

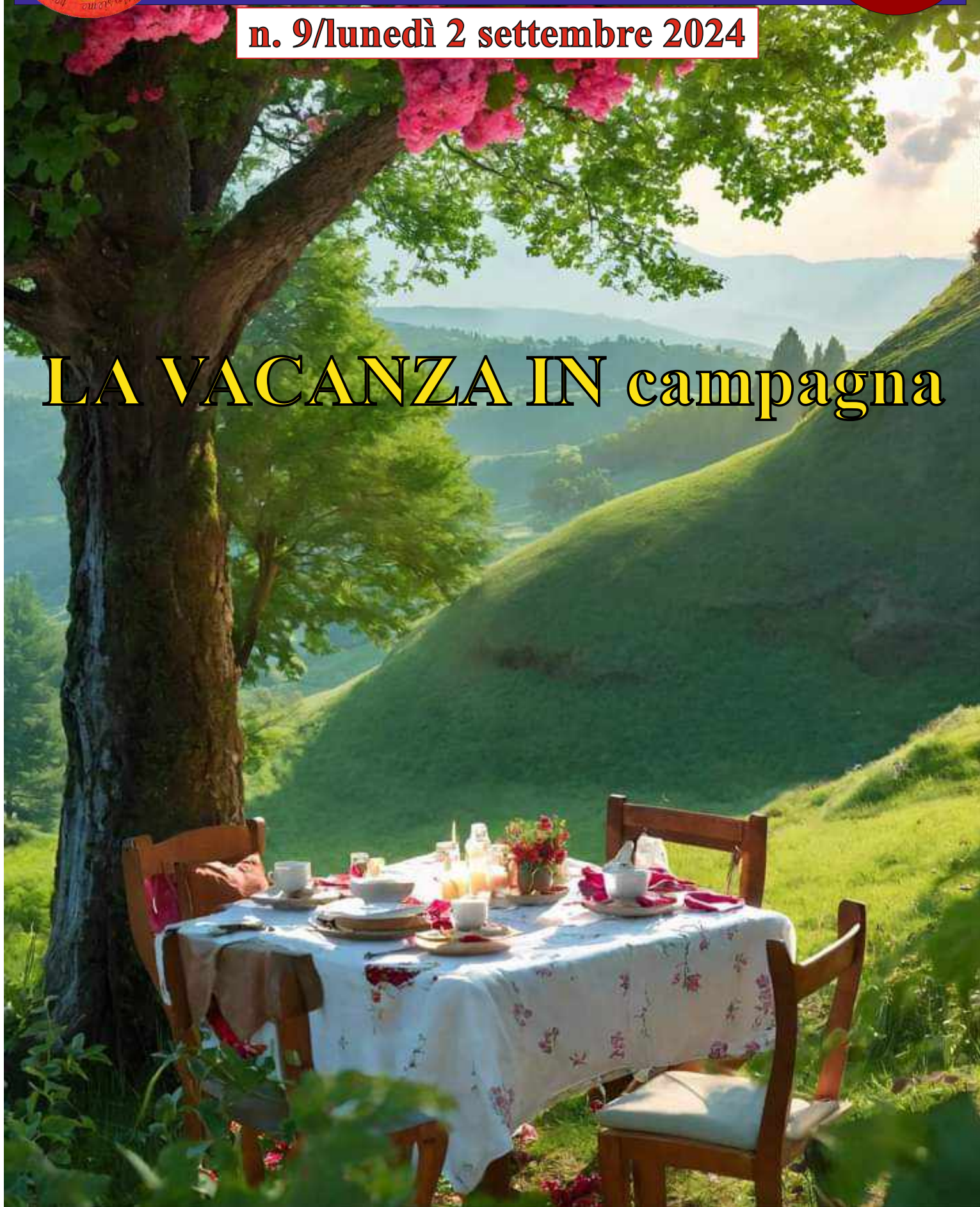


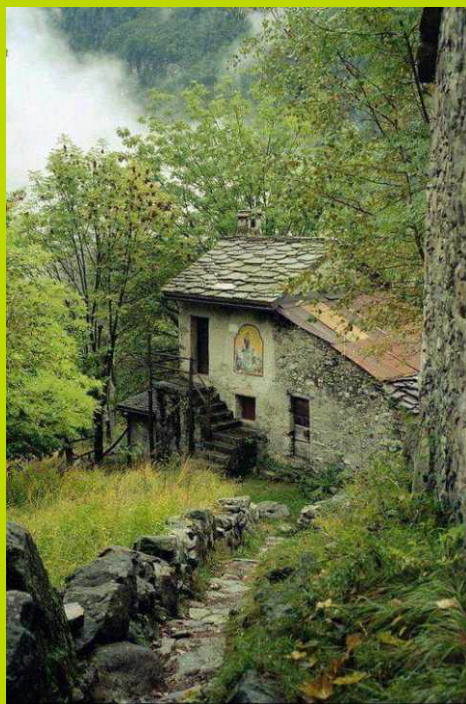
la Città del Crati



n. 9/lunedì 2 settembre 2024

LA VACANZA IN campagna





Quanto costa una vacanza in agriturismo?
 È costosa una vacanza in agriturismo in Italia? Per alloggiare in un agriturismo in Italia mediamente dovrai spendere 208€ a notte.
 5 buoni motivi per passare una vacanza in agriturismo
 Se state progettando una rigenerante

ottima soluzione se volete vivere il territorio dall'interno.

Vi troverete in una realtà vera, con persone che vi potranno informare su tutto quello che vale la pena visitare del territorio e sul modo migliore per farlo. Questo è soprattutto vero nelle zone in cui la vita rurale ha importanza predominante.

Avrete anche la possibilità di fare esperienza delle attività quotidiane, vivendo uno spaccato di vita vera insieme ai vostri ospiti, che sono spesso ben predisposti a condividere le loro occupazioni con chi dimostra interesse e passione.

2. Prodotti tipici:

Spesso le strutture agrituristiche possono offrirvi anche i prodotti locali coltivati direttamente.

Anche questo è un modo per immergersi nello spirito del luogo, degustando i prodotti appena raccolti o trasformati. Potete immaginare quanto sia piacevole fare colazione con dolci appena sfornati o con frutti raccolti all'alba e portati in tavola, oppure pranzare o cenare con le verdure dell'orto cucinate per l'occasione.

Inoltre potrebbero esservi illustrati e mostrati i processi di coltivazione e di produzione o addirittura potreste parteciparvi, facendo esperienze uniche.

3. Ospitalità:

Generalmente



località di campagna.

Qualunque siano i vostri gusti vi invitiamo a valutare la scelta dell'Agriturismo spiegandovi in 5 punti il motivo per cui a nostro parere è un'ottima scelta.

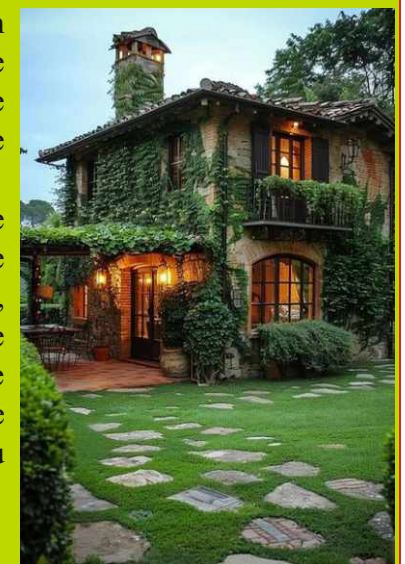
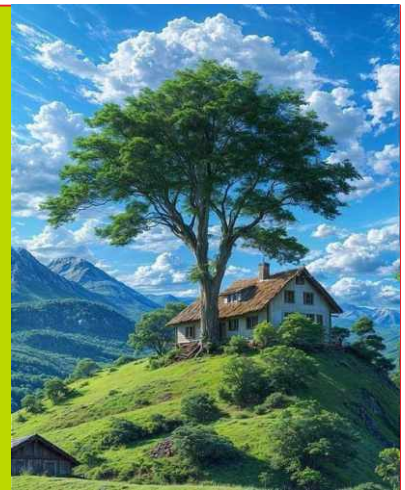
1. Territorio

L'agriturismo è un

in agriturismo troverete un ambiente familiare e amichevole.

Spesso è possibile creare belle amicizie che restano nel tempo, interagire con persone appassionate e scoprire aneddoti interessanti che vi faranno sentire più visitatori che forestieri.

2



vacanza dopo lunghi mesi di lavoro e stress, vi suggeriamo di prendere in considerazione la scelta di una vacanza in agriturismo e ve lo consigliamo per 5 ottime ragioni.

Quando è il periodo delle vacanze e le offerte sono tante, c'è solo l'imbarazzo della scelta: luoghi esotici, hotel stellati, villaggi attrezzati, appartamenti.

Forse vi state chiedendo se sia meglio un divertente soggiorno al mare oppure il refrigerio della montagna, preferite un weekend culturale in città o il relax di un fine settimana in una tranquilla



4. Tranquillità:

In agriturismo sarete immersi in un ambiente naturale e tranquillo, soprattutto se vi troverete in strutture piccole a conduzione familiare.

È una condizione particolarmente favorevole se desiderate riposarvi e di ricaricarvi dopo un lungo periodo di lavoro.

Ottimo anche per chi ha bambini piccoli che hanno bisogno di un ambiente silenzioso e sereno per continuare a seguire i loro ritmi naturali.

Oppure semplicemente perché la pace è un bene raro ed è bello godersela!

5. Comfort:

Oggi i livelli di comfort degli agriturismi non hanno nulla da invidiare rispetto alle altre strutture ricettive. I servizi sono di ottima qualità e l'offerta è ampia e completa, con il vantaggio che, in genere, il rapporto tra qualità e prezzo è più vantaggioso.

Per la vostra prossima vacanza venite a trovarci in Agriturismo La Cerra, vi aspettiamo per farvi scoprire di persona tutti i buoni motivi per scegliere una vacanza in agriturismo!

Perché in vacanza?

Le Vacanze come Rituale di Rilassamento e Ricarica: Le vacanze ci offrono un'occasione preziosa per rilassarci e rigenerarci. Staccare la spina dalla routine stressante della vita quotidiana ci permette di rilasciare le tensioni

accumulate e di dedicarci al riposo e al sonno rigenerante. Come ci si sente in vacanza? irritabilità



e mancanza di pazienza, soprattutto in fase di pianificazione o per piccoli imprevisti. disturbi del sonno, ovvero difficoltà a prendere sonno o ad avere un sonno ristoratore. mancanza di concentrazione in attività quotidiane a causa della preoccupazione per gli aspetti legati alle vacanze.

Perché si va in vacanza?

Prendersi una pausa e dedicare del tempo a se stessi e a ciò che piace, lontano dal lavoro, dalla scuola, dallo stress degli impegni quotidiani è essenziale per rigenerare corpo e spirito. Un periodo di vacanza, infatti, influenza positivamente il nostro benessere a livello fisico, emotivo e psicologico.

Perché le vacanze sono importanti?

Per ultimo – ma non meno importante – le ferie permettono ai dipendenti di

trascorrere più tempo assieme ai propri cari. Ad esempio, un lavoratore che si trova lontano dalla sua famiglia può approfittare del periodo di astensione dal lavoro per andarla a trovare, come spesso accade durante i periodi estivi

Perché fa bene andare in vacanza?

Un periodo di riposo riduce lo stress.

Per questo le vacanze riducono lo stress. Uno studio condotto da Strauss-Blasche et al. (2000) ha dimostrato che anche una pausa di una settimana può ridurre significativamente i livelli di stress percepito con benefici sull'umore e sulla qualità della vita.

A cosa serve andare in vacanza?

Il motivo per cui il semplice aspettare le ferie ci rende felici è merito della dopamina, un neurotrasmettitore chiave nelle sensazioni piacevoli provocate da nuove esperienze e gratificazioni. Pertanto, sapere che le vacanze stanno arrivando aumenta i livelli di dopamina nel cervello e ci dà una sensazione di piacere.

5 Idee per le tue Vacanze nella Campagna Toscana

La Campagna Toscana tra Cibo, Vino e Paesaggi da Cartolina

La Toscana è una terra ricca di attrazioni che richiama turisti da tutto il mondo.

Amanti dell'arte e della storia ma anche tanti appassionati della buona tavola e del buon vino.

La Toscana infatti possiede tre dei vini italiani più prestigiosi ovvero il Brunello di Montalcino, il Vino Nobile di Montepulciano e la Vernaccia di San Gimignano.



Queste eccellenze sono accompagnate da specialità gastronomiche deliziose come la bistecca alla

fiorentina, il cacciucco e i pici fatti a mano.

Ma ciò che conquista il turista non è solo la buona cucina tradizionale ma anche i bellissimi paesaggi da cartolina.

La Toscana è attraversata da dolci colline coltivate a viti e olivo, intervallate da pianure e località montane. Questo splendore è arricchito da fortezze medievali in cima alle colline, borghi antichi dalla bellezza incantevole, boschi di cipressi e sulla costa un bellissimo litorale di spiaggia bianca che si affaccia sulle isole.

5 Idee per Vacanze davvero indimenticabili

Se state organizzando delle bellissime vacanze nella campagna toscana ecco per voi 5 idee che le renderanno davvero indimenticabili.

Natura

La campagna offre una natura rigogliosa e quasi incontaminata, fatta di dolci colline dove soggiornare in pieno relax ma anche alte montagne dove praticare sport all'aria aperta come: trekking, equitazione, mountain bike. Rafting e molto altro.

Cibo

La cucina è realizzata con prodotti freschi e saporiti lavorati con maestria da cuochi che seguono la tradizione ottenendo una cucina profumata e semplice che segue le stagioni. Ogni località della regione ha le sue specialità tipiche ma come non citare tra tutte la famosissima bistecca alla fiorentina, i pici al ragù di cinghiale o i tortelli di patate?

Vino

In Toscana non ci si siede mai a tavola senza un buon bicchiere di vino, generalmente rosso e bello corposo. Il vino accompagna sempre le specialità gastronomiche locali, passando da etichette famose come il Brunello di Montalcino, il Vino Nobile di Montepulciano e la Vernaccia, oppure gustando vini meno conosciuti ma altrettanto deliziosi.

Architettura

Visitando le città vedrete alcuni degli edifici più belli e prestigiosi costruiti dall'uomo ma scoprirete un'architettura sublime anche nei numerosi paesini immersi nella campagna.

Arte

La regione trabocca di capolavori del Rinascimento, non solo a Firenze e nelle città d'arte più famose come Siena e Pisa, ma anche in tutta la campagna toscana, nei borghi medievali come la famosa San Gimignano oppure Vicchio. Il Mugello ad esempio ospita numerose opere di artisti rinascimentali di fama internazionale.

Vacanze di Lusso in Toscana e Esperienze su Misura

Per chi invece ama il lusso ed è alla ricerca di un'esperienza altamente personalizzata sulle proprie esigenze può contare sulle tante attività esclusive che questo territorio può offrire.

Tour in Mongolfiera sopra il Chianti, degustazioni in cantine rinomate, test drive di auto sportive al circuito del Mugello sono solo alcune delle tante esperienze esclusive che si possono prenotare grazie a tour operator specializzati

Campagna toscana, caratteristiche e differenze tra le varie province

La campagna toscana è un gioiello nascosto che spesso sottovalutiamo o trascuriamo, distratti dalle frenetiche realtà urbane. Tuttavia, forse senza rendercene conto, abbiamo il privilegio di possedere un paesaggio ineguagliabile, oggetto di invidia da parte del resto del mondo. La Toscana, con le sue colline ondulate, i vasti campi di grano dorato e gli uliveti secolari, incanta con la sua bellezza senza tempo e la sua atmosfera magica. Dalle colline di Chianti con i suoi vigneti alle valli della Val d'Orcia con i suoi campi di grano dorato, anche la campagna toscana racconta una storia unica che merita di essere scoperta e apprezzata.

La Toscana: un tesoro di cultura, tradizione e bellezza naturale

Ogni angolo della Toscana racconta una storia di cultura, tradizione e amore per la sua gente.

Non è un caso se vi sono tanti film e romanzi, oltre a numerosi esempi reali, in cui le persone abbandonano la frenesia metropolitana per fondare qui un'azienda o trasformare un antico casale in una dimora per le vacanze, un locus amoenus dove rifugiarsi dal lavoro. Dopotutto, la Toscana è un luogo dove il tempo rallenta, immergendosi in un'armonia naturale e raffinata.

La campagna toscana, con la sua affascinante architettura e paesaggi mozzafiato, è un tesoro da preservare e valorizzare, poiché rappresenta un patrimonio unico che rigenera l'anima e fa apprezzare la bellezza semplice ma straordinaria della natura.

La Campagna nelle Province di Grosseto e Arezzo
L'Aretino e la provincia di Grosseto si somigliano molto. Oltre alla città di Arezzo e ai suoi caratteristici borghi, le principali attrazioni della provincia includono il maestoso massiccio del Pratomagno con la sua imponente croce di ferro e il suggestivo Santuario francescano de La Verna.

Le province di Arezzo e Grosseto, seppur meno conosciute rispetto ad altre località toscane, sono entrambe affascinanti.

Arezzo è celebre per la sua storia antica e i suoi tesori artistici, come la Basilica di San Francesco e la Casa del Vasari.

Grosseto, situata nella splendida Maremma toscana, offre una combinazione unica tra mare e campagna.

Le sue spiagge incontaminate, come la Marina di Alberese e la Feniglia, sono molto amate dai turisti che desiderano godersi sole e mare.

La Campagna nelle Province di Pisa e Lucca

Le province di Pisa e Lucca in Toscana sono caratterizzate da meravigliose distese di verde, rigogliosi vigneti e prati dove ci si può rilassare all'ombra di ulivi e cipressi.

In questa regione si può immergersi nella tranquillità della natura, passeggiare tra gli uliveti e assaporare vini pregiati.

Lucca è famosa per la sua città murata, che offre un'atmosfera unica. Le mura di Lucca, percorribili a piedi o in bicicletta, regalano una vista panoramica sulla città e sulla campagna circostante. Le stradine accoglienti, le piazze affascinanti e gli edifici storici ben conservati rendono Lucca una città affascinante.

La campagna di Lucca, con le sue colline verdi e gli uliveti, è perfetta per chi desidera godersi la tranquillità e la bellezza della natura toscana.

La Campagna nelle Province di Siena e Firenze

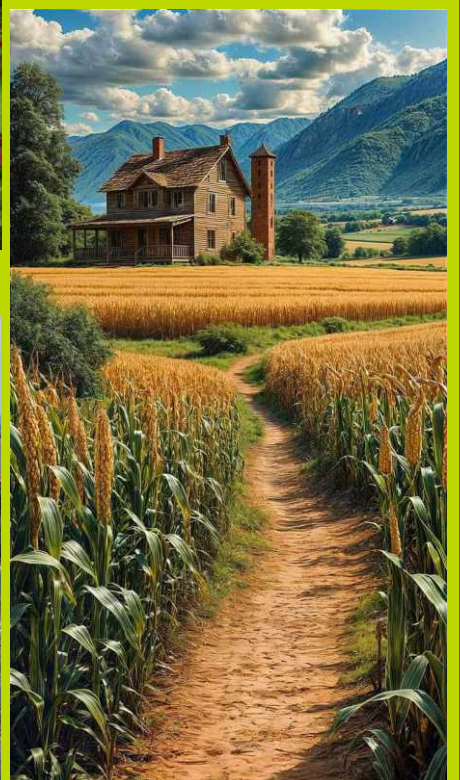
La campagna toscana è un simbolo dell'equilibrio tra la natura e l'umanità, un ponte ideale verso il nostro passato rurale.

Rappresenta un sogno collettivo, un'immagine che emoziona come un'opera d'arte. Le province di Firenze e Siena sono le più famose e visitate della campagna toscana.

Firenze, capoluogo della regione, ospita capolavori artistici e paesaggi mozzafiato. La campagna toscana insegna il rispetto, la pazienza e la devozione ai ritmi delle stagioni, offrendo cibi genuini e vini pregiati. Ci insegna che non tutto può essere ottenuto a nostro piacimento, ma che il duro lavoro porta frutti d'oro.

Vivi una Vacanza nel Mugello immerso nella Campagna Toscana

Se vuoi vivere una vacanza indimenticabili avvolto dalla natura, dal silenzio e dalla bellezza, senza però dimenticare arte, buon cibo e sport, allora ti aspettiamo nel Mugello, nella verde campagna toscana che circonda Villa Campestri Olive Oil Resort!





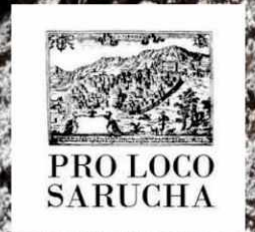
PATROCINIO COMUNE DI SARACENA



Auditorium ore 17.00
degli «Orti Mastromarchini»
Domenica 22 Settembre 2024



Saracena



LA NOTTE DEGLI OSCAR
XVIII EDIZIONE
Il Personaggio dell'Anno
2024



Il Palio
CENTRO STUDI E SPETTACOLI
SULLE TRADIZIONI POPOLARI
BISIGNANO

LGL
Landscape Garden Landscape

Città del Crati
Approfondimento-Cronaca-Cultura-Economia-Inchieste-Informazione-Notizie-Politica-Reportage-Sport



CORSINI
L'apoteosi dei Sensi

Orchestra Mediterranea

Il chiostro dei domenicani di Altomonte, un luogo dove la storia s'intreccia con la bellezza del Mediterraneo, ha accolto un'iniziativa che sembra voler tracciare un nuovo percorso verso l'incontro tra popoli e culture. È qui, nel cuore della Calabria, che è stato compiuto il primo passo verso la costituzione dell'**Orchestra dei Suoni e delle Parole del Mediterraneo**, un progetto ambizioso, promosso dal *Consolato Onorario del Regno del Marocco in Calabria*, dal *Festival Euromediterraneo di Altomonte*, da *Officine delle Idee* e dal *Centro Studi Gentes*.

Un'iniziativa che vuole essere non solo un progetto artistico, ma un segnale di speranza. Un'orchestra che non è solo musica, ma anche parole, una sinfonia di lingue, tradizioni e storie, per dare vita ad un Mediterraneo coeso e condiviso che troppo spesso dimentichiamo essere stato, per millenni, culla di civiltà tra le più importanti della storia dell'umanità.

Il Salone Razetti, un tempo sede di silenzi e preghiere, si è riempito delle voci di chi crede in un Mediterraneo diverso, unito non solo dalla geografia ma anche dalla cultura.

Il sindaco di Altomonte, **Gianpietro Coppola**, ha aperto i lavori, a seguire gli interventi di **Antonio Blandi**, direttore artistico del Festival Euromediterraneo di Altomonte e project manager di Officine delle Idee; **Domenico Naccari**, Console Onorario del Regno del Marocco in Calabria; **Jamal Ouassini**, violinista e direttore della Tangeri café orchestra; **Yassir Azziman**, direttore del Conservatoire d'art et de musique di Tangeri (intervvenuto in videoconferenza); **Francesco Perri**, direttore del Conservatorio di Cosenza; **Vaghelis Merkouris**, liutista e cantante e **Pierfrancesco Pullia**, direttore generale International culture fondation.

Un progetto che, come ha spiegato il sindaco Gianpietro Coppola, aspira a diffondere armonia e dialogo in tutto il Mediterraneo. «Ad Altomonte non troverete progetti destinati ad arenarsi - ha detto con orgoglio il primo cittadino - qui troverete compagni di viaggio che hanno le energie per portarli avanti».

«L'Orchestra nasce non solo come espressione artistica, ma come progetto di coesione e condivisione sociale - afferma Antonio Blandi, direttore artistico del Festival

Euromediterraneo di Altomonte e project manager di Officine delle Idee - *un luogo dove musicisti, artisti, scrittori e pensatori possano ritrovarsi per immaginare un futuro diverso, un futuro in cui il Mediterraneo sia spazio di congiunzione, di scambio e non un limite, una frontiera. Dove le differenze diventino ricchezze e dove la musica e la parola siano strumento di pace e di dialogo*».

«Il progetto presentato ad Altomonte, dunque, non è solo un'orchestra, ma un simbolo di ciò che il Mediterraneo potrebbe e dovrebbe essere: un luogo di incontro, dialogo e pace, in cui le differenze culturali non sono motivo di divisione, ma fonte di arricchimento reciproco. E in questo, la Calabria e il Marocco - come sottolinea Domenico Naccari, Console Onorario per il Regno del Marocco per la Regione Calabria - hanno il privilegio di

essere protagonisti di un progetto internazionale dalle grandi aspettative e che guarda al futuro con speranza e determinazione».

A dare ulteriore forza a questo progetto è stato il maestro Jamal Ouassini, violinista di fama internazionale, che fin dall'inizio ha creduto nella potenza aggregante della musica.

«La formazione dell'Orchestra dei Suoni e delle Parole del Mediterraneo è per me un'occasione importantissima - ha detto Ouassini. Non appena l'idea ha preso forma, il maestro ha contattato il Conservatorio di Tangeri, con l'intento di creare un legame profondo con l'Italia e, in particolare, con la Calabria. «Voglio coinvolgere i giovani in questo progetto, come abbiamo fatto due anni fa qui ad Altomonte con un'iniziativa che ha coinvolto gli studenti del liceo Lucrezia Della Valle di Cosenza», ha poi ribadito.

L'Orchestra dei Suoni e delle Parole del Mediterraneo ha suscitato un'ondata di entusiasmo che si è estesa ben oltre i confini della Calabria, raggiungendo anche Tangeri. Da lì, in collegamento, il direttore del Conservatoire d'art et de musique, Yassir Azziman ha espresso il suo vivo interesse per l'iniziativa, riconoscendo in essa un'opportunità unica per arricchire le collaborazioni e gli scambi tra scuole, studenti, istituzioni, territori e comunità. «Partecipare a questo progetto significa rafforzare i legami - ha detto Azziman, visibilmente entusiasta - e creare un ponte culturale che possa unire i popoli del Mediterraneo attraverso la musica».

«Abbiamo accolto con grandissimo interesse l'invito a partecipare a questo progetto - ha affermato Francesco Perri, direttore del Conservatorio di Cosenza e direttore artistico dell'Orchestra Sinfonica Bruzia - che



rappresenta una naturale evoluzione del lavoro che già si sta portando avanti in Calabria. Confermando inoltre l'importanza del confronto e dell'incontro tra i conservatori di diverse nazionalità come opportunità di grande crescita professionale e umana».

«In un momento storico in cui il Mediterraneo è troppo spesso teatro di divisioni, il progetto dell'Orchestra vuole essere un contrappunto, un segno di speranza e di unità - come ha ricordato anche Vaghelis Merkouris, liutista e cantante mettendo in luce le profonde affinità tra la Grecia e la Calabria e concludendo poi con una metafora potente - vacciniamoci con la musica e la cultura contro l'odio».

Pierfrancesco Pullia, direttore generale dell'International culture foundation nel suo intervento ha evidenziato le notevoli opportunità che il progetto potrà innestare in relazione allo sviluppo dell'impresa culturale nell'ambito del Mediterraneo.

In sintesi si può affermare che il progetto dell'**Orchestra dei Suoni e delle Parole del Mediterraneo** è sì una sfida ambiziosa, ma necessaria in un mondo che ha bisogno di nuovi ponti per superare le divisioni. E da questo angolo della Calabria, si alza una melodia e un messaggio che aspira a unire, a collaborare e contribuire così alla costruzione di un Mediterraneo migliore.

La barzelletta della settimana

Questa notte è
entrato un ladro in
casa mia per
cercare dei soldi...

...io mi sono alzato
dal letto e abbiamo
iniziato a cercarli
insieme.



Appuntamenti estivi

PROGRAMMA 2024 CHRISTIAN MUSIC FEST
Piccola Lourdes - Convento di S. Antonio e S. Faustina (CS)

1 SETTEMBRE - Domenica ore 18:30
FESTA DELLA GROTTA V° ANNIVERSARIO
ROSARIO E SANTA MESSA SOLENNE
Area Food del Convento - FESTA DEL DOLCE con spumante

3 SETTEMBRE - Martedì ore 18:30
SERATA DEDICATA A S. FRANCESCO DI PAOLA
Sala S. Faustina - Presentazione del libro "I DUE VIAGGI DI FRANCESCO" alla Grotta - Una Vita Stradordinaria con Roberto Piffa e Andrea Signorilli
ore 20:30 **GATTI TRA LA TERRA E IL CIELO** recital di canzoni con Voice Padre Francesco Cassano dei tral mini di S. Francesco di Paola
Guitar and electronics Alessandro Guldo
Area Food del Convento - Street Food Veg e birra dei tral

6 SETTEMBRE - Venerdì ore 18:30
PRESENTAZIONE DEL LIBRO di Don Emilio A. Salatino
"I Conventi del Casali" da Apigliano a Castellione Casentino
Modera Anna Cerignone Presidente C.C. Maria Cristina di Savia Cs
Dialogando con l'autore la dott.ssa Teresa Le Pera e Don Antonio Abruzzini
Momenti musicali con l'arpa a cura del M. Emmanuel De Zilio
Lecture a cura di Rosa Martirano - Direttore artistico del Christian Music Fest
A seguire
CON GESU' INTORNO AL FUOCO
Canti religiosi e danze intorno a falò con gli amici della Piccola Lourdes
Area Food del Convento - Pesci di Gallia, Pane di Nazareth e vino di Ciana

7 SETTEMBRE - Sabato ore 20:30
ADORAZIONE EUCARISTICA con Don Antonio Abruzzini
Animazione Coro di S. Faustina
ore 21:00
CONCERTO CHRISTIAN MUSIC FEST
SERENATA A MARIA - RASSEGNA DI CORTI ALLA PICCOLA LOURDES
Presentano Rosa Martirano e Padre Francesco Cassano
Area Food del Convento - Street Food Prestanto e beverages

8 SETTEMBRE - Domenica ore 18:30
FESTA DELLA NATIVITA' DI MARIA
ROSARIO E SANTA MESSA SOLENNE - ANIMAZIONE CORO DI S. FAUSTINA
Area Food del Convento - SAGRA DEL CULLIRIELLO con vini locali

PEPERONCINO FESTIVAL
Summer Session '24

20 luglio ore 22
SIBARI (Magna Grecia Jazz Fest)
Piano Solo
DANILO REA
Piano Solo

27 luglio ore 22
SIBARI (Magna Grecia Jazz Fest)
Piano Solo
SCARLET RIVERA
FOLK BAND

30 luglio ore 19
SIBARI (Magna Grecia Jazz Fest)
Musica Acustica
SEBASTIANO RAGUSA
Visita guidata musicale

31 luglio ore 22
CASTROVILLI
Corte Gas Polino Palace
AIACE
Brazilian Duet

3 agosto ore 22
ROSETO CAPO SPULICO
Piazza Roberto Il Guicciardini
VINICIUS CANTUARIA
TRIO

21 luglio ore 22
SIBARI (Magna Grecia Jazz Fest)
Piano Solo
EGBERTO GISMONTI
Piano Solo

28 luglio ore 21:30
SIBARI (Magna Grecia Jazz Fest)
Piano Solo
CARMINE ABATE
& CATALDO PERRI BAND

31 luglio ore 19
CAMIGLIATELLO
Piazza Sede Fondazione Sala
AIACE
Brazilian Duet

4 agosto ore 22
ROSETO CAPO SPULICO
Piazza Roberto Il Guicciardini
RACHEL Z TRIO
featuring OMAR HAKIM

26 luglio ore 22
SIBARI (Magna Grecia Jazz Fest)
Piano Solo
PEPPA MARITTI
BAND

27 luglio ore 22
VILLAFRANCA
Piazza Centro Storico
DENISE KING QUARTET
feat. GERALD CANNON

31 luglio ore 19
SIBARI (Magna Grecia Jazz Fest)
Musica Acustica
PAOLO PRESTA
Visita guidata musicale

2 agosto ore 22
SIBARI (Magna Grecia Jazz Fest)
Piano Solo
AIACE
Brazilian Duet

4 agosto ore 22
AIELLO CALABRO
Piazza del Popolo
TOCA
TANGO

10 agosto ore 22
PRIMA A MARE (Magna Grecia Jazz Fest)
Piazza della Resistenza
FRANK GAMBALE
ALL STAR BAND

17 agosto ore 22:30
VILLAFRANCA
Lido Blue Sky
JAZZ SESSION #16

18 agosto ore 19
SIBARI (Magna Grecia Jazz Fest)
Piazza Adolfo Mauro
MAFALDA MINNOZZI DUO
& PAUL RICO

19 agosto ore 22
PLATACI
Rifugio Radura del Grano
SASA CALABRESE
Concerto al Tramonto

20 agosto ore 22
CETRARO
Palazzo Del Trono
UN CASO D'AMORE
Omaggio a Ivano Fossati

21 agosto ore 22
SCALA
Palazzo Principi Spinelli
FERNANDA SANTANNA
BRAZILIAN TRIO

31 agosto ore 22
CONCILIANO ROSSANO
Castello Ducale
MARIA JOAO
& MARIO LAGHINA

6 agosto ore 22
SIBARI (Magna Grecia Jazz Fest)
Piazza Archeologica
KIND OF BILL - EVANS
9. Miami L. Gomez / L. Barbera

8 agosto ore 22
City to be announced
Location to be announced
TONINHO HORTA
QUARTET

11 agosto ore 22
SAN FILI
Piazza Adolfo Mauro
MAFALDA MINNOZZI
& PAUL RICO

14 agosto ore 22
SIBARI (Magna Grecia Jazz Fest)
Piazza Archeologica
FABRIZIO BOSSO
merli ELO COPPOLA TRIO

18 agosto ore 22
SCALA (non a Roma)
Roberto Musolino Set
Omaggio a Ivano Fossati

22 agosto ore 22
SCALA
Palazzo Principi Spinelli
MARIO ROSINI TRIO
featuring JERRY WELDON

28 agosto ore 22
CONCILIANO ROSSANO
Castello San Bernardino
PAUL WERTICO
TRIO

30 agosto ore 22
SAN MARCO ARGENTANO
Villa Comunale
JOYCE YUILLE QUARTET
featuring JERRY WELDON

31 agosto ore 22:30
RENDE
Cine Teatro Garden
ALL STAR BAND TRIBUTE TO JEFF BECK
ROBBEN FORD, DARRYL JONES
LARRY GOLDINGS, GARY HUSBAND

N.B. il cartellone sarà aggiornato a breve con altri eventi nelle Città di:
Lamezia Terme, Castroville, Mormanno, Civita, Telescopo, Diamante...

INFO: 379.352782

Masterclass Estate 2024
12° CAMPUS Musicale

1 SETTEMBRE
FFAELLA UPINACCI
S. 1 SETTEMBRE 2024

2 SETTEMBRE
FRANCESCA SASSU
S. 2 SETTEMBRE 2024

3 SETTEMBRE
IVANO BISCARDI
S. 3 SETTEMBRE 2024

4 SETTEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 4 SETTEMBRE 2024

5 SETTEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 5 SETTEMBRE 2024

6 SETTEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 6 SETTEMBRE 2024

7 SETTEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 7 SETTEMBRE 2024

8 SETTEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 8 SETTEMBRE 2024

9 SETTEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 9 SETTEMBRE 2024

10 SETTEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 10 SETTEMBRE 2024

11 SETTEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 11 SETTEMBRE 2024

12 SETTEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 12 SETTEMBRE 2024

13 SETTEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 13 SETTEMBRE 2024

14 SETTEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 14 SETTEMBRE 2024

15 SETTEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 15 SETTEMBRE 2024

16 SETTEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 16 SETTEMBRE 2024

17 SETTEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 17 SETTEMBRE 2024

18 SETTEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 18 SETTEMBRE 2024

19 SETTEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 19 SETTEMBRE 2024

20 SETTEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 20 SETTEMBRE 2024

21 SETTEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 21 SETTEMBRE 2024

22 SETTEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 22 SETTEMBRE 2024

23 SETTEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 23 SETTEMBRE 2024

24 SETTEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 24 SETTEMBRE 2024

25 SETTEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 25 SETTEMBRE 2024

26 SETTEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 26 SETTEMBRE 2024

27 SETTEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 27 SETTEMBRE 2024

28 SETTEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 28 SETTEMBRE 2024

29 SETTEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 29 SETTEMBRE 2024

30 SETTEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 30 SETTEMBRE 2024

1 OTTOBRE
PAOLO GHIDONI
S. 1 OTTOBRE 2024

2 OTTOBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 2 OTTOBRE 2024

3 OTTOBRE
SIMONE NISILANO
S. 3 OTTOBRE 2024

4 OTTOBRE
PAOLO GHIDONI
S. 4 OTTOBRE 2024

5 OTTOBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 5 OTTOBRE 2024

6 OTTOBRE
SIMONE NISILANO
S. 6 OTTOBRE 2024

7 OTTOBRE
PAOLO GHIDONI
S. 7 OTTOBRE 2024

8 OTTOBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 8 OTTOBRE 2024

9 OTTOBRE
SIMONE NISILANO
S. 9 OTTOBRE 2024

10 OTTOBRE
PAOLO GHIDONI
S. 10 OTTOBRE 2024

11 OTTOBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 11 OTTOBRE 2024

12 OTTOBRE
SIMONE NISILANO
S. 12 OTTOBRE 2024

13 OTTOBRE
PAOLO GHIDONI
S. 13 OTTOBRE 2024

14 OTTOBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 14 OTTOBRE 2024

15 OTTOBRE
SIMONE NISILANO
S. 15 OTTOBRE 2024

16 OTTOBRE
PAOLO GHIDONI
S. 16 OTTOBRE 2024

17 OTTOBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 17 OTTOBRE 2024

18 OTTOBRE
SIMONE NISILANO
S. 18 OTTOBRE 2024

19 OTTOBRE
PAOLO GHIDONI
S. 19 OTTOBRE 2024

20 OTTOBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 20 OTTOBRE 2024

21 OTTOBRE
SIMONE NISILANO
S. 21 OTTOBRE 2024

22 OTTOBRE
PAOLO GHIDONI
S. 22 OTTOBRE 2024

23 OTTOBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 23 OTTOBRE 2024

24 OTTOBRE
SIMONE NISILANO
S. 24 OTTOBRE 2024

25 OTTOBRE
PAOLO GHIDONI
S. 25 OTTOBRE 2024

26 OTTOBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 26 OTTOBRE 2024

27 OTTOBRE
SIMONE NISILANO
S. 27 OTTOBRE 2024

28 OTTOBRE
PAOLO GHIDONI
S. 28 OTTOBRE 2024

29 OTTOBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 29 OTTOBRE 2024

30 OTTOBRE
SIMONE NISILANO
S. 30 OTTOBRE 2024

1 NOVEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 1 NOVEMBRE 2024

2 NOVEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 2 NOVEMBRE 2024

3 NOVEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 3 NOVEMBRE 2024

4 NOVEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 4 NOVEMBRE 2024

5 NOVEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 5 NOVEMBRE 2024

6 NOVEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 6 NOVEMBRE 2024

7 NOVEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 7 NOVEMBRE 2024

8 NOVEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 8 NOVEMBRE 2024

9 NOVEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 9 NOVEMBRE 2024

10 NOVEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 10 NOVEMBRE 2024

11 NOVEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 11 NOVEMBRE 2024

12 NOVEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 12 NOVEMBRE 2024

13 NOVEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 13 NOVEMBRE 2024

14 NOVEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 14 NOVEMBRE 2024

15 NOVEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 15 NOVEMBRE 2024

16 NOVEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 16 NOVEMBRE 2024

17 NOVEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 17 NOVEMBRE 2024

18 NOVEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 18 NOVEMBRE 2024

19 NOVEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 19 NOVEMBRE 2024

20 NOVEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 20 NOVEMBRE 2024

21 NOVEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 21 NOVEMBRE 2024

22 NOVEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 22 NOVEMBRE 2024

23 NOVEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 23 NOVEMBRE 2024

24 NOVEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 24 NOVEMBRE 2024

25 NOVEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 25 NOVEMBRE 2024

26 NOVEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 26 NOVEMBRE 2024

27 NOVEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 27 NOVEMBRE 2024

28 NOVEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 28 NOVEMBRE 2024

29 NOVEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 29 NOVEMBRE 2024

30 NOVEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 30 NOVEMBRE 2024

1 DICEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 1 DICEMBRE 2024

2 DICEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 2 DICEMBRE 2024

3 DICEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 3 DICEMBRE 2024

4 DICEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 4 DICEMBRE 2024

5 DICEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 5 DICEMBRE 2024

6 DICEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 6 DICEMBRE 2024

7 DICEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 7 DICEMBRE 2024

8 DICEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 8 DICEMBRE 2024

9 DICEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 9 DICEMBRE 2024

10 DICEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 10 DICEMBRE 2024

11 DICEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 11 DICEMBRE 2024

12 DICEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 12 DICEMBRE 2024

13 DICEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 13 DICEMBRE 2024

14 DICEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 14 DICEMBRE 2024

15 DICEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 15 DICEMBRE 2024

16 DICEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 16 DICEMBRE 2024

17 DICEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 17 DICEMBRE 2024

18 DICEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 18 DICEMBRE 2024

19 DICEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 19 DICEMBRE 2024

20 DICEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 20 DICEMBRE 2024

21 DICEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 21 DICEMBRE 2024

22 DICEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 22 DICEMBRE 2024

23 DICEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 23 DICEMBRE 2024

24 DICEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 24 DICEMBRE 2024

25 DICEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 25 DICEMBRE 2024

26 DICEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 26 DICEMBRE 2024

27 DICEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 27 DICEMBRE 2024

28 DICEMBRE
PAOLO GHIDONI
S. 28 DICEMBRE 2024

29 DICEMBRE
ANASTELLA GIBBONI
S. 29 DICEMBRE 2024

30 DICEMBRE
SIMONE NISILANO
S. 30 DICEMBRE 2024

1 GENNAIO
PAOLO GHIDONI
S. 1 GENNAIO 2025

2 GENNAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 2 GENNAIO 2025

3 GENNAIO
SIMONE NISILANO
S. 3 GENNAIO 2025

4 GENNAIO
PAOLO GHIDONI
S. 4 GENNAIO 2025

5 GENNAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 5 GENNAIO 2025

6 GENNAIO
SIMONE NISILANO
S. 6 GENNAIO 2025

7 GENNAIO
PAOLO GHIDONI
S. 7 GENNAIO 2025

8 GENNAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 8 GENNAIO 2025

9 GENNAIO
SIMONE NISILANO
S. 9 GENNAIO 2025

10 GENNAIO
PAOLO GHIDONI
S. 10 GENNAIO 2025

11 GENNAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 11 GENNAIO 2025

12 GENNAIO
SIMONE NISILANO
S. 12 GENNAIO 2025

13 GENNAIO
PAOLO GHIDONI
S. 13 GENNAIO 2025

14 GENNAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 14 GENNAIO 2025

15 GENNAIO
SIMONE NISILANO
S. 15 GENNAIO 2025

16 GENNAIO
PAOLO GHIDONI
S. 16 GENNAIO 2025

17 GENNAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 17 GENNAIO 2025

18 GENNAIO
SIMONE NISILANO
S. 18 GENNAIO 2025

19 GENNAIO
PAOLO GHIDONI
S. 19 GENNAIO 2025

20 GENNAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 20 GENNAIO 2025

21 GENNAIO
SIMONE NISILANO
S. 21 GENNAIO 2025

22 GENNAIO
PAOLO GHIDONI
S. 22 GENNAIO 2025

23 GENNAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 23 GENNAIO 2025

24 GENNAIO
SIMONE NISILANO
S. 24 GENNAIO 2025

25 GENNAIO
PAOLO GHIDONI
S. 25 GENNAIO 2025

26 GENNAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 26 GENNAIO 2025

27 GENNAIO
SIMONE NISILANO
S. 27 GENNAIO 2025

28 GENNAIO
PAOLO GHIDONI
S. 28 GENNAIO 2025

29 GENNAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 29 GENNAIO 2025

30 GENNAIO
SIMONE NISILANO
S. 30 GENNAIO 2025

31 GENNAIO
PAOLO GHIDONI
S. 31 GENNAIO 2025

1 FEBBRAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 1 FEBBRAIO 2025

2 FEBBRAIO
SIMONE NISILANO
S. 2 FEBBRAIO 2025

3 FEBBRAIO
PAOLO GHIDONI
S. 3 FEBBRAIO 2025

4 FEBBRAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 4 FEBBRAIO 2025

5 FEBBRAIO
SIMONE NISILANO
S. 5 FEBBRAIO 2025

6 FEBBRAIO
PAOLO GHIDONI
S. 6 FEBBRAIO 2025

7 FEBBRAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 7 FEBBRAIO 2025

8 FEBBRAIO
SIMONE NISILANO
S. 8 FEBBRAIO 2025

9 FEBBRAIO
PAOLO GHIDONI
S. 9 FEBBRAIO 2025

10 FEBBRAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 10 FEBBRAIO 2025

11 FEBBRAIO
SIMONE NISILANO
S. 11 FEBBRAIO 2025

12 FEBBRAIO
PAOLO GHIDONI
S. 12 FEBBRAIO 2025

13 FEBBRAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 13 FEBBRAIO 2025

14 FEBBRAIO
SIMONE NISILANO
S. 14 FEBBRAIO 2025

15 FEBBRAIO
PAOLO GHIDONI
S. 15 FEBBRAIO 2025

16 FEBBRAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 16 FEBBRAIO 2025

17 FEBBRAIO
SIMONE NISILANO
S. 17 FEBBRAIO 2025

18 FEBBRAIO
PAOLO GHIDONI
S. 18 FEBBRAIO 2025

19 FEBBRAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 19 FEBBRAIO 2025

20 FEBBRAIO
SIMONE NISILANO
S. 20 FEBBRAIO 2025

21 FEBBRAIO
PAOLO GHIDONI
S. 21 FEBBRAIO 2025

22 FEBBRAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 22 FEBBRAIO 2025

23 FEBBRAIO
SIMONE NISILANO
S. 23 FEBBRAIO 2025

24 FEBBRAIO
PAOLO GHIDONI
S. 24 FEBBRAIO 2025

25 FEBBRAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 25 FEBBRAIO 2025

26 FEBBRAIO
SIMONE NISILANO
S. 26 FEBBRAIO 2025

27 FEBBRAIO
PAOLO GHIDONI
S. 27 FEBBRAIO 2025

28 FEBBRAIO
ANASTELLA GIBBONI
S. 28 FEBBRAIO 2025

29 FEBBRAIO
SIMONE NISILANO
S. 29 FEBBRAIO 2025

30 FEBBRAIO
PAOLO GHIDONI
S. 30 FEBBRAIO 2025

1 MARZO
ANASTELLA GIBBONI
S. 1 MARZO 2025

2 MARZO
SIMONE NISILANO
S. 2 MARZO 2025

3 MARZO
PAOLO GHIDONI
S. 3 MARZO 2025

4 MARZO
ANASTELLA GIBBONI
S. 4 MARZO 2025

5 MARZO
SIMONE NISILANO
S. 5 MARZO 2025

6 MARZO
PAOLO GHIDONI
S. 6 MARZO 2025

7 MARZO
ANASTELLA GIBBONI
S. 7 MARZO 2025

8 MARZO
SIMONE NISILANO
S. 8 MARZO 2025

9 MARZO
PAOLO GHIDONI
S. 9 MARZO 2025

10 MARZO
ANASTELLA GIBBONI
S. 10 MARZO 2025

11 MARZO
SIMONE NISILANO
S. 11 MARZO 2025

12 MARZO
PAOLO GHIDONI
S. 12 MARZO 2025

13 MARZO
ANASTELLA GIBBONI
S. 13 MARZO 2025

14 MARZO
SIMONE NISILANO
S. 14 MARZO 2025

15 MARZO
PAOLO GHIDONI
S. 15 MARZO 2025

16 MARZO
ANASTELLA GIBBONI
S. 16 MARZO 2025

17 MARZO
SIMONE NISILANO
S. 17 MARZO 2025

18 MARZO
PAOLO GHIDONI
S. 18 MARZO 2025

19 MARZO
ANASTELLA GIBBONI
S. 19 MARZO 2025

20 MARZO
SIMONE NISILANO
S. 20 MARZO 2025

21 MARZO
PAOLO GHIDONI
S. 21 MARZO 2025

22 MARZO
ANASTELLA GIBBONI
S. 22 MARZO 2025

23 MARZO
SIMONE NISILANO
S. 23 MARZO 2025

24 MARZO
PAOLO GHIDONI
S. 24 MARZO 2025

25 MARZO
ANASTELLA GIBBONI
S. 25 MARZO 2025

26 MARZO
SIMONE NISILANO
S. 26 MARZO 2025

27 MARZO
PAOLO GHIDONI
S. 27 MARZO 2025

28 MARZO
ANASTELLA GIBBONI
S. 28 MARZO 2025

29 MARZO
SIMONE NISILANO
S. 29 MARZO 2025

30 MARZO
PAOLO GHIDONI
S. 30 MARZO 2025

31 MARZO
ANASTELLA GIBBONI
S. 31 MARZO 2025

1 APRILE
SIMONE NISILANO
S. 1 APRILE 2025

2 APRILE
PAOLO GHIDONI
S. 2 APRILE 2025

3 APRILE
ANASTELLA GIBBONI
S. 3 APRILE 2025

4 APRILE
SIMONE NISILANO
S. 4 APRILE 2025

5 APRILE
PAOLO GHIDONI
S. 5 APRILE 2025

6 APRILE
ANASTELLA GIBBONI
S. 6 APRILE 2025

7 APRILE
SIMONE NISILANO
S. 7 APRILE 2025

8 APRILE
PAOLO GHIDONI
S. 8 APRILE 2025

9 APRILE
ANASTELLA GIBBONI
S. 9 APRILE 2025

10 APRILE
SIMONE NISILANO
S. 10 APRILE 2025

11 APRILE
PAOLO GHIDONI
S. 11 APRILE 2025

12 APRILE
ANASTELLA GIBBONI
S. 12 APRILE 2025

13 APRILE
SIMONE NISILANO
S. 13 APRILE 2025

14 APRILE
PAOLO GHIDONI
S. 14 APRILE 2025

15 APRILE
ANASTELLA GIBBONI
S. 15 APRILE 2025

16 APRILE
SIMONE NISILANO
S. 16 APRILE 2025

17 APRILE
PAOLO GHIDONI
S. 17 APRILE 2025



il gatto

Sacro di Birmania e il gatto d'Angora. I gatti a pelo corto, invece, sono i più numerosi: Siamese, Certosino, Abissino, Blu di Russia e, soprattutto, il gatto europeo che discende direttamente dal gatto selvatico. La classifica delle razze più diffuse nel mondo è stilata dalla Cat Fanciers's Association.

Comportamento del gatto

Per convivere con il nostro micio è importante imparare il gattese, interpretando il suo linguaggio vocale e quello del corpo. Un miagolio, per esempio, potrebbe essere una richiesta di attenzioni alla quale è meglio rispondere con una carezza o facendolo giocare. Non è detto, infatti, che il gatto abbia fame, ed è bene stare attenti: un gatto abituato a venire nutrito non appena miagola è destinato all'obesità. E quando fa le fusa? Non sempre le fusa indicano benessere: a volte esprimono noia, stanchezza o perfino dolore. Segnali positivi più certi sono buttarsi a terra e mostrare la pancia, e strusciarsi con la testa o "fare la pasta" contro il nostro corpo.

Il gatto (nome scientifico *Felis silvestris catus*) è l'animale domestico più diffuso al mondo: circa 600 milioni di individui dei quali circa 100 milioni in Europa, 90 in Usa e 8 in Italia.

Ad alcuni il gatto proprio non piace, ma

sono molti di più coloro che lo amano. Si calcola che in tutto il mondo ci siano ben 600 milioni di gatti domestici (un numero enorme, quasi il doppio degli abitanti degli Stati Uniti). Insomma, è il più diffuso animale da compagnia, eppure su questo felino persiste tuttora un alone di mistero che avvolge l'origine del rapporto con l'uomo. Ecco alcune curiosità e a seguire le ultime notizie sui gatti.

Le razze dei gatti domestici

Le razze del gatto non sono state selezionate con criteri di utilità, ma soltanto estetici: lunghezza, colore e disegno del mantello. La suddivisione più semplice è basata sulla lunghezza del pelo che può essere lungo, semilungo o corto. Alla prima categoria appartiene solo il Persiano, con tutte le sue varietà di colore. Nella seconda, si trovano le razze più diffuse come il Norvegese delle foreste, il Maine Coon e il Ragdoll, e anche quelle meno diffuse ma note agli appassionati come il Turco Van, il



fonte: focus

I gatti nella storia

La storia del gatto inizia circa 12.000 anni fa, quando questi felini si sono avvicinati - in cerca di cibo - agli insediamenti umani nella Mezzaluna Fertile, la regione compresa tra Egitto e Arabia Saudita. La convivenza con l'uomo, però, è iniziata in Cina 5.300 anni fa. La prova? In un villaggio agricolo gli archeologi hanno scoperto ossa di gatti e delle loro prede, i topi. La domesticazione dei gatti risale invece a circa 3.500 anni fa, in Egitto: vivevano coccolati e mantenuti da regine e faraoni ed erano venerati come dei. Furono i Romani a portarli in Europa come animali da compagnia -, favorendone quindi la diffusione nel continente e, a partire dal XV secolo, durante l'età d'oro delle esplorazioni geografiche, un gatto era una presenza immancabile sulle navi: teneva sotto controllo la popolazione di ratti a bordo. Inespugnabilmente, nel Medioevo il nostro rapporto con i gatti si è incrinato: in Europa, la superstizione li voleva associati al demonio e così ne furono bruciati vivi a milioni. Come è poi successo con i cani, però, la rivoluzione industriale e l'urbanizzazione di interi continenti hanno portato solo benefici al rapporto tra uomo e felino, diventato l'animale domestico cittadino per eccellenza.

Curiosità sui mici

Si dice che siano animali "distaccati", che richiedono poca attenzione e possono stare per ore da soli senza soffrire troppo: ricerche recenti, invece, dimostrano che i gatti preferiscano trascorrere il tempo con gli umani piuttosto che con cibo o giochi; e che sono tanto più affettuosi quante più cure ricevono dai padroni, dei quali, inoltre, sono in grado di riconoscere l'umore. E ancora: distinguono il loro nome da parole simili - che hanno la stessa lunghezza, ritmo e intonazione -, anche se a pronunciarlo non è il padrone, e riconoscono le persone vicino a loro anche solo in base alla voce. Infine, notano i movimenti delle mani: se il padrone indica un oggetto vanno a guardarlo (come i cani) ma, nel 70% dei casi riescono pure a seguire le indicazioni date con lo sguardo.

Quali sono le caratteristiche del gatto? carnivori, alla famiglia dei felini.

E' un
mammifero
quadrupede,
ha un corpo
robusto e
muscoloso, la
testa è
rotonda e
larga, le

zampe sono di media lunghezza e forti, si assottigliano verso l'estremità e terminano con una forma arrotondata.

La coda ha u

Cosa rappresenta il gatto in psicologia?

L'intelligenza: il gatto è un animale capace di assimilare esperienze nuove e diversificate ed è inoltre estremamente consapevole dell'ambiente in cui vive. E' quindi capace di trovare sempre nuove soluzioni per affrontare le diverse situazioni. Ed è infine fondamentalmente un individualista. La lunghezza media e si assottiglia verso la punta.

Cosa hanno di speciale i gatti?

Nonostante qualche differenza nell'aspetto, anatomicamente i gatti domestici hanno le stesse caratteristiche dei grandi predatori, che li rendono molto forti: zampe lunghe, arti anteriori robusti, colonna vertebrale flessibile, una coda per l'equilibrio, artigli retrattili, vibrisse ipersensibili.

Che caratteristica ha il gatto?

Il suo aspetto rispecchia il carattere: ama prendersi cura di sé, farsi guardare, stare in casa al calduccio e su superfici morbide. Ma ha anche un ottimo carattere: è pacato, silenzioso, tranquillo, gentile e affettuoso. Inoltre, sopporta perfettamente anche la solitudine.





il personaggio

Massimo Troisi è un attore italiano, regista, scrittore, sceneggiatore, assistente alla regia, è nato il 19 febbraio 1953 a Napoli (Italia) ed è morto il 4 giugno 1994 all'età di 41 anni ad Ostia (Italia).

Nel 1989 ha ricevuto il premio come premio ciak d'oro per l'attore al Festival di Venezia per il film *Che ora è*. Dal 1981 al 1989 Massimo Troisi ha vinto 8 premi: David di Donatello (1981), Festival di Venezia (1989), Nastri d'Argento (1981, 1988).

Dopo aver creato un centro sperimentale chiamato "t-minuscolo", teatro amatoriale con G. Borrelli, G. Daniele e L. Arena e il Centro Spazio di maggior impegno politico di militanti di sinistra, entrambi nell'amatissima Napoli, proveniente quindi dal cabaret e dalla radio ("Cordialmente insieme"), si fece conoscere nel 1976 con il programma televisivo *Non Stop*, la trasmissione laboratorio di E. Trapani sulla Rai e nel 1979 con *Luna Park*. Di questi anni sono gli sketch notissimi dell'Annunciazione, dell'Arca di Noè e di San Gennaro. Divenne ancor più famoso in televisione con il trio "La smorfia" (che inizialmente si chiamava "I saraceni"), con L. Arena e E. Decaro. T. ha ottenuto un grande successo con il primo film diretto e interpretato, *Ricomincio da tre* (1981), diventando uno dei fenomeni cinematografici più clamorosi degli anni Ottanta, per i dubbi e le illusioni di un'intera generazione, sulla sua filosofia di vita basata sull'arte tutta napoletana di sapersi accontentare, per la capacità di cogliere il particolare delle cose, delle situazioni e delle persone trasformandolo in intima e personale analisi. Diceva di lui G. Minà: "...era un essere umano leggero, lieve, forse stonato in un'epoca e in una società dello spettacolo dove imporre la propria presenza, essere arroganti, è il comportamento di moda. ...". Il suo classico personaggio di insicuro alle prese con problemi di maturità si è via via arricchito ed ispessito nei successivi *Scusate il ritardo* (1983), *Non ci resta che piangere* (1984) in coppia con R. Benigni, *Le vie del Signore sono finite* (1987), *Credevo fosse amore* invece era un calesse (1992). Come attore, T. ha recitato, tra l'altro, in *Splendor* (1988) e in *Che ora è* (1989), entrambi di E. Scola. Il suo ultimo impegno come attore è stato in *Il postino* (1994), poetico omaggio a Neruda, con la regia di M. Radford, che ha ottenuto 5 nomination per gli Oscar 1995. Padronanza scenica, forte napoletanità, capacità espressiva sia verbale sia mimica e gestuale, era un mix perfetto di ironia, paradosso e malinconia, ipocondria e distrazione, un attore capace di scherzare sui difetti universali con profonda ilarità ma anche di interpretare ruoli di uomini molto sensibili, indifesi, di un'assoluta

Massimo Troisi

tenerezza e impacciati di fronte alle situazioni quotidiane in continu



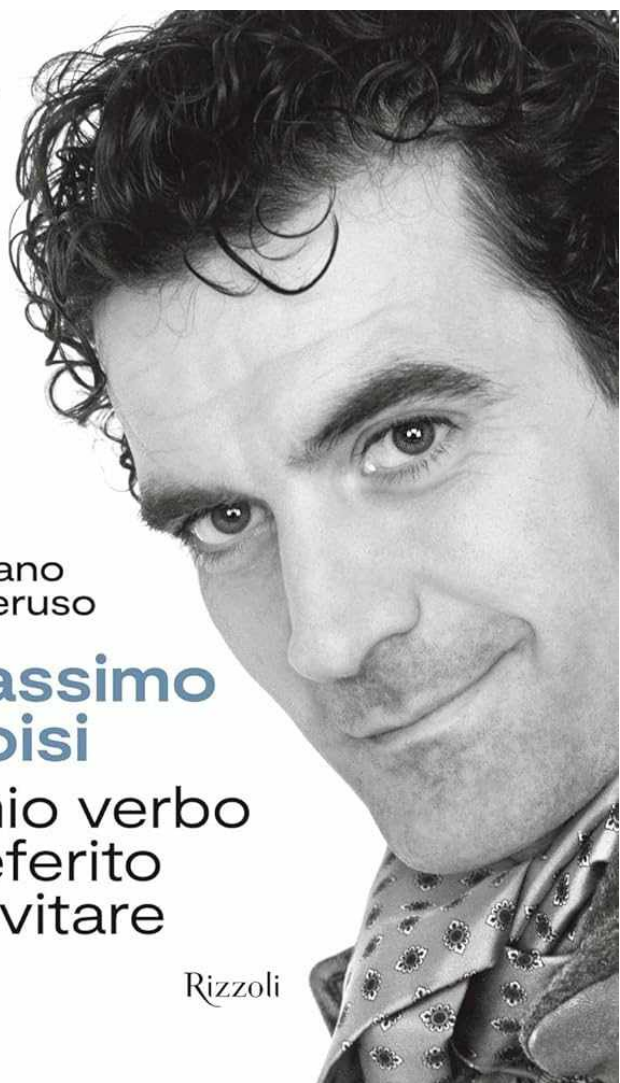
o cambiamento.

Stefano
Veneruso

**Massimo
Troisi**

Il mio verbo
preferito
è evitare

Rizzoli



Alti ufficiali della GdF visitano Morano: incontro di cortesia in Comune

Il sindaco Mario Donadio: «La cultura vero volano di sviluppo»

Il sindaco **Mario Donadio** ha ricevuto nella mattinata di oggi, venerdì 23 agosto, la visita di cortesia di tre ufficiali della Guardia di Finanza, calabresi d'adozione. Si tratta del generale **Maurizio Massarini**, ex comandante provinciale delle Fiamme Gialle di Cosenza, del colonnello **Renato Sommella**, dal 2004 al 2008 alla guida dell'allora Tenenza (attuale Compagnia) di Castrovillari, del maggiore medico **Giuliana Corrado**. Quest'ultima recentemente assunta alle cronache nazionali per aver rianimato, salvandola da morte, certa una bimba di tre anni annegata in un parco acquatico di Antegnate (Bg). Per il gesto eroico il militare ha guadagnato gli elogi della classe politica italiana e del Governo, in particolare del ministro dell'Economia Giancarlo Giorgetti e della premier Giorgia Meloni.

L'incontro si è svolto nella sala di rappresentanza del palazzo municipale in un clima di grande cordialità e condivisione. Donadio ha illustrato ai «graditi ospiti» le peculiarità di Morano, soffermandosi sul vasto e pregevole patrimonio materiale e immateriale posseduto, sull'arte e la storia del posto, fiori all'occhiello della comunità e volano di sviluppo». Ciò, però, senza tacere i «problemi che scontano le aree interne a motivo delle carenze infrastrutturali, piaga atavica della

Calabria, come la lontananza dall'aeroporto e le difficoltà di collegamento da e per gli hub internazionali».

Gli ufficiali, incantati dalla bellezza del paesaggio e dalla vivacità culturale del borgo, hanno ricordato con emozione i loro trascorsi calabresi. Massarini, Sommella e Corrado si sono congratulati con il sindaco, incoraggiandolo a proseguire nell'opera di valorizzazione e promozione già avviata, e ringraziandolo, altresì, per la speciale accoglienza loro riservata.

Dopo il momento istituzionale il gruppetto è stato

accompagnato alla scoperta dei tesori custoditi nell'abitato antico e nelle chiese parrocchiali di Morano. Nello specifico sono stati ammirati: la Collegiata S. M. Maddalena (Polittico di Bartolomeo Vivarini, scultura di Antonello Gagini, pedata di san Francesco di Paola) e le possenti architetture del castello medievale. Nel pomeriggio: la Collegiata

Arcipretale Ss. Pietro e Paolo (quartetto marmoreo del Bernini, tele del Pomarancio, coro ligneo) e le antichità della chiesa Madonna dell'Annunziata; lambendo poi la Collegiata San Nicola di Bari, il complesso monastico dedicato a San Bernardino e quello non meno suggestivo dei Frati Cappuccini.



LA NOTTE DEGLI OSCAR

18^a edizione a Saracena chi i premiati?

Aspettando il 22 settembre a Saracena con il Personaggio dell'Anno 2024 La Notte degli Oscar, diamo un breve cenno sull'evento che è itinerante e sempre in collaborazione con le Istituzioni locali.

La prima edizione si è svolta nel **2006 a San Martino di Finita**, **2007 Rose**, **2008 Lattarico**, **2009 Paterno Calabro**, **2010 Rota Greca**, **2011 Santa Sofia d'Epiro**, **2012 Lattarico**, **2013 Cerchiara di Calabria**, **2014 San Giorgio Albanese**, **2015 San Demetrio Corone**, **2016 Rovito**, **2017 San Vincenzo la Costa**, **2018 Tarsia**, **2019 Bisignano**, **2020 causa covid sospesa**, **2021 Rogliano**, **2022 Bisignano**, **2023 Bisignano**.

Tra i premiati ne elenchiamo alcuni:

l'orafo **Michele Affidato 2013**;
il cantautore **Otello Profazio 2008**;
Magnifico Rettore Università **Nicola Leone 2022**;
l'imprenditore **Pippo Callipo 2011**;
il chirurgo **Bruno Nardo 2011**;
il liutaio **Vincenzo De Bonis 2008**;
il sindaco di Lattarico **Gianfranco Barci 2008**;
presidente Bcc Mediocrati **Nicola Paldino 2006**;
Avis, **Giosina Gigliotti 2008**;
l'artista **Sandro Parise 2006**;
l'imprenditore **Vincenzo Scrivano 2006**;
il giudice **Giovanni Falcone 2007**;
il procuratore **Nicola Gratteri 2010**;
l'orafo **Gerardo Sacco 2009**;
l'ispettore **Francesco Fusca 2007**;
l'associazione **Calabresi di Pisa 2008**;
Medici Senza Frontiere 2016;
Accademy Cooperativa Sociale Universo Cisco di **Lorenzo Lento a Milano che opera nelle carceri 2008**;
Fausto Taverniti direttore Rai 3 Basilicata **2008**;
il maestro della vetrofusione **Silvio Vigliaturo 2008**;
il generale **Girolamo Sansosti 2009**;
Guerino D'Ignazio professore di diritto pubblico Unical; **2010**;
Rubbettino Editore **Florindo 2010**;
presidente onorario della Fijlkam **Giuseppe Pellicone; 2010**;
prof. **Giuseppe Chidichimo** dipartimento Chimica e Tecnologia Unical **2011**;
Demetrio Praticò, presidente Regionale Coni **2012**;
Azienda Bufavela 2014;

Azienda Autotrasporti Scura 2014;
Associazione **Basta Vittime sulla Ss106 2015**;
Mimmo Pappaterra, presidente Parco Nazionale del Pollino **2019**;
Eparchia di Lungro per i suoi 100 anni di esistenza; **2018**;
Vittorio Altomare, medico Campus Roma **2021**;
Francesco Perri, direttore Conservatorio Musicale Giacomoantonio Cosenza **2021**;
la scienziata **Sandra Savaglia 2017**;
Mons. **Francesco Savino** vicepresidente Cei **2023**;
Azienda Amarelli di Rossano **2014**;
cantautrice **Francesca Prestia 2017**;
il gruppo etnico musicale **Calabria Logo 2019**;
il sindaco di Matera Capitale della Cultura Europea **2019**, **Raffaello De Ruggieri 2019**;
prof. **Leonardo Alario 2016**;
Vincenzo Tamburi, sindaco di San Basile **2014**;
Acheropita Mondera Oranges, procuratore Corte dei Conti Toscana **2014**;
Mariangela Sicilia, soprano **2021**;
il gruppo calabrese **Cantanni Cunti 2014**;
lo scrittore **Francesco Bevilacqua 2012**;
lo chef ambasciatore di Calabria, **Francesco Mazzei 2013**;
Sabatium Quartet gruppo folk **2019**;
Demetrio Praticò, presidente Coni Regione Calabria **2012**;
Riserva Naturale Lago di Tarsi e Foce del Crati; 2018
Giosina Gigliotti, Avis Lattarico; **2006**;
il musicista **Bruno Aloise 2006**;
presidente regionale Arti Marziali **Luciano Dichiera 2013**;
produttore olio e vino **Roberto Ceraudo 2010**;
Università Terza Età Mons. **Lauro 2012**;
Azienda Romano 2016;
scrittore **Pasquale Pandolfi 2015**;
carriera scolastica e impegno sociale politico **Gianni Donato 2016**;
Azienda Biosila Vincenzo Abbruzzese 2017;
Ivano Trombino liquore Jefferson **2021**;
RLB 2011;
Radio Akeruntia 2012;
Associazione **La Mediana**;
Progetto 2000 **Demetrio Guzzardi 2023**;
la manager **Simona Lo Bianco 2023**;

Azienda di trasporti **Sarrotrasporti 2023**;
 Sicurezza **Sandro Marinelli 2023**;
 il prof Unical **Renato Guzzardi 2015**;
 il prof tradizioni popolari **Giuseppe Abbruzzo 2015**;
 la giornalista RAI **Azzurra Meringolo Scarfoglio 2023**;
 l'artista **Rosario Turco 2006**;
 il cardiologo **Massimo Conocchia 2018**;
 il cardiologo **Giuseppe Chiappetta 2007**;
 il dirigente scolastico **Luigi De Rose 20226**;
 il giornalista **Ermanno Arcuri 2006**;
 il chirurgo prof. **Docimo 2007**;

attore, cabarettista, conduttore televisivo **Paolo Marra 2016**;
Anna Garofalo 2023, Consorzio di Tutela dei Fichi di Cosenza Dop
 etc. etc.



"LULE LULE" FA IL PIENO DI SUCCESSO E APPLAUSI

Il gruppo teatrale amatoriale "Lule Lule" continua a raccogliere successo dopo successo e a entusiasmare il pubblico delle piazze dei diversi centri in cui la compagnia di attori, in questo mese di agosto, sta portando in scena il suo ultimo lavoro.

Una compagnia di tredici affiatati amici provenienti dai paesi arbëreshë della fascia jonica cosentina: S. Cosmo Albanese, Vaccarizzo Albanese, S. Demetrio Corone e S. Giorgio Albanese. Tutti accomunati con il forte entusiasmo verso il teatro amatoriale e animati dall'impegno nel portare avanti la sua brillante vitalità.

L'ultima fatica teatrale del gruppo è *"Cambiano i colori ma rimangono i favori"*, nata dalla vivace fantasia di **Cosimo Bellucci**, ideatore di altri divertenti lavori per il palcoscenico.

Dal 2016, anno della sua fondazione, la compagnia è cresciuta e migliorata artisticamente, incassando l'entusiasmo e la appagante gratificazione del pubblico accorso nei vari spettacoli proposti a S. Cosmo Albanese, S. Demetrio Corone, Scigliano e Soveria

Mannelli. La trama della divertente commedia si dipana nell'immaginario paesino di Pollandia, alle prese con le votazioni per il rinnovo del consiglio comunale. Dopo una campagna elettorale all'insegna di promesse inverosimili, la singolare novità dell'esito delle urne è la vittoria del primo sindaco donna della storia di Pollandia. Ma un ricorso presentato dall'altro candidato a primo cittadino fa sì che a governare siano due sindaci, con tutti i problemi e gli screzi che ne derivano. Ne viene fuori la fotografia di una società pervasa da inquietudini e contrasti, che si appresta a vivere grandi cambiamenti. Un epilogo di pace e di amore porterà il paese alla rinascita.

Adriano Mazziotti

La Compagnia Teatrale LULE LULE

Presenta

**CAMBIANO I COLORI
MA
RIMANGONO I FAVORI**

Ingresso Libero

GIROVITÀ DA COSIMO BELLUCCI

COMEDIA IN TRE ATTI

GIOVEDÌ 22 AGOSTO 2024 - ORE 21:30

ANFITEATRO COMUNALE SAN COSMO ALBANESE

PERSONAGGI:

DOTT. FELICE: Giovanni Rizzo
 TRANQUILLA: Elvira Provenzano
 ADDOLORATA: Annunziata Bua
 DOMENICA: Pierangela Baffa
 BIANCA: Franca Meringolo
 CUMMARA: Maria Rosaria Giorgia Vita
 DOTT. MOSCONI: Francesco Scura
 EMMA: Ennachiara Mondello
 REBECCA: Rebecca Russo

REGIA: Rachele Barresi - Paolo Mondello
 DIRETTORE ARTISTICO: Elena Ida Volpe
 MAKEUP ARTIST: Maria Carmela Avato

Logos: Libero, Comune di Saracena, Zibit, Associazione Lulelule, Lule Lule

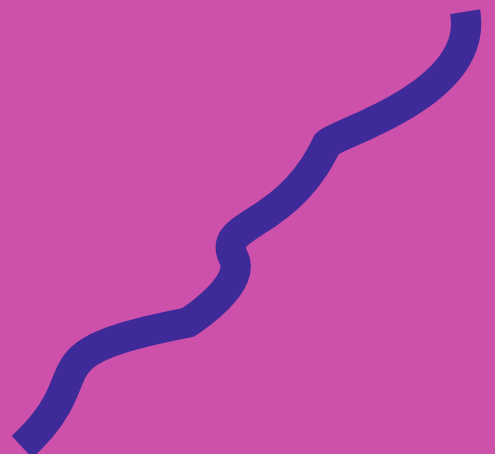
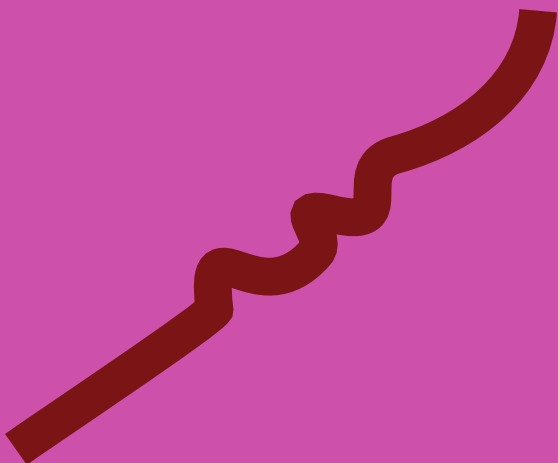
Che le rose fioriscano
 sul tuo sentiero.
 Ciao.

*Come salutava Cesare Pavese
 alla fine di una lettera*



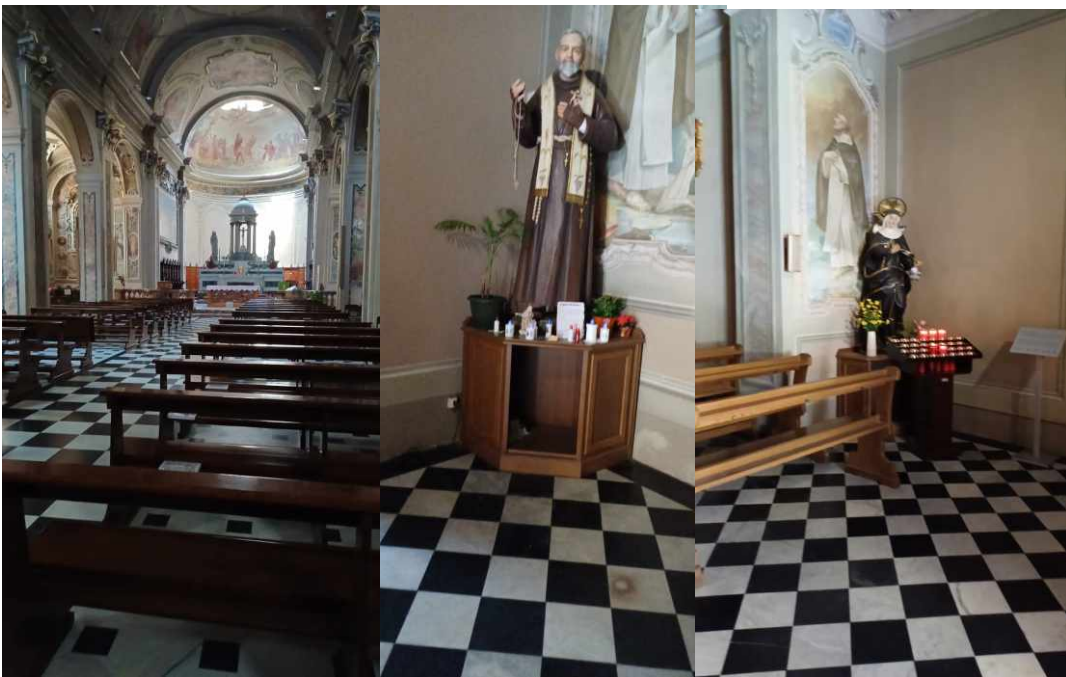
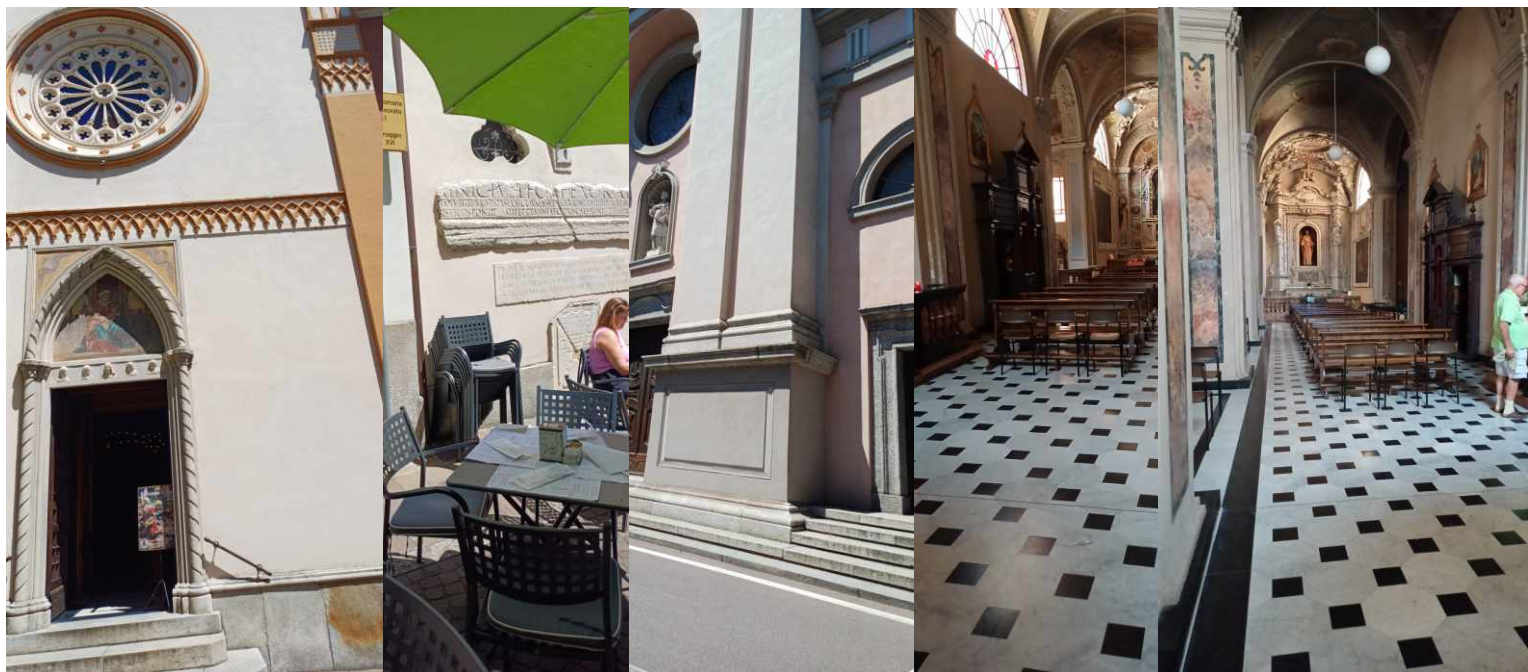


**la tua rivista da seguire ogni mese
un grazie da tutti noi della redazione**





BELLAGIO

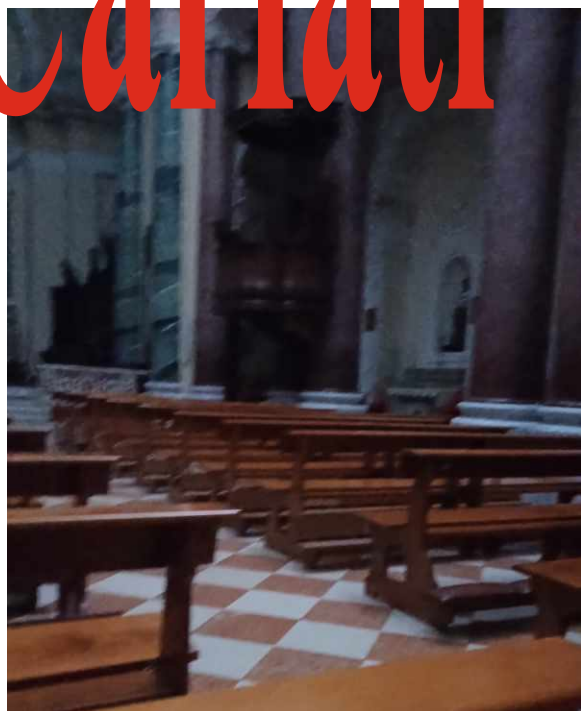


Dal nostro inviato
Ernesto Littera

Dal nostro inviato
Ernesto Littera



Cariati



CASTELLI D'ITALIA

Benvenuti su iCastelli.it - Castelli e Torri d'Italia
Il portale ufficiale dei Castelli e Torri d'Italia, un network pensato e costruito per dare voce ad uno dei patrimoni architettonici e culturali più ricchi del nostro Paese. Tutto ciò che troverete sul portale ha bisogno del Vostro supporto per essere sempre aggiornato, infatti molte delle schede dei castelli presenti nel portale sono incomplete. Aiutaci a completarle, diventa editore de iCastelli.it!

Vi auguriamo buona navigazione, il patrimonio castellano apre finalmente le sue porte; inviateci i vostri commenti affinché i nostri castelli siano tutelati e valorizzati nel modo migliore!

Una nuova era è iniziata, quella in cui i castelli sono i protagonisti, ed iCastelli.it rappresentano la loro voce!

Rocca Calascio
Castello Abruzzo, L'Aquila - Calascio

Descrizione

Il fortilizio di Rocca Calascio, situato a 1460 metri d'altezza, è tra le fortificazioni più alte d'Italia e domina da tale altura la valle del Tirino e della piana di Navelli. Il suo impianto è di uso esclusivamente militare e si caratterizza per la capacità con la quale riesce a fondersi con l'impervio territorio circostante, dal quale non risulta affatto condizionato; è evidente come la sua sia una posizione assolutamente favorevole dal punto di vista difensivo.

La struttura, in pietra calcarea bianchissima, ha una pianta quadrata: presenta agli angoli quattro torri cilindriche considerevolmente scarpate e un mastio quadrato al centro, il quale costituisce il più interno corpo militare di difesa del castello.

Alla rocca si accedeva mediante un ingresso posto sul lato est, a circa 5 metri di altezza, raggiungibile dalla corte esterna sottostante mediante una scala lignea retrattile che veniva poggiata su due mensole in pietra tuttora visibili al di sotto della soglia di ingresso.

Efficacissimo punto di osservazione militare, permetteva di comunicare con gli altri castelli, fino alla costa adriatica, mediante l'ausilio di torce durante la notte e di specchi nelle ore diurne.

Ai piedi della rocca sono presenti anche i ruderi dell'antico borgo, al quale essa è collegata con un ponte di

legno. Nel 1703 un disastroso terremoto ha danneggiato sia la rocca che il borgo. Restauri conservativi ed integrativi sono stati compiuti tra il 1986 ed il 1989; essi hanno contrastato il degrado strutturale favorendo il recupero architettonico e funzionale dell'intero fabbricato ed in particolare della torre centrale quadrata. Gli interventi di risanamento hanno permesso all'intera area di essere oggi discretamente conservata e visitabile.

Rocca Calascio è anche famosa per aver ospitato, in più occasioni, grandi set cinematografici, tra cui i film: "Lady Hawke", "Il Viaggio della Sposa", "Padre Pio", "Il Nome della Rosa", "L'orizzonte degli eventi". E' interessante comunque sapere che proprio nel prezzo pagato per svolgere tali riprese cinematografiche furono anche previsti alcuni lavori di restauro

della Rocca, uno dei pochi casi di felice sfruttamento del nostro patrimonio storico e artistico.

Per la bellezza di questi luoghi, l'industria cinematografica ha nominato tutta la zona, da Rocca Calascio a Santo Stefano di Sessanio, "set per eccellenza". La visita al castello è inserita negli itinerari del Parco Nazionale del Gran Sasso-Laga.



**dal prossimo numero
un castello per volta**



Il castello Orsini-Odescalchi, noto anche come castello di Bracciano, è un castello nel comune italiano di Bracciano risalente al XV secolo.

Costituito da tre cinta di mura esterne, presenta cinque torri, una per ogni vertice della fortificazione esterna. Fu costruito dopo il 1470 da Napoleone Orsini probabilmente con la collaborazione di maestranze Sistine. Il castello apparteneva a Braccio da Montone (Casata Bracci) dietro richiesta del papa (per motivi politici) fu donato al suo sottoposto capitano Orsini. Ne è prova lo stemma del comune un braccio che tiene una rosa (uno dei simboli degli Orsini). Il fratello di Napoleone (il Cardinale Latino Orsini) era il camerlengo di papa Sisto IV proprio negli anni in cui venivano costruiti quasi simultaneamente



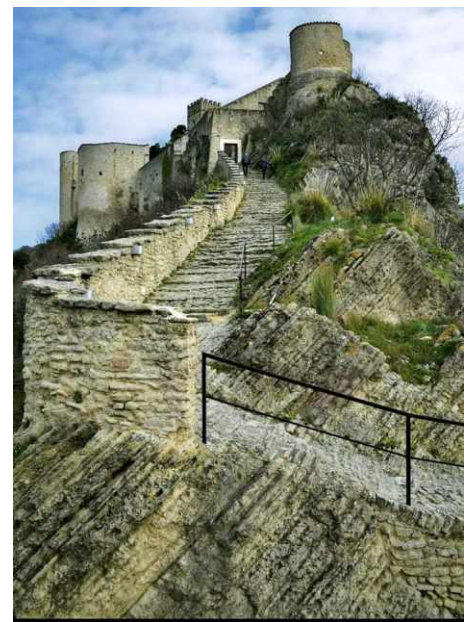
la Cappella Sistina e il Castello di Bracciano. Oggi è di proprietà degli Odescalchi, famiglia che proprio dagli Orsini rilevò il Ducato di Bracciano alla fine del XVII secolo. Il castello, aperto al pubblico nel 1952 da Livio IV Odescalchi, è visitabile e viene spesso usato per ricevimenti, celebrare matrimoni e per altri eventi privati e culturali.

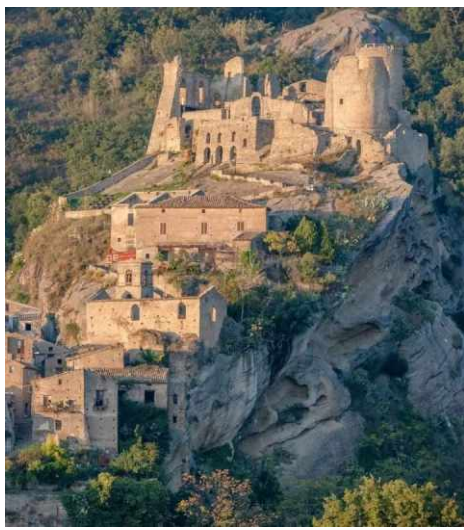
Il forte di San Leo

Il possente masso calcareo di San Leo, trasportato nel Miocene dal Tirreno verso l'Adriatico, con le pareti perimetrali scoscese e perpendicolari al suolo, costituisce di per sé una fortezza naturale.

La terra di Romagna ha influenzato fortemente il Sommo Poeta nell'elaborazione della sua più grande opera, la Divina Commedia; il corso guida i docenti attraverso i Canti partendo proprio dalla conoscenza dei luoghi, delle vicende storiche e politiche del nostro territorio, per comprenderne l'influenza nell'opera dantesca, imparando al tempo stesso ad utilizzare i luoghi come strumenti per l'apprendimento esperienziale e trovando utili spunti per la definizione di attività didattiche con i propri studenti sul tema. I Romani, consapevoli di tale straordinaria attitudine, costruirono una

prima fortificazione sul culmine del monte. Durante il Medioevo, la fortezza venne aspramente contesa da Bizantini, Goti, Franchi e Longobardi. Berengario II, ultimo re del regno longobardo d'Italia, venne qui stretto d'assedio da Ottone I di Sassonia, tra il 961 e il 963. In questo periodo la fortezza assunse il ruolo di Capitale





Castello Reale di Sarre
Una dimora reale che racconta la storia della famiglia Savoia e della tradizione venatoria della casa reale e della nobiltà. Il castello è in posizione panoramica e si trova a pochi chilometri da Aosta e dalla zona turistica del Gran Paradiso.



La storia
Il castello sorge in località Lalex, su un promontorio che domina la piana aostana sopra la strada statale per il Monte Bianco, poco oltre il bivio per Cogne.



Costruito nel 1710 da Giovanni Francesco Ferrod di Arvier sui resti di una casa forte del 1242, dopo vari passaggi di proprietà fu acquistato nel 1869 dal re d'Italia Vittorio Emanuele II, che lo ristrutturò e lo utilizzò come residenza durante le sue battute di caccia in Valle d'Aosta. Il castello reale di Sarre, entrato a far parte del patrimonio privato

di Sua Maestà, divenne allora il quartiere generale utilizzato dal re d'Italia per le sue spedizioni nelle valli di Cogne, Rhêmes e Valsavarenche.

Per ospitare il primo re d'Italia la dimora subì alcune modifiche, tra le quali la sopraelevazione della torre e la costruzione di una nuova scuderia. All'interno, gli ambienti furono completamente ristrutturati e

rimodernati. Il conservatore del Reale Palazzo di Milano venne appositamente incaricato dell'ammobiliamento, cui provvide trasferendo gli arredi da altre reali residenze.

Anche il successore di Vittorio Emanuele, Umberto I (1844-1900) destinò il castello alpino ad usi legati alla pratica venatoria.

Negli ultimi anni del suo regno, Umberto I rivolse una particolare attenzione alla residenza di Sarre, di cui promosse il rinnovamento interno. Tra i lavori realizzati in quell'occasione, figurano le importanti campagne decorative degli ambienti monumentali, ornati con trofei di stambecco e di camoscio.

Il castello fu abitato per villeggiatura dalla regina Maria José anche negli anni successivi alla monarchia.



Nel 1989 la Regione Valle d'Aosta ha acquistato il complesso per restaurarlo. Il castello, che si presenta come un corpo longitudinale con una torre quadrata posta nel centro, può essere considerato un museo della presenza sabauda in Valle d'Aosta.



Rocca Calascio
26





La visita

Il percorso di visita si snoda su tre piani:

il piano terreno è allestito in forma museale ed introduce alla visita guidata dei piani superiori; alcune sale sono dedicate al tema venatorio ed illustrano il territorio, le modalità di gestione e le specificità tecniche delle cacce reali.

il primo piano, che ancora conserva gli arredi e l'aspetto assunto nella seconda metà del XIX secolo, rievoca la dimensione abitativa della fase umbertina del castello; gli ambienti si presentano, con alcune eccezioni, con i mobili

documentati dall'inventario del 1890 e con l'arredo tessile descritto dallo stesso inventario e riprodotto sulla base di alcuni campioni originali conservati nell'Archivio di Stato di Torino.

al secondo piano, l'allestimento presenta una ambientazione per scansioni cronologiche legate ai componenti della dinastia sabauda che hanno vissuto nel castello dall'inizio del Novecento al secondo dopoguerra.

Castello di Saint-Pierre | Museo regionale di Scienze naturali

Arroccato su un'altura, a dominio dell'abitato di Saint-Pierre, il castello è menzionato in un documento del 1287 dove risulta proprietà della famiglia dei De Quart e di quella dei De Sancto Petro.

Tra i proprietari che si susseguirono, merita segnalare Pietro Filiberto Roncas, che nel XVII secolo ampliò il castello e diede al suo interno numerosi ricevimenti. Dopo di allora il castello subì alcune modifiche e cambiò più volte proprietario. Nel 1798 fu venduto ai Gerbore che lo cedettero nel 1873 al barone Emanuele Bollati, il quale affidò a Camillo Boggio di Torino il compito di rinnovare e trasformare il complesso. L'architetto piemontese diede all'edificio quell'originale fisionomia che oggi lo contraddistingue: secondo canoni tipicamente romantici, ne modificò l'aspetto aggiungendo agli angoli quattro torrette di forma circolare.

Dal 1985, il castello di Saint-Pierre è sede del Museo Regionale di Scienze naturali, dove viene presentato l'ambiente valdostano in tutti i suoi aspetti, dalla mineralogia alla botanica, dalla geologia alla zoologia.





A Bolzano ci sono numerosi castelli e manieri, alcuni abitati, altri aperti al pubblico, altri in rovina. Castel Roncolo, Castel Mareccio, Castel Firmiano, Castel Rafenstein e Castel Flavon sono visitabili.

Castel Roncolo

Edificato nel 1237 su uno spuntone di roccia, il castello è stato più volte ampliato e restaurato e conserva splendidi affreschi che narrano scene di vita cortese, episodi di caccia, tornei cavallereschi e momenti di vita quotidiana.

Dal 19 aprile 2000, in occasione dell'apertura di una mostra e dopo un profondo sonno quasi da "Bella

Addormentata", Castel Roncolo è nuovamente accessibile al pubblico e restituito ai bolzanini, agli altoatesini ed a tutti i visitatori e visitatrici provenienti dall'Europa e dal resto del mondo.

Situato all'imbocco della Val Sarentino, a nord della città, il castello è comodamente raggiungibile a piedi percorrendo la verde passeggiata Lungotalvera oppure in bicicletta attraverso la pista ciclabile.

Non mancano gli spunti letterari come la rappresentazione dell'avventura di Tristano ed Isotta e quelle di Re Artù con i suoi cavalieri della tavola rotonda. Trattasi del ciclo di affreschi a

soggetto profano più grande e meglio conservato del Medioevo.

Molto interessanti anche le manifestazioni



culturali e le mostre che animano periodicamente la corte e le sale del castello. All'interno un accurato servizio di ristorazione offre la possibilità di degustare la gastronomia tipica locale in un ambiente medievale.

Castel Roncolo, che con le sue mura si erge pittoresco su un lastrone di porfido all'ingresso della Val Sarentino, è la rocca dei bolzanini.

La fortezza originaria fu edificata nel 1237 come residenza dei Signori di Vanga. Nel XIV secolo fu acquistata da Niklas e Franz Vintler. Alla morte di Niklas Vintler i nuovi locali vennero affrescati

prendendo spunto da svariate opere letterarie, di cui la più famosa è ancor oggi la tragica storia d'amore di Tristano e Isotta. Il più ampio ciclo di affreschi profani del medioevo fu realizzato tra il 1388 e il 1410 per volere di Franz Vintler, un borghese il cui obiettivo era "diventare cavaliere". Egli fece rappresentare il mondo

cortese del tardo medioevo - un

mondo che in quel periodo stava già cominciando a decadere.







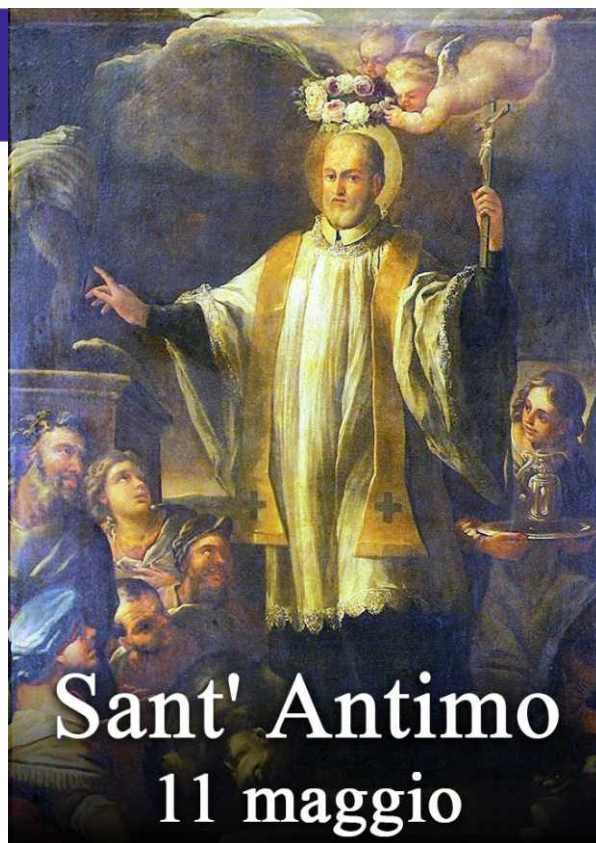
Bell'Italia

Scoprire la Sila e i suoi “giganti” a bordo di un treno storico

📍 *Calabria*

B bellitalia_magazine

Scorri ➔



Sant' Antimo
11 maggio

Sant'Antimo è un'antichissima abbazia abitata nei secoli dai monaci benedettini e fondata, secondo la leggenda, dall'imperatore Carlo Magno. La chiesa, realizzata nel XII secolo, è considerata uno dei capolavori dell'architettura medievale. L'armonia dell'architettura e la raffinatezza degli elementi decorativi sono espressione della 'Vera Bellezza': Cristo. L'arte diviene inno al Signore. Le mura di Sant'Antimo non sono solo un meraviglioso monumento, ma divengono custodi e testimoni della spiritualità monastica benedettina.

La leggenda fa risalire la fondazione di Sant'Antimo al IX secolo, all'epoca del Sacro Romano Impero, guidato dall'imperatore Carlo Magno, ritenuto il fondatore di una cappella, detta Cappella Carolingia, corrispondente all'attuale sagrestia.

Certamente l'Abbazia esisteva nell'anno 814 quando l'imperatore Ludovico il Pio, successore di Carlo Magno, emana un diploma che la arricchisce di beni e privilegi.

In epoca comunale, però, l'abbazia perde alcuni dei propri possedimenti, tra cui il castello di Montalcino che, a causa della sua posizione strategica, è uno degli obiettivi delle mire espansionistiche della città di Siena nella toscana meridionale. Alla fine del XIII secolo i beni di Sant'Antimo sono ormai decimati e il monastero si trova in uno stato di decadenza. Per sanare questa situazione di degrado, Papa Nicolò IV affida l'abbazia ai Guglielmiti, un ordine benedettino riformato.

Nonostante l'intervento papale, Sant'Antimo ha perso il suo antico splendore e, nel 1461 Papa Pio II sopprime l'abbazia incorporandola nella nuova Diocesi di Montalcino e Pienza. Nel XV secolo l'abbazia si trova in uno stato di abbandono: molti edifici del chiostro sono crollati e le pietre vengono reimpiegate nella costruzione del borgo di Castelnuovo dell'Abate.

Solo nel 1870 inizia una lunga campagna di restauri guidata dall'architetto Giuseppe Partini che riporta la chiesa all'aspetto attuale.

Vita Spirituale

Nell'Abbazia di Sant'Antimo sono presenti alcune religiose della Congregazione delle "Missionarie di San Giovanni Battista (MSJB)", nata in Messico nel 1945. L'identità della Congregazione è la missione, unita allo: spirito riparatorio: offrendo al Cuore Sacratissimo di Gesù, per mezzo del Cuore Immacolato di Maria, un continuo tributo di riparazione per i peccati di tutti gli uomini, particolarmente di coloro che dovrebbero amarli di più; spirito apostolico: impiantare o irrobustire nelle anime il regno del Cuore Sacratissimo di Gesù e una vera devozione al Cuore Immacolato di Maria, mediante l'istruzione religiosa e la promozione della vita cristiana, preparando, completando e, per quanto possibile, supplire il lavoro dei sacerdoti e missionari; spirito caritatevole: collaborando alla promozione umana dei popoli, principalmente dei più bisognosi, seguendo la dottrina sociale e le direttive della Chiesa.



Il motto è: *Adveniat Regnum Tuum* ("Venga a noi il tuo Regno").

Il carisma: La vita delle MSJB e la ragione della sua esistenza sarà: «Fare tutto, soffrire tutto e pregare sempre unite al Cuore Immacolato di Maria per riparare al Cuore Divino di Gesù sempre con gioia e forza e vivendo nella più dolce carità fraterna».

Officina Spirituale

L'officina poi in cui bisogna usare con la massima diligenza questi strumenti è formata dai chiostri del monastero e dalla stabilità nella propria famiglia monastica.

RB IV,78

L'abbazia di Sant'Antimo, è un laboratorio architettonico di memoria e di desiderio capace di forgiare il Vero, il Bene e il Bello. Come ogni edificio ecclesiale anche questa Abbazia è "un'officina delle anime dove si ricoverano gli sperduti, si ritemprano in questa penombra, si raccolgono i relitti, si aggiustano i rottami". Le sue porte sempre aperte, come nella Gerusalemme celeste, siano varco profetico per dispensare "sostanza di futuro" e monito per tutte le generazioni: "Non interrompano un cammino che è nostro da secoli" come ci insegna Mario Luzi.

Custodita dal laborioso clima della tradizione benedettina e dalla creatività dell'amore, la comunità diocesana propone con l'"officina dell'arte spirituale" attività culturali, concerti, corsi di canto gregoriano, corsi di miniatura, attività didattiche per singoli e gruppi. In questa sezione troverete il calendario e il programma delle iniziative.

Concerti

La musica, come tutte le arti, ci richiama alla bellezza di

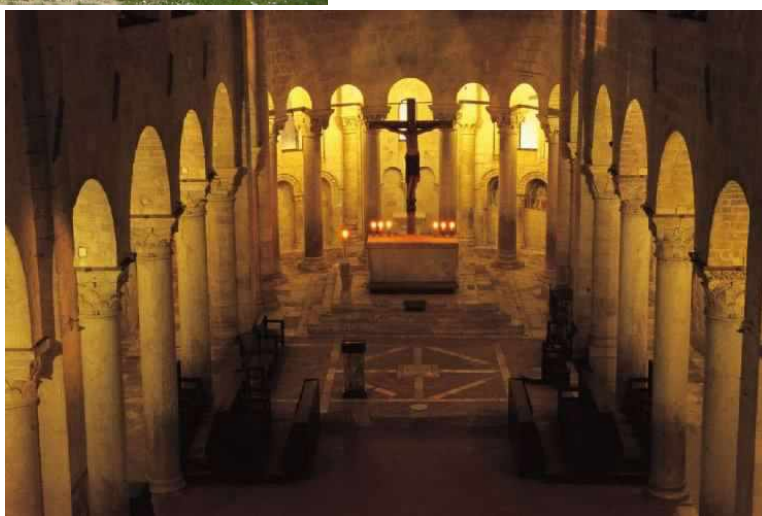
Dio. Concerti di musica sacra e musica classica sono organizzati presso l'Abbazia secondo un calendario annuale che vede la partecipazione di artisti e orchestre di professionisti.

Concerti di Canto Gregoriano

L'abbazia di Sant'Antimo conserva l'antichissima tradizione del canto gregoriano portata avanti negli anni con una ricca proposta di concerti eseguiti da cori di alto livello. La musica sacra e, in particolare, il Canto Gregoriano sono da sempre parte integrante della liturgia dei monaci benedettini che per secoli hanno abitato l'Abbazia..

Corsi di Canto Gregoriano

I corsi di canto gregoriano propongono una modalità diversa di vivere la preghiera e costituiscono un'occasione di scoperta della propria interiorità. I corsi vengono organizzati presso l'Abbazia, con pernottamento nella foresteria monastica di Castelnuovo dell'Abate, e sono tenuti da maestri di fama nazionale. Le lezioni



sono rivolte a singoli e gruppi che potranno fare anche richiesta di corsi esclusivi.

Seminario sulle tecniche di realizzazione delle icone medievali

Laboratori alla scoperta delle tecniche pittoriche per

la realizzazione delle icone medievali. Un percorso per conoscere gli antichi pigmenti utilizzati dagli artisti e i metodi di realizzazione dei meravigliosi fondi oro, seguendo le ricette e le indicazioni pratiche contenute negli antichi trattati d'arte. I corsi si svolgeranno periodicamente presso gli ambienti dell'abbazia e potranno essere organizzati anche su richiesta da parte di piccoli gruppi.



Sant' Antimo di Nicomedia
24 aprile



Laboratorio didattico della farmacia monastica
Laboratori per riscoprire la tradizione erboristica delle farmacie monastiche, anche attraverso la preparazione di prodotti realizzati secondo antichissime ricette con essenze naturali dalle proprietà benefiche per la cura del corpo. I seminari si terranno periodicamente presso gli ambienti dell'abbazia e potranno essere organizzati anche su richiesta da parte di piccoli gruppi.

Scriptorium: laboratori di miniatura

Percorsi alla scoperta delle tecniche e dello stile della miniatura medievale, seguendo i dettami dell'antico manuale *De Arte Illuminandi* e di altri ricettari medievali. I partecipanti saranno guidati nella realizzazione di una vera miniatura su pergamena. I corsi

si terranno periodicamente presso gli ambienti dell'abbazia e potranno essere organizzati anche su richiesta da parte di piccoli gruppi.



L'abbazia è il luogo ideale per organizzare giornate di ritiro spirituale per gruppi di giovani e famiglie che potranno pranzare nelle sale San Benedetto e Santa Scolastica o all'aperto nell'area attrezzata ad esse adiacente.

Foresteria di Castelnuovo dell'Abate

La struttura di Ospitalità nel borgo vicino (Castelnuovo dell'Abate) è destinata, previa prenotazione, all'accoglienza di pellegrini e fedeli. Non sono ammessi animali domestici. La struttura è costituita da 10 camere,

di cui 7 doppie e 3 triple, per un totale di 23 posti letto dislocate su più piani, ciascuna con lavandino e armadietto, bagni in ogni piano e possibilità di utilizzo della cucina, una sala refettorio e un'altra sala comune. I posti letto sono dotati di materasso, cuscino e coperta, non di lenzuola.



Ospitalità

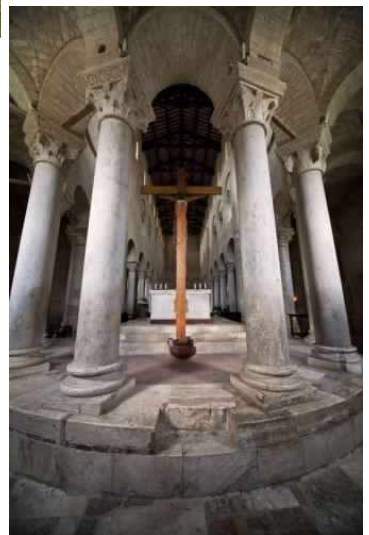
ACCOGLIENZA PER RITIRI GIORNALIERI

L'ospitalità è uno dei valori che da sempre caratterizza l'abbazia di Sant'Antimo, abitata nei secoli dai monaci benedettini.

Visita

Percorso "La Via della Luce" - Visita dall'alto

Un percorso esclusivo con videoguida alla scoperta di ambienti che oggi riaprono al pubblico: la Cappella Carolingia, la cripta, il loggiato superiore, la farmacia monastica e l'orto di San Benedetto.



Potrai ammirare la navata della chiesa dall'alto delle tribune, rimanere incantato dai meravigliosi giochi di luce che i raggi del sole creano tra capitelli e colonne e osservare i piccoli "ritagli" di paesaggio dalle monofore del deambulatorio superiore.

Giardino Santa Ildegarda
Santa Ildegarda di Bingen, badessa benedettina vissuta tra il 1098 e il 1179, è una delle figure



Aria
Fuoco
Acqua
Erbario dell'abbazia
Acetosa
È usata in erboristeria come depurante, diuretico, rinfrescante. Le foglie se masticate disinfettano i denti e il cavo orale. Similmente all'acetosa è considerata un buon rimedio per dermatosi e ascessi, decongestionante e febbrifugo. I suoi principi attivi sono gli ossalati e gli antrachinoni. La pianta contiene tra l'altro

acido ascorbico.



femminili più importanti del Medioevo. La santa Ildegarda condusse uno studio tanto approfondito quanto concreto della Natura e dei suoi impieghi in medicina e suddivise le malattie dell'uomo in tre categorie. Ad ogni gruppo di malattie corrispondono delle erbe curative che troverete durante la vostra visita all'orto di Santa Ildegarda.

Santa Ildegarda, canonizzata da Papa Benedetto XVI nel 2012, si festeggia il 17 settembre.



La visione di Ildegarda
Terra
Secondo Ildegarda la terra è il sistema muscolare e osseo. A rappresentarla c'è il cipresso, albero della longevità, dal forte fusto ben radicato nella terra.



Achillea

Spesso utilizzata nei decotti per favorire le funzioni digestive ed epatiche; migliora la circolazione, regola il flusso mestruale. Nella cosmesi è impiegata per lozioni toniche per il viso con effetto astringente per pelli grasse.

Acquilegia

L'aquilegia è utilizzata come astringente e diuretico. Inoltre parti della pianta sono state usate in passato contro la diarrea, per aumentare la sudorazione, per aiutare durante il parto e per alleviare i reumatismi.





Alloro

L'alloro possiede fiori e frutti ricchi di principi attivi (polifenoli e flavonoidi), oli essenziali (eucaliptolo, geraniolo, pinene ecc.), vitamine, minerali e altri componenti quali sostanze grasse, tannini, amidi e resine, ai quali devono le innumerevoli

Dai fiori dell'elicrisio si estrae un olio che ha proprietà antiossidanti, antibatteriche, antimicotiche, antinfiammatorio, fungicida e astringente.

L'olio dà sollievo alla pelle arrossata e screpolata e viene utilizzato nel trattamento di contusioni, per il dolore infiammatorio e per i disturbi del flusso di sangue.

Erba cipollina

Proprietà curative disintossicanti, digestive, diuretiche e antisettiche. Validissimo aiuto nella prevenzione delle malattie polmonari e cardiache. Anticamente era considerata efficace contro i veleni mortali e il morso dei serpenti.

Iris pallida

Pianta molto diffusa in Toscana dove è caratteristica la coltura per la raccolta del rizoma. Utile per la cura di affezioni dei bronchi e del cavo orale, aiuta a prevenire le infezioni delle vie respiratorie.

proprietà terapeutiche della pianta, riassumibili in quelle: aperitive, digestive, astringenti, espettoranti, antisettiche, toniche, stimolanti nelle affezioni gastriche e reumatiche, diuretiche, emmenagoghe e perfino antiparassitarie.

Assenzio

Per quanto riguarda le proprietà medicamentose di questa pianta si hanno

notizie che risalgono all'antichità, ve ne sono accenni anche nella Bibbia. Le funzioni associate all'assenzio sono cardiotonica, analettica, tonica, digestiva, antinfiammatoria, antielmintica, antisettica, antispasmodica, colagoga, stimolante, stomachica, febbrifuga, emmenagoga e vermifuga.

Biancospino

L'uso principale è di antispasmodico e sedativo, particolarmente nei casi di disturbi cardiaci e di origine nervosa. Ha un'azione coronariodilatatrice, vasodilatatrice dei vasi sanguigni addominali e coronarici, azione inotropica positiva, risparmio del consumo di ossigeno da parte del muscolo cardiaco, modulazione della concentrazione intracellulare di calcio, sedativa sul sistema nervoso centrale, diminuzione della frequenza cardiaca.

Citronella

La citronella viene apprezzata per l'estrazione dell'omonimo olio aromatico. Le candele contenenti quantità significative di quest'olio hanno la proprietà di allontanare gli insetti e le zanzare.

Elcricio



Lavanda

La lavanda è conosciuta fin dai tempi più antichi per le sue proprietà antiemetiche, antisettiche, analgesiche, battericide, vasodilatatorie, antinevralgiche, per i dolori muscolari ed è considerata un blando sedativo.

L'olio essenziale di

lavanda è l'olio eterico più utilizzato in profumeria. In aromaterapia, viene utilizzata come antidepressivo, tranquillizzante, equilibrante del sistema nervoso, come decongestionante contro i raffreddori e l'influenza. Inoltre viene ritenuta efficace per abbassare la pressione arteriosa, per ridurre i problemi digestivi ed è miscelata con altre sostanze omeopatiche per curare il mal di schiena e il mal d'orecchie.

Maggiorana

La maggiorana è ricca di vitamina C, oli essenziali tannini e acido rosmarinico, è usata in erboristeria, in aromaterapia e nell'industria cosmetica. È indicata come sedativo per emicranie, nevralgie, mestruazioni dolorose e problemi di digestione. L'olio essenziale è efficace per dolori reumatici, nevralgie, raffreddore e catarro ed è usato in profumeria per realizzare saponi e prodotti per capelli.

Melissa

La Melissa officinalis è nota per le sue proprietà medicamentose ed è molto apprezzata anche come erba aromatica e per la preparazione di infusi dissetanti dal sapore di agrumi. Conosciuta fin dal Medioevo per le sue

proprietà antistatiche e sedative, è capace di curare disturbi gastrici e nausea da ipereccitabilità, amenorree e dismenorree di origine psichica. Negli estratti della pianta sono rintracciabili: triterpeni, acido caffeico, acido rosmarinico e vari flavonoidi. Attualmente la *Melissa officinalis* viene impiegata come sedativo negli stati d'ansia con somatizzazioni viscerali ed irrequietezza ed anche in patologie dispeptiche gastroenteriche grazie alla sua azione spasmolitica e nella cura dell'emicrania.

Mirto

Al mirto sono attribuite proprietà balsamiche, antinfiammatorie, astringenti, leggermente antisettiche, pertanto trova impiego in campo erboristico e farmaceutico per la cura di affezioni a carico dell'apparato digerente e del sistema respiratorio. Dalla distillazione delle foglie e dei fiori si ottiene una lozione tonica per uso eudermico.

Olio

Gli estratti di *Olea europea*, sotto forma di gemmoderivato, tintura madre e, soprattutto, estratto secco titolato e standardizzato delle foglie, hanno evidenziato una discreta attività antidislipidemica, vasodilatatrice e ipotensiva, oltre a quella antiflogistica.

Origano

L'origano ha proprietà antisettiche, revulsive, antispastiche, digestive, sudorifere, leggermente espettoranti. Nella medicina popolare si usava per trattare le mestruazioni eccessive e le affezioni della pelle, l'anemia, le emorroidi, i disturbi dell'apparato intestinale, per accelerare la cicatrizzazione, come diuretico, come emostatico, contro le artriti e reumatismi, la gotta, la sciatica, le nevralgie. In erboristeria e fitoterapia viene usato l'olio essenziale come stimolante le funzioni digestive, come balsamico ed espettorante e come diuretico.

Rosmarino

I rametti e le foglie raccolti da maggio a luglio e fatti seccare all'ombra hanno proprietà aromatiche, stimolanti l'appetito e le funzioni digestive, stomachici, carminativi, utili nelle dispepsie atoniche e gastralgie, tonici e stimolanti per il sistema nervoso, il fegato e la cistifellea. Per uso esterno se ne usa l'infuso per gargarismi, lavaggi e irrigazioni cicatrizzanti; o per cataplasmi antinevralgici e antireumatici.

Ruta

Gli estratti di ruta sono potenzialmente utili come un bloccante dei canali del potassio. Vengono utilizzati per trattare molti problemi neuromuscolari e per stimolare l'inizio delle mestruazioni, possiede inoltre un effetto emmenagogo ed effetti abortivi pertanto non può essere usato dalle donne in età fertile. Inoltre, la ruta ha un effetto spasmolitico a dosi relativamente basse per questo motivo dovrebbe essere assunta con cautela, considerando il potenziale di gravi effetti collaterali.

Salvia

Tra i principali effetti, la salvia ha efficacia antisettica ed è anche digestiva e calmante. L'estratto di salvia è un eccellente fissatore per profumi. Rafforza le gengive ed è indicato per lo smalto dei denti.

Santolina

La santolina possiede proprietà digestive, antispasmodiche, tonico-stimolanti, antisettiche. Per uso esterno è utile come antipruriginoso in caso di punture di insetti. Anticamente veniva utilizzata per profumare gli armadi e tenere lontane le tarme, e come repellente per gli insetti.

Santoreggia

Alla santoreggia sono attribuite qualità antisettiche, antispasmodiche, carminative, espettoranti, stimolanti, stomachiche. L'olio essenziale di santoreggia ha proprietà antivirali e antibatteriche grazie alla presenza di eugenolo, carvacolo, timolo e viene quindi consigliato in casi di raffreddori ed influenza. La santoreggia contiene una discreta quantità di sali minerali e precisamente calcio, sodio, fosforo, potassio, ferro, zinco, rame, manganese, magnesio e selenio.

Stevia

La stevia presenta ottime quantità di sali minerali come ferro e manganese, contiene inoltre carboidrati, vitamine, proteine ed è priva di caffeina. Questa pianta ha proprietà tonificanti, antifungine, antinfiammatorie, immunostimolanti ed antitumorali.

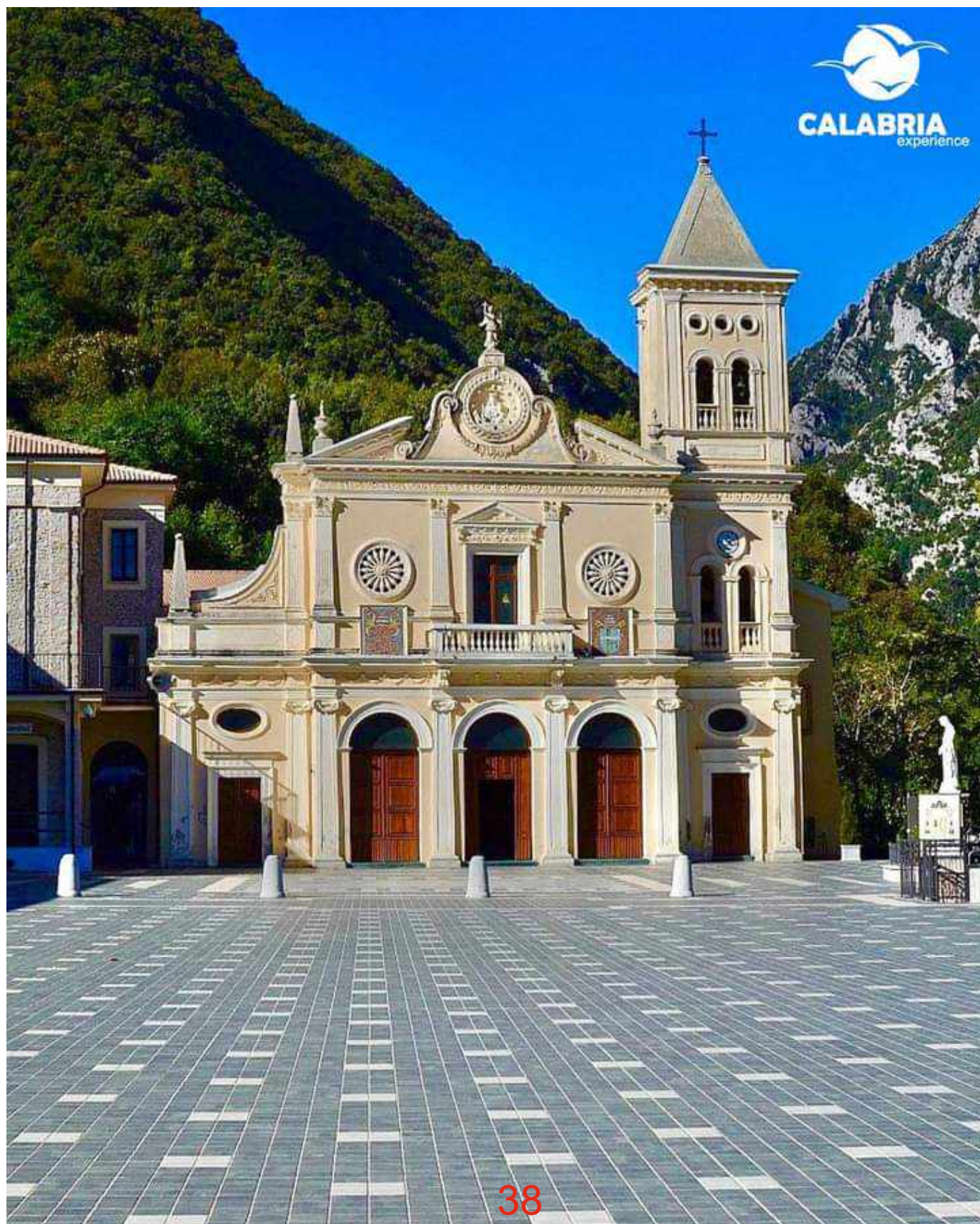
Timo

In medicina viene usato per estrarre il timolo principio attivo usato in farmacologia come fungicida. L'olio essenziale di timo si utilizza contro la tosse e il mal di gola. In particolare secondo la medicina popolare questa pianta ha le seguenti proprietà medicamentose: antielmintica, antisettica, antispasmodica, carminativa, diaforetica, disinfettante, espettorante, sedativa, tonica.

Presso la farmacia, allestita nell'antica sala del tesoro, potrete acquistare prodotti alimentari realizzati secondo le ricette della secolare tradizione erboristica monastica: miele, confetture di frutta, caramelle e tisane.

La farmacia offre anche una selezione di prodotti per la cura del corpo realizzati con essenze naturali ed erbe officinali, olio d'oliva, uva rossa, lavanda, pepe nero ecc. Inoltre, potrete degustare la birra di Sant'Antimo prodotta, nelle varianti bionda e ambrata, secondo una ricetta esclusiva dell'Abbazia. Infine, presso la farmacia è disponibile l'amaro di Sant'Antimo, realizzato con l'essenza dell'Erba Carlina, erba le cui origini si intrecciano alla leggenda della fondazione dell'abbazia. I monaci di Sant'Antimo, infatti, utilizzarono l'Erba Carlina per preparare decotti curativi per i soldati dell'esercito di Carlo Magno, colpiti da una pestilenza durante la sosta presso Sant'Antimo.

La farmacia offre anche una selezione di prodotti per la cura del corpo realizzati con essenze naturali ed erbe officinali, olio d'oliva, uva rossa, lavanda, pepe nero ecc. Inoltre, potrete degustare la birra di Sant'Antimo prodotta, nelle varianti bionda e ambrata, secondo una ricetta esclusiva dell'Abbazia.





CISL - ANOLF CALABRIA

La spiaggia dell'Arcomagno, la baia segreta amata da Enea

Un maestoso arco di roccia crea una porta naturale spalancata sul mare, delimitando una piccola e inaspettata baia: è qui che si apre la spiaggia dell'Arcomagno, gioiello del Mar Tirreno sulla Riviera dei Cedri, in Calabria.

Un'insenatura incantevole incorniciata dalla fitta vegetazione mediterranea e lambita da un'acqua cristallina.

È senza dubbio una delle spiagge più belle della Calabria, una striscia di una trentina di metri dalla forma a mezzaluna, un tratto del Golfo di Policastro in località San Nicola Arcella, in provincia di Cosenza.



La spiaggia dell'Arco Magno è una baia di sabbia e ciottoli racchiusa in un anfiteatro in miniatura protetto dalle imponenti rocce. Il fondale è basso, l'acqua è calma e gioca con tutta la tavolozza degli azzurri. Lo splendido roccione dalla spettacolare arcata che segna l'ingresso al mare si innalza con i suoi 20 metri.

La sensazione in acqua è quella di trovarsi in una culla, circondata a 360° dalle rocce. È chiamata anche spiaggia di Enea, perché il mito vuole che l'eroe sia passato da qui, dopo la caduta di Troia. La leggenda narra anche di sirene che ammaliavano i primi naviganti ellenici.

La spiaggia di Arcomagno vale un'intera giornata, equipaggiati con acqua e viveri. In ogni caso meglio non andarsene prima del tramonto, che può riservare uno



spettacolo unico. Il sole si tuffa nel mare e i raggi filtrano attraverso l'arc

Il modo più semplice e rapido per arrivare alla spiaggia di Arcomagno è il pedalò, da noleggiare presso la spiaggia di Marinella, oppure la barca. I nuotatori allenati potranno avventurarsi a bracciate dalle spiaggette limitrofe, magari muniti di pinne, maschera e boccaglio per ammirare i fondali e gli scogli



39 sommersi o, inondando la baia di luce.

C'è trippa per gatti

Sfatato anche il detto: «Non c'è trippa per gatti». Una splendida signora che ama tanto cucinare e lo fa benissimo, l'ha dimostrato proprio in questi giorni preparando lo spezzatino di trippa da leccarsi i baffi.

Ma anche sui baffi il detto è sfatato, perché chi non li fa crescere ha potuto godere ugualmente dell'aroma, del sapore, della squisita ospitalità del Corsini ristorante a San Demetrio Corone, dove si è potuto gustare un piatto tipico tradizionale, che richiede non solo impegno, soprattutto, saperlo cucinare e Mamma Angelina è maestra in questo.

Ho avuto l'opportunità in passato di assaporare questo piatto e senza smentita alcuna posso affermare che quello proposto da Angelina è qualcosa che vi stupirà.

Chi ama la trippa non può farsi sfuggire un'occasione che non si ripete spesso, anzi, bisogna trovare lo spezzatino giusto prima di metterlo in cottura assieme a quel sughetto accompagnato dal pane casereccio. Mamma Angelina, è una signora che ama la cucina e per questo i suoi piatti sono intrisi da grande passione, ciò che offre agli amici, conoscenti e frequentatori del locale Corsini, è superlativo, perché non è solo la trippa il piatto che propone questa signora dolce nel suono della voce e protettiva, proprio per questo è la mamma di un gruppo così allargato che le riconosce le qualità culinarie di una vera acrese che ha saputo mettere assieme le capacità in cucina proponendo sia piatti tipici che elaborati, strizzando l'occhio ad una clientela esigente che l'incorona come Regina della Cucina.

Non a caso lo chef, Franco Scura, sforna piatti prelibatissimi e molto curati, la mamma è stata una buona insegnante. In questi casi a guadagnarci di più siamo proprio noi clienti che troviamo qualità, cortesia, accoglienza, signorilità e fascino.

Perché fascino? Per via che la signora Angela non solo è una ricchezza in cucina, ma lo è anche con la gente, il suo comportamento, la sua dolcezza è qualcosa che raccontare non gratifica pienamente il personaggio. Mamma Angelina è affascinante! Lo è tutti i giorni e con le sue pietanze, come lo spezzatino, ci dialoga durante la

cottura e così quel piatto in tavola è ancora più inebriante. La trippa (di etimologia incerta forse dal francese e dall'inglese tripe a sua volta di origine celtica tripa comune correlato con il gaelico tarp "mucchio, cumulo") è una frattaglia usata in gastronomia e ricavata da diverse parti dei prestomaci del bovino.

La trippa è un alimento consumato da lungo tempo: i greci la cucinavano sulla brace, mentre i romani la utilizzavano per preparare salsicce. Oggi la trippa costituisce un alimento tradizionale di molte regioni

d'Italia, in particolare della cucina veneta, romana, toscana, genovese, milanese e calabrese, viene talvolta tagliata a strisce e preparata in maniere diverse.

Come la prepara Mamma Angelina è qualcosa di fenomenale e lo testimonia il fatto che ogni qualvolta si cimenta a realizzarla c'è sempre la fila.

Fa bene mangiare la trippa per il collagene, una proteina che la rende un alleato della salute in quanto fa bene alle articolazioni, alla pelle, alle unghie, oltre che ai muscoli, alle ossa e ai denti. Offre un buon contenuto di ferro, sodio, potassio e fosforo, insieme a

vitamine del gruppo B. E poi vuoi mettere il sapore? Questo piatto per il suo contenuto in colesterolo (122 mg per 100 g) veniva erroneamente sconsigliato in passato a chi soffre di ipercolesterolemia: oggi invece, grazie alle nuove ricerche in merito, che non mostrano un legame tra il colesterolo degli alimenti ed il colesterolo ematico, con conseguente assenza di un maggior rischio si può, ogni tanto, anche abusare. Chi non crede a ciò che avete appena letto a maggior ragione è indispensabile procedere al rito della trippa e cioè mettere sotto i denti ciò che prepara Mamma Angelina cuoca sopraffina.

E se poi teniamo conto che per chi è a dieta la trippa LIGHT è una pietanza ipocalorica e già provvista di una componente vegetale. L'apporto calorico così moderato è permesso dalla magrezza della carne e dall'elevata percentuale d'acqua della preparazione.

Se ancora non vi ho convinto cari lettori e buongustai, andate al Corsini ristorante a San Demetrio Corone e chiedete di Mamma Angelina, lei vi saprà deliziare come non mai.



A San Demetrio Corone inaugurata la X edizione della Biennale d'arte

Alla manifestazione di apertura al Collegio di Sant'Adriano della X edizione della Biennale d'arte, organizzata dalla locale Amministrazione comunale, sono intervenuti il sindaco Ernesto Madeo, il consigliere delegato alla cultura Emanuele D'Amico, la presidente della Biennale Maria Credidio, il direttore artistico della Biennale Nicola Micieli, l'addetta al settore culturale

artistico del Comune Maria Francesca Solano e lo scultore Alfredo Mazzotta, membro del Consiglio direttivo della Permanente di Milano. Nel comunicato stampa si legge che "la prerogativa della X Edizione della Biennale della Magna Grecia è rappresentata da un viaggio che

continua per un evento artistico e culturale, che è stato ed è ancora oggi un fiore all'occhiello nel settore artistico della Calabria". E che il motto "Interfacce: linguaggi identitari della contemporaneità sottolinea la molteplicità espressiva dei seguenti trenta autori invitati: Attinà - Barone - Basile Bolignano - Bracchitta - Campidelli - Cinelli - Cotellessa - Credidio - Giovannelli - Giuffrè - Greco Macchi - Marazzi - Masini - Mazzotta - Musante - Pingitore - Polizzi - Poto - Romani - Santandrea - Santinello - Scopelliti - Serenari - Sgrò - Spanò Tinarelli - Vanacore - Zattini".

L'appuntamento con la Biennale Magna Grecia, si legge ancora, rappresenta "uno spaccato rigoroso e puntuale sullo stato delle cose ai margini di una sospensione temporale che ha segnato il vissuto recente di tutti, una lettura del contemporaneo che è prologo e divenire, nello stesso intervallo, di quanto ultimamente accaduto". E che "San Demetrio Corone, nel cosentino, si fa pertanto osservatorio di proposte, avvertimenti e tendenze che descrivono il senso – cioè la sostanza – di un tempo

inedito: quello che accudisce e rivela l'apprensione, l'immaginifico, l'impegno, lo sguardo". Si precisa, inoltre, che "la X edizione della Biennale della Magna Grecia è la premessa di un progetto più ampio e articolato che prevede la nascita di un Museo d'Arte Contemporanea a San Demetrio Corone". L'esposizione delle opere degli artisti resterà aperto fino al giorno 8 settembre 2024.

Gennaro De Cicco



SARACENA: “Jir' e goj” DI ANGELO PADULA

A volte le serate diventano magiche e ciò è dovuto a qualcosa di speciale che resta impresso in noi a distanza di tempo. La lettura di un libro, sponsorizzato dalla Pro Loco Sarucha di Saracena, ha riempito una notte dal sonno vagante e dipinto i miei ricordi della serata trascorsa in compagnia dell'autore di “Jir' e goj”, Angelo Padula che mi ha avvicinato al dialetto saracenaro. Per chi ha contatti con gli abitanti di questo paese riconoscerà la straordinaria storia millenaria, ma anche l'accoglienza che è sempre differente e che lascia il segno. Differente perché non sai mai cosa riserva il momento che può essere di condivisione con un intrattenimento, oppure con la visita al borgo, meglio ancora con la conversazione ed il confronto. Saracena arroccata tra i monti è lontana dal mare, ha un suo fascino speciale che attrae la mia curiosità e questa volta nelle vesti di un lettore che apprezza anche l'intercalare che corregge la frase come a pagina 79, ciò dimostra la genuinità di un volumetto che mi ha catapultato nella dimensione di una comunità che per farne parte è necessario conoscere la storia e soprattutto le origini. Le poesie dialettali in saracenaro sono un

ottimo viatico per capire meglio una cittadina che si mostra così aperta e disponibile che sfata la credenza che la civiltà viene dal mare. Dopo le poesie in greco del giovane “gioiello calabrese” Gabriele Garofalo, che ha innalzato il livello culturale della serata, si percorre la vita quotidiana locale attraverso la declamazione di alcune poesie dell'autore Padula, che approfondisco all'alba del mattino per trovare risposte alle mie domande. La pubblicazione del libro è stata finanziata dall'Ente Provincia nel 2007 per interessamento del consigliere provinciale Biagio Diana. Ma cosa ci raccontano i versi di Angelo Padula? Sicuramente le stradine, le piazze, gli slarghi, i vari angoli di Saracena, la vita quotidiana che un “figlio innamorato” ha voluto immortalare nella semplicità tutto ciò di complesso racchiuso in un mondo che appartiene solo ai residenti. Eppure, le rime di Angelo trasportano la fantasia del lettore trasferendo musica, tradizioni e parlato a chi entusiasta si appresta a leggere “U Paisi Mij”. Un buon inizio per comprendere meglio l'epidermide di un popolo che si lascia scoprire sino ad arrivare agli organi vitali come il cuore. Perché nelle pagine attentamente lette c'è molto cuore nell'umiltà del poeta che nei suoi ringraziamenti si legge; “Lungi da me la presunzione di definirli composizioni poetiche o letterali, sono

semplicemente una testimonianza di ciò che sento nel cuore, delle cose che amo maggiormente e della convinzione che la risposta a tutto è il bene, è Gesù Cristo”. Appassionante ciò che afferma Angelo Padula che penso resterà sorpreso leggere questo pezzo, pensando chi mai potrà scrivere di un libro pubblicato molti anni fa, invece, è proprio il contrario, ciò che mi ha colpito di più sono state le parole dell'autore prima di declamare alcune sue poesie sul palco. Il lavoro presenta alcune foto in bianco e nero, così come sono le storie raccontate in versi, ricordando un tempo passato che è sinonimo di crescita sociale senza dimenticare alcuni valori essenziali che ai giorni nostri non si apprezzano

più. Quindi, ieri e oggi, è un libro che ci racconta non solo del passato ma ricama anche sull'attività o i pensieri di oggi. Per chi non conosce il vernacolo locale è difficile comprendere il messaggio, ma con una dose di buona volontà, mettendo da parte la pigrizia, si possono ottenere risultati personali insperati. Ovviamente c'è sempre una poesia che attira di più in una pubblicazione e quella

dedicata a papa Giovanni Paolo II, oppure “Aru cor' polifonico”, entrambe scuotono il lettore che ritrova l'amore celato. Molto simpatica e nello stesso tempo accattivante è “U munn'i goj”. L'autore nel suo dialetto ci descrive e ricorda amici e parenti, lo fa con leggerezza quasi a far sorridere il lettore, tutto diventa più armonioso se si ascolta la voce di Angelo Padula che scandisce bene ogni singolo vocabolo. Ritornando alla poesia dedicata al papa polacco, si riferisce ai funerali dell'alto prelato in quel 2 aprile del 2005, tutti con gli occhi pieni di lacrime rassegnati alla morte del pontefice che per la nostra generazione è stata la guida spirituale più importante e, difatti, quel “santo subito” si è prontamente realizzato. Ringrazio la presidente attuale della Pro Loco Sarucha, Elisa Montisarchi, che nel farmi dono del libro di Angelo e quello che racconta “La chiesa di Santa Maria Ara Coeli a Saracena” mi ha permesso di approfondire anche l'inedito ciclo pittorico che un anno fa ho filmato e che si può riscontrare sul canale LaCittàDelCratitv. C'è sempre tempo di conoscere, approfondire, migliorarsi, ciò è dovuto alla curiosità, ma principalmente allo studio per comprendere una comunità alla quale giorno dopo giorno mi lega affetto e una profonda amicizia.



“Operazione Gattopardo”, un libro da leggere e meditare

In questo torrido agosto abbiamo cercato riparo tra le fresche e accoglienti mura di amici carissimi, al cui fraterno affetto dobbiamo molta parte della nostra crescita. In uno di questi pomeriggi nei quali l'afa, anche ad Acri, è divenuta poco sostenibile, ne abbiamo approfittato per indugiare in un piacevole “otium” nella suddetta dimora. Fra i vari libri che affollavano la nutrita biblioteca, ci è cascato l'occhio su uno non nuovo – ma di recente sottoposto a revisione e ampliamento – che è stato per la nostra sommaria e scolastica cultura letteraria e cinematografia un'autentica

rivelazione. Il libro, scritto da Alberto Anile e Maria Gabriella Giannice, è espressivo già dal titolo, “Operazione Gattopardo” con sottotitolo “come Visconti trasformò un romanzo di “destra” in un successo di “sinistra””. Gli scambi di libri sono talmente frequenti con chi ci ospitava, che ci è venuto naturale chiederlo in prestito. Già dalla sera abbiamo iniziato a divorarlo. Il libro è uscito inizialmente nel 2013 da Le Mani, è stato riedito nel 2014 da Feltrinelli e oggi ritorna in libreria, sempre per Feltrinelli, in un'edizione aggiornata. Il testo, con prefazione di Goffredo Fofi, si legge agevolmente per una prosa fluida, mai pesante, pur piena di inevitabili riferimenti a personaggi e eventi. Il racconto si dipana attorno alla

vicenda umana e letteraria di Tomasi di Lampedusa e al suo unico romanzo, postumo. La descrizione della vita e del travagliato percorso del dattiloscritto è raccontata con una prosa immediata e colloquiale, tracciando le varie tappe di un'opera che, mentre l'autore era in vita, ha ricevuto non pochi ed eccellenti rifiuti, a cominciare da Einaudi e Mondadori. Le vicende letterarie si intrecciano con una drammatica vicenda umana che porta l'autore a finire precocemente i suoi giorni, consumato da un tumore ai polmoni. Qualche giorno prima della morte, l'ennesimo rifiuto alla pubblicazione da Einaudi a firma, più o meno consapevole, di Elio Vittorini. Lampedusa morirà senza vedere pubblicato il suo libro e con la presa d'atto di una serie di stroncature. Coraggiosamente Feltrinelli, su spinta di Giorgio Bassani e di Mario Soldati, deciderà di pubblicarlo con una poco eroica tiratura iniziale di duemila copie. Il libro supererà in breve tempo le 100.000 copie vendute. Il successo di vendite e l'accoglienza del pubblico non andranno di pari passo con la critica, fermamente in mano a

un'intellighentia di sinistra che ha continuato a tentare di ridimensionare l'opera nell'alveo ristretto del romanzo ormai desueto tra il filoborbonismo, il qualunquismo e una visione statica della storia, che faceva a pezzi l'epopea garibaldina e il mito di un'Italia, mai veramente unita. Al libro si rimproverava la scarsa attenzione verso la povera gente. Insomma, una serie di rilievi visti con la lente deformata e deformante del settarismo ideologico, che ha, in più riprese, tentato di condizionare la nascita dell'Italia prima e il suo sviluppo poi. La vicenda del

Gattopardo ci fa venire in mente un altro autore la cui fortuna è stata notevolmente limitata e condizionata da una visione settaria e fortemente ideologizzata da parte della cultura dominante: si tratta di Beppe Fenoglio che, con “Una questione privata” offriva una visione meno idealizzata ed eroica dei partigiani e della Resistenza e, per questo, fu fatto a pezzi dalle colonne de “L'Unità” delle riviste culturali di sinistra. Fu Calvino che, smesse le lenti del dirigente del P.C.I., riconobbe il valore di un autore straordinario, il cui solo torto è stato quello di avere anticipato una visione più globale e meno idealizzata di una fase delicata della nostra storia. Trent'anni più tardi Gianpaolo Pansa e Luciano Violante, da posizioni diverse, troveranno un terreno molto più favorevole. Nemmeno la vittoria allo Strega servirà a far cessare l'azione di

coloro che tentavano di distruggere il valore del Gattopardo, a cominciare da autori come Moravia, Pasolini, Vittorini e altri. Parallelamente, specie da parte di intellettuali più equidistanti e critici verso il settarismo del P.C.I., come Silone e, più tardivamente, lo stesso Calvino, verrà riconosciuto il valore di un'opera destinata a sopravvivere non solo a quella fase, diventando un'icona, un classico. Man mano che la popolarità cresceva, da parte del P.C.I. partiva una strana metamorfosi, che portava a riconoscere il valore dell'opera, stravolgendone in un certo senso il messaggio. Un'operazione estetica e formale che si doveva tradurre in una profonda revisione del messaggio. Solo così la sinistra avrebbe potuto accoglierla. In quest'ottica, l'altrettanto travagliato percorso che porterà ad affidare a Luchino Visconti la regia della traduzione cinematografica è apparsa come un'occasione straordinaria per un démaquillage che avesse come obiettivo primario la trasformazione del messaggio.



Alla fine il risultato cinematografico è stato eccellente con un capolavoro eterno, spartiacque che, sotto alcuni aspetti, ha segnato la fine della stagione neorealista. Pur usando le parole dell'autore, Visconti, da grande maestro, è riuscito a dare un taglio diverso, ricavandone una conclusione diremmo oggi “progressista”, per certi versi complementare al libro stesso. Alla fine non sapremmo dire se il film sia figlio del libro o piuttosto una creatura con caratteristiche ectoplastiche. Da uomini di sinistra, non settari, abbiamo ben chiaro che l'egemonia culturale della sinistra ha finito per imporre regole e decaloghi che portavano a marginalizzare chi non fosse omogeneo a una certa visione del mondo e della storia. Tomasi di Lampedusa ha avuto il grave “torto” di averci restituito una visione del Risorgimento molto meno idealistica e mitizzata, denunciando come il cambio di regime non avesse portato i vantaggi sperati e che, nel concreto, nulla era cambiato. Ancora oggi, sostenere che il processo unitario è stato una rivoluzione mancata e che le condizioni del Sud dopo il 1861 sono sotto molti aspetti peggiorate significa rischiare di vedersi appioppata l'etichetta di filoborbonico. Meno di un secolo dopo, chi osava criticare alcuni eccessi della Resistenza era bollato come “fascista”. Chi aveva seguito Garibaldi lo aveva fatto per la speranza di un domani migliore, per la terra. Brusamente, si è constatato che le promesse sono state tradite, mentre le condizioni del popolo peggioravano sotto nuove tasse (come quella sul macinato) e con un servizio di leva portato a sette anni. Il brigantaggio, da fenomeno circoscritto, è divenuto un fenomeno talmente esteso da richiedere leggi speciali per arrivare più di un decennio dopo al suo annientamento nel sangue. L'emigrazione, pressochè sconosciuta prima del 1861, divenne un fenomeno di massa. Vincenzo Padula, che pure aveva creduto fermamente nel processo unitario, candidato alla Camera nel collegio di Verbicaro, in un comizio chiese scusa al popolo meridionale per averlo “ingannato” in quanto ciò che era nato non

somigliava per nulla a ciò per cui si era lottato. Tomasi di Lampedusa ha tradotto nel suo unico romanzo il vero dramma di un'unificazione incompiuta e pasticciata, che, nella sostanza, ha portato i vecchi padroni a identificarsi con i nuovi. Il libro di Anile e Giannice ha un valore immenso sul piano storico-letterario e di storia del nostro cinema per una lettura più autentica del secondo dopoguerra, portando con sé un messaggio che, da uomo di sinistra, troviamo particolarmente valido e irrinunciabile: essere di sinistra, oltre l'anti-nazifascismo, oltre la memoria fedele della Resistenza e il laicismo democratico irriducibile, significa tenere in alta considerazione il pensiero divergente e una visione non settaria del passato, che altrimenti porterebbe a conclusioni distorte. Il tempo surmoderno che abitiamo ci impone di misurarci quotidianamente con un'infinità di vicende, di visioni della vita, di tradizioni che, non di rado, ci restituiscono l'idea di un mondo frammentario, di culture tra loro irriducibili. Il lavoro degli studiosi che si occupano delle vicende postunitarie e del Novecento e, più in generale, di dinamiche culturali, è notevolmente mutato in epoca postmoderna. Interrogarsi sulle diversità, sui dislivelli culturali interni ed esterni, sulla produzione di fasce sempre nuove di subalternità, richiede oggi un approccio “riflessivo” e critico, troppo spesso mancato in un recente passato, che sia in grado di tematizzare sempre, oltre la materia che pone in questione, anche le categorie conoscitive dell'osservatore: guardare l'altro comporta la necessità di riflettere sulle ragioni del proprio sguardo, sulle sue predisposizioni, sulla sua forza potenzialmente reificatrice. La tradizione critica italiana ha prodotto a riguardo riflessioni importanti e a volte con anticipo rispetto a un dibattito diventato globale. Si porta dietro, però, alcuni limiti culturali e di pensiero che ancora oggi pesano.

Massimo Conocchia





LA PENSIONE TAPPA DI VITA DEL MEDICO SALVATORE DE BONIS

Lo scenario di Villa dei Principi, scelto per festeggiare una tappa fondamentale della propria vita, è risultato un palcoscenico adatto a rivedere persone sotto l'aspetto privato e meno professionale. Vedere in corsia camici bianchi seriosi che curano i pazienti e poi rivederli in una serata indimenticabile di gioia e divertimento sfrenato è una storia che ai nostri affezionati lettori va raccontata nei minimi particolari. Dicevamo della tappa fondamentale della quiescenza, dopo anni di lavoro continuo si va in pensione e

dal racconto che riempirà queste pagine vanno estrapolate due meravigliose espressioni che sintetizzano la ricca e suggestiva partecipazione ad una festa che lo stesso festeggiato, il dottore Salvatore De Bonis, abbastanza commosso, ha affermato: "Grazie di cuore, siete qui tutte le persone che sono importanti nella mia vita". Grande doc, che ha smesso il camice bianco senza però riuscire a scucire dal suo cuore la sensibilità, l'amore e la riconoscenza a

chi gli ha voluto bene e continua a volergliene ritenendolo una colonna del nosocomio Sant'Angelo d'Aciri, dove ha prestato un servizio continuo lavorativo. L'altra espressione simpatica, che ha scaturito molti applausi è stata quella dei colleghi che hanno detto: "Domani c'è un turno da coprire ti aspettiamo in corsia". Semplicemente straordinario l'affetto tra parenti, amici e colleghi con Salvatore De Bonis che si presta a tanti giochi durante la serata con balli caraibici e non solo. Tanti i momenti emozionanti ad iniziare dai saluti d'accoglienza agli invitati che sono stati puntuali a presentarsi in un contesto in cui nessuno si è sentito escluso o emarginato, anzi, la serata è stata un esempio d'inclusione e di partecipazione con la presenza di tanti che svolgono attività diverse in campo lavorativo. Le istituzioni erano presenti con il primo cittadino, Francesco Fucile e sua moglie Francesca, l'insieme di persone, la maggior parte proveniente da Aciri e Bisignano, hanno dato l'esempio di due comunità che sono vicine non solo territorialmente ma anche nella mentalità e negli affetti. Infatti, il dott. De Bonis pur essendo di Bisignano si sente anche un acrese

d'adozione. Tantissimi i regali e la pergamena attestante l'evento, poi un biglietto per un viaggio da fare al più presto, ma c'è stato anche chi con spiritosaggine ha regalato rastrello e zappetta, per impegnarsi nel riempire il tempo che se prima era dedicato ai pazienti e alle loro patologie ora è da impiegare in altre mansioni. Salvatore De Bonis è un medico che lascia dietro di sé una scia profonda di umanità professionale, per lui i pazienti non erano solo ammalati, ma tanti amici che si rivolgevano a lui per trovare la guarigione, il ristoro dai propri problemi

fisici e in qualche caso risolvere anche quelli esistenziali. E così vedere assieme abbracciati il dottore Caravetta, che ha fatto epoca prestando il proprio servizio all'ospedale di Aciri e il De Bonis, professionisti che hanno scritto una pagina indelebile nella vita di tutti i presenti che ricorderanno per molto tempo questa festa voluta dai figli,

Sara e Alessandro, che hanno dedicato ai genitori, Salvatore e Patrizia, un mini concerto musicale con brani che piacciono molto al loro papà.



Tante le sorprese durante l'intera serata e poi balli sfrenati imparruccati che hanno creato il momento del trenino, un significativo esempio di divertimento che ha visto il dottore festeggiato nel ruolo di locomotiva alabardata con sciarpa e bandiera della fede interista che alberga nel cuore sportivo di un uomo che ha curato molta gente senza tener conto di ceto sociale o di razza. Il rito delle foto ricordo ha messo a dura prova la moglie Patrizia, che però si è rifatta nel ballo con la tarantella che ha animato spazi e momenti dedicati al sano divertimento per un festeggiamento che è durato sino all'alba. Ottimo il servizio di Villa dei Principi con spazi ampi dove ognuno ha potuto godere del panorama delle luci della valle del Crati, ma anche nei movimenti sentendosi liberi di spaziare lungo due percorsi in cui erano predisposti le proposte gastronomiche di prim'ordine, sfatando quel detto che al buffet è quasi impossibile riuscire ad alimentarsi decorosamente. Qui tutto è stato curato nei particolari risultando perfetto, ad iniziare dalla torta che rappresenta tutti gli hobbies del festeggiato. Che la serata è andata a gonfie vele lo testimonia l'adattamento di famiglie e gruppi che sono intervenuti che ritardavano, volutamente, il rientro a casa. Atmosfera trionfale per una carriera trionfale e ciò l'ha decretato ogni singola persona che ha sentito nel cuore il bisogno di non mancare a questa festa che ricorderà non solo il festeggiato e la sua famiglia, ma anche tutti gli amici che ad un certo momento hanno deciso di far lievitare in aria, come un allenatore di pallone dopo la conquista della coppa, quel medico sempre riservato che in questa occasione si è prestato ad ogni gioco possibile. Sono queste belle storie che preferiamo raccontare, l'intervista di qualche settimana fa al dottore Salvatore De Bonis ha sancito che i risultati professionali si ottengono con lo studio e la preparazione, ma quelli umani è possibile solo se si ha cuore e lo scambio di affetto tra la gente e il doc è stato trasparente ed incisivo. Mare e terra sono stati i prodotti proposti che hanno deliziato il palato degli invitati, ma questa serata resterà in un clic la persona Salvatore De Bonis, professionista serio sempre



disponibile per i suoi pazienti e per gli amici di lungo corso che con lui hanno condiviso, vissuto e raggiunto superlativi traguardi. In ognuno di noi presente a Villa dei Principi si è manifestata tanta gioia nel constatare che una storia a lieto fine significa sapere quanta riconoscenza alberga nel cuore anche di chi, vincendo la propria timidezza, si è lasciato trasportare in un contesto in cui le stelle del mattino hanno lasciato il posto al sorgere del sole. Un novo giorno per ritrovarsi in piccoli gruppi per ricordare la straordinaria serata che il medico

di corsia, appoggiando il camice bianco sulla sedia, l'ha guardato con rispetto come ha sempre fatto con i suoi pazienti, ma quel camice bianco il dottore, Salvatore De Bonis, è come se l'indossasse ogni giorno sempre e comunque, perché la competenza, la bravura, la preparazione, le capacità restano sulla pelle di chi ha visto la medicina in alcuni casi impotente contro certi mali, ma anche vincente, ridando vita a pazienti oppressi e

disperati. E come afferma l'amico Salvatore: "Non c'è gratificazione migliore che sentire il proprio paziente di stare meglio e risolvere il problema che l'affligge. Per un



medico in quel momento si prova la gioia più grande". Caro dottore tra i tuoi regali ne troverai uno senza biglietto, quello è il mio, a nome di tutti i tuoi pazienti che ti ringraziano tantissimo.



Genuinità made in Calabria

Cosa sono le patate
carboidrati o
proteine?

Le patate sono fonte
di carboidrati

complessi, ossia la qualità di zuccheri che nell'alimentazione equilibrata dovrebbe essere maggiormente rappresentata; una porzione di patate – 200 grammi – contiene il 40% in meno di calorie rispetto a pasta o riso, pur apportando proteine, lipidi, carboidrati e fibre in quantità

Quali sono i benefici delle patate?

Le patate favoriscono il buon funzionamento dell'intestino, lo proteggono dal cancro e controllano l'assorbimento di colesterolo e zuccheri apportando fibre alimentari.

Quante volte mangiare le patate

Infatti, come abbiamo visto, le patate sono incluse nel gruppo alimentare dei cereali e derivati. Stando alle raccomandazioni degli esperti, le patate si possono mangiare una o due volte a settimana, tenendo conto che una porzione di patate corrisponde a 200.

Perché le patate fanno bene?

Le patate sono ricche di potassio, che previene l'ipertensione, di fibra, di vitamine del gruppo E, antiossidanti, e di minerali che aiutano le coronarie.

Quali sono i benefici dei carciofi?

Il carciofo promuove il buon funzionamento dell'intestino e riduce il rischio di cancro al colon apportando un buon quantitativo di fibre. Queste ultime, insieme a cinerina e sesquiterpeni lattonici, aiutano

anche a ridurre i livelli ematici di colesterolo.

Qual è il periodo migliore per mangiare i carciofi?

In genere necessitano di una buona disponibilità di spazio, dai due ai quattro metri quadri, soprattutto durante la

fioritura. Ma qual è la stagione di maturazione del Carciofo? Il Carciofo matura in autunno, da ottobre a maggio al Sud; mentre da febbraio a giugno al Centro-Nord.

Quali sono gli effetti collaterali dei carciofi?

Controindicazioni. Va evitata l'assunzione di carciofo in caso d'ipersensibilità accertata verso uno o più componenti, in pazienti con ostruzione delle vie biliari e in pazienti affetti da coledoliti. Per la generosa presenza d'inulina, l'impiego di carciofo va evitato in caso di fermentazioni intestinali abbondanti.

I pomodori fanno bene al cuore

Perché il licopene protegge dall'invecchiamento delle cellule e dalle malattie degenerative, in particolare quelle del cuore e dei vasi sanguigni. Il licopene è infatti un carotenoide con forte azione antiossidante che riduce la formazione della placca aterosclerotica nei vasi.

Quali sono le controindicazioni del pomodoro?

Quali sono le controindicazioni del pomodoro? Il

consumo del pomodoro può provocare disturbi di natura gastrointestinale come bruciore di stomaco o reflusso gastroesofageo.

Quanto pomodoro consumare

Non c'è una quantità esatta di pomodoro da mangiare a settimana (al giorno gli esperti dicono di non superare mai i 300 g). È sempre consigliato variarli con altre verdure che si possono trovare nello stesso periodo.

Cosa sono i pomodori frutta o verdura? Il pomodoro è un frutto o una verdura? Dal punto di vista botanico non ci sono dubbi: il pomodoro è un frutto. Tutto sta nella struttura della pianta, ma anche nella sua organizzazione. Il pomodoro contiene dei semi e cresce dal fiore.



"La via del bene ha
un nome:
si chiama **AMORE!**
In esso si può
trovare la
chiave di ogni
speranza
perchè l'amore
trova la radice
in **DIO!**"

San Giovanni Paolo II

Io Ti Benedico

Buongiorno

Buon settembre a tutti!

Dio vi benedica!

**Finirà anche
la notte più buia
e sorgerà il sole.**

Le sculture in ferro colorato di Gennaro Pagliaro

Apprezzamenti anche da parte degli addetti ai lavori e affluenza considerevole di visitatori per la personale di scultura di Gennaro Pagliaro, allestita nelle sale espositive del Centro culturale "De Rada" con il patrocinio della Amministrazione comunale.

Avvocato di professione, con il pallino dell'arte sin da piccolo, quando si dedica con forte slancio alla pittura, la vena artistica del Pagliaro negli anni cresce e migliora, sia nell'uso del pennello che degli attrezzi per la lavorazione del ferro e della lega metallica.

Nel suo attrezzatissimo laboratorio, dove oltre a coltivare la sua passione forgia anche i sogni, le emozioni e le visioni, l'estro dell'artista, unito alla capacità di lavorare e modellare i metalli artigianalmente e alla conoscenza delle tecniche di saldatura e di fusione, dà sfogo alla molteplicità espressiva.

La passione per la pittura, poi, stimola il Pagliaro a realizzare sculture in ferro colorato, modellate quasi tutte a mano e pitturate in vernice acrilica con l'aeropenna e pennelli. Il lavoro, così finito, consente all'osservatore di ammirare un'opera sia come quadro che come vera e propria scultura.

"Le opere, principalmente di carattere astratto, rappresentano ciò che spesso i fenomeni della vita determinano nell'animo dell'essere umano. La sensibile osservazione degli oggetti, la loro collocazione e la reazione alla luce sono colti e trasportati nelle sculture attraverso il filtro della passione e dei sentimenti", spiega l'avvocato-artista.

Dominanti nelle sue creazioni sono il tema dell'amore, dell'abbandono, dell'illusione e dell'attesa.

Altro tema ispiratore è il "senso del tempo" che l'artista intende fermare o quantomeno rallentare. Così nell'opera *"Senza tempo"*, un orologio a pendolo con



quattro lancette e numeri posti a casaccio, si evidenzia il desiderio di non essere più vincolati al rispetto degli orari.

Non meno coinvolgente è il tema della "l'energia". In alcune opere come *"l'Astronave"* si concreta il dilemma della scelta e della possibilità per l'umanità di adottare varie forme di energia in alternativa al petrolio. Mentre nell'opera *"Postatomico"* è drammaticamente descritto l'effetto e il risultato della energia atomica sfuggita al controllo.

Gennaro Pagliaro con le sue creazioni ha preso parte a varie manifestazioni artistiche tenutesi in diverse località. Nell'agosto del 2001 ha partecipato a San Demetrio Corone alla prima "Biennale d'Arte Pittura e Poesia".

Adriano Mazziotti



«Un sogno di poesia» di Barbara Di Francia

Spesso ci domandiamo cos'è realmente l'emozione. E' vero, pervade i sentimenti, a volte ci lascia indeboliti, indifesi, ma arricchiti nell'animo. L'emozione è guardare un buon film, come "Spirito selvaggio", che racconta di un'adolescente che si mostra dispettosa e irrequieta. Che frequenta amicizie discutibili e ciò perché si sente causa del divorzio dei genitori e della morte del fratellino in un incendio, non riuscendo a salvarlo. La legge la condanna a 60 giorni presso un ranch ad accudire i cavalli....in questo luogo la riabilitazione totale grazie ad un quadrupede da inserire dopo le corse. Il film va visto integralmente perché certe emozioni sono proprie e differenti a secondo di come risponde la nostra sensibilità. E' così anche con un libro che mi è stato regalato dall'autrice Barbara Di Francia. Ha un cognome regale la scrittrice che conosco da poco, ma vorrei tanto approfondire le sue emozioni che spingono a regalarci perle come le sue poesie. Barbara, è una donna che non ama mettersi in mostra o meglio in vetrina e se lo fa utilizza ogni mezzo per sembrare evanescente, anzi, evaporare in quel momento. La nebbia di Londra è poca cosa con la sua trasparenza. Ciò per dire che non le piace apparire ma preferisce che a portare lustro sono i meritevoli versi che scrive. Guardando i tantissimi libri di un'infinità di autori che sovrastano la mia libreria, per ognuno ho scritto almeno una volta se non di più. Mi concentro e trovo l'ispirazione per descrivere il personaggio Barbara Di Francia dopo aver letto i suoi componimenti. Il titolo "Un sogno di poesia" mi è molto piaciuto, il treno è carico di speranza e ci porta in un lungo viaggio dove ognuno di noi vuole arrivare e cioè conoscere sé stessi. La scrittrice afferma: "Non so quando partirà né dove andrà, ma di sicuro da qualche parte si fermerà – continua la poeta Barbara – Poche fermate, la corsa riprende...il cammino è lungo...forza e coraggio!". Allora armiamoci di forza e coraggio e viaggiamo sulla silloge di una donna che impareremo a conoscere lungo il percorso ad ogni stazione che questo treno infinito farà tappa. Penso di iniziare "A piccoli passi" che come scrive Barbara: "giorno dopo giorno, si va avanti, in punta di piedi, alcune volte per non far male, quasi come per non disturbare...altre, invece, scontrandosi con la gente, con gli altri, che sembrano diversi e forse lo sono...". Noto in questi primi versi una Barbara che ha deciso di affrontare la vita vivendo il suo spazio senza dare fastidio, non vuole scontrarsi con



nessuno perché gli altri sono diversi. Diversi da lei, che non ama il vociare, fare la voce grossa, gesticolare per attirare meglio l'attenzione, Barbara, decide di fare il contrario, lasciare dietro di sé la veste della comprensione, dell'affetto e dell'amore. La poesia più di un romanzo presenta al lettore come si è veramente; la persona si rende nuda al cospetto dei suoi lettori che ne comprendono sino in fondo il potere che è insito in quella personalità che non sgomitava, ma che si fa apprezzare con dolcezza, con la voce sensuale, con una presenza non ingombrante ma intrigante. C'è chi pensa che leggere un libro di poesie è la cosa più facile, invece, è proprio il

contrario, perché mentre una storia ha i suoi capitoli, ogni poesia è un capitolo, proprio per questo si devono analizzare una per una. In esse si scoprirà di trovare molte sfaccettature di una personalità, perché ognuna è testimone di uno stato d'animo differente. Torniamo al discorso di prima sulle emozioni, ogni strofa produce emozione e non ci si può affrettare a comprendere un personaggio sorvolando frasi e frasi. Gli articoli che scrivo su autori che mi forniscono i loro libri, meglio dire le proprie creature, non sono e non vogliono essere delle recensioni, come fanno autorevoli che ne curano la prefazione, in questo caso, ancora una volta è Benito Patitucci che ho ritrovato in altri volumi e che scrive: "dai palpiti di un cuore desideroso di aprirsi e lasciare che altri possano leggere tra le sue pieghe i sentimenti, gli stimoli, le sensazioni che hanno ispirato i suoi versi".

E' profondo ciò che scrive Patitucci, ma provo ugualmente a raccontare la mia narrazione di Barbara che ho scoperto poeta in un concorso di poesia e che per la prima volta ho filmato non inserendo la sua parte nella registrazione. Una dimenticanza che la stessa Di Francia, contattandomi, mi ha fatto notare, ho provveduto prontamente ad integrare, questo piccolo inconveniente ci ha permesso il primo contatto. Da lì la nostra breve conoscenza, ma che dopo la lettura anche del suo libro intitolato "Le impronte del tempo", che merita un nuovo articolo, posso affermare che la donna poeta non è più l'astratta pittrice di momenti di vita, ma è lo specchio ideale di sentimenti rari e puri. Molto più puri che rari, perché in altri autori la rarità diventa merce comune, mentre la purezza dei suoni poetici è padronanza di pochi.

Non so se altri hanno scritto di Barbara Di Francia e della sua poesia, non leggo mai curriculum se mi appresto a scrivere del mio, cerco di non farmi influenzare e di trasmettere realmente ciò che penso anche in alcuni casi sensazioni negative. Mi ha colpito molto la poesia: *“Mi ritrovo sola”*, che all'apparenza è tipica di chi scrive. Ogni autore è sempre solo in compagnia dei suoi fogli e della sua penna, in questo caso però Barbara riempie un altro foglio con la genialità del tempo scandito da una clessidra, nel silenzio prendono forma i sogni che sfuggono via. Penso che in questa poesia è centrata la personalità dell'artista poeta, piace identificarla così, sempre alla ricerca del giusto con un passo avanti cammina la sua anima. E' dura comprendere attraverso la cornice di che pasta è fatta una persona, salvo poi decidere di andare al centro della tela, farsi trasportare dalla linfa vitale sino al cuore per aprire lo scrigno dei sentimenti e raggiungere il cervello dove vengono codificati e resi alla luce del sole. Intanto non è da tutti avere il dono poetico, molti si sentono tali, lo credono fermamente, ma se non c'è l'apprezzamento degli altri è come essere un professore che sa insegnare solo a sé stesso. Ci sono “gnomi” li chiamo così i poeti che sanno profondamente trasmettere, di questa specie fa parte Barbara, che ha aperto il cuore che con *“Sogni d'oro”* non si limita alla frase comune per augurare una dolce notte in braccio a Morfeo, ma precisa: *“Piccolina dagli occhi vispi, la tua vita appesa a un filo e ogni giorno una conquista. Non c'è giorno in cui il tuo sorriso non mi faccia sperare per te, piccola e indifesa di fronte alla vita”*. Per noi comuni mortali per esprimere lo stesso concetto ci sarebbero voluto un quintale di vocaboli, Barbara, invece, colpisce con la sintesi e trasmette più di tante frasi, un dono interiore che riesce a dare a tutti noi perché non si sente custode di alcune proprietà, ma le concede agli altri con l'amore della sua poesia. Per seguire la sintesi che l'artista-poeta ha insegnato, non



posso soffermarmi su ogni poesia che meriterebbero, ma concludo con qualcosa che possa far meditare anche voi lettori che seguite i miei racconti che vi parlano di fatti o di persone che non molti conoscono ma che sono il vero centro di gravità di questo mondo. Mi riferisco a *“Nonnina”*, poesia in duplice veste in italiano e vernacolo. In sogno arriva la cara nonnina, il vento furioso imperava al di là della finestra. Una lampada si accende per fare luce e prendono forma i ricordi della persona tanto cara che non è più fra noi. Perché trovo sublime questa poesia, per il semplice fatto che ognuno di noi ha sognato la propria nonna o madre, spesso però non

troviamo le parole per descrivere l'incontro, invece, Barbara, ci riesce, si alza dal letto e scrive: *“Mi ha fatto piacere che ti ho rivista, anche se è durato poco”*. La profonda fede di Barbara che affida tutti alla sua nonnina che ci guarda da lassù è la giusta conclusione di questo pezzo e solo adesso leggo di Barbara moglie e madre, da pochi anni si è avvicinata alla poesia, appassionata di fotografia (non sbagliavo a dire artista, perché chi fotografa lo è). Ha ricevuto speciali menzioni d'onore, tanti premi che esaltano le sue liriche, una sua

composizione è stata selezionata dall'Accademia dei Bronzi di Catanzaro per l'antologia *“Nel nome di Alda”*. E se è vero come scrive Alda Merini: *“che i poeti scrivono di notte quando il tempo non urge su di loro, quando tace il rumore della folla e termina il linciaggio delle ore”*, i giornalisti, purtroppo, devono superarsi, perché spesso è necessario farlo in mezzo alla gente per documentare un fatto di cronaca. Non è stato così per me che ho seguito l'esempio di Alda e ho scritto questo pezzo di notte per una maggiore concentrazione ed è successo anche a me ciò che scrive in postfazione il poeta vernacolare Angelo Canino: *“Quando un lettore si lascia “trasportare” nei sogni da una poesia, significa che quella poesia è riuscita a trasmettere qualcosa di profondo e di meraviglioso”*. Brava Barbara, continua a sognare e farci sognare te ne saremo sempre grati.

Ermanno Arcuri







(ideatore e curatore della rivista)

Ermanno Arcuri

(adattamento e pubblicazione sito)

Enzo Baffa Trasci

(curatori di rubriche)

Carmine Paternostro

Luigi Algieri

Mariella Rose

Erminia Baffa Trasci

Luigi Aiello

Luigi De Rose

Adriano Mazziotti

Franco Bifano

Gennaro De Cicco

Eugenio Maria Gallo

Ernesto Littera

Giovanni Argondizza

Antonio Mungo

Redazione Valle Crati



Appuntamento n.9/9 Settembre 2024



Copyright tutti i diritti riservati
registrazione Tribunale di Cosenza n° 657 del 2/4/2001