALUMI E LE NOSTRE CORALLINE
SONO SENZA GLUTINE
E SENZA LATTOSIO

90% CARNE DI PROSCIUTTO
10% PANCETTA



Via Casilina Km 21,600
00040 Laghetto di Montecompatri
(Roma) Italy

Tel/Fax +39 06 9476055
+39 06 9476177

Mob. +39 338 2779774

www.lattanzi1954.it
info@antica-norcineria.com

SCEGLI COME
ALLENARTI
SCEGLI COME
ABBONARTI

DA OGGI
**PAGAMENTO
MENSILE**

NOVITA



IPPOCAMPO
SPORT
LIFE

360 GIORNI L'ANNO

500 MQ DI SALA PESI
6 SALE FITNESS
3 PISCINE
SPA



Via dei Cannetacci, 50
00013 Mentana (RM)
Tel. 06.90.93.673
www.lifementana.com

