

PUNTO RISTORO
APERITIVO SPUNTINO PRANZO CAFFÈ
 ERG mobile
 TIM
 vodafone
 WIND
 Graffiti Vinci

contatto

PUNTO RISTORO
TOTALERG
 Valentina&Stefano
 Via del Lido, Latina
 Graffiti Vinci

ANNO II - NUMERO 24

PERIODICO DI INFORMAZIONE

VENERDI 28 MARZO 2014

www.periodicocontatto.it

I genitori sottostimano l'abitudine dei figli ad ubriacarsi, ma il fenomeno è sempre più diffuso in tutta la provincia

Ecco le "abbuffate alcoliche"

7 milioni e 464 mila persone in Italia, consumano alcol giornalmente in modo non moderato, tanti, troppi i giovani

“Ci si vede zona pub”, magari a prendere un drink con gli amici e ritrovarsi per caso nel bel mezzo di una rissa. Questo è il timore di chi come me a volte ha desiderio di fare una passeggiata tra i deliziosi locali di Latina. E' di poche settimane fa la maxi retata di controllo nei locali della zona. Sono state impegnate 12 pattuglie di polizia e carabinieri. 166 persone identificate; 20 auto controllate; 5 multe; 18 etilometri e 6



locali ispezionati. Una zona blindata, a volte. Un luogo dove non sai mai cosa può succedere, dove l'alcol è ahimè abusato e ridicolizzato. Non è catastrofismo il

mio ma pura realtà. E allora ecco che ti sale la curiosità di osservare quei giovani spesso 'traballanti' che del loro tempo prezioso non sanno che farne e che invece di apprezzare gli spazi comuni di socializzazione li oscurano e li rendono a volte invalicabili. Il motivo? La noia, l'esigenza di trasgressione o puro egocentrismo?

di LUISA BELARDINELLI

PAGINA 2

Carpe diem

di DINA TOMEZZOLI

Vivi ogni istante come se fosse l'ultimo, molto più facile a dirsi che a farsi. Oggi siamo abituati a vivere ogni istante come se fosse "eterno", la nostra frenesia non ci permette di godere a pieno delle piccole gioie. Siamo intenti a rincorrere il nostro gran daffare e non ci accorgiamo che ci lasciamo trasportare dalla routine. Non valutiamo abbastanza la comoda pantofolaia abitudine, che rappresenta il nostro "rifugio" sicuro. Diamo tutto per scontato fino al momento che una telefonata, inesorabile ed inaspettata, ci riporta bruscamente a valutare la fragilità della nostra esistenza. E solo allora, guardandoci in modo distaccato ci rendiamo conto che tutto è cambiato, tutto quello che apparentemente ci sembrava leggero, agognato, apprezzato e desiderabile, è improvvisamente diventato "pesante" e ci costringe ad una distanza di sicurezza. Niente è per "sempre!". I punti fermi, i "pilastri" sui quali potevamo contare si stanno sgretolando e non ci sentiamo pronti a sostituirli, non abbiamo la forza, o la volontà, di diventare un caposaldo. Nella vita non ci dovrebbero essere ne rimpianti ne rimorsi, poi, però guardando quel telefono ti chiedi, perché ho detto "oggi no, ci vedremo domani". Carpe diem, vivi il presente non pensando al futuro, l'opposto di quello che abitualmente facciamo. Eppure i filosofi ce lo dicono da secoli, i cantanti ce lo strimpellano con le loro canzoni ma noi, gli abitanti del terzo millennio, che con un click ci lasciamo trasportare nel mondo, perdiamo di vista il giardino che abbiamo sotto casa. Penso che sia tempo di rivalutare i valori, sia materiali che spirituali. L'amore, la libertà, il rispetto, educare noi e le nuove generazioni ad essere felici in ogni istante della nostra giornata. Capire che un sorriso, una bella chiacchierata fra amici o una camminata in silenzio, con chi non trova il coraggio di parlare, valgono molto di più dell'ultimo modello di telefonino touch.



Attualità

Un centro per la fertilità

Mettere alla luce una nuova creatura è il sogno di moltissime coppie. Purtroppo, però, vi sono casi in cui il desiderio non si realizza, neppure con tutte gli accorgimenti del caso. Diventa quindi, quasi naturale affidarsi, come ultima spiaggia, al concepimento assistito, o fecondazione assistita. Secondo i dati del Comitato Internazionale per il monitoraggio delle tecniche di riproduzione assistita (ICMART), dalla nascita di



Louise Brown nel 1978, la prima persona al mondo nata attraverso la fecondazione in vitro, oggi sono cinque milioni i bambini che hanno visto la luce grazie alle nuove tecniche della fecondazione assistita, la metà di questi è nata negli ultimi sei anni. A Latina all'interno dell'ospedale Civile Santa Maria Goretti c'è un centro, unico nel Lazio, che si occupa della sterilità di Coppia e della Salute Sessuale.

di DINA TOMEZZOLI

PAGINA 4

Personaggio

Polverino e il divertimento

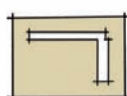
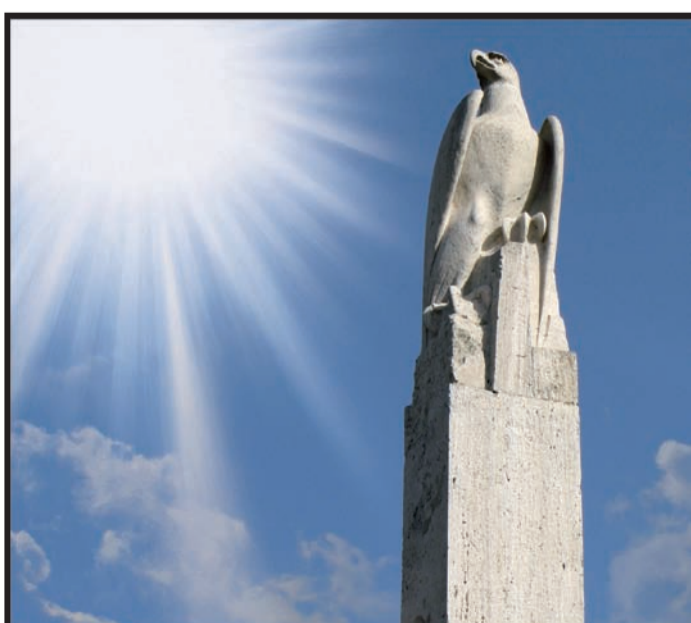
Da più di 30 anni gestore delle discoteche più in voga del momento, partendo dal vecchio Boing trasformato prima in Duke e poi nel 7sky, passando dall'Italian Graffiti al Club 42 fino ad arrivare al 24th. Dietro tutto questo lui, un uomo che è sempre andato avanti con caparbità. Il suo motto è: "Volere è potere", bisogna essere convinti di se stessi



si per realizzare i propri sogni nella vita! E lui ne è la prova vivente

di SAMANTHA CENTRA

PAGINA 9



Damiani Costruzioni S.r.l.
 EDILIZIA - PREFABBRICATI SPECIALI IN CEMENTO

Piazzale Prampolini, 49 04100 LATINA
 Tel. +39 0773 331340 - Fax +39 0773 695607

IL BOCCALE
 Trattoria Pizzeria
 Forno a legna - Servizio da asporto
 Aperti a pranzo - Ampio parcheggio
 Chiuso il lunedì
 Viale dello Scopeto - Borgo Bainsizza - Latina
 Tel. 0773643773

DIETNATURAL
 CLINICA DEL DIMAGRIMENTO
 Percorso nutrizionale + Integratori Diètnatural = Linea Perfetta
 RISULTATO GARANTITO
 Prenota la tua Consulenza Nutrizionale Gratuita
 Via Montesanto 56, Latina (LT)
 Tel. 0773 283118 - www.dietnatural.it

Che il Binge Drinking abbia inizio

Un problema internazionale: sbornia d'alcol e virtuale, il nuovo modo di socializzare degli adolescenti

SEGUE DALLA PRIMA

Sette milioni e 464 mila persone in Italia, consumano alcol giornalmente in modo non moderato.

Un'interessante ricerca svolta da Eurispes e Telefono azzurro evidenzia che nel 2012, il 64,6% della popolazione tra gli 11 e i 18 ha consumato almeno una bevanda alcolica nell'anno. Di questi, il 51,9% beve vino, il 45,8% birra e il 40,5% aperitivi alcolici, amari, superalcolici o liquori; consuma vino tutti i giorni il 21,5% e birra il 4,1%. Un'analisi di confronto tra le opinioni dei genitori e le dichiarazioni dei figli ha mostrato che i genitori tendono a sottostimare l'abitudine dei figli ad ubriacarsi: l'85,3% dei genitori ritiene che i figli non lo facciano, mentre solo il 72,7% dei ragazzi che dichiara di non ubriacarsi mai.

Secondo l'ISTAT, i giovani tra 14 e 17 anni che consumano bevande alcoliche al di fuori dei pasti sono stati il 18,8%, dato cresciuto negli anni (nel 2000 erano il 15,5%). Le abitudini e gli stili di vita connessi al consumo di alcol sono cambiati: contrariamente all'opinione comune, i luoghi in cui si registra più frequentemente l'abuso di alcol non sono le discoteche, ma le feste private, dove l'alcol è disponibile in quantità notevoli e a basso costo.

Una moda che sta sempre più prendendo piede è il binge drinking giovanile (18-24 anni): il 14,8% dei giovani (20,1% dei maschi e 9,1% delle femmine) soprattutto nei momenti di socializzazione.

Ma cos'è il binge drinking? E' uno dei più grandi problemi di salute al giorno d'oggi. E' l'assunzione di 5 o più bevande alcoliche in un intervallo di tempo più o meno breve. Non è importante il tipo di sostanza che viene ingerita, l'obiettivo è l'ubriacatura immediata e la conseguente perdita di controllo che spesso è associato al compimento di un reato, piccolo o grande che sia. Il binge drinking è molto comune tra le persone di

crino e muscolo-scheletrico al pari degli altri fattori di rischio per la salute mentale.

Secondo una recente ricerca i giovani bevono perché:

1. è divertente (36%)
2. disinibisce (25%)
3. rende felici (25%)
4. fa dimenticare i problemi (14%)

Altri motivi comprendono la socializzazione, la gestione e l'eroticismo.

Il binge drinking è spesso associato a ridotte relazioni amicali, incidenti, vandalismo, violenza, dispersione scolastica e altri problemi sociali. E' anche correlato alla crescente attività sessuale non protetta.

I binge drinker devono perdere il controllo per emergere e immortalano spesso tutto quello che dicono o fanno all'interno dei social network più blasonati, sentendosi così importanti in un solo clic. Migliaia i seguaci e il successo mediatico in diretta. Il ragazzo trasporta le sue 'avventure' sul web distaccandosene immediatamente. L'azione trasgressiva in questo modo diventa di dominio pubblico e il giovane si sente in un certo modo 'assolto' dal reato che ha appena compiuto. E' una dinamica giovanile a dir poco contorta ma sempre più in aumento e che evidenzia come la temuta vita reale, sia quindi solo una perdita di tempo, un accumulo di ansie inutili e di responsabilità. L'obiettivo finale è quindi quello di fuggire dalla realtà per far

seguire alla sbornia dell'alcol la sbornia virtuale, senza alcuna soluzione di continuità.

di Luisa Belardinelli



sempre più prendendo piede è il binge drinking giovanile (18-24 anni): il 14,8% dei giovani (20,1% dei maschi e 9,1% delle femmine) soprattutto nei momenti di socializzazione.

MERCATO IMMOBILIARE

Case: più vendite e prezzi più bassi

Immobiliare in altalena, segnali contraddittori da un mercato ancora in confusione

A CURA DELLA REDAZIONE

Mercato immobiliare ancora in recessione, in un contesto in cui gli indicatori segnano una contrazione dei prezzi sia del residenziale che del commerciale. Il trimestre che si sta chiudendo, il primo del 2014 - comunica Fiaip -, mostra un quadro nel complesso debole, pur alla presenza di alcuni segnali moderatamente positivi. Dallo scorso dicembre ad oggi gli agenti immobiliari segnalano una diminuzione dei prezzi di vendita. Il risultato riflette principalmente le valutazioni riscontrate nelle aree urbane e metropolitane, in particolare del Centro Italia, dato perfettamente in linea con quello riscontrabile nella nostra provincia - come conferma il presidente provinciale latinense Santino Nardi - dove per le compravendite immobiliari si registra un calo medio dei prezzi del 12,49% rispetto al 2012 per quanto riguarda le abitazioni. Il mercato di tipo non residenziale ha registrato nel biennio 2012/2014 una diminuzione dei prezzi ancora più marcata, ovvero del 17,44% per i negozi, del 17,42% per gli uffici e del 18,66% per i capannoni, con una diminuzione percentuale relativa al numero di compravendite per queste tipologie che varia dal 27,60% per i capannoni, al 26,71% per i negozi, fino a circa il 25,67% per immobili ad uso ufficio. Ma c'è

qualche timido segnale di risveglio. «La quota di agenti della nostra provincia che hanno venduto almeno un'abitazione nel primo trimestre 2014 è pari al 65,8 per cento - evidenzia Nardi - in aumento rispetto sia al periodo precedente sia al trimestre corrispondente del 2013. C'è da sottolineare che in oltre due terzi dei casi si è trattato della vendita di abitazioni preesistenti». Nel dettaglio le vendite hanno interessato, in prevalenza, immobili di metratura fino a 140 mq (circa il 95%), abitabili o parzialmente da ristrutturare (64,8%), con classe energetica bassa (circa 62 per cento). «Il saldo fra le risposte di aumento e diminuzione degli incarichi a vendere ancora inevasi è rimasto sostanzialmente stabile, attorno ai

30 punti percentuali, mentre è aumentato quello riferito ai nuovi mandati (a 20,6 punti percentuali, da 19,4 della passata rilevazione)». Si prevedono spiragli per una ulteriore ripresa nel secondo semestre 2014, ipotizzabile però solo se vi sarà stabilità politica ed economica nei prossimi mesi, e nuovi provvedimenti che

diano ossigeno al settore dell'immobiliare a partire da un netto taglio sul prelievo fiscale sugli immobili. Ma, è innegabile, la stagnazione di fondo permane. Tra le cause principali di cessazione degli incarichi a vendere resta elevata la quota di agenzie che segnala l'assenza di proposte di acquisto dovuta a prezzi giudicati troppo alti dai potenziali acquirenti (63,2%), insieme con le offerte a prezzi percepiti come troppo bassi dai venditori (50,5%). Un grossolano errore di valutazione soprattutto da parte dei proprietari-venditori? «Per meglio dire false aspettative di prezzo - commenta Nardi - coloro i quali sono rimasti ancorati ai valori del 2007, oggi assolutamente non più realizzabili, di fatto immobilizzano il mercato generando confusione in un quadro sin troppo caratterizzato da un chiaro eccesso di offerta». «Come Fiaip ripete da sempre - aggiunge il Presidente - ulteriori cause sono da ricercarsi nell'enorme pressione fiscale, nel persistente quadro negativo degli indicatori macroeconomici nazionali, nella conclamata diminuzione del credito, oltre che nella diminuzione di reddito con conseguente minor risparmio da parte delle famiglie». Un dato conclamato è poi rappresentato da un maggior numero di rinunce all'acquisto da parte di potenziali acquirenti dovute al timore dei conseguenti accertamenti tributari, in virtù di una legislazione sempre più penalizzante nei confronti degli spostamenti di capitale connessi al mercato immobiliare.



Presidente Provinciale Fiaip Santino Nardi

Raccolta differenziata? Ci pensa Garby!

Riciclo a chilometro zero: da sogno a realtà. Da un anno in 40 Comuni, 50 scuole e 160 supermercati della Penisola hanno adottato gli eco-compattatori che rilasciano ai cittadini buoni sconto da spendere negli esercizi locali

Di LUISA BELARDINELLI

In cambio di 50 bottiglie viene emesso uno sconto di due euro su una spesa da 20. Viene quindi creato un eco-point in cui tutti possono portare bottiglie e lattine. Perché a chilometro zero? "Innanzitutto il volume del rifiuto è ridotto di venti volte e consegnato direttamente alle aziende di riciclaggio senza passare dalla discarica, per essere separato e compresso, né dai siti di stoccaggio. Tantomeno finisce negli inceneritori". Oltre a limitare l'impatto ambientale, l'eco-compattatore garantisce un risparmio economico, soprattutto nel lungo periodo: in 12 mesi ha contratto del dieci per cento il consumo di carburante per il trasporto dei rifiuti e aumentato del 4,5 per cento la quantità di plastica raccolta, sottraendola dall'immondizia indifferenziata, che rappresenta un costo non indifferente per le amministrazioni cittadine (in media 150 euro a tonnellata).

Garby contiene fino a mille bottiglie di plastica al giorno, pari a 500 litri. È dotato di tre bocche: una per la plasti-

ca Pet trasparente o azzurrina (bottiglie di acqua), una per quella colorata, un'altra a scelta per l'Hdpe (Polietilene ad alta densità), cioè i flaconi (di shampoo, detersivi, creme), o le lattine di alluminio, oppure entrambi a seconda delle esigenze. L'impianto è automatico e viene svuotato al massimo tre volte al giorno. In un mese risucchia dagli 800 chili a una tonnellata di materiale riciclabile.

Garby è ceduto in comodato d'uso a Comuni, scuole ed enti privati, dai negozi ai centri commerciali, bar e perfino benzinai. Sul posto un operatore concessionario si occupa della manutenzione e si mette in tasca l'80 per cento delle vendite dei rifiuti. Il resto va alla ditta produttrice dell'eco-compattatore.

Un progetto interessante è partito proprio a Roma, zona Montesacro. In Piazza Capri dalla Svizzera, Stato leader mondiale per il riciclaggio di plastica, è sbarcato il compattatore di Plasturgica che converte i materiali plastici in sconti nelle attività convenzionate.



Il procedimento è semplice, basta solo inserire nel macchinario bottiglie di plastica e lattine per ritirare il buono sconto spendibile nelle attività convenzionate, in modo tale che il cittadino virtuoso che sceglie il "riciclo privato" potrà godere del suo coupon mentre l'esercente che ospita il compattatore avrà una riduzione sulla tassa per i rifiuti.

AGRICOLTURA

L'Agricoltura Blu

In sei anni rese pari o maggiori rispetto ai metodi usati ora: ecco la tecnica di lavorazione del terreno che non prevede l'aratura

A CURA DELLA REDAZIONE

L'agricoltura mondiale, a diverso titolo, negli ultimi decenni è stata accusata di disboscamento insensato, d'impoverimento dei nutrienti del terreno, di spreco di acqua, d'inquinamento delle falde e delle acque superficiali. La salvaguardia dell'ambiente deve necessariamente passare anche per una diversa modulazione della produzione agricola abbandonando le colture intensive e acquisendo la consapevolezza che il terreno non è un bene illimitato e permanente, ma fa parte di quell'apparato funzionale come acqua e aria non più infinito.

L'agricoltura blu è il termine con cui in Italia ci si riferisce alla semina su terreno non lavorato con semina su sodo o semina diretta, insomma la via italiana all'agricoltura conservativa, è un sistema di coltivazione sostenibile che dà particolare risalto e valore al suolo, esso non è considerato un substrato inerte, ma un essere vivente, dove tutti gli organismi presenti hanno un ruolo fondamentale, la componente vivente del suolo comprende un gran numero di micro e macro organismi (batteri, funghi, lombrichi, artropodi ecc.) che contribuiscono alla formazione del suolo, alla mobilitazione e al riciclo dei nutrienti e al controllo biologico degli organismi nocivi aumentandone significativamente la sostanza organica. Nell'agricoltura convenzionale il terreno viene "disturbato" dalle lavorazioni e lasciato nudo per lunghi periodi, nell'agricoltura conservativa si rinuncia alla lavorazione e si punta ad avere la copertura più duratura possibile lasciando i residui colturali sugli appezzamenti. Questa modalità crea alimento e rifugio per molti animali soprattutto nei periodi critici della loro vita, aumentando su questi terreni la presenza di uccelli, mammiferi rettili lombrichi e microrganismi.

L'agricoltura conservativa nacque negli anni 30 negli Stati Uniti per contrastare la massiccia erosione eolica determi-



nata proprio dal dissodamento delle praterie e si caratterizzò con l'abbandono dell'aratura del terreno. L'aratura è una pratica antica utilizzata per preparare il letto per la semina, di fatto però l'aratro che conosciamo oggi, è solo un lontano parente dell'attrezzo che ha storicamente accompagnato la lunga evoluzione dell'agricoltura, con l'inserimento del vomere, avvenuto solo nel secolo scorso, l'aratura prende la forma e la consistenza che conosciamo oggi compromettendo irrimediabilmente il millenario sodalizio agricoltura-suolo. Forme di agricoltura alternative a quelle convenzionali, nate dalla sperimentazione avvenuta negli Stati Uniti il secolo scorso oggi sono diffuse su oltre 120 milioni di ettari nel mondo, localizzate soprattutto in Argentina, Brasile, USA, Canada e Australia. Il ritardo dell'Europa è attribuibile in larga parte alla politica agricola comunitaria che per anni ha erogato sussidi rivolti all'intensificazione produttiva, trascurando l'ambiente, e alla disponibilità limitata di macchine agricole capaci di operare su terreno sodo e in presenza di residui colturali, in

sostanza mancavano seminatrici in grado di incidere il terreno non lavorato, di depositare il seme con regolarità e alla giusta profondità e di ricoprirlo convenientemente. L'Agricoltura Blu consente di abbandonare i tradizionali attrezzi agricoli come l'aratro, gli erpici e le trattrici ad elevata potenza, generando un risparmio consistente dei costi complessivi di coltivazione che negli ultimi anni sono lievitati anche a causa del rincaro dei carburanti che hanno limitato la competitività delle piccole e medie Aziende specialmente alla luce dei ridimensionamenti dei sostegni comunitari. Altro beneficio è la diminuzione di emissioni di CO2 nell'aria, non solo determinate dal ridotto utilizzo di combustibili fossili, ma anche dal mancato arrieggiamento del terreno che così non rilascia il CO2 immagazzinato dai residui colturali che l'avevano sottratto

all'atmosfera tramite la fotosintesi. I capisaldi dell'Agricoltura Blu sono:

- La non lavorazione del terreno, promuovendo il minimo disturbo meccanico del suolo, evitandone l'ossidazione e la dispersione di CO2 nell'ambiente.
- Mantenere una copertura vegetale permanente sul terreno, favorendo la conservazione della sua fertilità, riducendo sensibilmente l'evaporazione grazie all'azione pacciamante, l'erosione e il compattamento del suolo.
- Favorire l'adozione di adatti avvicendamenti colturali che prevedano le colture di copertura.
- Un'attenta gestione delle malerbe.

Generalmente affinché un sistema di agricoltura conservativa giunga ad un nuovo equilibrio agro-ecologico, occorrono 3-5 anni durante i quali potrebbe verificarsi una riduzione delle rese; raggiunto il "regime biotico sodivo", le rese hanno un sensibile miglioramento fino a diventare pari o superiori. Come ogni innovazione, in modo particolare in un contesto agricolo, così tradizionalmente conservativo, è necessario un cambio di atteggiamento mentale. È una sfida, alla portata di chiunque purché pronto al cambiamento.

Documentazione e materiale fotografico gentilmente fornito dalla AIGACoS

ESCO LAZIO
www.escolazio.it

A Latina il primo centro del Lazio per la sterilità

Le dieci regole d'oro per la fertilità della coppia presso l'ospedale S. Maria Goretti, un Centro all'avanguardia per la Crioconservazione dei Gameti e degli ovuli

di DINA TOMEZZOLI

L centro di fecondazione assistita, a Latina, nasce come ambulatorio nel 2001 poi nel 2005 diventa Centro per la sterilità di Coppia e la Salute Sessuale, si occupa di problemi di Andrologia e Fisiopatologia della Riproduzione. Nello stesso periodo, attiva anche una banca dei gameti che poi si arricchisce anche della banca degli ovociti. Nel Lazio è l'unico centro di diagnosi e cura della sterilità di coppia che, al suo interno, ha una banca dei gameti sia per i pazienti sterili sia per gli esterni cioè, per chi, affetto da patologie è a rischio d'infertilità, può rivolgersi all'ospedale e congelare il liquido seminale.

"Attualmente ci sono oltre 200 campioni seminali, che significa più di 200 pazienti, affetti prevalentemente da neoplasie del testicolo e da linfomi" - ci dice il prof. Rocco Rago, Direttore U.O. di Andrologia e Fisiopatologia della Riproduzione, Centro per la sterilità di Coppia e la Salute Sessuale, Centro per la Crioconservazione dei Gameti dell'Ospedale S. Maria Goretti di Latina - "Per la sezione femminile, invece, abbiamo solo due ovociti congelati per patologie oncologiche, questo perché, la banca del seme è una cultura molto più diffusa, ancora non routinaria purtroppo in tutti centri di oncologia, ma molto diffusa, in quanto conosciuta ormai da trent'anni. La conservazione degli ovociti è invece una tecnica che si è sviluppata soprattutto in Italia, in virtù della legge 40 che, negli anni scorsi impediva in congelamento degli embrioni e, quindi, ha spinto gli operatori a ottimizzare la tecnica del congelamento ovocitario."

Che significa per la donna, oggi, poter congelare un ovulo?

"Sicuramente una qualità della vita migliore, poter pensare, una volta superato il tumore, di poter avere ancora un figlio è fondamentale oggi. Certo è, che manca ancora un buon dialogo fra i centri di riproduzione e i reparti di oncologia, non tanto da noi, che ormai abbiamo all'interno della struttura una lunga tradizione, quanto con gli altri centri".

Qual è la procedura per il congelamento del seme e degli ovuli?

"Per l'uomo è più semplice, una volta diagnosticata la patologia, gli basta rivolgersi al nostro centro specializzato. Per la donna, che deve congelare, la procedura è molto più indagginosa, deve essere sottoposta ad una stimolazione e solo dopo 10 /12 gg può sottoporsi al prelievo degli ovociti, ne viene da se che questo è possibile tanto quanto prima la donna giunge dallo specialista, se arriva a ridosso del trattamento chemioterapico, è più difficoltoso procedere. Per questo sottolineo che manca una sorta di comunicazione fra i centri di riproduzione e i reparti di oncologia, è importante, a mio avviso, formare i medici affinché possano indirizzare nel modo giusto. È anche vero che al centro di sterilità, si pensa quando si presenta il problema e poiché la popolazione cambia e i medici cambiano, l'informazione costante è necessaria".

Circa il 15% delle coppie italiane, cioè una su cinque, ha problemi di fertilità riconducibili nel 50% dei casi a patologie maschili. Malattie che in gran parte possono essere prevenute con visite andrologiche nella prima infanzia o nell'adolescenza. Lo specialista di riferimento per il maschio è l'andrologo, eppure quando una coppia ha problemi d'infertilità, si rivolge in prima battuta al ginecologo.

Ma in una coppia quanto incide la sterilità maschile?
"L'uomo è investito dall'infertilità per il 50%. Sostengo che, oggi, in caso d'infertilità sia necessario prima sottoporre l'uomo all'esame del liquido seminale, è più semplice e più facilmente diagnosticabile, e poi in caso negativo procedere per esclusione."
Quali sono le principali cause dell'infertilità?
"Intanto c'è da dire che l'infertilità femminile incide nel 30-40% dei casi nella coppia, e può dipendere da disfunzioni della tiroi-



Prof. Rocco Rago

de o dell'ovaio. L'ovaio policistico è una delle patologie più diffuse nel nostro territorio. Ma anche da malformazioni utero-vaginali, malattie delle tube o delle ovaie, infezioni delle vie genitali, fra l'altro sempre più frequenti fra i giovanissimi, in modo particolare la patologia da clamidia che ostruisce le tube. Per i maschietti, invece, le principali cause sono il Varicocele cioè un allargamento delle vene spermatiche interne che drenano il sangue dal testicolo verso l'addome. La mancata discesa dei testicoli che, se non risolta nel primo anno di vita da seri problemi d'infertilità da adulti, e poi le vari infezioni e malattie, la parotite, la tubercolosi, la brucellosi, la gonorrea, possono causare atrofia testicolare".

Quando una coppia può dire di avere problemi di fertilità?

"Solo se una coppia prova da almeno un anno, con una certa convizione e senza precauzioni, allora ci si pone il dubbio, quindi, si procede con l'esame del liquido seminale, nell'unico centro specializzato per farlo e poi si prosegue in tandem, c'è da tenere presente che le condizioni cambiano da coppia a coppia".

L'età della donna quanto influisce sull'esito di una gravidanza?

"Le coppie che desiderano una gravidanza sono sempre più anziane, nell'ultimo anno è ulteriormente aumentato di un anno, che nella donna riproduttiva è tantissimo. L'età media per la prima gravidanza è oggi intorno ai 37 anni. Vale a dire che ci troviamo alla presenza di gestanti fra i 30 e i 43 anni. Il tasso di fertilità della donna di 40 anni è ridotto, scende gradualmente per un anno e poi, intorno ai 42anni, è in discesa rapida, con una possibilità di successo di fecondazione medicalmente assistita intorno al 9% e, di portare un bimbo a termine, inferiore al 5%".

Chi si rivolge al centro per la sterilità di Coppia dell'Ospedale Santa Maria Goretti di Latina?

"Tutti, anche se sono in aumento le popolazioni straniere, in modo particolare gli Indiani ma, avendo il nostro centro, una mobilità attiva con il 45% dell'utenza delle coppie sterili, arrivano da Roma, dalla Campania e dal sud dell'Italia".

Come sono le liste d'attesa?

"C'è da dire che attualmente il nostro reparto è in fase di ristrutturazione, per cui la nostra attività è limitata alla diagnostica, alle visite specialistiche, alla seminologia e alle tecniche di primo livello, dove non c'è lista d'attesa. Le liste d'attesa ci sono nelle tecniche di secondo livello perché sono legate a diverse situazioni di assistenza che investono l'equipe al completo. Noi finora abbiamo lavorato a cicli, perché dovevamo appoggiarci ad altri reparti per accedere alla sala operatoria, che per noi è determinante. Vorrei, a tal proposito, ringraziare il prof. Maneschi che diverse volte ci ha messo a disposizione la sua sala operatoria per assistere i nostri pazienti. Tra poco anche il nostro reparto avrà una sala chirurgica dedicata, questo significa che potremmo essere finalmente indipendenti, aumentare la ciclicità e diminuire la nostra lista d'attesa. Anche se credo che, aumentando, l'offerta aumenterà anche, inevitabilmente, la richiesta, per cui sarà difficile vedere le liste d'attesa ridotte. Una cosa che si potrebbe fare, è la messa in rete dei centri di fecondazione assistita in modo che, una coppia che si prenota in un centro, non occupi posti in più centri, evitando così di creare liste fittizie."

Per saperne di più: Prof. Rocco Rago - Direttore dell'Unità Operativa di Andrologia e Fisiopatologia della Riproduzione dell'Osp. S. Maria Goretti - LT e Segretario Regionale della Società Italiana di Andrologia e Medicina della Sessualità - cell. 3351545883- roccorago@libero.it www.fondazione-serono.org oppure www.siams.info

CONTATTO DIRETTO

Parliamone Insieme

RISPONDE LUCIA DE CRISTOFARO*



Cara Lucia, ti scrivo dopo aver ascoltato l'ultimo telegiornale sul dopo voto in Italia. Da scrittrice potevi tu pensare ad una trama più sconvolgente di quella che la storia ha scritto, o meglio i cittadini italiani hanno scritto, nelle elezioni più strane e dal finale a sorpresa che la Repubblica Italiana ricordi? Tutti parlano di ingovernabilità del Paese e di rifare le elezioni dopo la prossima elezione del Presidente della Repubblica, ovvero a breve. Ma allora che abbiamo fatto a fare tutti questi sacrifici, per cosa si sono uccise tutte quelle persone che prese dalla morsa dei debiti, causa agenzia delle entrate, hanno fatto una tragica scelta, praticamente per niente. Tutto sembra, come in un film di fantascienza ricominciare da capo. So che non hai di certo la risposta ai miei quesiti, ma spero che potrai aprirmi lo spiraglio di una lettura diversa del tutto. Ciao Amelia

Mia cara amica, non posso che darti ragione per la tua affermazione che quello che stiamo vivendo sembra davvero una trama di uno dei miei romanzi, ma purtroppo è una realtà e se con un libro puoi chiudere le pagine e tutto è finito, con la realtà ci devi fare i conti tutti i giorni e i giorni che si prospettano sono quanto mai ingarbugliati e di difficile lettura, perché ogni opinione potrebbe essere confutata da un colpo di scena, proprio come in un fantathriller. Ciò che appare chiaro è l'assoluta inadeguatezza di un "governo tecnico", che deve finire il suo lavoro alla fine del mandato senza cercare continuum politici e il fallimento dei vecchi apparati di partito, così come li abbiamo vissuti fino ad adesso. Probabilmente il fenomeno Grillo, contribuirà a far cambiare il modo di fare politica aprendo la strada al nuovo. E se anche in questo momento questo nuovo ci sconcerta e ci sembra bizzarro, dovendo gioco forza tenerne conto, credo che la strada migliore sia quello di iniziare a capire il fenomeno nella sua peculiarità. Anche perché fuori dal Palazzo si può urlare contro tutti, ma una volta dentro le regole vanno rispettate e quindi anche gli stessi grillini dovranno fare i conti con una situazione a loro nuova e con cui confrontarsi, in quanto non sarà più possibile per loro rimanere fuori dagli schemi, perché con il loro voto gli italiani li hanno messi proprio sui binari di quegli schemi. Aprire il parlamento come una scatola di tonno, come ha detto Grillo, è qualcosa tutta da verificare. Quello che ci dobbiamo augurare che in ogni caso vinca una sola grande forza che deve continuare a sostenere il nostro paese, la democrazia, che pur essendo nata solo nel 1948, rispetto alle altre democrazie mondiali, ha mostrato in più occasioni di riuscire a incassare i colpi rimanendo comunque integra. Ed è il pensiero di questa integrità e dell'integrità della nostra Costituzione che deve sorreggerci e farci pensare al futuro in modo positivo.

*LA SCRITTRICE E GIORNALISTA, DIRETTORE DI ALBATROS MAGAZINE RISPONDE AI LETTORI DI CONTATTO. SCRIVI ANCHE TU A: decristofaro.albatros@email.it



Anorgasmia, il disturbo che ostacola l'amore

di ARIANNA RECCO*

L'anorgasmia può essere definita come l'impossibilità di raggiungere l'orgasmo, e possiamo parlare sia di anorgasmia primaria se il disturbo è sempre stato presente, fin dall'inizio della vita sessuale del soggetto, e secondaria se invece sopravviene in un secondo momento, dopo un periodo di attività sessuale normale. Bisogna anche specificare che anorgasmia non significa mancanza completa di piacere ma assenza di piacere in relazione all'orgasmo. L'anorgasmia può essere di due tipi: generalizzata se è sempre presente e situazionale se lo è solo in determinate occasioni. Così com'è possibile parlare di anorgasmia masturbatoria nel caso ci fosse un'impossibilità a raggiungere l'orgasmo a seguito di una masturbazione, e di anorgasmia coitale quando l'incapacità di soddisfare il piacere dipende dall'atto sessuale completo. L'anorgasmia può colpire sia gli uomini che le donne, ma statisticamente è più frequente tra le donne. L'anorgasmia sia nell'uomo che nella donna ha conseguenze importanti dal punto di vista psicologico, infatti, il soggetto (uomo donna che sia) al sopraggiungere di un elevato e crescente piacere sessuale si blocca, innescando una serie di reazioni quali ad esempio l'ansia, che non gli consente di vivere serenamente il momento. Si può ritenere che l'anorgasmia evidenzia un rapporto disturbato con il sesso e più in generale con il provare piacere. Varie sono le cause che possono portare all'insorgenza del disturbo tra queste l'utilizzo di sostanze psicotrope (farmaci o droghe), problemi fisici che riguardano principalmente l'apparato genitale, o cause che concernano l'area psicologica. Tra le cause psicologiche che possono portare all'anorgasmia vi è la violenza sessuale, infatti, se il soggetto è stato vittima di un'aggressione sessuale, abuso



situazionale o ripetuto, molto spesso come reazione sviluppa un disturbo anorgasmico. Per affrontare l'anorgasmia è quindi necessario sottoporsi ad una visita medica, in base alle cause rilevate sarà possibile intervenire. Nel momento in cui si registrasse una problematica di natura psicologica sarà necessario affrontare un percorso psicologico mirato a rimuovere e a ridurre l'incidenza del disturbo. In un primo momento si motiverà il paziente a conoscere al meglio il proprio corpo e le sensazioni che esso prova, per poi passare ad analizzare eventuali resistenze psicologiche che hanno contribuito all'insorgenza del disturbo. In terapia verranno anche prescritti esperienze sessuali specifiche sia individuali che di coppia che portino a vivere l'esperienza orgasmica. Ricordiamo che la terapia in un primo momento individuale si trasformerà dove possibile in un percorso di coppia, con l'obiettivo di rinforzare la complicità di coppia.

*psicologa-psicoterapeuta
Cons. sessuologo

SALUTE

Intolleranze Alimentari, come guarire

A CURA DELLA REDAZIONE

Un cibo può farci male senza che lo sappiamo. Molti, non sono malati in modo specifico, ma soffrono di persistenti disagi e disturbi di cui non riescono a venire a capo, questo perché in realtà si può soffrire di un'intolleranza alimentare, cioè essere intolleranti ad uno o più cibi che si consumano quotidianamente a tavola. A volte accusiamo questi disturbi per anni e anni, provando ogni tipo di cura, senza accorgerci che tutto può dipendere da un certo alimento mal accetto dal nostro organismo. Stanchezza cronica, cefalee, asma, dermatiti, possono essere tutti sintomi di un'intolleranza alimentare, vale a dire, reazioni dell'organismo ad alimenti presenti normalmente nella dieta: cibi comuni, insospettabili, ma che costituiscono uno stimolo tossico capace di dare luogo a diversi e numerosi disturbi. Non è facile capire a quale alimento siamo intolleranti tramite il comune "buon senso" perché, l'effetto dell'intolleranza non è immediato, come può essere l'allergia, ma si accumula nel tempo, è subdola e difficilmente identificabile, se non con particolari metodiche d'indagine. È possibile identificare quali cibi siano realmente dannosi per il nostro organismo, tramite il Test dell'Intolleranza Alimentari. Le intolleranze alimentari, a differenza delle allergie, non sono immunologicamente mediate, sono dose dipendente e sono ascrivibili a differenti meccanismi patologici quali per esempio i deficit enzimatici. Molte volte le intolleranze alimentari, per il coinvolgimento dell'apparato intestinale, mimano la sindrome del colon irritabile tanto che quest'ultima diagnosi talvolta è sconsigliata se si modifica radicalmente la dieta del paziente: eliminando la sostanza incriminata. Con la dieta di eliminazione, si assiste ad una rapida regressione della sintomatologia. La terapia dell'intolleranza alimentare non si avvale di risorse farmacologiche, ma si basa quasi esclusivamente sull'identificazione e l'eliminazione dell'alimento "responsabile". Cosa importante da sapere è che dalle Intolleranze Alimentari si guarisce, seguendo "diete ad eliminazione" associate eventualmente ad un sostegno fitoterapico. I programmi alimentari devono essere concordati e seguiti da un esperto per valutare le modalità più corrette e quelle che meglio si adeguano anche alle problematiche individuali. Info e Prenotazioni 0773/283118 - 329/6633208



LEGGI

Il C. T. U. nei casi di separazione ed affidamento dei figli

A CURA DELLA REDAZIONE

Ci possono essere molti motivi che portano a difficoltà nel rapporto di coppia e, quando i tentativi fatti per riuscire a risolvere la situazione non hanno dato degli esiti positivi, la coppia può arrivare a prendere la decisione di separarsi. Interrompere e rompere il patto coniugale è una decisione esistenziale molto importante da dover affrontare, in special modo se vi sono dei figli. La separazione tra due persone è considerata uno degli eventi di vita più stressanti, per tutti i membri che compongono una famiglia; sono molte le persone che si recano da uno psicoterapeuta per avere un supporto alla situazione. I coniugi che sono riusciti a trovare un sorta di accordo per la separazione possono chiedere direttamente al Tribunale civile la separazione consensuale; si possono avvalere di un solo legale. La separazione può essere di due tipi: giudiziale o consensuale. Come ben sappiamo il diritto di pretendere la separazione giudiziale o



l'omologazione di quella consensuale spetta esclusivamente ai coniugi. Quando l'accordo dei coniugi, relativamente all'affidamento e al mantenimento dei propri figli, è in contrasto con l'interesse di questi, il giudice (anche su richiesta di una parte) può nominare una C. T. U. ovvero una consulenza tecnica di ufficio ove un proprio consulente dovrà osservare e decidere quale sia l'affidamento più idoneo per il minore o i minori che ne sono coinvolti.

L'esperto designato dal giudice, potrà essere uno psicologo, uno psicoterapeuta, uno psichiatra, un neuropsichiatra, un medico legale; fondamentale che abbia un bagaglio conoscitivo specifico in relazione alla conoscenza sull'età evolutiva ed in particolar modo sul bambino che vive in una famiglia che si sta o che si è divisa.

La consulenza si svolgerà nello studio del consulente designato dal magistrato.

Si splicherà, in tempi lunghi dato che il giudice fornisce 120 giorni per l'espletamento dei lavori peritali, con colloqui clinici individuali, con colloqui tra la coppia, osservazione dei minori (in un ambiente adeguato alla

loro età) ed il rispettivo genitore, visite domiciliari, incontri con gli insegnanti ed una parte testologica ove ad ogni componente del vecchio nucleo familiare sarà somministrata una batteria di test (Alessia Micoli: "Genitori di fronte la separazione. Come affrontare una C. T. U.", Franco Angeli, Verona, 2012.)

Alla nomina di un consulente tecnico le parti possono avere la possibilità di effettuare la nomina di consulenti tecnici di parte, C. T. P., che lavoreranno al fianco del C. T. U., effettuando delle proposte e ne controlleranno il lavoro avvalendosi anche della possibilità di fornire relazione scritta. All'interno dell'AIDEP, Associazione Italiana, Diritto e Psicologia vi sono molti professionisti esperti che possono offrire un sostegno sia legale che psicologico; ovvero vi sono avvocati che possono aiutare il singolo nelle vicende che si svolgono in tribunale, psicoterapeuti che possono sostenere la persona in una vicenda che modifica, inevitabilmente, la vita e psicologi esperti in psicologia giuridica che svolgono il ruolo di consulente di parte che possono prendere per mano la persona ed accompagnarla nel cammino tormentoso della Consulenza Tecnica di Ufficio. Per info: 3351577967- 0773484628. Sede: v. E. Filiberto n. 9 Latina

La giornata mondiale della gioventù 2014

Ad aprile, il consueto appuntamento di Papa Francesco in Piazza San Pietro con i giovani delle diocesi

di ANTONELLA MELITO

Che sapore avrà la Giornata Mondiale della Gioventù 2014? È passato appena un anno da quando è diventato pontefice e Papa Francesco ha già conquistato il mondo. Dopo la rivista Time che l'ha eletto "uomo dell'anno" del 2013, dopo Rolling Stone che l'ha messo in copertina, ora la rivista economica Fortune, indica Papa Francesco come il leader più importante e influente del mondo, mettendolo al primo posto in una classifica di 50 nomi prima della cancelliera tedesca Angela Merkel e di Alan Mulally l'amministratore delegato della Ford. In questo breve tempo trascorso Francesco ha attirato a sé tantissime persone, anche ammiratori non cattolici, ed ha cambiato rispetto al passato il significato di essere pontefice. Ha rifiutato di occupare i sontuosi appartamenti papali, ha lavato di piedi di una detenuta musulmana, va in giro per Roma su una Ford Focus e in riferimento alla visione della Chiesa su propri membri gay ha detto "Chi sono io per giudicare?". Secondo la rivista Usa Fortune "il lavoro più duro ce l'ha ancora davanti Papa Francesco". Eppure i segni dell'"effetto Francesco" abbondano: in un sondaggio a marzo, un cattolico su quattro dice di aver aumentato quest'anno la

sua beneficenza ai poveri. Tra questi, il 77% ha dichiarato che era dovuto in parte al Papa". Francesco in quest'anno di pontificato ha attirato a sé anche tantissimi giovani che, come sostiene, sono nel suo cuore, come ha mostrato il gigantesco bagno di folla sulla spiaggia di Copacabana a luglio, in occasione della Giornata mondiale della Gioventù a Rio de Janeiro. A loro il pontefice affida il futuro della Chiesa, da loro si aspetta coraggio e voglia di cambiare, anche rischiando.

Il tema XXIX Giornata Mondiale della Gioventù,

quella di quest'anno è "Beati i poveri in spirito, perché di essi è il regno dei cieli".

Il primo incontro con i giovani del mondo fu nel 1985 su un'intuizione di papa Giovanni Paolo II, che però non si considerò mai il fondatore delle GMG, piuttosto affermava: «i giovani le hanno create».

Le Giornate mondiali della gioventù sono celebrate secondo due modalità: a livello internazionale ogni due o tre anni, e a livello diocesano, negli anni in cui non si svolge la GMG internazionale. La prima edizione, della GGM internazionale, si svolse a Roma il 23 marzo 1986, l'ultima si è svolta dal 23 al 28 luglio 2013 a Rio de Janeiro, in Brasile, la prima con papa Francesco, con un'affluenza stimata di oltre 3 milioni di pellegrini. Durante la GMG c'è stato anche il più grande flash mob del mondo, che ha visto la partecipazione anche dei 1200 vescovi presenti. Quest'anno, la domenica delle Palme i giovani si ritroveranno in piazza San Pietro. La prossima Giornata Mondiale della Gioventù si svolgerà nel 2016 in Cracovia, Polonia, terra nativa del beato Giovanni Paolo II, fondatore della Giornata Mondiale della Gioventù.



MODA

A ciascuno il suo occhiale

A CURA DELLA REDAZIONE

La figura dell'ottico optometrista di fiducia e molto importante, affidiamo a lui le nostre problematiche visive, le nostre necessità secondo il lavoro che svolgiamo. Ed è lui che ci indica sia la strada che il prodotto migliore per noi. È importante scegliere bene a chi vogliamo affidarci. L'onestà, la preparazione tecnica e la chiarezza sono alla base. L'ottico ci deve accompagnare in tutte le fasi del nostro

acquisto a cominciare dall'eventuale misurazione. Il termine "misurazione" fine a se stesso non ci deve ingannare, le esigenze non sono tutte uguali, per esempio un soggetto 50enne Ametropo (senza difetti visivi per lontano) che usa



il computer avrà una prescrizione diversa da un soggetto che fa l'orologiaio. Sia come gradazione che per le lenti consigliate. In definitiva non esiste "la misurazione", ma la misurazione personalizzata e più adattata alle nostre esigenze. Altra fase importante è la scelta della montatura, oltre a sottostare ai nostri canoni estetici deve poter alloggiare in maniera consona le lenti che ci servono. La montatura per un'alta miopia sarà diversa da quella per un progressivo. Quindi prima la misurazione ed individuazione delle necessità del cliente, poi la scelta della soluzione migliore con la valutazione dei benefici e delle limitazioni

che quella scelta impone. Per esempio il semplice occhialino da vicino che tutti sottovalutano "lo uso solo per leggere" è uno strumento che ha delle limitazioni d'uso in termini di raggio d'azione notevoli, funziona solo dai 30/40 cm e non DEVE essere usato oltre. Oltre a consigliarvi il vostro ottico dovrà insegnarvi l'uso corretto del vostro occhiale. La fase successiva è quella della scelta delle lenti, non bisogna procedere a comparti stagni, bensì in modo concatenato, già sappiamo dove vogliamo andare, ma abbiamo anche qui un'ampia scelta: lenti sottili, trattamento antiriflesso, fotocromatiche, lenti progressive, lenti Office o le ultimissime lenti Digital, come navigare in un mare così grande? Qua più che mai abbiamo bisogno dell'aiuto e dell'esperienza del nostro ottico di fiducia. Si sa, la parte più importante in un occhiale sono le lenti, sarà lui che ci esporrà le varie differenze e prerogative dei diversi tipi. Innanzi tutto i materiali, badate bene, non sono tutti uguali, i polimeri con cui sono costruite le lenti hanno qualità e limpidezza differenti, addirittura colore diverso, per non parlare delle qualità ottiche. La costruzione, ha precise regole da rispettare, in modo che la lente non abbia "distorsioni laterali" chiamate aberrazioni, insom-

ma c'è differenza anche su una semplicissima lente di plastica senza trattamento. Altra jungla è quella dei trattamenti antiriflesso, quale differenza c'è tra una lente economica ed una di più alto prezzo? Innanzi tutto gli strati di cui sono composte, il riflesso residuo, il clean coat, la resistenza e la durata. Badate bene, non abbiamo parlato di antigraffio, NON ESISTE, non c'è un trattamento che non fa graffiare le lenti bensì un trattamento che le rende meno suscettibili ai graffi. Il clean coat, invece, serve affinché la lente si possa sporcare di meno e che possa essere pulirla in maniera più facile, una specie di ceratura delle superfici. Quindi importantissimi sono i materiali che devono essere di qualità ed i trattamenti altrettanto. Come facciamo a sapere se quello che abbiamo acquistato è di qualità? Semplice Guardiamo il marchio, nelle lenti di qualità è micro inciso.



Niente dubbi!

Ottica Davoli

Latina - Viale J.F.Kennedy - cc Agora - Tel. 0773.602421
Cisterna di Latina - Via monti Lepini - cc La Grangia - Tel. 06.96873095



San Felice Circeo, nella terra di Omero

di MARTA PARCESEPE

Scrutando l'orizzonte da un punto qualsiasi dell'Agro Pontino si distingue chiaramente quello che sembra il profilo di una figura umana. Un'altura imponente che intreccia la sua storia con quella delle vicende narrate da Omero nell'Odissea. E' uno degli elementi fantastici inseriti nel poema che racconta le avventure di Ulisse nel suo viaggio di ritorno verso Itaca, qui alle prese con la Maga Circe. L'episodio racconta come gli uomini dell'equipaggio, approdati sull'isola di Eea, vengano attratti da una voce melodiosa, fatti prigionieri nel palazzo della dea e trasformati in porci. Ulisse tenta di salvarli, ma la sola astuzia non basta, così, proprio come nelle favole, giunge in suo aiuto Hermes che gli consegna un antidoto per contrastare gli incantesimi della maga. L'eroe riesce a liberare i compagni ma viene comunque irretito, ammalato e conquistato dalla bellezza di Circe. Resta con lei per un anno intero, finché non riprende il suo viaggio verso casa, più per assecondare i suoi compagni che per volontà propria. Oggi, quello che si riconosce nella sagoma del promontorio sarebbe proprio il profilo della dea, l'inconfondibile Maga Circe. Un territorio straordinario che coniuga bellezze naturali con magnifici siti archeologici, circondato dalla più grande foresta di pianura d'Italia. Una distesa di macchia mediterranea, gigli selvatici e canneti che non solo dà rifugio a daini, volpi e cinghiali ma ospita anche tutti quei turisti alla ricerca del contatto con la natura. Compreso all'interno del Parco Nazionale, è il promontorio del Circeo. San Felice Circeo è un piccolo paese con poco più di 8.000 abitanti che si estende in due aree ben distinte, da una parte il promontorio, appunto, dall'altra una zona pianeggiante. Lungo la dorsale di questo monte sul mare, tra le altre s'innalza la famosissima Punta delle Crocette dalla quale si gode una vista incantevole sul golfo di Gaeta. La pianura sottostante è invece costituita da sabbie sommerse, bonificate durante il periodo fascista. Il paese ha una



storia antichissima che inizia migliaia di anni fa. Durante i secoli sarà colonia romana, possedimento dei Templari durante il Medioevo, feudo dei Caetani e infine roccaforte pontificia. Numerose le grotte sul versante meridionale. Lunga circa 35 metri la Grotta delle Capre era usata in passato come ricovero per il bestiame, il che rende chiaramente l'etimologia della denominazione! Oggi è raggiungibile via mare o tramite un ripido sentiero via terra. A rendere famosi gli antri del promontorio fu il professor Alberto Carlo Blanc che negli anni trenta del secolo scorso avviò una serie di scavi e ricerche che portarono a scoperte tanto affascinanti quanto autorevoli. Nel 1939 fu riportato alla luce l'ingresso della Grotta Guattari all'interno della quale era perfettamente conservato l'ambiente che aveva ospitato l'uomo di Neanderthal. Resti fossili di ossa appartenenti ad animali piuttosto bizzarri da queste parti ai giorni nostri, ma che pur dovevano abitare questi territori. Si tratta di rinoceronti, elefanti ed ippopotami oltre a cervi e cavalli. Poi il ritrovamento più importante, il cranio di un individuo neanderthaliano al centro di una corona di pietre. Nello stesso periodo furono portate alla luce

due mandibole e negli anni cinquanta la mascella di un bambino. E' dimostrato che la zona fu abitata sia dall'uomo di Neanderthal che dall'Homo Sapiens e nelle zone circostanti gli scavi hanno dato alla luce importantissimi reperti quali lame, utensili da caccia, oggetti in terracotta e perfino in ossidiana. Il Parco Nazionale del Circeo è l'unico in Italia e in tutta Europa ad estendersi completamente tra la pianura e l'ambiente marino ed è definito dall'UNESCO come "Riserva della Biosfera". Nel paese le costruzioni riflettono le diverse dominazioni susseguite nel corso dei secoli. Da segnalare le mura ciclopiche, la Torre Templare "del Parco" e la piazzetta del Convento. A Pantano Marino la Chiesa parrocchiale di Santa Maria degli Angeli custodisce la riproduzione autentica della Sindone. Nel periodo

estivo il paese si riempie di vita e, insieme agli abitanti, tantissimi turisti si riversano tra le stradine e i piccoli locali del centro storico. Senza dubbio però, benché poco frequentato, San Felice Circeo mantiene un fascino tutto particolare anche nei mesi invernali, suscitando vive impressioni a chi sa osservare. La festività per eccellenza è quella di Santa Maria della Sorresca, il giorno dopo la Pentecoste, quando la statua della Madonna è portata in processione fino al suo santuario sulle sponde del Lago di Paola, a Sabaudia. Una curiosità: nel piccolo cimitero che sovrasta la città vecchia, riposano alcuni personaggi dello spettacolo che proprio qui passarono gli ultimi anni della loro vita, tra i tanti Anna Magnani e Alberto Lupu.

LE RICETTE DI SILVIA

Uova al sugo

A CURA DELLA REDAZIONE

Per quanto semplice questo piatto mi ha sempre fatto impazzire, sia da piccola quando lo cucinava mia madre, sia oggi quando sono io a cucinarmelo da sola.

Ingredienti per due persone:

- 4 uova
- 1 grossa cipolla bionda
- 500 gr pomodori pelati, o a pezzettoni
- origano
- sale e olio evo

Mettete dell'olio in un tegame, tagliate la cipolla a pezzetto-

ni belli grandi e fatela appassire nell'olio con una presa di sale. Quando la cipolla è pronta mettere il pomodoro e portare a ebollizione con il coperchio. A questo punto spaccare le

uova e metterle delicatamente nel sugo ad una ad una, rimettere il coperchio e lasciar cuocere a fuoco basso per una decina di minuti. Aggiungere l'origano e... mangiare.

Le ricette di Silvia le trovi anche su: www.ilblogdicuciniamo.it



RADIO

Primi negli ascolti

Il Gruppo radiofonico Radio Immagine e Radio Latina si afferma anche per il 2013 in costante crescita passando da 34.000 (nel 2012) a 38.000 ascoltatori giornalieri e da 204.000 (nel 2012) a 228.000 ascoltatori settimanali.

In più, il risultato degli ultimi 6 mesi (da giugno a dicembre 2013) conferma il trend positivo del gruppo con un picco 40.000 ascoltatori giornalieri e 229.000 settimanali. Per la prima volta in assoluto le emittenti latinensi toccano la soglia dei 40.000 contatti giornalieri.

Da oggi per premiare i propri ascoltatori è disponibile la nuova applicazione su Playstore e AppStore. Con una sola App si possono ascoltare tutte e 3 le emittenti del gruppo:

Radio Immagine, Radio Latina e Radio Immagine soft, mandare messaggi e condividere la propria musica.

39° Gran Premio Marcello Falcone

Intitolata a Gino Bartali una strada del percorso: la Riviera di Ulisse va in volata

Di PAOLA CIMAROLI

Domenica 30 Marzo 2014, è di scena il XXXIX Gran premio Marcello Falcone, gara ciclistica riservata alla categoria dilettanti juniores su strada, organizzata dal Gruppo Sportivo Terracina Desco. Il gran premio nasce per ricordare il giovane atleta classe '58, nativo di Terracina, che regalò alla sua città molti successi. Il più importante fu proprio sul lungomare Circe, dove Falcone conquistò la maglia di campione regionale juniores, il 18 Maggio del 1975, davanti ad una città che lo acclamava vincitore. La stessa città che dopo alcuni mesi lo pianse, quando a Volla (NA), la sua carriera si concluse in maniera tragica, dopo un'altra vittoria di gara. Era il 12 Ottobre del 1975. Terracina e tutta la Riviera di Ulisse, dunque, si preparano ad assistere ad una delle gare più interessanti del panorama ciclistico dilettantistico. E' una sfida, questa, a colpi di pedale. Lungo tutti i 104 km del percorso, si tratterà il fiato, si correrà al passaggio degli atleti, si respirerà l'ultimo centimetro di asfalto. Tutto per scoprire il volto, il nome, che arriverà a farsi incidere nell'albo d'oro del Gran premio Marcello Falcone. Il percorso della gara è suggestivo: si lascia il lungomare di Terracina, si costeggia la Riviera fino a Sperlonga e alla Grotta di Tiberio, si scende sulla Piana di Sant'Agostino, si accarezza Gaeta, si sale per Itri. E poi Campodimele, Lenola, con successiva discesa a Fondi, si prosegue per Monte San Biagio, con il Lago di Fondi che fa da scenario, ed infine si rientra nella centralissima Via Roma di Terracina. Il chilometro zero scatterà presso la spiaggia di Levante, ai piedi del Tempio di Giove, alle ore 08.45 in punto, mentre il Lungomare Circe, diverrà palcoscenico naturale,

dove scoprire il trionfatore di questa manifestazione, giunta alla XXXIX edizione.

Uno degli amici di questa gara è stato senza dubbio Gino Bartali, che seguì per dodici edizioni il gran premio. La sua scomparsa, per uno strano gioco del destino, avvenne il 5 Maggio 2000, quando il Giro d'Italia faceva tappa proprio a Terracina. Mesi fa, il campione toscano è stato dichiarato "giusto tra le nazioni", per aver salvato almeno 800 ebrei dall'olocausto. Per onorare la sua memoria, proprio in questi giorni, l'amministrazione della cittadina di mare ha acconsentito alla richiesta della Terracina Desco, di intitolare una strada al grande campione.

In questo evento ciclistico, divenuto a tutti gli effetti, un appuntamento di prestigio delle due ruote, i campioni che si sono succeduti sono stati diversi ed in diverse modalità. Lo scorso anno, ad esempio, si concluse allo sprint, con una volata a ranghi compatti. Fu Michael Capati, portacolori del Time Bike Alto Lazio, a portarsi a casa la vittoria. Hanno vinto questa gara, tra gli altri, Valerio Agnoli, compagno di squadra di Vincenzo Nibali (XXVIII edizione), Stefano Pirazzi (edizione XXX), ospite tra l'altro dell'edizione di quest'an-



no e Marco Liquori, unico terracinese a vincere, nella XXIX manifestazione.

Ospiti nella vetrina di questo evento ciclistico: Alessandro Ballan, campione del mondo in linea nel 2008 a Varese, Marino Basso, campione del mondo nel 1972 a Gap, (Francia), Stefano Pirazzi, vincitore lo scorso anno della classifica finale degli scalatori Giro d'Italia 2013. Assisterà anche Livio Trapè, medaglia d'argento ai giochi della XVII Olimpiade, nella 100 km a squadre, Giuseppe

Gibilisco, campione del mondo a Parigi nel 2008 di salto con l'asta. E ancora Andrea Bresci, presidente del museo dedicato a Gino Bartali, Luigi Bartali, figlio del campionissimo. All'interno della gara, saranno ricordato Marco Pantani, che nella salita della Madonna della Civita faceva davvero la differenza e Franco Ballerini, che con il traguardo volante, posto a Monte San Biagio, contribuirà ad assegnare la maglia ETICA, ideata da Maurizio Marchetti, per un ciclismo pulito, trasparente, lontano dal doping.

Anche quest'anno, speaker della manifestazione, il Consigliere provinciale della federazione Ciclistica Italiana, del comitato provinciale di Latina Gaetano Senesi, che commenterà le fasi iniziali e salienti della gara. Chi avrà forza nelle gambe, farà strada, e diverrà la nuova perla ciclistica del panorama dilettantistico.

CONSIGLI DI STILE

Ecco la primavera!

di SAMANTHA CENTRA

È primavera ... svegliatevi bambine alle cascine, messe a fare Aprile fa il rubacuor.

È primavera... che festa di colori!

Ogni cambio di stagione è un cambio di colore e i trend della primavera estate 2014 sono già stati svelati. Ecco le 10 tonalità MUST HAVE nell'armadio per essere sempre alla moda.

1. Dizzling Bule

Un colore brillante e fresco da abbinare al bianco per avere un effetto davvero estivo. Che colore è? Quella della vostra bacheca di Facebook!

2. Violet Tulip

Un violetto delicato e leggermente castellato, simile al lavanda, ma che mantiene intatta tutta la sua carica se abbinato al blu elettrico.

3. Radiant Orchid

La tonalità precedente si scurisce unendosi alle note vibranti del fucsia: il risultato è un rosa intenso e leggermente antico che ricorda i petali delicati delle orchidee rosa. Abbinato al nero avrete un effetto pazzesco.

4. Celosia Orange

La tonalità ricorda l'arancione della celosia: un arancione vellutato che si vede sulle albicocche più mature.

5. Freesia

Un giallo acceso e intenso come il colore dei fiori gialli di freesia. Caldo e avvolgente per niente fluo.

6. Cayenne

Si tratta del colore più femminile e sensuale di tutti. Un arancione che sfiora il rosso con un tocco di rosa, perfetto anche come colore per il gloss.

7. Placid Blue

Azzurro intenso, più rilassante e distensivo del blu.

Usatelo per le camicie, ma anche da abbinare ai colori più accesi per far risaltare al massimo la loro brillantezza.

8. Paloma

Il grigio intenso delle nuvole di un temporale estivo: il colore più elegante e neutro, che si abbina facilmente a tutto. Il giallo Fresia è indubbiamente il suo migliore amico.

9. Sand

Il colore della sabbia raggiunge i vostri vestiti: un colore neutro, perfetto per le more. Un beige intenso e caldo very classy.

10 Hemlock

Non poteva mancare il verde, ma in una tonalità totalmente inaspettata. Un verde salvia delicato e leggermente pastello. Perfetto sia per le bionde che per le more.

Ovviamente non possono non mancare le meravigliose stampe floreali e colorate che diventano vere e proprie opere d'arte. Si sa che con la primavera si ha voglia di rinnovare di proprio look con qualcosa di fresco nuovo leggero ma ogni volta che poi si arriva dal parrucchiere o dal barbiere la faccenda si complica... allora ho pensato di darvi qualche consiglio sui tagli di capelli più in voga della stagione e sulle rasature top di questo periodo per essere davvero impeccabili. Per i nostri ometti ecco qui 4 tipi di rasature differenti direttamente dagli hair-stylist più "IN" del mondo delle passerelle.

Five o'Clock shadow

Si tratta della più classica ombra di barba "incolta"

(o delle 5 di mattina) che si può notare dopo circa 12 ore senza rasatura. Particolarmente sexy, è simbolo e bandiera del fascino di Clint Eastwood. Il suo mantenimento richiede più cure di quanto si pensi: la sua lunghezza (una volta soddisfacente, anche rispetto all'uniformità) si mantiene regolando quotidianamente, con un rifinitore per peli corti. Dopo averla accorciata, si passa a disegnare una linea sotto il mento e a pulire accuratamente il collo.

I baffi penna e alla Clark Gable

Sinonimo di classe e raffinatezza, s'ispirano alle star maschili dell'età d'oro di Hollywood. Stanno bene su visi tondi, quadrati e ovali. Sul volto perfettamente rasato, vanno disegnati seguendo una leggera diagonale dalla base del naso ai lati della bocca. Richiedono cure quotidiane.

La Barba corta

Simbolo di grande cura di sé e attenzione ai dettagli. È solitamente lunga 5/7 millimetri e va regolata quando raggiunge massimo 12 mm. I baffi devono disegnare una linea armonica intorno alle labbra ed essere ben definiti, la pelle deve essere uniforme e idratata.

La Barba piena

Questa è la "vera e propria" barba, costituita da barba - appunto - baffi e bassettoni fatti crescere uniformemente per creare un tutt'uno. Richiede pazienza per la crescita iniziale e può essere portata di diverse lunghezze, più o meno folta. L'effetto sarà quello di un contemporaneo e raffinato bohémienne cosmopolita.

Bene signori spero che questo vi sia d'aiuto per quanto riguarda le nostre care donzelle, per saperne di più sui tagli femminili più strong della stagione vi aspetto al prossimo consiglio di stile, non mancate!



Rino Polverino il patron del divertimento

SEGUE DALLA PRIMA

Chi è Rino Polverino oggi? È un uomo che adora il mondo della notte, a cui piace stare a contatto con i giovani e inventarsi cose nuove per far divertire la gente. "Io vivo di stimoli. I soldi per me servono solo per pagare le spese e stare tranquillo. Mi piace dare sempre il massimo e sentirmi dire dalla gente: che bel locale, si sta bene, la musica è bella, c'è professionalità. Una volta raggiunto questo e poi che, fai un lavoro che ti piace... è il massimo!" **Perché hai scelto di aprire una discoteca?** "Io ho studiato all'alberghiero di Formia e quando tornavo a Latina, lavoravo in una discoteca e in un bar, quindi sempre a stretto contatto con il mondo della notte. Poi ho iniziato a lavorare per Radio Luna a Formia e a fare il dj nelle feste dei macP100, una volta andavano tantissimo. Si pagava il biglietto e nei ristoranti o nei locali ci mandavano i dj delle radio. Così forte di quelle esperienze, una volta tornato a Latina a 19 anni, c'era un locale, il Boing, in vendita vicino casa mia. Decisi di comprarlo, e da lì è iniziato tutto". **Una delle tue prime discoteche a Latina "Il 7 Sky" erano gli anni 80. Da ieri ad oggi cos'è cambiato?**

"È cambiato il modo di divertirsi. Prima si andava a ballare intorno alle 21.30, e i locali, a quell'ora, già erano strapieni di gente. Oggi invece alle 21.30 non arriva nemmeno il personale. Il culto del tavolo prima non esisteva, chi prima arrivava si accaparrava un punto d'appoggio e poi se voleva, poteva consumare altrimenti non ero obbligatorio. L'ingresso si pagava ovunque e non c'erano tutti questi PR, come non c'erano 4 Dj in consolle o la figura del vocalist. Si veniva in discoteca per ballare. A fine serata poteva scapparci al massimo una scazzottata, poi una volta chiarito l'equivoco si andava a bere tutti insieme, oggi devi stare attento che magari rischi qualche coltellata. Purtroppo i giovani non si sanno più divertire, hanno troppo. Prendiamo una festa privata. Ai tempi dell'Italian Graffiti un compleanno di 30 persone diventava di 300 perché tutti venivano fuori a chiederti di entrare per passare una serata e alla fine per gentile concessione del festeggiato entravano. Oggi manco più gli invitati vengono, perché non è più divertente, è diventato tutto normale e non c'è più lo stimolo del divertimento, solo quello dell'apparenza. È difficile per i gestori dei locali inventarsi cose nuove per attirare i ragazzi."

Il divertimento passa prima per lo sballo e poi per il ballo?

"Seguiamo delle mode banali. Quest'omologazione comandata è terrificante e purtroppo si sta esagerando con alcool e droga, perché non si sa più cos'è il vero divertimento. È inutile che ci nascondiamo dicendo che si beve per togliere i freni inibitori, perché per quelli basta un cocktail o due al massimo non di più, non è necessario diventare ciucchi. Nei locali ormai si arriva sempre più tardi perché nessuno vuole essere "il primo" è da sfigati. Per essere apprezzato devi avere il tavolo e farti arrivare come minimo una o due bottiglie di Belvedere altrimenti non sei nessuno. Ma il vero divertimento non è questo. Viviamo in una società, dove l'apparire conta più dell'essere, dove se non hai il vestito firmato, non conti nulla. Qui come in altre città vige lo snobismo. Mentre secondo me ognuno deve vestirsi come si sente anche perché ormai non c'è più la vera SELEZIONE all'ingresso. Come fai a dire a un ragazzo che magari ha un abbigliamento diverso: No, tu non entri. O a uno straniero: Tu resti fuori. Diventerebbe mera discriminazione."

Come si potrebbe fare per evitare le stragi dovute all'alcool e all'alta velocità?

"Noi stiamo facendo una cosa che spero porti dei benefici. Ci siamo informati su tutti gli orari dei treni che arrivano dalla zona Sud quindi: Formia, Terracina, Fondi fino a Latina e anche dall'altra parte: Cisterna, Campoleone, Pomezia e dalle 22.30 alla stazione di



Latina scalo ci sarà una nostra navetta, da 35 posti, che accompagnerà i ragazzi andata e ritorno fino all'ultimo treno delle 6 di mattina. Meglio andare a casa con un'ora di ritardo, piuttosto che mettersi in macchina ubriachi e, correre come dannati. Ora toccherà ai PR promuovere questa iniziativa. Un'altra cosa potrebbe essere quella di organizzare un tam tam a livello Nazionale, in tutte le discoteche, dove anche i dj radiofonici iniziano a dire che le serate partono dalle 22, ma comunque il via deve essere dato da qualcuno che conta nel mondo della notte e tutti i locali devono aderire. Bisogna rispettare le regole. È vietato vendere l'alcool dopo le 2 e le bancarelle dei panini fuori invece fanno come vogliono. Così non va. Poi molti cosa fanno? Se lo portano da casa e bevono nel parcheggio, in macchina, perché qui la consumazione costa molto di più. E quando succede una rissa fuori, il locale ci va di mezzo e si esce sui giornali con titoli spaventosi che fanno perdere di credibilità."

Da i cugini di campagna a Marco Bocci come cambiano i gusti?

"È difficile capire i gusti. Oggi bisogna chiamare chi fa rumore perché magari un artista emergente può riscuotere più successo di quello che magari è una star da sempre. Prima gli ospiti erano i cantanti perché c'era la moda che andavano nei locali e facevano le serate come J-Ax, Gli Articolo31, i Gemelli Diversi o i Lunapop. Ma oggi quasi nessun cantante viene a fare una serata, a meno che non stia sul finire della carriera. Oppure devi ricercare cose tipo gli spettacoli di Hip Hop, ma è un genere molto particolare. Bisogna prendere il cavallo vincente che tira, avere un po' l'occhio lungo. Io sinceramente preferivo molto più le band e la musica degli anni'90 che ti facevano proprio spettacolo, rispetto agli ospiti di questa nuova generazione."

Ti spaventa la concorrenza oggi?

"No perché la concorrenza stimola. Meno locali ci sono, meno si lavora perché gira meno gente, più ci sono locali e più ti devi ingegnare per creare un prodotto migliore degli altri."

7sky, Italian Graffiti, 24th, club 42, quale ti è rimasto più nel cuore?

"Senza dubbio l'Italian Graffiti è il locale che mi ha dato più di tutti. Infatti, l'ho ripreso dopo 15 anni e l'ho fatto diventare Club 42. **Sogno nel cassetto?**

Aprire un locale in una villa con ristorante, per un pubblico che vuole divertirsi in maniera diversa. L'età avanza, anche se lavorare a contatto con i giovani, ti fa sentire molti meno anni di quelli che real-

mente hai."

Stai lasciando l'eredità ai tuoi figli, cos'hanno portato di nuovo e cosa invece assolutamente non ti piace?

"I giovani portano giovani, tra personale e PR, e l'occhio di chi vive in questa generazione. Non mi piace assolutamente l'idea dei tavoli. Non mi piace questa distinzione sottile tra ricchi e poveri, tutti devono avere il diritto di potersi sedere e appoggiare le cose. Sono dell'idea di creare uno spazio dove ci sono i "tavoli importanti" e poi dei divani dove ci si può sedere liberamente. Così ognuno ha le stesse possibilità e chi invece vuole avere una postazione più esclusiva paga di più. Mi piacerebbe tornare un po' alla semplicità degli anni 90-2000 che secondo me sono stati i migliori. Vorrei una discoteca semplice, per Tutti."

Di Samantha Centra

MIKELA ABBATINI
MARE D'AMARE
 Testo Musica: Alex De Vito
 SUNRISE AND A.L. RECORDS
 Info e contatti:
 jamesunriseandalrecords@gmail.com

Tornano gli anni '80 con Miko Mission

Numero uno in Germania con il remix di "How old are you", distribuito in tutto il mondo dall'etichetta Alindo music (A&R Gino Incerti) di Latina

di ANTONELLA MELITO

Miko Mission torna in vetta alle classifiche dopo 30 anni dal grande successo della dance How old are you. Ed è proprio lo stesso singolo a portargli di nuovo fortuna, al primo posto in classifica in Germania "How old are you", remixato da Dj IQ-Talo sotto etichetta discografica A45 music e distribuito in tutto il mondo dall'etichetta Alindo music (A&R Gino Incerti) di Latina. Il brano è in classifica anche in Austria e Svizzera, ora c'è grande attesa per il debutto del singolo nella classifica italiana. Ma ricordiamo ai più giovani chi è Miko Mission. Pier Michele Bozzetti, alessandrino d'origine, in arte Don Miko, iniziò a cantare giovanissimo e conobbe il primo successo partecipando al concorso "Ribalta per Sanremo", al Lido di Venezia, dove si aggiudicò il primo posto. Ne scaturì un contratto con la Casa Discografica Ariston e l'incisione del primo 45giri intitolato "Non hai più niente per Me". Fu un esordio positivo tanto che quell'anno la sua canzone fu la più gettonata nei juke-box. Partecipò così, al Festival della Canzone Italiana di Sanremo con il brano "Poi verrà l'autunno" interpretato poi in seconda versione dalla cantante italo-americana Timi Yuro. La ribalta sanremese, però come spesso accade, non portò fortuna al giovane Don Miko che fu subito eliminato. Quell'edizione del Festival condotta da Mike Buongiorno e Grazia Maria Spina la vinsero Bobby Solo ed i New Christy Minstrels con il brano "Se piangi se ridi" di Mogol, Marchetti e Satti. L'eliminazione, ovviamente, non precluse il cammino artistico di Don Miko che proprio in quel l'anno iniziò ad apparire in svariate trasmissioni televisive, alcune di grande richiamo popolare, come "La fiera dei

sogni" e "Settevoci" condotta da Pippo Baudo, autentico trampolino per nuovi talenti. Proprio a "Settevoci" Don Miko vinse diverse puntate, consolidando il suo successo. Il successo consacrò anche il passaggio di Don Miko dall'etichetta Ariston alla Vedette del mitico Armando Scasia. Con la nuova Casa Discografica il cantante avviò numerose collaborazioni artistiche che consentirono l'incisione di vari brani di successo tra i quali "Le tue favole", canzone scritta in collaborazione con Luciano Beretta, notissimo negli ambienti musicali dell'epoca per essere stato tra gli autori de "Ragazzo della via Gluck", canzone destinata a caratterizzare l'intera carriera di Adriano Celentano con il quale Beretta collaborò a lungo. Interessante e fruttuosa per Don Miko fu anche la collaborazione con Valerio Negrini, dei Pooh, con lui scrisse il brano "Cede il mondo" e tornò sulla ribalta di "Settevoci" ottenendo ampi consensi. Ebbe una seconda partecipazione al Festival della Canzone Italiana di Sanremo con la canzone "Signora Tu"; questa volta le cose andarono diversamente, il brano si classificò all'ottavo posto assoluto e la soddisfazione fu grande, anche se quelli erano gli anni della maggiore depressione della rassegna canora che attraversò un periodo di crisi tanto grave da far temere la sua soppressione. Quell'edizione del Festival, condotta da Mike Buongiorno e da Maria Giovanna



Elmi, se la aggiudicarono gli Homo Sapiens con il brano "Bella da morire", al secondo posto si classificarono i Collage con "Tu mi rubi l'anima" ed al terzo i Santo California con "Monica". Discograficamente non si può definire un anno d'oro, le canzoni partecipanti al Festival stentaronò a scalare la "Hit" nazionale e le attenzioni del grosso pubblico erano orientate altrove. Per Don Miko però, la partecipazione a quel Festival, coincise con una nuova collaborazione artistica di

grande prestigio, quella con Luigi Alberelli, notissimo compositore di brani di successo come, "Zingara", prima classificata a San Remo del 1969 in virtù dell'interpretazione di Bobby Solo e Iva Zanicchi. Albertelli e Riccardi in quel periodo avevano dato vita ad un'etichetta discografica denominata Real Music e Don Miko entrò a far parte di quella scuderia, incidendo un brano di notevole successo "Angelina" scritto proprio in collaborazione con Albertelli. Negli anni ottanta Don Miko passò alla musica dance con il nome di Miko Mission e pubblicò diversi 45 giri di cui How Old are you primo in classifica in tutto il mondo uscito nell'84. Nel decennio successivo riprende il nome Don Miko, pubblicando nuovo materiale inedito e continuando a tenere concerti. Oggi si sta facendo largo in Germania, Austria e Svizzera con la speranza però che anche la sua Italia possa apprezzare la versione remixata di "How old are you".

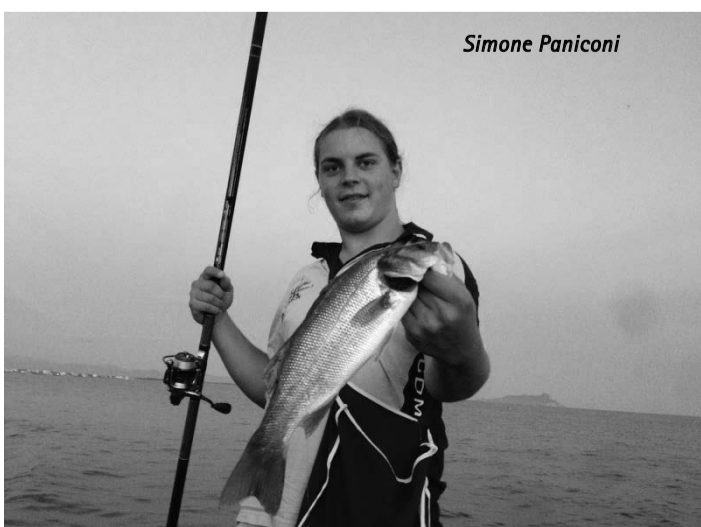
SURFCASTING

La Pesca a bolognese in mare raccontata da Paniconi

La pesca alla bolognese è stata una delle prime tecniche praticate dall'uomo. Per effettuarla occorre una montatura molto semplice: canna da lancio, mulinello filo e un avvisato (il comune galleggiante). Questa tecnica nasce nei laghi del nord Italia, ed è una disciplina che se praticata in modo corretto può regalarci la cattura di grandi prede. Inizialmente era praticata con canne fisse (non munite di mulinello), con il passare del tempo e con l'aumento delle esigenze di lancio e di prestazioni, sono nate canne specifiche, dotate di anelli guida filo e mulinelli con una buona capienza di filo. Queste innovazioni l'hanno resa praticabile anche in mare. Non sono molte le regole nella pesca alla bolognese, ma se rispettate eviteranno di farci perdere tempo e denaro. La prima regola è cercare un luogo di pesca con un fondale abbastanza alto, poiché le distanze di lancio sono molto ridotte (35 metri). È bene non utilizzare attrezzature pesanti. È importantissima, invece, la pasturazione. Pasturare significa liberare nel mare dell'esca attirante per far sì che il pesce si avvicini alla nostra postazione e, vinto dalla fame, inizi a mangiare la nostra pastura. Nel caso della pescata a bolognese si tratterà quasi sempre di bigattini, con questa esca occorre stare attenti alla corrente ed al vento, che li spostano con grande facilità e portano i pesci lontano dalla nostra postazione. In alternativa al bigattino si può usare il coreano che è un verme standard e piace a tutti i tipi di pesce. La buona riuscita di una battuta di pesca dipende anche

dalla canna da pesca usata, ma come scegliere quella giusta? Ne esistono diversi tipi, diverse a seconda delle nostre esigenze, la loro lunghezza può variare dai 5 mt agli 11mt. La particolarità delle canne bolognesi è quella di essere leggere, sensibili e morbide ma nello stesso tempo in grado di contrastare pesci importanti con fili molto fini. Anche i fili sono migliorati, si è passati dal nailon al fluorocarbon che, grazie alla sua rigidità e resistenza all'abrasione, ci permette di utilizzare fili molto sottili anche in presenza di rocce che andrebbero a rompere il terminale. Il diametro dei fili può variare da 0.10 fino a 0.16mm. Da non sottovalutare l'importanza del galleggiante, in commercio ce ne sono molti tipi, diversi per forma e colori ma, quelli più utilizzati sono i classici, a goccia o a sfera, specie se in presenza di mare grosso. I galleggianti possono essere di varie grammature, da uno 0.5 gr fino a 7-8 gr e saranno bilanciati in modo perfetto con degli appositi piombini a sfera. L'ultima parte della nostra montatura è ovviamente costituita dall'amo. Anche gli ami rivestono un ruolo importante poiché saranno loro a determinare la cattura del nostro pesce. L'amo deve essere di misura ridotta rispetto alle altre tecniche di pesca (da un numero 14 fino ad arrivare ad un 20). Potremo scegliere se prenderli a gambo corto o a gambo lungo, la cosa importante è che siamo affilatissimi. Un accessorio non indispensabile e di lusso per i super convinti è il panchetto, uno sgabello con appositi cassetti da pesca. La pesca alla bolognese è praticabile dalla spiaggia, dalla scogliera, dai moli artificiali dei porti, in foce e, per pochi, dalla barca. Dalla spiaggia, solo in condizioni di mare calmo e con la

presenza di una catena rocciosa adiacente. Dalla scogliera e dai moli dei porti con qualsiasi condizione meteorologica. Dalla foce poi, si pratica in tutto l'arco dell'anno la pesca alla spigola in passata che, consiste nel far camminare il galleggiante nella zona da noi pasturata. Le prede catturabili con la bolognese sono diverse, dal cefalo all'occhiata ma anche sarago, orata e spigola. Nel prossimo articolo parleremo di una tecnica nuova e curiosa, lo Spinning in mare.



Simone Paniconi

UNIQA Snc

Agenzia di Pratiche Auto
Largo Cavalli, snc (int.7)
Zona Q5 - Latina

RINNOVI
DUPLICATI
PATENTI

PRATICHE
AUTO

PRENOTAZIONE
REVISIONI

RICHIESTA
CQC

FOTOCOPE
FAX

CERTIFICATI
C/O ENTI
LOCALI

PAGAMENTO
BOLLI

Tel. 0773/602194 Fax 0773/609549

uniqapraticeauto@libero.it

Aspettando il sole, fra mostre e sagre

A CURA DELLA REDAZIONE

È già primavera da qualche giorno e nonostante la nostra voglia di "sole" dobbiamo fare i conti con un tempo birichino che non ci lascia tregua. Non ci resta che regalarci, per consolarci, una bella passeggiata magari a **Sabaudia** per gli ultimi giorni della 7a edizione della Rassegna d'arte contemporanea al femminile al Museo Emilio Greco in Piazza del Comune. MAD Donna è la più grande rassegna d'arte contemporanea al femminile del territorio, voluta per celebrare il mese della festa della Donna. Venti artiste, provenienti da diverse parti d'Italia, hanno esposto oltre cinquanta opere sul significato che assume fare arte per una donna, attraverso linguaggi che spaziano dalla pittura alla fotografia, dalla scultura all'installazione, dall'arte digitale all'incisione, dalla performance alla letteratura. La mostra resterà aperta fino a **domenica 30 Marzo**. E a proposito di donne e di primavera, s'intitola "Verso Primavera" la personale di Rosalba Maldera, esposti fino a **venerdì 11 aprile**, nel centralissimo **Caffè degli Artisti di Latina**, paesaggi e vedute naturalistiche, mare, giardini, colline, scorci di Ninfa, realizzati ad olio o ad acquerello. Sempre per le mostre, in dirittura di arrivo anche Il Premio Comel "Vanna Migliorin" per l'Arte contemporanea, giunto alla sua terza edizione, il tema proposto agli artisti di tutta Europa di quest'anno è stato "Mutazioni in alluminio". L'esposizione nello Spazio Comel Arte Contemporanea di Via Neghelli a **Latina** resterà aperta fino a **domenica 13 aprile**. Il Premio Comel "Vanna Migliorin" sarà assegnato **sabato 5 aprile alle 18.00** mentre **sabato 12** alla stessa



ora, sarà assegnato il Premio del pubblico. Per gli appassionati di cinema, al **Teatro Fellini di Pontinia** riparte il CineDocuForum, la manifestazione del Cantiere Creativo che da quattro anni traccia linee di collegamento con temi, persone, associazioni, problematiche globali e locali. Il film in programma **Domenica 30 Marzo** è Il Mondo Secondo Monsanto di Marie Monique Robin. **Domenica 6 Aprile** in programma Wall-E della Disney Pixar ed in chiusura di rassegna, **domenica 13 Aprile** Parada di Marco Pontecorvo. Chi ama la moda e le grandi emozioni può mettere in agenda l'appuntamento che porta in passerella la moda primavera estate 2014, **sabato 29 marzo alle 18.00**, nella splendida cornice dell'Albergo Mediterraneo di **Terracina**. Madrina e sostenitrice morale della manifestazione **Miriana Trevisan**, l'obiettivo, raccogliere fondi da devolvere all'associazione Alfredo Fiorini di Terracina a sostegno dei giovani medici da formare in Mozambico. Per i palati sopraffini da non perdere la 49ª edizione della Sagra del Carciofo di **Sezze domenica 6 aprile**, le vie del paese si riempiranno di stand che offriranno l'occasione per degustare

una grandissima varietà di prodotti tipici, tra cui, ovviamente, il carciofo romanesco, preparato secondo le tradizioni culinarie romane. Come a **Ladispoli** in provincia di **Roma**, dove la sagra è giunta alla 64ª edizione e i giorni dedicati alla prelibatezza romanesca sono tre, **venerdì 11 sabato 12 e domenica 13 aprile**.

GLI IMPERDIBILI

Latina

Fino a **sabato 30 Aprile - Teatro Trastevere a Roma- Via Jacopa de Settesoli, 3**. Nell'ambito della rassegna **Una stagione per tutti, una stagione di tutti** Una Commedia brillante tra le più rappresentate al mondo **Spirito Allegro di N. Coward, regia F. R. Cerri** Una coppia, un ex ancora incombente nell'immaginario ma morta, una spiritista, degli ospiti curiosi, fantasmi, equivoci, una viva che finirà morta, una morta che distruggerà l'equilibrio psichico dei vivi, una cameriera impaurita, seduzioni, follie, apparizioni e self control e fuori controllo. **Costo biglietto: intero 14 euro, ridotto 10 euro, studenti last minute 8 euro.** Info06 5814004 - www.teatrotrastevere.it

Sabato 5 Aprile alle 21.00 e Domenica 6 Aprile alle 17.30. - Teatro Moderno- via Sisto V- In scena **"Colpo Basso"** di **Gianni Clementi**, con **Ennio Coltorti, Jesus Emiliano Coltorti e Germano Gentile**. Una commedia brillante dai ritmi frenetici che però, come tutti i testi di Gianni Clementi, lascia spazio anche a importanti riflessioni. Giulio, un ragazzo timido e impacciato, è obbligato dal padre, politico di dubbia reputazione che brilla per la sua eterna assenza in famiglia, a prendere lezioni di boxe presso una palestra della periferia. L'uomo vuole che il figlio intraprenda a sua volta la carriera politica e ritiene che fortifichi fisico e spirito. L'ideale "maestro" di vita per Giulio diventa quindi Cesare, l'allenatore/gestore della "Gladius", una palestra di periferia... **Costo del biglietto 20 euro, ridotto 17 euro. Info e prenotazioni Tel. 0773 47 19 28 www.modernolatina.it ; info@modernolatina.it**

Sabato 12 Aprile alle 21.00 e domenica 13 Aprile alle 17.30 - Teatro Armando Cafaro - Via XXI aprile, 31/d Ultimo spettacolo della 18ª Stagione Teatrale FITA, **L'improvvisata Compagnia di Latina** presenta: **Una mamma da spennare** commedia brillante di Santo Capizzi. La vicenda condensata in novanta minuti di divertimento narra di una donna anziana, che si ritrova a vivere la meschina esperienza dell'essere diventata per i suoi figli, esclusivamente una fonte di denaro. Parte dell'incasso sarà devoluto a favore dell'Associazione La Fedelissima. Costo del biglietto 10 euro Per **info e prenotazioni** al 3312612436

Sabato 12 Aprile alle 21.15 - Teatro Ponchielli di Latina-via Ponchielli (traversa di Viale Augusto), Tornano le incredibili sfide **di Imprò**, spettacolo d'improvvisazione teatrale. Costo del biglietto: intero **8 euro**; ridotto **6 euro. Info e prenotazioni: www.novaurbs.org**

Da **Giovedì 3 Aprile a domenica 6 Aprile - Teatro Trastevere a Roma- Via Jacopa de Settesoli, 3** .Nell'ambito della rassegna **Una stagione per tutti, una stagione di tutti** la **Compagnia Velluto Rosso** presenta: **Non è una storia d'amore** scritto e diretto da **A. Znacchi** Commedia brillante che cita in giudizio l'amore. Ebbene si il nostro Federico non ne può più e tra flashback, rewind, personaggi immaginari e amici fuori dal comune ci racconterà la sua storia. Capirà che è vero che non bisogna mai lasciar passare il treno e si accorgerà di come ha sempre cercato la felicità altrove senza rendersi conto di averla proprio sotto gli occhi. Quante volte ci è capitato? **Costo biglietto: intero 14 euro, ridotto 10 euro, studenti last minute 8 euro.** Info06 5814004 - www.teatrotrastevere.it

TEATRO

Una mamma da spennare

di SAMANTHA CENTRA

Ultimo spettacolo della 18.ma edizione della stagione teatrale FITA che quest'anno è dedicata al compianto Daniele Lembo, giornalista, autore e saggista, scomparso prematuramente. Sabato 12 e Domenica 13 Aprile, torna a calcare il palco pontino L'Improvvisata Compagnia diretta Enzo Volpicelli. La brillante commedia in tre atti di Santo Capizzi Una mamma da spennare. La vicenda condensata in novanta minuti di divertimento narra di una donna anziana, che si ritrova a vivere la meschina esperienza dell'essere diventata per i suoi figli, esclusivamente una fonte di denaro. Soltanto una dei quattro figli, riserva per la madre cure amorevoli senza l'interesse di un tornaconto pecuniario. L'anziana donna allora, con l'aiuto di una sua amica, si finge uscita di senno al fine di costatare quanto i figli riescano a tirare la corda. Ma la



corda ad un certo si spezza e...

In scena Patrizia Fernandes, Marisa Sannio, Fabiana Salvucci, Nico Damiano, Marta Calarota, Marianna Sivori, Davide Bove, Antonio Lungo, Mattia Impagliazzo, Titina Volpicelli, Franco Trambaioli. Scene e allestimenti di Enzo Volpicelli. Direttore di scena Titina Volpicelli. Suoni e luci Gianni Piscopo. Regia Enzo Volpicelli. La rappresentazione andrà in scena Sabato 12 alle 21.00 e domenica 13 alle 17.30. Come sempre, anche per questo spettacolo, parte dell'incasso, sarà devoluto a favore dell'Associazione La Fedelissima presieduta dal Generale Franco Federici dei Carabinieri in congedo. Si occupano di prestare solidarietà, attraverso le attività di volontariato e protezione civile. Costo del biglietto 10 euro. Per l'acquisto dei biglietti e per informazioni è aperto il botteghino del Teatro Cafaro sabato 12 aprile dalle 10.30 alle 13.00 e dalle 18.00 in poi, domenica 13 dalle 16.00 in poi. Info e prenotazioni 3335286125.

di SAMANTHA CENTRA

radio *i* imagine
La Radio di LATINA
Fm 97.0-92.0
per la tua pubblicità 0773/25.03.50
radio LATINA
98.3
Il Meglio della Musica '70 e '80

radio *i* imagine
La Radio di LATINA
Fm 97.0-92.0
per la tua pubblicità 0773/25.03.50
radio LATINA
98.3
Il Meglio della Musica '70 e '80

L'OROSCOPO

DI FIAMMETTA FALCETTI

dal 28 marzo al 12 aprile 2014

ACQUA



CANCRO

Amore: Qualche tensione nella coppia, che potrebbe sfociare in conflitto, se non saprete controllare la tendenza ad avere l'ultima parola.

Lavoro: Periodo molto intenso per quanto riguarda il lavoro e la gestione delle questioni finanziarie. Avete Tanti pensieri e preoccupazioni per quanto riguarda i problemi del lavoro.

Salute: La primavera vi vuole in forma quindi niente eccessi nella dieta e giusto equilibrio psico-fisico.



SCORPIONE

Amore: Complicate le questioni di cuore. Chi vive una relazione di coppia veramente forte e stabile, con solide radici, non avrà nulla da temere.

Lavoro: Momento non ideale per gettare le basi per futuri obiettivi in campo professionale, al contrario, bisognerà combattere e cercare compromessi per preservare i risultati raggiunti in precedenza.

Salute: Le pressioni professionali e sentimentali si ripercuotono sulla vostra salute. Rilassatevi e se necessario rivolgetevi ad uno specialista.



PESCI

Amore: Delusioni amorose in vista, prendetela con sportività il cambiamento è dietro l'angolo. Attenzione però a non mischiare amore con lavoro. Il motto è: "cautela".

Lavoro: Avete l'impressione che gli ostacoli che vi si presentano sul posto di lavoro siano frutto di attacchi o manovre di nemici, ma sono semplicemente di normali contrattempi.

Salute: Nulla che debba preoccuparvi, Non vi sentite in forma, ma è solo un fattore mentale.

ARIA



GEMELLI

Amore: Periodo dove si consoliderà la tendenza al cambiamento. Evitate di coinvolgere le persone che vi sono care in alcuni momenti di nervosismo potrebbe portare cose negative.

Lavoro: Potreste avere la sensazione che il vostro ambiente di lavoro si stia trasformando in un campo di battaglia, contate sempre fino a dieci prima di reagire e fare scelte.

Salute: State attenti al nervosismo, tendete ad essere intrattabile ed ad irritarvi per un niente.

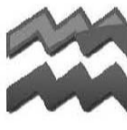


BILANCIA

Amore: Piacevoli sorprese per la vita affettiva e per stabilire nuove relazioni e riscoprire l'ottimismo. L'incontro importante potrebbe venire durante le attività lavorative o durante un viaggio. Tenete gli occhi aperti.

Lavoro: Periodo che sorriderà alla carriera di medici, infermieri, psicologi. Ma per tutti sarà amplificata l'empatia e la capacità di interpretare e fare propri i bisogni degli altri, fattore che giocherà a vostro favore.

Salute: Non sarà un mese privo di ostacoli per la vostra salute, ma nulla che non potrete risolvere con la dieta giusta e imponendovi una opportuna disciplina dietetica.



ACQUARIO

Amore: Influssi positivi dei pianeti su tutta la sfera affettiva. In molti casi potrebbe presentarsi l'occasione di riscoprire un parente, o un antico conoscente, che era stato molto caro in un lontano passato e si era poi perso di vista.

Lavoro: Per la maggior parte dei nati in Acquario, la vita professionale e l'economia fileranno via senza intoppi.

Salute: Vi sentite un po' pantofolai, non avete molta voglia di fare movimento fisico. Sforzatevi, anche un percorso in una SpA, può rilevarsi tonificante per il vostro fisico.

FUOCO



ARIETE

Amore: La vita sentimentale sembra particolarmente intrecciata con quella lavorativa, potrebbe anche trattarsi della possibilità di iniziare una relazione sentimentale sul posto di lavoro.

Lavoro: Un ottimo periodo per avviare nuove iniziative e nuovi progetti. Potrete raggiungere buoni successi e ottenere finalmente quei premi e quei riconoscimenti che aspettavate da tempo.

Salute: Vi sentirete davvero in forma. Potrete dedicarvi allo sport che amate sapendo che potrete contare su performance straordinarie.



LEONE

Amore: Cambiamenti positivi in cui si aprono nuove prospettive grazie a un incontro che inizialmente sembrava insignificante e che col passare dei giorni diventa sempre più coinvolgente.

Lavoro: Finalmente riuscite a ottenere il risultato desiderato dalla materia grezza che usate per le vostre realizzazioni: vi sembrerà di vivere in un sogno.

Salute: Intensificherete gli impegni mondani, quindi cercate di mantenervi in forma con un'attività fisica che comunque non deve stressarvi.



SAGITTARIO

Amore: È il momento ideale perché la persona che amate da sempre vi corrisponda, o per trovare quella serenità di coppia che state cercando da mesi e forse da anni.

Lavoro: Progressi in carriera, promozioni e avanzamenti in vista, arriveranno tanto improvvisi da sorprendervi da non accorgevene.

Salute: Avete tanta energia e voglia di fare, state solo attenti a non sovraccaricare il vostro fisico.

TERRA



TORO

Amore: Il pianeta dell'Amore Venere e il pianeta della fortuna Giove, entrano nel vostro segno favorendo l'inizio di una nuova storia d'amore, se siete single, un incontro inaspettato, una ripresa di passione, una riconciliazione.

Lavoro: Un esercito di pianeti si è unito in alleanza a vostro favore, in questo periodo. Ciò darà probabilmente il massimo proprio nel settore lavorativo.

Salute: Un inizio di primavera impegnativa, quindi cercate diicarvi con un giusto riposo.



VERGINE

Amore: Il transito di Venere in Toro e la sua congiunzione con Giove, dà anche a voi della Vergine periodo molto interessante per la vostra vita affettiva, che vi porterà sorprese piacevoli sia nel campo dell'amicizia sia dell'amore.

Lavoro: Gli affari vanno a gonfie vele e tutte le forze in campo sembrano spingere in vostro favore, dovrete solo spingere ogni tanto e radriizzare il tiro dei vostri interessi.

Salute: I mali di stagione, sono passeggeri e non incideranno sulla vostra complessiva sensazione di benessere.



CAPRICORNO

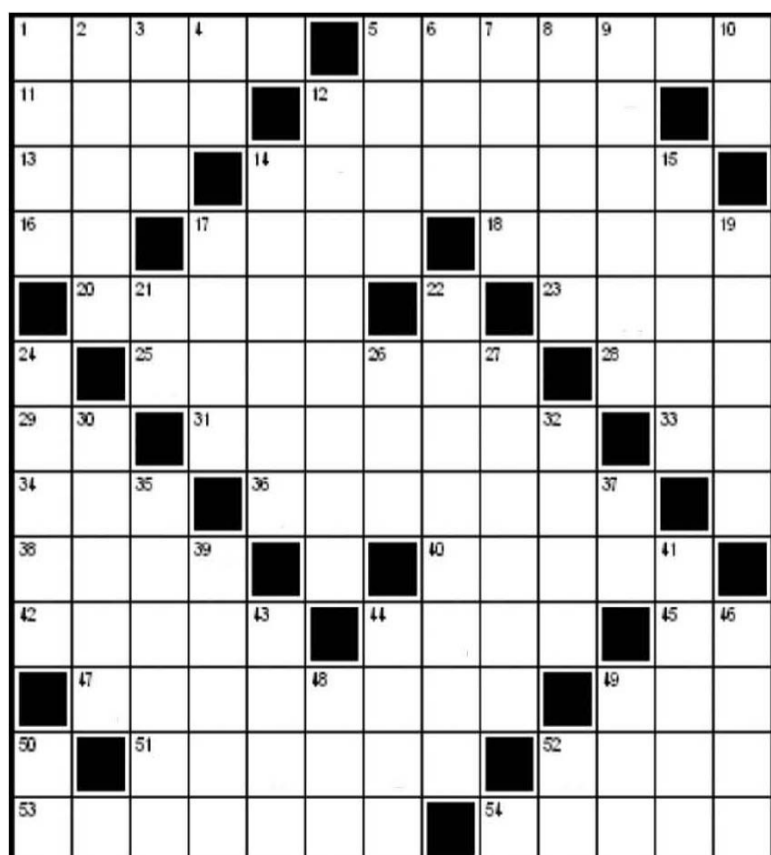
Amore: Avrete l'occasione di fare chiarezza sulla situazione sentimentale e imprimere finalmente la svolta desiderata. Comunque sarete consapevoli della scelta fatta.

Lavoro: Questo sarà il momento ideale per impostare tutti i tipi di attività e iniziative. Potrete trovare la protezione inattesa e disinteressata di una persona molto influente.

Salute: Cercate di utilizzare al meglio i momenti di relax, magari con qualche passeggiata all'aria aperta.

Il Cruciverba

A cura di Morgan



ORIZZONTALI:

- Famosa canzone di Claudio Baglioni.
- Si gioca con le carte francesi.
- Saluto confidenziale.
- Fa coppia con Ficarra.
- Associazione Radioamatori Italiani.
- Stile ornamentale composto da elementi calligrafici e/o motivi geometrici.
- Sigla di una provincia campana.
- Nome di Lamela, giocatore della Roma.
- Comune della provincia di Avellino.
- Lo si dice per ravvivare.
- Nome dell'architetto albanese Fagu.
- Titolo di un successo di Luca Dirisio.
- Il metallo prezioso per eccellenza.
- Il comico Lionello (iniz.).
- Distanza di 120 gradi tra due pianeti.
- Il... a Madrid.
- E' famoso per la sua arca.
- Personaggio dei fumetti di Walt Disney.
- È uno stato del Brasile.
- Film con Claudio Bisio del 1999.

- È presente su l'automobile.
- Processo di compravendita mediante offerte.
- Salerno sulle auto.
- Disturbo del linguaggio molto diffuso.
- Comune del trentino.
- Sito di informazione in lingua inglese
- Grassetto in inglese.
- Storico teatro napoletano.
- La "v" del CV.

VERTICALI:

- Il primo film di Stefano Sollima.
- Il nome della Lisi.
- Prima rete televisiva italiana.
- Azienda Ospedaliera.
- Lo dice il regista.
- Sigla del campionato spagnolo di basket.
- Uno dei fratelli Gallagher.
- Timore, trepidazione.
- Dura cento anni.
- Nome del boss Capone.
- Lo sono le cose più importanti da fare.
- Preparare i cannoni alla battaglia.

- Dovere, obbligo.
- Environmental Integrated Product Team.
- Oggetto o immagine venerata come divinità.
- Nuova Scozia.
- Chiocciolate... a Parigi.
- Piccolissimo comune francese dei Pirenei Orientali.
- Un tipo di anticorpi.
- Qualità richiesta ai dipendenti.
- Livello opposto a global.
- Oregon Transportation Investment Act.
- Si commettono quando si è poco attenti.
- Alleanza Nazionale.
- Esclamazione di concordanza.
- È circondata dal mare.
- Academy of Oncology Nurse Navigators.
- Agricultural Research Council of Nigeria.
- Catena montuosa presente in Sud America.
- Fiume, corso d'acqua.
- Il totale sugli scontrini.
- Gran Turismo.
- Business Intelligence.

Jobs Act

di MONICA SPINAZZOLA

Risale a qualche giorno fa il quadro tracciato da "Il Sole 24 Ore" sulla situazione occupazionale nel nostro Paese. Numeri, come di consueto, allarmanti. Numeri che raccontano di un mercato del lavoro traboccante che non lascia spazio ai giovani e respinge gli over 40 con anni di preziosa esperienza alle spalle. Gli ultimi dati Istat hanno attribuito al 2013 il gravoso appellativo di "Annus horribilis" per i riscontri avuti sull'ammontare degli occupati sceso a 22,4 milioni, circa 480mila unità in meno rispetto al 2012, sulla quota dei disoccupati in vertiginosa e costante crescita e sulla quantità di nuovi contratti registrati, la più bassa dal 2009. Saldo decisamente negativo per industria e servizi, mentre crescono i posti di lavoro nell'agricoltura. Segnali di un ritorno al passato? Lo sospettano esperti economi e docenti strutturati nelle più prestigiose Università della nostra penisola. Di certo, riducendo il quadro e limitando l'analisi alla realtà a noi circostante, non possiamo far altro che ammettere lo stato di difficoltà in cui versano la gran parte delle piccole e medie imprese locali. La sfida del nuovo governo è proprio quella di invertire l'attuale tendenza e focalizzare una politica di rilancio industriale indispensabile per la sopravvivenza del nostro Paese. Prima di tutto occorre quindi riformare le Leggi sul lavoro e

ristrutturare progressivamente il sistema-Fornero. Tra le misure contemplate dal Jobs Act, la priorità è assegnata alle normative in materia di apprendistato e contratti a tempo determinato. Nella giornata di venerdì 21 marzo è stato pubblicato in Gazzetta ufficiale il Decreto Legge 34/2014 recante le modifiche sul mercato del lavoro. Obiettivo: semplificarne la disciplina. Per quanto riguarda il contratto di lavoro in apprendistato professionalizzante, si dispone innanzitutto che il training aziendale non sia più obbligatoriamente integrato dall'offerta formativa pubblica di competenza regionale, che diventa elemento discrezionale. Si stabilisce inoltre che il ricorso alla forma scritta resti necessario per il contratto e per il patto di prova, mentre decade per il piano formativo individuale. L'assunzione di nuovi apprendisti non sarà più vincolata alla conferma di quelli già in forza per una percentuale pari almeno al 30% e la retribuzione, con riferimento alla tipologia di contratto per il conseguimento della qualifica e del diploma professionale, dovrà misurarsi sulle ore di lavoro effettivamente prestate e sul 35% del monte ore complessivamente destinato alle attività di formazione. Per quanto concerne invece il contratto di lavoro a tempo determinato, la normativa precedentemente vigente richiedeva che fosse esplicitata la causa della

scadenza prefissata. L'unica eccezione era fatta per il primo rapporto a cui si poneva comunque il limite massimo di 12 mesi, proroghe comprese. Con l'entrata in vigore del Decreto Legge 34/2014, il contratto di lavoro a tempo determinato può effettivamente liberarsi della causale fino allo scadere dei tradizionali 36 mesi. Un intervallo di tempo in cui l'impresa può decidere di prorogare il rapporto, con riferimento alla medesima attività, fino ad un limite di 8 volte. Resta comunque in vigore la regola del cosiddetto «stop & go», ovvero i periodi di pausa da rispettare tra un rapporto di lavoro a tempo determinato ed il successivo (10 o 20 giorni a seconda che il contratto iniziale fosse rispettivamente di durata inferiore/pari a 6 mesi ovvero superiore). Le nuove disposizioni trovano applicazione anche per i contratti in somministrazione e valgono per qualsiasi tipo di mansione, fermo restando che, salvo particolari eccezioni, i lavoratori inseriti con tale forma contrattuale non dovranno superare il 20% dell'organico. Sono questi i primi passi compiuti dal giovanissimo governo Renzi, approvato a gran voti anche dalla cancelliera tedesca Angela Merkel. Con la giusta cautela, ed un pizzico di speranza, attendiamo le prossime mosse.

ANNUNCI

Agenzia: Job Consult srl

Filiale di: Latina

Figura ricercata: Business Manager

Requisiti:

- laurea in materie scientifiche e/o economiche
- buona conoscenza del settore farmaceutico
- ottimo utilizzo del computer
- conoscenza fluente della lingua inglese
- familiarità con procedure di contabilità e reportistica
- esperienza nello sviluppo di relazioni commerciali lungo termine
- buona propensione alla vendita e al marketing
- ottime doti organizzative
- forti capacità analitiche e comunicative.

Si offre: Contratto a tempo determinato - Sostituzione maternità.

Sede di lavoro: Frosinone

Tel: 0773. 624471

Email: selezione@jobconsult.it

Agenzia: Job Consult srl

Figura ricercata: PDS Project Manager

Requisiti:

- laurea in discipline scientifiche (Chimica, CTF, Chimica Industriale)
- esperienza triennale nel ruolo
- conoscenza fluente della lingua inglese
- buona conoscenza degli sterili per mercati EU e USA
- ottimo utilizzo di Office e MS Project

Si offre: Contratto a Tempo Indeterminato

Sede di lavoro: Frosinone

Tel: 0773. 624471

Email: selezione@jobconsult.it

Azienda: Centro Europeo di Studi manageriali

Sede di: latina

Figura ricercata: Docente Madrelingua Tedesca

Requisiti:

- esperienza pregressa nel ruolo
- sensibilità delle culture aziendali
- buona predisposizione a rapporti interpersonali
- ottima capacità organizzativa del lavoro, tramite l'utilizzo

quotidiano di strumenti informatici.

È richiesta inoltre professionalità, adattabilità e la disponibilità a spostarsi sul territorio regionale.

Tel: 0771. 771676

Email: info@centroeuropeo.it / latina@centroeuropeo.it

Agenzia: Articolo1

Filiale di: Latina

Figura ricercata: 10 venditori

Requisiti:

- esperienza pregressa in attività di vendita di almeno un anno (diretta e/o telefonica)
- disponibilità ad orario part time o full time
- disponibilità a lavorare anche nel fine settimana
- disponibilità a brevi spostamenti nella zona di domicilio
- automuniti
- ottime capacità relazionali, negoziali e comunicative
- disponibilità immediata

Luogo di lavoro: Latina

Tel: 0773. 601571

E-mail: latina@articolo1.it

Sudoku

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

un Senso...





BISTECCHERIA

AFFILIATO FENALC
(INGRESSO RISERVATO AI SOCI)

Borgo Podgora - Via Acque Alte, Latina - Info: Alberico 340.3453699

I Mammuth Hockey Roma chiudono in rimonta

I Mammuth Hockey Roma terminano la loro stagione con una prestazione in crescendo, consapevoli di aver già la salvezza in tasca

di FABRIZIO AGOSTINI

La squadra, di nascita pontina, di adozione romana, consapevole di avere la salvezza in tasca, nonostante la sconfitta subita a opera dei Diavoli Vicenza, festeggia la salvezza. Una partita, che ha visto il primo tempo dominato dagli avversari che hanno spinto e portato quattro marcature con Stella, Maran e due volte Roffo. Nonostante i nerazzurri, pur producendo numerose occasioni da gol, non sono riusciti a replicare e ad essere lucidi sotto porta. Così il match ha preso un indirizzo preci-

so nonostante il discreto equilibrio. Al rientro in campo Pozzan ha allargato ulteriormente il divario ma il cuore dei Mammuth ha cominciato a pulsare e così prima, capitano Diego Santilli e poi Stefano Cocino hanno riaperto la gara divenuta improvvisamente molto accesa e divertente. Bettello ristabilisce subito le distanze e nel finale c'è spazio per la rete di Andrea Arcese che fissa definitivamente il punteggio sul 6-3. Come dicevamo, i Diavoli hanno vinto al Palamunicipio, ma la formazione pontina ha festeggiato comunque, perché è stato centrato l'obiettivo iniziale della società, cioè partecipare al prossimo campionato, che sarà il quarto consecutivo nella massima serie.



Stefano Cocino in azione contro i Diavoli a Vicenza

VOLLEY

L'Andreoli Latina chiude in bellezza il Campionato

di DOMENICO ANTONELLI

La squadra pontina chiude in bellezza il campionato, vincendo l'ultima gara contro il CMC Ravenna per 3-0. Una partita che ha visto i pontini al comando sin dal primo momento di gioco, grazie ad una attenta battuta e una buona ricezione contro la squadra avversaria, forse anche po' fallosa spe-

cialmente in attacco. Il risultato però non cambia di molto la classifica delle due squadre che si dovranno accontentare del quinto posto. La vittoria è di certo una buona iniezione di fiducia per formazione di Simoni che pensa già alla gara di ritorno della finale di Challenge Cup, prevista sabato in Turchia. La società è però in apprensione per le condizioni fisiche di Carmelo Gitto dopo la distorsione alla caviglia nella gara di domenica.



BASKET

LatinaTelefonia dei grandi successi

A CURA DELLA REDAZIONE



Nuovi grandi progetti all'orizzonte per la Latina Telefonia. A questo punto del campionato le ragazze dei coach Rizzi, Uzteri e Galeazzi hanno fermamente dimostrato il loro livello e la loro grande voglia di fare. Nel derby di sabato scorso con la Virtus BK Aprilia la Latina Telefonia mette in campo un'eccellente formazione con le atlete Bellato, Orazi, Paladino E., Macale, Femina, Antetomaso, Baselice, Pedoto, Paladino A. e con Viviana Vitali al suo esordio assoluto. Una bellissima partita quella al Palabianchini, la squadra strapazza le avversarie e ancora una volta si aggiudica il derby, con ben 20 punti di vantaggio. Il Presidente Tasciotti dichiara la sua soddisfazione, fiero delle sue ragazze e già pensa in grande per il prossimo anno. Adesso l'impegno è mantenere salda la squadra con iniziative sempre nuove. "La coesione tra le atlete - afferma lo stesso Tasciotti - è di certo un nostro vantaggio e continueremo a lavorare per lo spirito di squadra". E intanto il basket femminile guarda al futuro. I prossimi appuntamenti di campionato per la LatinaTelefonia: sabato 29 marzo contro la Pol.Petriana a Roma; sabato 5 aprile contro Basket Valsugana sempre a Roma e per chiudere in bellezza domenica 13 aprile in casa, al Palabianchini contro la SRB Roma.

BASEBALL

Inizia la nuova stagione

di GIACOMO TERRANOVA

Pochi giorni ancora all'inizio del Campionato 2014 di Baseball, e la società pontina ASD Insieme Latina, da alcune settimane sono ripresi gli allenamenti sul campo Mario Zago e la dirigenza non ha smesso di lavorare durante tutto l'inverno per arrivare a programmare nel migliore dei modi la nuova stagione 2014. Proprio nei giorni scorsi chiuso il mercato di marzo, dove alcuni rinforzi per il Latina arriveranno dalla vicina Nettuno. I vertici della società e il presidente Mauro Bruno hanno incontrato il nuovo assessore allo sport, Michele Nasso, per presentare la società e per parlare di quelli che saranno i programmi futuri. Uno su tutti il problema legato alla costruzione del nuovo impianto da Baseball che dovrà sostituire l'attuale diamante di via Ezio. L'area dove insiste l'attuale struttura sportiva, infatti, è interessata da un piano urbanistico di sviluppo dell'intera zona attorno all'attuale sede della Procura della Repubblica e al posto del campo dovrebbe nascere un intervento edilizio. Da qui la richiesta formulata al comune di individuare l'area e avviare la costruzione dell'impianto. "Vogliamo ripartire da quell'impegno - ha spiegato Mauro Bruno - perché la costruzione del campo da baseball non si può ulteriormente rimandare anche nella considerazione che l'impianto di via Ezio avrebbe bisogno di una straordinaria attività di manutenzione per eliminare alcune parti fortemente compromesse dal tempo e dall'usura. Spendere somme su quell'impianto a mio avviso è poco conveniente proprio nella considerazione che, credo, i tempi per liberare l'area siano maturi".



Patrizia Millefiorini porta il titolo italiano a Latina

La 50enne pontina fa il pieno di medaglie nei campionati Master del nuoto sincronizzato

di DOMENICO ANTONELLI

Chi lo dice che non si possa iniziare ad imparare uno sport in un'età non più tenerissima e che non si possa raggiungere un traguardo comunque favoloso? Forse qualcuno lo penserà pure, ma questa storia è pronta a smentirvi. Protagonista di questa "favola" è Patrizia Millefiorini, atleta che, alla soglia dei 50 anni, può fregiarsi del titolo di campionessa nazionale Master di nuoto sincronizzato. Ad incorrarla sono stati i campionati italiani invernali che si sono svolti ad Avezzano. Patrizia Millefiorini, prima atleta pontina a partecipare a questa manifestazione, ha strabiliato tutti, conquistando il gradino più alto del podio. Una storia particolare, la sua, visto che Patrizia ha iniziato a "studiare" nuoto sincronizzato solo da poco più di tre anni. Nella sua "vita sportiva", infatti, ha sempre avuto a che fare con l'acqua, tra nuoto e nuoto per salvamento, disciplina quest'ultima nella quale ha vinto più volte il titolo italiano. Si è affacciata al nuoto sincronizzato, però, solo nella stagione 2010-11, all'età di 47 anni, e ha deciso di impegnare tutte le sue energie per acquisire dapprima i rudimenti di questo sport, tanto affascinante quanto difficile, e poi, spinta da una grande passione, con l'ausilio del solo manuale della Federazione e del materiale reperibile su internet, ha affinato la sua tecnica fino a raggiungere competenze tali da essere arruolata in una squadra titolata come



la Ferratella Syncro. Con il club di Roma, dall'ottobre 2013, Patrizia Millefiorini si è allenata ogni settimana per realizzare il suo sogno. Oggi si può dire che ce l'ha fatta, avendo conquistato ben due medaglie ai campionati nazionali: argento nel "duo" con la 39enne romana Alessia Compagnucci, e oro nella squadra, sempre con la Compagnucci, Alessia Ciurnelli, 35 anni, nonché una delle sue valide allenatrici, e la giovane Ludovica Filippini, 21 anni. Quest'atleta 50enne ha dimostrato una volta di più che l'impegno e la passione pagano. Ed è proprio questa passione che Patrizia da tre anni cerca di trasmettere, insieme alle necessarie competenze, alle giovani sincronette che allena nella piscina comunale di Latina per la società Nuoto 2000.

BASKET

La Benacquista vince la Coppa Italia

di GIACOMO TERRANOVA

Una storica impresa per la Benacquista Latina, che al Palafiera di Rimini, è riuscita a sconfiggere la Legnano dell'ex coach pontino Mattia Ferrari. La formazione allenata in questo momento dal tecnico Gigi Garelli, dopo una partita passata lungamente a inseguire è riuscita a imporsi con il punteggio di 71 a 69. Con questo risultato la società si conferma ai vertici nazionali, frutto di una politica societaria che proprio sui giovani ha puntato per riportare il nome della squadra in cima al mondo del basket. Ora i dirigenti e gli atleti si godono il momento d'oro. Il primo cittadino, Giovanni Di Giorgi, in una nota inviata al Presidente Lucio Benacquista, ha voluto rivolgere i suoi complimenti alla Benacquista Basket Latina per la grande impresa che l'ha portata a vincere la Coppa Italia di categoria. Nella nota è evidenziato il grande lavoro per aver raggiunto un obiettivo con forza, con coraggio e determinazione ma che è anche il frutto dell'impegno e del grande lavoro di giocatori, tecnici e tutto lo staff societario. Il Sindaco, consapevole del progetto, che la società da anni persegue, con professionalità e abnegazione, non nasconde la stima nei confronti del presidente, Lucio Benacquista, alla sua famiglia e a tutti i collaboratori. A rendere omaggio alla società è stato anche il Panathlon Club di Latina, che ha organizzato una serata in onore del presidente, Lucio Benacquista e della squadra al completo, per aver posto i valori dello sport al centro dell'attività, dando priorità alla promozione del basket tra i giovani e nelle scuole.



conTatto

PERIODICO DI INFORMAZIONE

Reg. Trib. di Latina n. 12/12 del 06/11/2012

Direttore Responsabile
DINA TOMEZZOLI

Vicedirettore
ADRIANO FIORE

Contributors
LUCIA DE CRISTOFARO - SONIA TONDO

Hanno collaborato

Fabrizio Agostini
Domenico Antonelli
Tommaso Ardagna
Luisa Belardinelli
Samantha Centra
Paola Cimaroli
Michela Iazzetta
Antonella Melito

Valentina Pacchiele
Marta Parcesepe
Valentina Salomone
Simona Serino
Monica Spinazzola
Giacomo Terranova
Giorgia Vertaglia

Marketing e Comunicazione

Arturo Fiore - Roberto Centra

Team manager

Samantha Centra

Progetto Grafico

Ideato e curato da I.S.E.D.I.C.A. s.c.r.l.

Stampa

Rotostampa s.r.l.

Società Editrice:

RoArt Press

Segreteria operativa:

Redazione: +39 3407229598

redazione@periodicocontatto.it

www.periodicocontatto.it

È vietata la riproduzione anche parziale
Tutti i diritti sono riservati.

PALLAMANO

Pallamano: due pontini nella nazionale Under 20 di pallamano

Lo sport pontino scrive il nome di due pontini nella nazionale Under 20 di pallamano, questo grazie all'impegno delle società che nei giovani credono e investono

di DOMENICO ANTONELLI

Chi semina raccoglie! E' quello che stanno facendo le società pontine, credendo e investendo nei giovanissimi atleti della nostra Provincia, infatti, il risultato è arrivato tramite la convocazione dei due atleti della Geoter Gaeta. I giovani pontini parteciperanno dal 4 al 6 aprile in Macedonia per disputare le gare di qualificazione ai Campionati Europei di categoria, in programma dal 24 Luglio al 3 agosto in Austria. La convocazione porta la firma dei tecnici Fredi Radojkovic e Fabrizio



Ghedin, che hanno chiamato i pontini Daniel Recchiuti e Pierluca Bettini. I due "piccoli campioni" sono conquistati la convocazione nella nazionale Under 20 nonostante siano notevolmente sotto età, Recchiuti, infatti, è classe '95, Bettini addirittura '96. I giovani azzurri affronteranno nel proprio raggruppamento, i pari età di Islanda, Grecia e della Fyr Macedonia, padrona di casa. Le gare si disputeranno tutte nella città di Skopje.

Il Casale Corte Rossa

Azienda agrituristica



Ristorante - Pizzeria - Camere
Eventi - Matrimoni - Cerimonie

Via Sabotino, 49 B.go Sabotino - Latina

tel 0773645766 - corterosa@tin.it

www.corterosa.com