conTatto

ANNO II - NUMERO 26

PERIODICO DI INFORMAZIONE

VENERDI23MAGGIO2014

www.periodicocontatto.it

Un milione e mezzo di Euro dei fondi dell'Unione Europea per migliorare le spiagge di tutto il litorale pontino

Cambia il futuro del mare a Latina

I progetti: un villaggio del benessere, il nuovo lungomare, la pista ciclabile, tutto grazie al riconoscimento della bandiera blu per l'anno 2014

Latina è ufficialmente bandiera blu 2014. È la prima volta nella storia che il mare di Latina ottiene una bandiera blu. In provincia di Latina sono numerose le spiagge ad avere ottenuto questo riconoscimento: Gaeta, Sabaudia, San Felice, Sperlonga e Ventotene nella zona di Cala Nave. L'importante vessillo è stato consegnato durante una cerimonia che si è tenuta presso la presidenza del Consiglio dei Ministri. A ritirarlo il vice sindaco e assessore all'ambiente Fabrizio Cirilli, che ha voluto candidare Latina e ha lavorato per raggiungere l'obiettivo, e il sindaco di Latina Giovanni Di Giorgi. Diversi i criteri di giudizio seguiti per aggiudicarsi l'ambito drappo, tra cui l'educazione ambientale e la gestione del territorio con particolare attenzione alla qualità delle acque di balneazione, l'organizzazione e la pulizia delle spiagge e servizi offerti.

di DINA TOMEZZOLI

PAGINA 2

Quella linea sottile

di DINA TOMEZZOLI

Più volte in questi giorni mi sono chiesta, ma in che mondo viviamo? E la risposta mi ha stupito più della domanda, viviamo nel mondo che abbiamo costruito. Un mondo che però mi rappresenta poco. Un mondo in cui l'egoismo ha occupato il posto dell'altruismo dove ciò che conta di più è il raggiungimento del potere, a qualsiasi livello e a qualsiasi prezzo. Un luogo dove la globalizzazione, ha creato, e continuerà a creare, fasce sempre più ampie di uomini costretti sotto la soglia di povertà. Una terra dove le violenze quasi non fanno più audience, omicidi, stupri, rapine, droga, fanno parte della routine. Avere paura di tornare a casa, d'incontrare bande di manigoldi intenti a svaligiare appartamenti, o peggio un ex geloso, in preda ad un attacco di possessività, diventa normale. Ci stiamo abituando a vivere in ambienti avvolti di aggressività, dove il confine fra giusto e sbagliato, fra legale ed illegale si assottiglia sempre di più. Dove la meritocrazia è un optional e primeggia chi è più furbo. Dove precipita il buon senso e, la mancanza di valori, ci sta portando verso una degradazione morale e materiale che non può, non deve, lasciarci indifferenti. Viviamo in un'epoca, dove sapere è fondamentale, ma la cosa determinante è lo scoop e, non importa se le accuse risulteranno poi infondate, l'importante è poterne parlare al più presto, prima degli altri, quasi fosse una gara. Una corsa alla disinformazione che divide l'opinione pubblica in innocentisti e giustizieri e il senso di giustizia diventa mediatico. Il mondo che vorrei è diverso. Sogno per i miei figli un mondo dove il rispetto per le persone e le cose torni ad essere essenziale. Dove la famiglia possa tornate ad essere un approdo sicuro e riconquisti i valori di un tempo. Dove la legalità faccia parte del quotidiano e i diritti umani tutelati da una giustizia certa e uguale per tutti. Vorrei un mondo, dove oltrepassare la linea sia difficoltoso e faccia la differenza stare al di qua o la di là della barricata.

Attualità

Donne in piazza

Balzati nelle prime pagine della cronaca nazionale, gli abitanti di Borgo Bainsizza non ci stanno. Qualche giorno fa abbiamo incontrato una folta delegazione delle Donne dei Borghi che hanno deciso di rimboccarsi le maniche. L'impressione comune è che gli abitanti dei Borghi di Bainsizza – Montello siano precipitati in un incubo. Le giornate spensierate in campagna, le chiacchierate nel piazzale della chiesa, le serate fra amici in piazza sono solo un lontano ricordo. Nei borghi non si sorride più, c'è tensione, da settimane la casa, il luogo sicuro dove rifugiarsi dopo una giornata di lavoro è diventato terra di conquista, con decine di case razziate durante la notte, e anche tre bar svaligiati in una settimana.

di LUISA BELARDINELLI
DINA TOMEZZOLI

PAGINA 3

Personaggio

Daniele Nardi In Vetta Al Mondo

Classe '76, fisico allenato e occhio attento: il tipico sguardo di chi possiede un grande acume, di chi ha padronanza di se e dei propri limiti. In verità di limiti, Daniele, ne ha davvero pochi. Ha iniziato con l'arrampicata sportiva sulla parete rocciosa che delimita lo strapiombo sermonetano, con una corda di sicurezza, tanta incoscienza e poco più. E' uno sportivo che conosce palmo a palmo le falesie delle Placche Rosse, quella lunga fascia calcarea che persiste proprio sotto Norma, e poi lo Scoglio dell'Araguna, La Grotta del Pipistrello, la Gola dei Venti. Per chi parte dai Monti Lepini, come lui, perfettamente conscio che sia quasi impossibile essere profeta in patria, il più alto monte che può percorrere è il "Semprevisa", 1536 metri sul livello del mare.

di PAOLA CIMAROLI

PAGINA 7

Una bandiera blu colma di speranza

Dopo un riconoscimento da tanto atteso, è ora il momento di mettere in campo forze, sinergie e progetti per migliorare il litorale e la ricettività

SEGUE DALLA PRIMA

BandieraBlu e l'Assessore Cirilli

Il prestigioso riconoscimento della Fee, federazione per l'educazione ambientale, è stato assegnato anche a Latina durante la cerimonia svoltasi a Roma nella sala della presidenza del Consiglio dei Ministri. A presentare la candidatura sono stati 163 Comuni e per la prima volta che Latina. Diversi i criteri di giudizio seguiti per aggiudicarsi l'ambito drappo, tra cui l'educazione ambientale e la gestione del territorio con particolare attenzione alla qualità delle acque di balneazione, l'organizzazione e la pulizia delle spiagge e servizi offerti. Da non trascurare poi anche gli impianti di depurazione, che devono essere funzionanti; la gestione dei rifiuti con particolare riguardo alla riduzione della produzione, alla raccolta differenziata e alla gestione dei rifiuti pericolosi; la cura dell'arredo urbano e delle spiagge; la possibilità di accesso al mare per tutti i fruitori senza limitazioni. "Vederci al pari d'importanti città, di grande tradizione turistico/ambientale, è un'emozione unica, quasi insperabile fino a qualche anno fa" – ha dichiarato il Sindaco Di Giorgi – "L'ambito riconoscimento, che per la storica e indiscussa serietà di chi lo concede, ci premia al di là ed al di sopra di ogni qualsiasi dubbio o logica di contrapposizione di parte, ci pone ora di fronte alla grande responsabilità di proseguire con determinazione nel lavoro iniziato attraverso il completamento dei lavori del PLUS, entro il 2015, della realizzazione dell'isola pedonale al centro città e, auspicando lo sblocco delle procedure, al completamento delle opere di ripascimento, già iniziate ma attualmente ancora sospese". "Questo risultato – ha aggiunto l'Assessore Cirilli – deve rappresentare chiaramente non un punto di arrivo ma un punto di partenza, una boccata di speranza ed entusiasmo per i nostri imprenditori che come noi hanno e stanno dimostrando ancora di credere nel nostro meraviglioso territorio". Molte le polemiche e le perplessità da parte di scettici cittadini che hanno ritenuto il riconoscimento, lontano dalla realtà dei fatti, in modo particolare, rispetto alla qualità delle acque di Latina. "Le analisi della qualità delle acque - spiega Cirilli - non sono fatte dal Comune ma da organismi terzi e di garanzia, si tratta di dati relativi alla qualità delle acque degli ultimi quattro anni, su campionamenti raccolti durante le stagioni estive. Se l'acqua del nostro mare in alcuni tratti e per alcuni periodi può avere un colore "non invitante", non significa che non sia di buona qualità. Questi fenomeni sono legati al caldo e alla proliferazione di alghe che arrivano anche dai canali. Questo però non giustifica un allarmismo che non trova riscontri nelle analisi dell'Arpa, dell'Asl e nel fatto che, effettivamente, queste analisi insieme ad altri fattori, sono state considerate valide per assegnare questo riconoscimento che oggi deve portarci ad essere ottimisti. Stiamo gettando le basi per costruire qualcosa di straordinario puntando davvero, in modo concreto, alla riqualificazione della marina di Latina". Durante la conferenza stampa di presentazione della bandiera, l'assessore Cirilli ha spiegato come il comune ha ottenuto il vessillo – "Prima di tutto abbiamo utilizzato il progetto Comunitario Life, non solo per realizzare l'impianto di fitodepurazione, che tra l'altro è quasi ultimato, ma soprattutto come studio ambientale condiviso con più enti per il governo del territorio; poi abbiamo presentato, attraverso i fondi Por Fsr Lazio 2007/2013, il progetto 'Open Data - Latina Blu' che provvedeva sostanzialmente alla realizzazione di una piattaforma tecnologica fruibile come strumento di controllo, gestione e comunicazione, di tutte le informazioni inerenti, il programma 'bandiera blu' con particolare riferimento ai temi della gestione del territorio, al fine di un'attenta salvaguardia dell'ambiente, il progetto è stato finanziato per un importo di Euro 179.000. Attraverso questi due progetti "Studio Life" e "Open Data" che ci hanno visto gestire risorse per 1 milione e mezzo di Euro tutte provenienti da finanziamenti europei, pertanto a costo zero per l'Amministrazione. Siamo riusciti a mettere in rete tutta una serie d'interventi strutturali e programmatici – prosegue Cirilli – la riqualificazione del depuratore di Borgo Sabotino, la ristrutturazione progressiva della nuova rete fognante della marina, la fitodepurazione, le nuove piste ciclabili (in particolar modo il collegamento di quella di Via del Lido con i quartieri Q4/Q5 d'imminente completamento); i progetti scolastici in Ecoschool, la manutenzione e la valorizzazione delle nostre aree verdi, e non per ultimo la parte operativa del progetto Open Data, che prevede la pubblicazione, on line, dei dati relativi alla qualità delle acque e ai servizi presenti sul lungomare di Latina. Il portale Latinablu.it (o un eventuale link che si potrà trovare sul sito del Comune di Latina) renderà noti, in tempo reale, tutti i dati. A verificare la veridicità di quanto affermato dall'ente ci sarà costantemente la Capitaneria di porto che potrà effettuare controlli quotidiani". Ma come sarà il futuro del nostro lungomare, basterà una bandiera blue per renderlo più bello e frequentato? "La bandiera blu è un punto d'inizio essenziale su cui puntare per costruire quello che riteniamo sarà il volano dell'economia di questa città: il lungomare di Latina – afferma il Sindaco Di Giorgi – Da mesi stiamo lavorando con i cantieri del Plus, stiamo mettendo mano ai mezzi urbanistici che ci consentiranno, in collaborazione con i privati, di ripensare le strutture ricettive, di mettere in condizioni i turisti di venire a Latina, di restarci perché vale la pena farlo: per il mare, per i ristoranti, per gli alberghi, per i servizi in generale, la stagione di rilancio della nostra marina è appena cominciata". Nei progetti di riqualificazione anche le fantomatiche Terme di Fogliano: "Abbiamo ereditato una situazione complicata - spiega il sindaco - che stiamo cercando di risolvere. Anzitutto stiamo facendo quantificare la società e poi avvieremo un bando per la ricerca di privati pronti ad investire. L'idea è uno stabilimento termale, un villaggio del benessere, che contribuisca a far crescere ulteriormente l'economia sul territorio. Vogliamo farlo, non abbiamo intenzione di mettere da parte l'idea perché significherebbe buttare i milioni di euro investiti in questi anni per tenere in piedi i pozzi nonostante i contenziosi in atto con la società Condotte. Quello che ci interessa è risolvere il problema e oggi siamo in condizione di farlo".

di Dina Tomezzoli

INIZIATIVE

Il Banco di Solidarietà "Erio Muratori"

Assistenza ed impegno nella cattedrale San Marco di Latina. Il 70% degli assistiti sono italiani, e il numero delle famiglie aumenta ogni giorno

di ELENA SPUNTON

La crisi economica. Da qualche anno a questa parte i giornali ci hanno bombardato, tanto che ci siamo quasi abituati a quest'espressione. Si racconta d'indici e percentuali a volte incomprensibili, si leggono le notizie ormai con distrazione. Ciò che nei giornali e nelle televisioni si è fatto abitudine, per alcune famiglie è una lotta sempre più difficile giorno dopo giorno. Raccontare la crisi dalla visuale di chi la vive sulla propria pelle, è storia diversa e anche molto più impegnativa. Se scrivessi che il tasso di disoccupati nella nostra provincia si attesta al 13,9 % fornirei solo un altro numero. L'obiettivo è rendere noti i grandi disagi che stanno attraversando i pensionati e le famiglie, difficoltà nel fare la spesa quotidianamente, nell'assicurarsi cure mediche basilari, nel pagare l'affitto. Per dare voce alle persone nulla può essere più fruttuoso che consultare i volontari che ogni giorno sono impegnati nella città distribuendo generi alimentari di prima necessità. Abbiamo visitato la sede a San Marco del Banco di Solidarietà "Erio Muratori", un'associazione costituitasi ufficialmente 3 anni fa e, nessuno meglio di loro può raccontare gli effetti reali della crisi nella nostra città; nel 2010 gli assistiti erano 272 per un totale di 59 nuclei famigliari, 12 anziani e 38 bambini. Dal 2011 in poi la crescita salta all'occhio: si passa a 367 persone di cui 93 famiglie e 48 bambini, nel 2012 il numero cresce ancora 476 persone, 131 famiglie, 32 anziani e 40 bambini. Si arriva agli attuali 570, 150 nuclei famigliari, 52 bambini. Il 70% degli assistiti sono italiani e solamente il 30% stranieri (cittadini dell'Est Europa, dell'Africa, e dell'Asia).

L'associazione è in prima linea per l'assistenza ai cittadini in difficoltà: i volontari distribuiscono gratuitamente direttamente a domicilio un pacco viveri mensile e ogni giorno presso San Marco delle buste d'emergenza contenenti generi alimentari di prima necessità come pane, latte, frutta (attualmente ne usufruiscono 180 persone al mese). Tutti gli approvvigionamenti sono recuperati dall'associazione tramite donazioni, aziende agroalimentari della zona, privati cittadini oltre che dalla collaborazione con il Banco Alimentare di Roma e del Lazio che raccoglie le derrate alimentari provenienti dalla Comunità Europea. L'esperienza della consegna dei viveri a domicilio assicura la nascita di un rapporto quasi famigliare tra il volontario e gli assistiti e così, oltre alla consegna materiale dei viveri ci s'incontra anche per un bisogno reciproco di compagnia, per donarsi a vicenda un piccolo momento di spensieratezza in questi periodi così duri un po' per tutti. Per ottenere maggiori informazioni sull'operatività dell'associazione e per contattare i volontari: bds.latina@gmail.com, Tel. 0773 47 19 20; per poter contribuire con donazioni ci si può recare presso la sede sita all'interno dell'oratorio San Marco in Viale La Marmora, oppure donare il proprio 5 x 1000.

“Aiutateci”: ecco l’appello delle donne di Borgo Bainsizza incontrate qualche giorno fa

Caso Al Karama. Voce alle donne

“Non siamo razziste, siamo madri e mogli, lavoriamo tutto il giorno e vogliamo vivere la nostra quotidianità in modo pacifico”.

SEGUE DALLA PRIMA

La convivenza tra gli abitanti del borgo e gli ospiti del centro di accoglienza Al Karama è ormai ai ferri corti; dopo gli ultimi episodi di violenza e furti gli abitanti del borgo iniziano a farsi sentire. Una voce delle donne che da flebile è diventata frastuono: “Vogliamo che il programma specifico di quel centro di accoglienza sia attuato e mantenuto, non vogliamo più avere paura di uscire di casa, non vogliamo più guardarci alle spalle per andare a buttare la spazzatura!”. “Andare a scuola per mia figlia è diventata un’avventura, il pulmino predisposto a tale spostamento è affollato dalle donne Rom di Al Karama, le quali hanno ormai ben superato l’età scolastica ma che si trovano ‘costrette’ ad usufruire di quel mezzo per spostarsi”.

Una ragazza poco più che ventenne con le lacrime a gli occhi: “la sera quando rientro a casa dopo una serata con gli amici, ho il terrore che mi possa succedere qualcosa; mia madre mi aspetta sveglia e presidia l’entrata del portone, ma si può vivere così? Mio padre ha una carrozzeria e riceve costantemente minacce. Chi ci tutela a noi? L’arma da fuoco che riponiamo nell’armadio?”.

La situazione è questa, un susseguirsi di storie, di paure, di angosce, tutte molto simili tra loro ma che non hanno nulla a che vedere con i sentimenti xenofobi e razzisti di cui alcune testate giornalistiche ignorantemente hanno riportato. “Se proprio vogliamo parlare d’intolleranza, ma è un termine che vista la situazione, spesso viene confuso, la possiamo legare ai comportamenti incivili di alcuni; sfido chiunque a vivere nella nostra situazione!”.

Siamo rimaste colpite dalla forza di queste donne che con coraggio proteggono le loro tradizioni, la loro famiglia e la loro incolumità.

“Con mio marito lavoriamo nei campi che abbiamo curato per decenni, proteggiamo la nostra terra e vedere come la stanno distruggendo, ci lacera il cuore; nessuno presidia il nostro territorio e nessuno ci tutela”.

Dove sono le autorità? Hanno le mani legate anche loro? Aspettano che arrivi la vittima sacrificale?

Ecco, queste donne non vogliono che si arrivi a così tanta violenza; “Gli ospiti del Centro hanno anche loro diritto ai servizi predisposti ma questi al momento non sono presenti. Il progetto d’integrazione non ha avuto seguito. Le condizioni igieniche in cui vivono sono drammatiche”. Vivere senza uno scopo è frustrante e nella sporcizia e miseria è alienante; tutto questo provoca disagio negli ospiti di Al Karama, i quali con molta facilità intraprendono la strada della malavita e della criminalità organizzata.

I Punti del Programma Al Karama

Tante le domande in merito al centro Al karama ma, poche e insoddisfacenti le risposte da parte delle autorità e delle istituzioni. Il famoso progetto d’integrazione prevede un coinvolgimento attivo degli ospiti del Centro riguardo la produttività del territorio in questione. E’ stato davvero effettuato o Al Karama è divenuto un semplice dormitorio svuota menti? Gli abitanti del borgo sono stanchi di avere paura, non vogliono assistere agli atti vandalici che si susseguono ormai da troppo tempo, denunciano la mancanza di controlli e minacciano le famose ronde notturne. Non solo, denunciano anche lo stato di degrado in cui vivono le donne e i bambini del centro. Il pericolo che nasca una “guerra fra poveri “ è dietro l’angolo. Cosa chiedono gli abitanti e nel nostro caso specifico le donne intervistate del Borgo? Semplicemente che sia rispettato il progetto iniziale del Centro di accoglienza: verifica della reale capacità ricettiva della struttura; censimento dettagliato dei residenti ogni mese; smantellamento del sito attuale che non rispetta le norme igieniche e di sicurezza; verifica certa dei minori presenti nella struttura per gli obblighi scolastici; presidio fisso di Polizia e operatori sociali fino ad arrivare alla chiusura del centro. A giugno, data da definire, è previsto un Consiglio comunale finalizzato ad attuare il programma pocanzi delineato. Un programma che sarebbe dovuto già partire qualche anno fa e finanziato generosamente dalla Regione Lazio e dall’Unione Europea.

La lettera

Intanto le Donne del Borgo decidono di muoversi e preparano una lettera, indirizzata a tutte le istituzioni competenti, stanno già raccogliendo le firme e sono tante, più di trecento.

- Al Presidente del Consiglio - Dr. Matteo Renzi
- Al Prefetto di Latina - Ecc. A. D’Acunto
- Al Presidente della Regione Lazio - Dr. Nicola Zingaretti
- Al Questore di Latina - Dr. A. Intini
- Al Sindaco di Latina - On. Giovanni Di Giorgi

OGGETTO: Richiesta d’attenzione e di udienza

Vista la preoccupante situazione in cui versano i Borghi di Bainsizza-Montello a causa dell’esasperazione per i furti, per il degrado, per il disagio che stiamo vivendo continuamente e che preoccupa seriamente, noi DONNE dei Borghi per l’incolumità dei nostri figli, mariti, fratelli e della gioventù locale a causa anche del tam tam mediatico che ci ha coinvolto, CHIEDIAMO una maggiore attenzione e impegno a risolvere le seguenti problematiche:

1. Mancanza di sicurezza (aumento di furti, aumento dei danni subiti a causa di tali furti sia personali che materiali, aumento delle paure);
2. Mancanza di rispetto della legalità perpetrata dai residenti del centro accoglienza denominato Al Karama e testimonianza dai recenti arresti;
3. Mancanza del rispetto delle condizioni igienico-sanitarie;
4. Mancanza di applicazione del Regolamento inserito nel Progetto relativo al Centro ed in vigore dal 2011 e che alleghiamo alla presente.

Borgo Bainsizza, 10/05/2014

di Luisa Belardinelli e Dina Tomezzoli

SALUTE

Sogni che diventano realtà: Ottica Davoli

A CURA DELLA REDAZIONE

Oggi parliamo di sogni. Tutti sin da piccoli abbiamo sognato le cose più disparate, i nostri nonni ascoltando la radio sognavano di poter anche vedere i loro beniamini, i nostri padri di andare sulla luna, e noi di avere in un piccolo dispositivo per collegarci con tutto il mondo. Cose che si sono avverate e che adesso fanno parte della vita di tutti i giorni, tanto da sembrare semplici e scontate.

Questo non succede per chi sogna di togliere gli occhiali, la strada non è cosi semplice ed è piena ostacoli.

E se vi dicessi che mettendo delle lenti a contatto apposite mentre dormite il giorno dopo andate in giro senza nulla vedendoci? Non è uno scherzo, parliamo di Ortocheratologia notturna. Un innovativo e rivoluzionario sistema che utilizza speciali lenti a contatto rigide gas permeabili per migliorare la vista già dal primo giorno di uso. La miopia e l’astigmatismo si riducono e l’acutezza visiva senza lenti o occhiali torna ad essere perfetta.

Le speciali lenti a contatto, utilizzate durante il sonno e tolte la mattina al risveglio, consentendo una buona acutezza visiva per tutto il giorno. Grazie al loro particolare disegno che, con una curva inversa, permette durante il sonno di cambiare dolcemente la curvatura della cornea, riduce la miopia e migliora così la nostra qualità di vita.

Oggi vedere bene senza lenti e occhiali è possibile. Se volete saperne di più Ottica Davoli.

Una sfida per le malattie rare della retina

di MARIELLA SALOMONE

Una malattia è considerata rara quando colpisce una persona ogni 2.000 abitanti. Purtroppo le malattie rare, definite anche orfane, non godono dell'interesse delle case farmaceutiche che non investono fondi per la ricerca scientifica della loro cura. In genere sono le famiglie degli ammalati che si organizzano in associazioni di volontariato per promuovere attività terapeutiche e di assistenza per migliorare lo stato dei loro cari.

L'ipovisione è la condizione in cui si trova l'individuo che, a causa di una malattia oculare o, più di rado, neurologica, ha perduto la sua autonomia visiva, con un residuo visivo ridotto a 3/10 o meno, e che si differenzia da uno stato di cecità totale, con residuo visivo nullo e, solo in Italia, si contano 1 milione di ipovedenti.

Nei paesi industrializzati, le principali malattie che possono determinare l'ipovisione, fino alla cecità, sono soprattutto le malattie della retina (principale responsabile della visione), ed in particolare le malattie ereditarie, cosiddette eredo-degenerative, progressivamente invalidanti e che, ad oggi, non godono di cure.

Le alterazioni della retina sono rilevate attraverso l'esame del fondo dell'occhio. Le patologie a carico della retina possono coinvolgere o la macula, che corrisponde alla zona di massima acuità visiva, o le zone di retina periferica: se la lesione interessa la macula, si hanno distorsione delle linee rette, perdita dell'acuità della visione centrale e alterazioni della visione dei colori. Se invece riguarda altre aree retiniche, si possono avere alterazioni di una porzione di campo visivo o anche cecità totale.

La Retinite Pigmentosa è una disfunzione della retina caratterizzata dalla comparsa di zone abnormi di pigmento nella retina che subisce un progressivo deterioramento perdendo la capacità di trasmettere al cervello le informazioni visive. I sintomi principali sono cecità crepuscolare, reazione alla luce (abbagliamento), limitazione del campo visivo. Si accompagna anche a cataratta, disturbi vestibolari o sordità configurandosi come Sindrome di Usher. Al momento non esiste cura che arresti lo sviluppo della malattia o che la guarisca.

L'Amaurosi congenita di Leber (ACL) è una forma di retinopatia ereditaria caratterizzata da grave ipovisione o cecità già presenti alla nascita o dai primi mesi di vita. I bambini affetti da tale patologia presentano movimenti oculari caotici e pupille scarsamente reattive alla luce.

La malattia di Stargardt è la più comune forma di degenerazione ereditaria della macula, ovvero la porzione della retina più importante per la corretta visione nell'uomo, caratterizzata da macchie giallastre attorno alla macula. Insorge nei primi vent'anni di vita e si manifesta con una riduzione dell'acuità visiva. Non è al momento disponibile nessuna terapia efficace.

La malattia di Best, o distrofia maculare vitelliforme, è una rara distrofia bilaterale della macula, caratterizzata dall'accumulo di pigmento giallastro a livello della macula. Anche per questa malattia, al momento, non è disponibile nessuna terapia efficace.

Le malattie eredo-degenerative della retina possono colpire sia gli adulti ma anche i giovani diventando un ostacolo rilevante nello sviluppo del vissuto personale. Si creano così per la persona con handicap visivo forti implicazioni psicologiche, con sensazione d'incertezza e distacco dalla realtà, essendo difficile l'integrazione nel mondo dei vedenti. E di riflesso un reale disagio sociale che può variare molto da individuo a individuo in base al tipo di danno, al tipo di patologia, alla presenza di altre malattie, secondo l'età, il lavoro, le esigenze personali.

La sfida dell'Unità di Oculistica dell'Ospedale Alfredo Fiorini di Terracina e in particolar modo del Professor Enzo Maria Vingolo, è di creare un centro di Malattie Rare della Retina sul territorio del sud pontino simile a quello operante presso il Policlinico Universitario di Roma, poiché una diagnosi tempestiva può ridurre gli effetti invalidanti della malattia. Soprattutto può rendere il futuro dell'individuo una sfida che merita di essere vissuta con entusiasmo per riconquistare e mantenere la propria indipendenza.

CONTATTO DIRETTO

Parliamone Insieme

RISPONDE LUCIA DE CRISTOFARO*

Cara Lucia,
sono un ragazzo di diciannove anni e ormai da due anni dopo aver sperimentato varie situazioni sentimentali, con ragazze diverse, cercando forse di nascondere a me stesso la verità, chiuso anch'io in quel recinto di pregiudizi di genere, la mia vera sessualità, ho finalmente preso consapevolezza della mia omosessualità. Sarà che due anni fa, in modo del tutto casuale, io abbia conosciuto il compagno con cui ancora condivido un affetto, o meglio un amore, davvero importante. Ma quest'amore io lo nascondo a tutti, nessuno sa dell'esistenza del mio lui, soprattutto in famiglia. Conoscendo il loro particolare rigore e tabù rispetto a tali situazioni non ho avuto sino ad adesso e non so se riuscirò mai a trovarlo, il coraggio di confidargli tutto, di uscire finalmente allo scoperto e dire ai miei genitori, ai colleghi, agli amici chi sono veramente. Consigliami tu, perché sono davvero disperato, considerato che dopo due anni il mio lui si è praticamente stancato di tutti questi sotterfugi e vivendo lui una omosessualità convinta e consapevole, non capisce tutte le mie ritrosie e aborrisce i miei pregiudizi. Ciao Marco

Caro Marco,
il tuo problema, se così lo vogliamo chiamare, è comune a molti giovani che una volta che hanno scoperto a chi è rivolta la loro sfera sentimentale hanno paura del giudizio degli altri e soprattutto della propria famiglia e dei propri genitori. Per dei genitori che vivono secondo una cultura di coppia formata da uomo e donna, probabilmente non è facile percepire certe sfumature, perché altrimenti indipendentemente dalla tua confessione lo avrebbero capito da tempo. Al di là del loro modo di vedere io credo che comunque a prevalere su qualsiasi sentimento dettato da una cultura un po' retrò sia l'amore che ogni genitore ha per i propri figli. Io stessa discuto continuamente con i miei, soprattutto con mia madre, ma so con grande certezza che posso andare a raccontarle tutto e che lei e mio padre sono e saranno sempre dalla mia parte, desiderando solo vedermi felice. Vedrai che anche nel tuo caso l'amore prevarrà, fortunatamente la società è andata avanti e non ci sono più dei condizionamenti tali da portare il genitore a ripudiare il figlio che non è come desidera. Ormai credo che la maggioranza dei genitori abbia preso coscienza che i figli sono delle persone pensanti e libere di operare le proprie scelte, anche in campo sentimentale. Penso, però, che il muro più alto che tu debba scavalcare sia il tuo stesso pregiudizio, finchè vivrai il tuo essere omosessuale come una colpa, come qualcosa da nascondere agli altri, sarai tu il peggior nemico di te stesso, sarai tu quello che sta dicendo di no alla sua vera sessualità, sei tu a considerarti diverso. Parlane con i tuoi e poi con quanti fanno parte della tua quotidianità e vedrai che potresti essere positivamente colpito da quanto amore e accettazione di un diverso modo di vivere i sentimenti ci può essere accanto a te, solo che a quanto pare non riesci ancora a vederlo.

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

Il Frotteurismo, l'ossessione di strusciarsi

di ARIANNA RECCO*

Il frotteurismo è una particolare parafilia che si manifesta con una compulsività a toccare e sfregarsi in modo ricorrente contro persone, non consenzienti, ai fini di un eccitamento e di una gratificazione sessuale. È un disturbo propriamente maschile che prende forma in luoghi solitamente affollati dove vi è una larga presenza di donne (centri commerciali, mezzi pubblici) in questi contesti l'individuo affetto da frotteurismo inizia lo strofinamento che non sempre viene subito notato dalla vittima proprio a causa dell'affollamento. Il soggetto strofina, attento a non farsi scoprire dalla donna prescelta, i suoi genitali contro le cosce o le natiche della vittima, oppure, arriva a toccarle i seni o altre parti intime. È proprio con questo strofinamento che l'uomo riesce a trarre piacere ed eccitazione sessuale immaginando una relazione amorosa con la vittima. Il frotteurismo ha il suo esordio in adolescenza e raggiunge il culmine verso i 15-25 anni, dopo di che si può verificare una sorta di regresso della frequenza della manifestazione parafiliaca.
Alcuni autori, tracciando il profilo di un frotteur, hanno ipotizzato si trattasse di un soggetto in cui lo sviluppo sessuale si è arrestato allo stadio infantile dell'erotismo corporeo. Per formulare la diagnosi di frotteurismo i criteri del DMV-IV (Manuale Diagnostico) prevedono che il soggetto, per un periodo di almeno 6 mesi, abbia fantasie, impulsi sessuali, o comportamenti ricorrenti, e intensamente eccitanti sessualmente, che prevedono il toccare, o lo strofinarsi, contro una persona non consenziente. Inoltre le fantasie, gli impulsi sessuali o i comportamenti devono creare un disagio clinicamente significativo o la compromissione dell'area sociale, lavorativa, o di altre importanti aree del comportamento. È importante che un soggetto affetto da frotteurismo intraprenda un percorso di cura poiché, episodi e manifestazione di questo disturbo, non di rado, portano a denunce e ad arresti. Chi soffre di questo disturbo potrebbe recarsi, per affrontare un processo di cura, da uno psichiatra, psicoterapeuta o sessuologo il quale, utilizzando la psicoterapia potrebbe analizzare e correggere le fantasie riportate dal soggetto. In alcuni casi non si è esclude il supporto farmacologico che porterebbe al controllo degli impulsi e a svolgere in maniera serena una corretta psicoterapia.

*psicologa-psicoterapeuta
Cons. sessuologo

SOCIETÀ

Cyber bullismo: i pericoli della rete

A CURA DELLA REDAZIONE

Appartengono al passato le spinte, gli schiaffi, le minacce, gli sputi, le derisioni. Oggi la tecnologia offre nuovi modi con cui perpetrare l'atto persecutorio nei confronti delle vittime. L'aumento dell'utilizzo d'internet comporta l'espansione del bullismo via web, tanto che questo fenomeno fatto di minacce virtuali è definito dagli psicologi statunitensi come cyber bullismo ossia il bullismo on line. Il termine indica atti di molestie e derisione effettuati tramite mezzi elettronici come la mail, il blog e la messaggeria che, seppur virtuale, rimangano identici a quelli attivati nel classico bullismo. Uno studio americano rivela che un adolescente su tre è soggetto a questa nuova forma e che si trova nello stato di vittima vera e propria. Rispetto al bullismo tradizionale, l'uso dei mezzi elettronici conferisce ancora più potenza al fenomeno, infatti, con l'anonimato del molestatore, il bullo elettronico approfitta della maschera virtuale e si sente meno responsabile delle azioni commesse a danno di altri. Un'altra caratteristica riguarda senz'altro i limiti spazio-temporali poiché a differenza di quello che avviene in contesti ben specifici (ad esempio in classe durante le ore scolastiche), il cyber bullismo investe la vittima ogni volta che si connette alla rete. Così, mentre i bulli della scuola non possono entrare nella casa, quello elettronico trova terreno fertile nel luogo più intimo e personale della vittima, la quale svilupperà ancora più insicurezza e fragilità. Il cyber bullismo costituisce, però, un doppio rischio, i nostri figli possono caderne vittime, ma, allo stesso tempo, diventare cyber bulli oppure addirittura molti lo sono già senza neanche averne preso coscienza. Pensano che quello che stiano facendo sia solo una burla, ma spesso questi scherzi sono fatti per far pagare qualche torto subito. E' molto importante spiegare agli adolescenti che certi comportamenti integrano azioni delinquenziali e pericolose di cui si occupa solamente l'autorità a questo preposta. Si ritiene che il fenomeno possa essere controllato con una sana informazione preventiva, intervento necessario a fronte dei gravi fatti di cronaca che hanno visto alcuni giovanissimi arrivare a gesti estremi dopo essere stati oggetto di diffamazione ed insulti su internet. Non solo, quindi, gli operatori della rete dovranno collaborare per prevenire e combattere il fenomeno, ma anche la scuola, in collaborazione con le associazioni e con i genitori, potrebbe portare avanti dei progetti per promuovere l'uso positivo della rete e di far conoscere i meccanismi di sicurezza a chi ha meno strumenti di tutela. I soggetti più esposti e più deboli rimangono comunque i più giovani che non sempre hanno gli strumenti culturali e di conoscenza per percepire a cosa vanno incontro. L'A.I.D.E.P., con il suo personale qualificato, assiste da sempre i minori vittime di bullismo e cyber bullismo. Per informazioni ed appuntamenti ci trovate presso la nostra sede di Via E. Filiberto 9 oppure ai numeri 0773/484628 – 3351577967 – 3476172522.

SALUTE

Cellulite e prova costume

A CURA DELLA REDAZIONE

L'estate è alle porte e con lei torna l'incubo della "prova costume". Uno dei problemi estetici più diffusi e tanto temuti è la cellulite: colpisce 9 donne su 10 (sia le magre che le meno magre), resiste alle diete, agli esercizi fisici e a molti trattamenti, ma qualcosa può essere fatto per arginarla e fermarla. La cellulite è una degenerazione progressiva del tessuto sottocutaneo. In pratica, si parla di cellulite quando le cellule adipose sono "immerse" in una quantità eccessiva di liquido, una situazione che causa la formazione di un tessuto fibroso, accompagnato da dolore. All'esterno la pelle prende il caratteristico aspetto a "buccia d'arancia". Alla base del ristagno dei liquidi c'è un'alterazione della microcircolazione nei capillari sottocutanei; può essere dovuta a fattori genetici, sedentarietà, fumo, utilizzo di farmaci, cause ormonali che favoriscono una maggiore ritenzione idrica, nonché un naturale deposito di sostanze grasse in determinate zone del corpo come cosce, glutei, braccia, fianchi. Un'altra causa importante, che influisce sulla comparsa della cellulite, è l'alimentazione scorretta, l'abbondanza di cibo, infatti, e quindi il sovrappeso, hanno sicuramente un ruolo attivo nella formazione della cellulite. Anche calzature troppo alte e vestiti troppo stretti possono contribuire all'insorgere del disturbo. Un sano ed equilibrato stile di vita, con attività fisica regolare e una dieta ricca di fibre, frutta e vegetali, aiuta sicuramente a migliorare il fastidio. Le principali cause della cellulite, sono da ricondurre a due fattori principali: la ritenzione idrica e la cattiva circolazione. Ecco perché se si vuole prevenire la cellulite o metterle un freno, bisogna adottare delle strategie che vadano a combattere queste due cause.
Nel centro Dietnatural sono a disposizione prodotti naturali mirati a base di tarassaco, ananas, centella, ginko e mirtillo che aiutano il drenaggio dei liquidi in eccesso, agendo favorevolmente sul trofismo della struttura dei tessuti cutanei e sottocutanei contrastando gli inestetismi della cellulite.
E' bene innanzitutto precisare che non esiste, almeno fino ad ora, un rimedio definitivo in grado di far scomparire miracolosamente la cellulite; esistono però molti accorgimenti e rimedi naturali efficaci, al fine di ridurre o prevenire il formarsi di questo fastidioso problema... con DIETNATURAL adesso puoi!

DIETNATURAL® CLINICA DEL DIMAGRIMENTO

La Protezione Civile "Passo Genovese"

di ANTONELLA MELITO

Il Gruppo di Protezione civile "Passo Genovese" nasce il 16 settembre 2008 dalla volontà di Maurizio Iaiza, che oltre ad essere sempre in prima linea è anche il Presidente dell'associazione. **Cosa ha portato alla fondazione del Gruppo?**
Due gli eventi che hanno scatenato la voglia di dare un contributo alla mia città. Il primo, quando facevo il servizio militare. Mentre camminavo per strada sotto la pioggia, si sono avvicinati a me due anziani che si sono offerti di darmi un passaggio, io ho accettato ma ho chiesto loro il perché di questo gesto. I due signori mi hanno risposto che avevano un figlio che stava facendo il servizio militare in Sardegna e hanno deciso di aiutare me con la speranza che qualcuno in caso di bisogno avesse fatto lo stesso con il figlio. L'altro è stato l'arrivo di una tromba d'aria che s'imbatté su Latina tanti anni fa e che butto giù tutti gli alberi che erano sulla strada del mare e causò molti danni alle case del lungomare. In quell'occasione mi resi conto che gli unici che potevano fare qualcosa erano i vigili del fuoco e in quel momento pensai…se potessi dare una mano! Da li ho sentito la necessità di fare qualcosa ed ho fondato questo gruppo. **Perché vi chiamate "Passo Genovese"?** Perché rappresenta la nostra storia, molti probabilmente, i più giovani, non la conoscono ma Passo Genovese è la storia di Borgo Sabotino. Durante la bonifica integrale tra gli anni '20 e '30, tutti i borghi della provincia hanno perso il loro nome originario e sono stati ribattezzati con i nomi delle battaglie principali della Prima Guerra Mondiale. Borgo Sabotino si chiamava Passo Genovese, prima della bonifica, la zona era sotto lo Stato Pontificio, commerciava molto con i genovesi ed era nota in tutta Italia per tre aspetti strettamente legati alla palude:
- le bufale e la produzione di latte e mozzarelle.
- Il legname di tipo forte delle foreste dell'allora "Macchia di Cisterna", soprattutto querce, che Genova utilizzava per costruire le sue imbarcazioni
- Il pesce di acqua dolce e salata che proveniva dai laghi, dagli stagni e dalle peschiere oltre che dal mare e che veniva trasportato a Roma, dove era molto apprezzato.

Prof.Marino Paroli e il Presidente Maurizio Iaiza

L'intenso commercio con i genovesi era anche dovuto allo scambio di minerali metallici che loro portavano qui dall'isola d'Elba per alimentare Le Ferriere di Conca. Un rapporto privilegiato che ha dato il nome alla zona, sancito anche a livello formale con lo Stato Pontificio anche a seguito di alcuni favori di guerra per i quali la Chiesa era debitrice. Borgo Sabotino, fu costituito come villaggio di appoggio per i lavori di bonifica che si dovevano realizzare nella zona. Il ponte di Passo Genovese serviva a "scavalcare" i fossi (in particolare il Rio Giordanello) e a consentire il carico delle navi genovesi ormeggiate al largo, in mare. Non si tratta quindi, di un vero e proprio ponte ma di un pontile di carico, un molo ed un "braccio murario" di collegamento tra il mare ad una probabile strada posta sulla duna quaternaria. Uno dei più importanti lavori che il nostro gruppo ha fatto è stato proprio la pulizia e la riscoperta del ponte "Passo Genovese". Nel 2009, i volontari dell'associazione decisero di ripulire il ponte da sterpi, arbusti e rifiuti per riportarlo alla luce, all'aria, a respirare, oggi fa parte di un percorso turistico. **Quali sono le vostre principali attività?** Il controllo ambientale su tutto il territorio, ma cerchiamo anche di dare un contributo a livello sociale. Abbiamo fatto servizio al dormitorio di Latina, i ragazzi hanno dato una mano alla cooperativa che gestiva il dormitorio e aiutato le persone che erano li, anche semplicemente con parole di conforto, perché anche di questo hanno bisogno. In questo momento stiamo facendo due cose importanti: abbiamo iniziato una raccolta fondi che ha come slogan "A noi chi ci pensa" e che porterà all'acquisto di una sonda utile in campo reumatologico ed immunologico, con questo macchinario sarà destinato al reparto di Reumatologia del Santa Maria Goretti, associato di medicina interna all'università di Roma "La Sapienza", diretto dal Prof. Marino Paroli. Con la sonda sarà possibile diagnosticare malattie altrimenti non identificabili. Stiamo anche raccogliendo carrozzine, stampelle, pannoloni e traverse che distribuiamo fra chi ne ha bisogno in attesa che i canali ufficiali svolgano l'iter burocratico. Tutte le persone che vogliono contribuire possono chiamare il numero 366 24 47 273 o donare il 5x1000, il nostro codice fiscale è 91101990595.
Se qualcuno fosse interessato a far parte del Gruppo Passo San Genovese cosa deve fare? Può venire da noi, provare per un paio di mesi le nostre attività, senza impegno, seguirci in quello che facciamo e poi può decidere. Per la richiesta di qualsiasi informazione si può scrivere a passo.genovese@libero.it

Tendi La Mano-AIPOM Onlus, per la prevenzione

di ANTONELLA MELITO

Gli italiani non si curano più, a dirlo i medici di famiglia che affermano: " i pazienti trascurano la salute proprio a causa della situazione economica " infatti, la crisi che sta attraversando il nostro paese ha ripercussioni sempre più grandi anche nel campo della salute. C'è da considerare poi che, a fronte di meno disponibilità economiche delle famiglie, c'è stato anche un aumento dei ticket da pagare per sottoporsi ad esami e visite specialistiche, e allora, come risolvere il problema? Al servizio degli abitanti della regione Lazio, sette anni fa nasceva l'associazione Tendi La Mano-AIPOM (Associazione Italiana Patologie Osteo-metaboliche) Onlus. L'obiettivo dell'associazione è di prevenire le patologie osteo-metaboliche e di tutelare i pazienti e offre screening gratuiti durante tutto l'anno per iscritti e non e comunque, la quota associativa annuale è di solo 10 euro. L'associazione è presieduta dal dottor Roberto Cesareo, **qual è la finalità di Tendi La Mano?** L'associazione nasce con lo scopo di svolgere attività scientifica in merito alle patologie osteometaboliche, le più note sono: le patologie della tiroide, l'osteoporosi, l'obesità, tutte patologie a elevato impatto sociale e caratterizzate da elevati costi da parte dei vari governi nazionali. L'associazione ha poi creato un vero e proprio netrwork sanitario in tutta la regione, grazie al quale, gli iscritti possono trovare benefici economici nell'espletamento di una serie ingente di prestazioni sanitarie. Gli stessi associati, inoltre, hanno diritto a visite di screening gratuite sul territorio effettuate mensilmente dai vari medici specialisti dell'associazione. Poi, come associazione, grazie ai proventi ricavati dalle quote associative e dai ricavi provenienti dal 5 per mille, programmiamo le donazioni di apparecchi elettromedicali o beni di comune utilizzo a strutture sanitarie e non (centri anziani, scuole …) **L'associazione è Regionale, i centri più attivi sono a Roma e a Latina ma, quanti sono gli iscritti?** Nel 2013 sono andate oltre le più rosee previsioni, circa 1200 iscrizioni a Roma e 2000 circa a Latina, per un numero complessivo di 3200 iscritti e nuove iscrizioni e reiscrizioni si stanno realizzando in questo inizio anno 2014. **Quali sono i progetti attuali e futuri di Tendi La Mano?** Le richieste di screening e i progetti di prevenzione, soprattutto nei borghi di Latina, sono sempre più numerosi e questo, se da una parte ci impegna sempre più, dall'altro ci da ancora più forza nel proseguire nei nostri intenti. Abbiamo appena terminato uno screening sulle malattie della tiroide a Borgo Bainsizza. Abbiamo sottoposto ad ecodoppler tiroideo un campione rappresentativo della popolazione del borgo di età variabile e da questo è emerso una prevalenza di patologia nodulare tiroidea sulla stessa linea dei dati epidemiologici nazionali (circa il 40% della popolazione) e una significativa presenza di sospette tiroiditi. Confrontando questi dati con un altro pregresso studio, eseguito a Carpineto Romano, sembrerebbe emergere che la patologia nodulare abbia a Latina una prevalenza inferiore ma ci sia una maggiore incidenza di tiroiditi. Non sappiamo presupporre cause ambientali che necessiterebbero tuttavia studi di approfondimento. Per quanto concerne la patologia nodulare tiroidea se è vero che ha un'alta penetranza è altrettanto vero che fortunatamente la maggior parte di questi noduli non hanno rilevanza clinica e non necessitano di alcun approfondimento diagnostico e clinico. **C'è stato da poco un convegno sulle patologie osteometaboliche?** Per la precisione il V in terra pontina, la nostra associazione lo sostiene e si è rivolto a più di 100 medici specialisti nelle patologie osteometaboliche. L'incontro, che si è svolto a Sabaudia il 16-17 maggio, ha visto la presenza dei più grossi esperti di osteoporosi e malattie dell'osso provenienti da tutta Italia. **A proposito di Osteoporosi, come fare per saperne di più?** Il 7 giugno alle 18.00 presso il teatro Ponchielli, in via Ponchielli a Latina, si terrà un convegno sull'osteoporosi rivolto a tuti i cittadini, ovviamente con ingresso libero e finalizzato a sensibilizzare gli abitanti di Latina nei confronti di questa "silenziosa" patologia. Per saperne di più www.tendilamanoaipom.com, tel. 334 – 5858318 (Area di Latina), tel. 334 – 5858324 (Area di Roma); per sostenere le iniziative dell'associazione con la donazione del 5x mille C.F.: 91090050591

dott. Roberto Cesareo Pres. Tendi La Mano

Questo il programma:
Convegno
L'osteoporosi "un'epidemia silenziosa"
TEATRO "A. Ponchielli "
Scuola Alessandro Volta
Via A.Ponchielli – Latina
Sabato 7 Giugno 2014 ore 18.00
Ore 18.00: Saluto delle Autorità
Ore 18.15: Situazione attuale e prospettive future dell'Associazione.
G. Catania MembroDirettivo Tendi La Mano-AIPOM onlus
MODERATORI: D. Tomezzoli - Giornalista, L. D'Ettorre - Radiologo
Ore 18.30: Osteopatia: Utilizzo clinico
T. Bernardi - Osteopata
Ore 18.45: Osteoporosi: impara a conoscerla per evitarla R. Cesareo - Endocrinologo
Ore19.15: Discussione finale.
Gli esperti rispondono ai quesiti del pubblico

Con il patrocinio di
- Comune di Latina
- Ordine dei Medici di Latina
- A.M.E. (Associazione Medici Endocrinologici Italiani)
- SIOMMMS (Società Italiana dell'Osteoporosi e del Metabolismo Minerale e dello scheletro

Per Info: www.tendilamanoaipom.com tel. 334 58 58 318

Il ragazzo che sfida i ghiacci eterni

SEGUE DALLA PRIMA

Daniele Nardi conosce i suoi limiti ed è pronto anche a rinunciare "momentaneamente " ai suoi sogni. L'ultimo era di scalare la montagna assassina, il "Nanga Parbat". Ci ha provato in tutti i modi nei 46 giorni che è rimasto lì tra il campo Base e i Campi 1 e 2 collocati più in alto, ma si è dovuto arrendere alle condizioni climatiche proibitive che non gli hanno consentito di procedere in sicurezza alla scalata. **Nel tentativo di aprire una nuova via sullo sperone Mummery del Nanga Parbat, hai avuto non poche difficoltà, ed alla fine hai dovuto rinunciare. Come hai vissuto quei momenti?** "Salire lo sperone Mummery d'inverno, significa pensare la salita più o meno in quattro sezioni simmetriche tra loro, metro più metro meno. Poi bisogna aggiungere il freddo e il tempo variabile difficilmente prevedibile. Correnti che si sovrappongono ad altitudini differenti, e mani e piedi che a più di seimila metri sono pericolosamente esposte al congelamento repentino. Rinunciare perché la montagna è stata più forte di me non è una sconfitta, ma una lezione di vita. Il Nanga Parbat è stata l'esperienza alpinistica più straordinaria della mia vita, calcolando poi che l'ho tentata solo venti giorni dopo il Broad Peak, 8.047 metri."

Leggendo la tua biografia ho notato che hai scalato quattro "ottomila", ovvero quattro montagne che arrivano ad un'altezza pari o superiore agli ottomila metri. Quali sono i momenti salienti delle spedizioni? "Sono diversi in realtà. Innanzitutto preparare le attrezzature. Bisogna riuscire a non caricare troppo materiale da trasportare fino al campo base che inciderebbe troppo sul peso degli zaini, ma rendersi conto nello stesso tempo che potresti dover rinunciare alla vetta, per mancanza di piccoli oggetti che possono rompersi o che il vento può strapparti via, ed è per questo che io preferisco doppiare ogni singolo attrezzo. Per ciò che riguarda la preparazione personale, poi, ci sono due aspetti fondamentali: l'acclimatamento e la padronanza di se. La prima consiste nella procedura seguita dall'alpinista per abituarsi alle quote elevate, specie al di sopra dei 4.000 metri di altitudine, atta ad evitare i disturbi tipici del mal di montagna, che possono portare, nei casi più gravi, all'insorgere dell'edema polmonare o cerebrale. Tale procedura consiste in un avvicinamento graduale all'alta quota, con soste frequenti e possibilmente anche con pernottamenti ad altitudini via via più elevate". **Cosa bisogna conoscere di se per averne padronanza, nel tuo sport?** "Bisogna essere leader di se stessi, motivarsi e creare un buon gruppo. La capacità di costruirsi un buon team è assolutamente alla base di ogni progetto, e non solo nel mio sport ma nella normale vita quotidiana". **E' per questo che hai studiato un programma di counseling aziendale che applica le regole dello sport estremo alla formazione manageriale?** "E' un'idea che condivido assieme alla mia amica, nonché campionessa di apnea ad assetto costante, Ilaria Molinari. In realtà la cosa che emerge in ogni sport estremo, che spinge a superare ogni limite faticosamente raggiunto, è che il vero traguardo diventa prima la vetta dentro se stessi, e solo successivamente sul K2 o nelle profondità abissali. Le condizioni estreme in cui il fisico è messo a dura prova, e in cui la mente prende consapevolezza che quello è un cammino di non ritorno, se non prima di aver raggiunto la meta e oltrepassato il limite massimo, possono essere applicate e paragonate ad alcune situazioni manageriali. Il mio apporto aiuta a comprendere i meccanismi sabotatori che spesso, e senza accorgercene, la nostra stessa mente attua". **Quali sono i tuoi prossimi progetti?** "E' appena uscito il mio libro "In vetta al mondo" scritto a quattro mani con il mio amico giornalista Dario Ricci, dove racconto appunto la mia esperienza ed in particolare quella della mia ultima spedizione. Inoltre stiamo preparando un nuovo libro dedicato a grandi sportivi italiani che incontrarono la grande guerra". Ancora una volta uno sportivo della provincia di Latina, riesce a sfatare il mito del "nessuno è profeta in patria" grazie al suo talento e al grandissimo lavoro che sta dietro ad ogni suo successo. Alla prossima arrampicata, alla prossima scalata, alla vetta che ognuno di noi si prefigge di arrivare: forza Daniele!

di Paola Cimaroli

LE RICETTE DI SILVIA

Caprese Tricolore

Avete mai provato ad accostare la mozzarella con l'avocado?
E' arrivato il momento di farlo facendo una piccola modifica ad un piatto che sulle tavole italiane è presente da nord a sud per almeno 3 mesi l'anno: la Caprese.
Gli ingredienti sono 3: una mozzarella, due grossi pomodori e un avocado maturo.
Fate tutti gli ingredienti a cubetti, o a fettine.
Io li ho fatti a pallini tanto per renderli più scenografici.
A questo punto condite come sempre.
Io uso solo olio evo, sale e un goccino di succo di limone, tanto per non fare annerire l'avocado.
E' un piatto molto gustoso, cremoso, nutriente e, perché no, patriottico!
Le ricette di Silvia le trovi anche su: www.ilblogdicuciniamo.it

TESORI DA SCOPRIRE

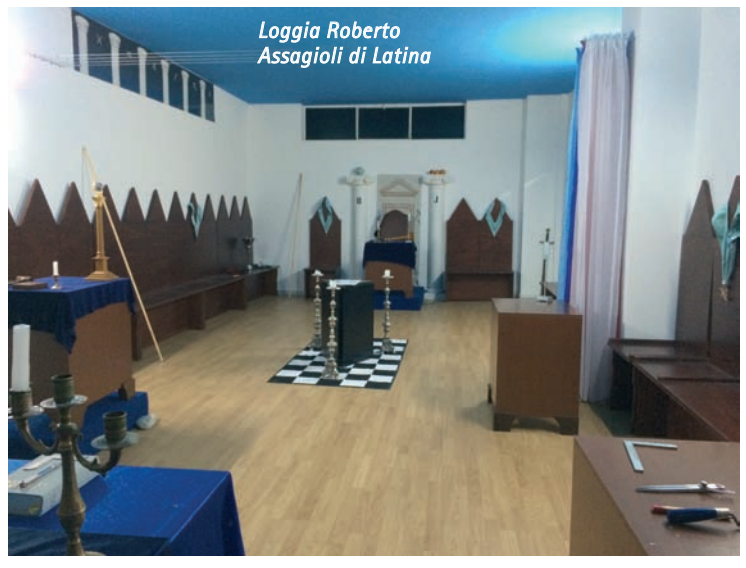
Sonnino : Tra storia e religione

di MARTA PARCESEPE

Una suggestiva cornice montana circonda l'antica "Sumninum", un vero e proprio groviglio di case addossate le une alle altre sulla sommità di colle Sant'Angelo. Siamo a Sonnino, a 430 metri s.l.m., un paese che si raggiunge grazie ad un piccola strada stretta tra boschi e colline. Stradine anguste, viottoli acciottolati, scale, archi e vicoli ripidi per un ambiente chiaramente medievale, rifugio di briganti fino all'Ottocento. Oggi Sonnino è un paese di poco più di 7000 abitanti, fiero delle sue tradizioni. Una tra le più importanti e sicuramente la più conosciuta è legata ai festeggiamenti per la Processione delle Torce che ha luogo ogni anno in occasione della vigilia dell'Ascensione. Così, il sabato che precede la domenica consacrata all'Ascensione, la processione lascia il paese nel primo pomeriggio per concludersi alle prime luci dell'alba del giorno seguente. Un lasso di tempo in cui percorrerà tutti i confini territoriali del comune pontino. Quest'anno la festa si celebra il 1 giugno. E' una manifestazione molto sentita e già da qualche tempo richiama partecipanti e spettatori dai paesi vicini. Per i sonninesi non è una festa né tanto meno una sagra, ma una vera e propria manifestazione di popolo che nell'immaginario collettivo risale alla notte dei tempi. Il rituale ha inizio ufficialmente alla vigilia della festa cristiana, con una speciale messa mattutina nella chiesa di Sant'Angelo che nell'offertorio, oltre a formaggi, ciliegie e pane porta sull'altare anche una piccola torcia di cera vergine. La processione vera e propria inizia dopo il vespro. L'atmosfera è frizzante e tutti guardano con ammirazione le figure chiave della giornata, i cosiddetti caporali e i fucilieri. Poi si sparano i primi colpi di fucile, l'emozione cresce, la gente si raduna a porta San Giovanni: finalmente inizia la processione. Il sacerdote accompagna i pellegrini fino alla periferia del paese e il corteo, guidato dai quattro caporali, si ferma più volte lungo il percorso per racchiudersi in preghiera. A La Cona, i pellegrini si dividono in due gruppi. Il primo si avvia verso i confini montani del comune, toccando monte San Biagio, Amaseno e Roccasecca, l'altro scende verso la pianura in direzione di Terracina, Pontinia e Priverno. Ad una stima approssimativa si tratta di un percorso di circa trenta chilometri. La schiera di torciaroli che percorre i confini montani si inoltra nel bosco di Tavanese ed effettua la prima sosta alle pendici del Monte delle Fate, proseguendo poi fino alle Serre dove si ferma aspettando il sopraggiungere della notte. Il valico sarà attraversato al chiarore di luna, creando con le torce accese uno spettacolare effetto di luci visibile dal paese. Proseguendo lungo il cammino, prima di ricongiungersi con l'altra schiera di pellegrini, un'ultima lunga sosta è l'occasione per la divisione delle torce che vengono tagliate in tanti piccoli candelotti da consegnare ai partecipanti. La "devozione" così come è definita dai sonninesi sarà accesa nel corso dell'anno durante i temporali. L'altra schiera di fedeli, quella che percorre la cosiddetta "via di sotto" segue i confini con il territorio di Monte San Biagio attraversando diversi centri abitati. Le torce sono sezionate durante la prima lunga sosta in maniera tale da poter distribuire subito i candelotti. Non è direttamente il paese di Sonnino a poter beneficiare della vista in questo caso, ma anche qui è molto importante apparire di notte con le fiaccole accese, che si mostrano all'intera valle pontina. Le due schiere di fedeli si ricongiungeranno la mattina seguente in contrada S. Maria La Sassa, per risalire insieme verso il paese. E' la chiusura del cerchio: i caporali si abbracciano e la processione riprende compatta verso Sonnino. L'ingresso nel paese avviene in un clima di concitazione generale, scandito da canti e litanie oltre che dagli spari dei fucilieri che hanno accompagnato la processione lungo il percorso. Dopo aver attraversato tutto il centro storico, i pellegrini raggiungono la chiesa di S. Angelo per assistere alla celebrazione della funzione liturgica. L'intera comunità si ritrova poi per partecipare alle celebrazioni del giorno dell'Ascensione. Il simbolo della festa è rappresentato da quattro grandi torce di cera, lunghe circa 150 cm e con un diametro di circa 15 cm, che sono solennemente portate in processione. Saranno loro le vere protagoniste del rituale.

Alla scoperta della massoneria

Di SAMANTHA CENTRA


Loggia Roberto Assagioli di Latina

La massoneria, l'associazione culturale internazionale, più longeva e più misteriosa del mondo festeggia a Latina il 25° anniversario della fondazione della prima Loggia Massonica in città. In questi giorni è stata anche inaugurata la nuova sede della Loggia, che prende il nome dallo psicologo Roberto Assagioli, è così che abbiamo incontrato ed intervistato l'attuale Maestro Venerabile, che ha chiesto di mantenere l'anonimato, non potendo parlare senza l'autorizzazione del Gran Maestro. Si tratta di un medico sessantenne di Latina, autore di numerosi libri di argomento massonico. **Come mai avete deciso di intitolare la vostra Loggia a Roberto Assagioli?** Assagioli è lo psicologo italiano più famoso al mondo, allievo di Jung e in parte anche di Freud, è stato un pilastro della psicologia transpersonale, ha inventato la scuola psicologica detta della Psicosintesi. Da massone frequentava la stessa Loggia fiorentina di personaggi del calibro di Giosuè Carducci e Arturo Reghini. Io ho avuto l'onore di conoscerlo quando avevo vent'anni, e ancora rimpiango di non aver potuto, data la mia giovane età, apprezzare fino in fondo la sua profonda spiritualità e la sua dolcezza. **Com'è diventato massone?** Per me si tratta di una faccenda di famiglia mio nonno materno era un massone e mazziniano irriducibile. A Piacenza durante il "ventennio" ebbe parecchi guai con la milizia e alla fine dovette fuggire all'estero per evitare il carcere o il confino. Conservo ancora il suo brevetto da maestro e i suoi paramenti. La Massoneria mi ha sempre affascinato per la sua doppia identità, riesce ad essere allo stesso tempo razionale e iniziatica, come lo erano i rosacroce, è seguendo questa tradizione che sono approdato nell'istituzione. Credo che nel XXI secolo il movimento rosacroce possa esistere solo nei templi massonici. Non voglio dire che tutti i massoni sono degli iniziati ma qui, più che altrove, è facile incontrarne. **Come descriverebbe la Massoneria d'oggi?** È un luogo d'incontro dov'è possibile confrontare le diverse esperienze con tolleranza e senza pregiudizi, però si tratta principalmente di un viaggio interiore. Nella mia Loggia ci sono persone esperte nell'Alchimia, altre nell'esoterismo templare, quello autentico però, c'è chi pratica il Vedanta, chi ha studiato l'aspetto iniziatico delle arti marziali... Quello che fa da collante è la simbologia massonica in senso stretto: i riti del costruire. **Ritiene che ci siano pregiudizi nei confronti della massoneria?** Sì, la nostra istituzione è stata spesso tirata in ballo, e di solito a sproposito, in ogni sorta di malaffare. Purtroppo non esiste in Italia la possibilità di tutelare il nome Massoneria o di farne un copyright. Chiunque si può autonominare massone, mettere insieme un manipolo di salta fossi e giocare a fare il venerabile, nessuna legge glielo impedisce. La Massoneria vera ha rapporti di mutuo riconoscimento e scambi diplomatici con tutte le massonerie mondiali, gli iscritti italiani sono molte decine di migliaia, all'estero sono milioni. Il problema più grave però, a mio avviso, persino peggiore di chi ammanta sotto il nome di Massoneria i loro loschi traffici, è chi vive di Massoneria, l'Italia ne è piena. Ci sono persone che vendono patenti massoniche di massonerie che non esistono, persone che organizzano cene di autosostentamento, e che abbindolando investitori paventando alte conoscenze in ambito massonico. **Sono Cambiati i rapporti con la Chiesa Cattolica?** Questo è un problema solo italiano, personalmente sono stato in visita in numerose Logge, in varie parti del mondo, dove esiste la figura del cappellano, di solito è un presbitero. Ho visto Logge a prevalenza cattolica, dove il cappellano era un prete cattolico, logge prevalentemente anglicane dove ho trovato un prete anglicano, dai luterani un prete luterano e così via. Del resto la famosa scomunica dei massoni dei secoli scorsi è stata cancellata dal nuovo codice di diritto canonico. Permane però un certo risentimento qui da noi, probabilmente perché non ci hanno ancora perdonato Porta Pia. **Si parla spesso della preclusione all'ingresso delle donne.** È un falso problema, in realtà le donne possono entrare in Massoneria, ci sono Logge solo femminili, si chiamano Stelle d'Oriente, separate dalle logge maschili. Preferiamo non tenerli insieme, magari si distraggono. **Come si diventa massoni?** L'ingresso in Massoneria non è difficile, di solito si è presentati da due persone che fanno da garanti, ma nell'era di internet è possibile inoltrare la domanda direttamente attraverso il sito internet della nostra Loggia: www.robertoassagioli.it, e-mail: info@robertoassagioli.it, oppure sul sito della sede nazionale. Questo però non esclude che si debba comunque essere

CONSIGLI DI STILE

Flirt: come conquistare il tuo Lui

di SAMANTHA CENTRA

Ciao ragazze! Siamo tornati vi siete abbuffate durante queste feste? Bene ora è arrivato il momento di rimettersi in forma … non vorrei mettervi ansia però … mancano meno di 2 settimane all'inizio ufficiale della stagione estive 2014! Sole, mare, aperitivi, feste, amici, nuove conoscenze … Quindi dovete essere pronte! Ed è proprio per questo motivo che ho deciso di dedicare questo numero a come approcciare un nuovo ragazzo. Non credete a tutto quello che leggete su internet, la maggior parte delle informazioni sono solo molto divertenti ma vi faranno passare per pazze, anche perché i maschietti, come ben sappiamo, non sono molto recettivi per quanto riguarda i "segnali del flirting". Prima regola FONDAMENTALE, come diceva una famosissima pubblicità: "Per piacere bisogna prima piacersi", non è importante essere una vera e proprio femme fatale, l'importante è sentirsi bene con se stesse e divertirsi. Uno studio ha dimostrato che "Una donna brava a flirtare attrae molto più di una donna – magari esteticamente più bella – ma non altrettanto capace di comunicare col linguaggio del corpo." Ma cosa significa flirtare? Il dizionario ci dice: Corteggiare, amoreggiare con leggerezza. In senso figurato, avere rapporti di simpatia e collaborazione con qualcuno. Tutto esatto ma come fare per non sembrare stupidine, o facilotte? La premessa è un aspetto che mette d'accordo tutti: il modo migliore per flirtare è sapere di essere veramente la ragazza simpatica, attraente e affascinante che sta per dare mostra di se riempiendo l'aria con la sua magia. Il segreto sta nell'essere naturali, non bisogna far vedere quello che non siamo solamente perché pensiamo che sia "alla moda" o che possa piacere agli altri. Non dovete mai perdere la vostra identità: è con voi stesse che dovrete trascorrere la vita intera. Flirtare è un gioco, un modo leggero e divertente di comunicare con un uomo interessante, stuzzicandolo e alludendo alla possibilità di un "dopo" che forse non arriverà mai. Si flirta sia col corpo che con le parole. L'unico modo di approcciarsi seriamente a questa "disciplina" è … Non prendersi troppo sul serio! Il body language è molto importante, un bel sorriso e lo sguardo dritto negli occhi sono l'abc, ma la postura perfetta è la seguente: petto in fuori, mento verso il basso con gli occhi rivolti in alto, testa leggermente inclinata e il peso del corpo spostato su un piede. Questo consiglio viene da Neil Strauss, autore del libro "The Game". Le posizioni "proibite" sono il piantare i piedi e incrociare le braccia, entrambi evocativi di resistenza e di chiusura nei confronti del mondo. Un altro punto importante è il contatto, ma bisogna sembrare più naturali possibili quindi dovete aspettare il momento giusto, ad esempio se il ragazzo che avete davanti fa una battuta, mentre ridete, potreste toccargli il braccio delicatamente, in modo da creare un'ulteriore connessione. Inizialmente potrebbe non farci caso, oppure, capisce e si avvicina.

Generalmente per capire se un ragazzo ci sta i segnali più evidenti potrebbero essere:

1) Sorride e assume una postura più dritta, in un atteggiamento più macho e più virile
2) Diventa timido
3) Inizia a fare battute o raccontare barzellette
4) Cerca di mantenere viva la conversazione, perlomeno finché non vi ha strappato il
   numero di telefono o un appuntamento
5) Cerca di impressionarvi in qualche modo.

Una volta che vi siete scambiati i numeri e dati appuntamento ad una prossima futura uscita non cadete nell'errore di diventare ammorbanti con continui messaggi su social network o al telefono. Cercate di farvi desiderare. Dopo qualche giorno che magari lo cercate voi, aspettate che sia lui a cercarvi, così capirete se davvero è interessato. Altra regola da non dimenticare: Non fissatevi con lo stesso ragazzo per una questione di orgoglio. Se gli avete fatto capire che v'interessa ma le cose non sembrano evolvere in vostro favore, lasciate perdere. Sì, ok, è carino, simpatico e intelligente... Tuttavia, se è evidente che non ricambia i vostri sentimenti, non ossessionatevi chiedendovi se c'è qualcosa che non va in voi. Il mondo è pieno di ragazzi da conoscere: volete veramente perderveli per uno che non valga veramente la pena? Flirtare non significa dover piacere a tutti, ma attirare il tipo di persona che si desidera di più. Imparate a concentrare l'attenzione e l'intenzione su un certo tipo di ragazzo e con un po' di pratica il gioco è fatto. Spero di esservi stata d'aiuto o quantomeno di avervi fatto fare due risate, a questo punto non mi resta che dirvi …… BUON DIVERTIMENTO!

ASAL

ASSOCIAZIONE SPORTIVA AUTOCROSS LATINA

Racing

LEGA NAZIONALE UISP AUTOMOBILISMO

31 MAGGIO - 01 GIUGNO

ore: 13.00 - 24.00 **ore: 10.00 - 17.00**

europa Cup 2014

CIRCUITO ASAL

Campoverde di Aprilia (Area Fiere)

Specialmarket

di Battaglini Angela

Via della Speranza, 79 - Borgo Bainsizza (LT) - Tel. 0773.643.708

"Colpo di Pistola", per le Officine Alchemiche

di ANTONELLA MELITO

È uscito a marzo "Colpo di pistola", il primo EP delle Officine Alchemiche. Il nuovo progetto discografico conferma l'originalità del gruppo pontino che con la giusta carica ed energia sa conquistare la critica e il pubblico. "Colpo di pistola" segna l'esordio discografico del gruppo Officine Alchemiche che sta affondando da gennaio un tour carico di adrenalina nelle principali radio e città italiane.
Officine Alchemiche sono: Christian Marchetti prima voce e autore di testi e musiche; Piero Falconio batterista e seconda voce; Daniele Pozzati basso e Luca Coluzzi alle chitarre. Le Officine Alchemiche, come una fenice che rinasce dalle sue ceneri, prendono vita dalla fusione delle tante esperienze musicali passate di musicisti, autori e compositori, insieme sono una nuova realtà musicale. La scorsa estate si sono presentati al pubblico di Latina in varie serate, nonostante fossero pienamente concentrati su un unico obiettivo: registrare il loro primo EP. L'intenso lavoro di sala, infatti, è stato seguito dalla loro partecipazione alle selezioni del Cantagiro, il 28 luglio 2013 a Marina di Carrara in Toscana, poi la partecipazione al concorso "Saranno Successi" promosso da Lazio Radio, per arrivare al loro primo concerto il 15 agosto a Sermoneta (LT) ed infine dalla registrazione in studio a fine agosto del loro 1° EP "Colpo di Pistola". Dopo la registrazione del disco hanno partecipato a settembre, come ospiti, in prima serata al festival "Notti di Fine Estate" a Latina Scalo e alla Semifinale Nazionale del Cantagiro svoltasi ad ottobre a Fiuggi in diretta radiofonica streaming su Radio Atomico. Da Gennaio poi, è iniziato il loro Tour Radio e i brani dell'Ep hanno già riscosso un buon successo tra gli ascoltatori di numerose radio web e in fm. L'Ep Colpo di Pistola, in ordine di track list, si apre con Mezz'ora un attimo" dove, l'intesa tra pianoforte e chitarra elettrica risulta perfetta. "Mi fai tremare più che mai" che vede impegnato Christian Marchetti, il front man del gruppo, che evidenzia il ritmo pulito e preciso che garantisce l'intensità del brano. Notevole anche "Voglio vederti piangere" che dà un chiaro input all'ascoltatore su quale sia la facilità del gruppo di passare da uno stile musicale ad un altro. La carica della batteria, il sound energico di chitarra elettrica, la voce calda e avvolgente del cantante aprono il brano "Cambio pelle", un pezzo di rock autentico. "Io preferisco vivere i giorni che continuano", è il tempo che scorre inesorabile e la pelle ruvida cambia, come cambia il mondo, e c'è la consapevolezza della propria trasformazione interiore ed esteriore e "Non è più un sogno". Uno stile sicuramente interessante, capace di accendere gli animi di chi ascolta, che ci accompagna in un viaggio sonoro ed emozionale di qualità. "Colpo di pistola" chiude e dà anche il titolo ufficiale all'EP. Colpo di pistola è una dedica dei membri del gruppo, al batterista, e mantiene la carica costante del rock mentre il testo conferma un grande valore di parole e musica. Un brano efficace che cattura e che è stimola l'ascolto sia come ritmo che come sonorità: "Colpo di pistola/il dolore è un nodo in gola/vorresti abbandonarti mentre un angelo ti sfiora". Per l'ascolto:http://soundcloud.com/officinealchemiche
Contatti:
Official Group fb: www.facebook.com/groups/officine.alchemicheOfficial Fan Page Fb: https://www.facebook.com/OfficineAlchemicheBand

SURFCASTING

Surfcasting primaverile raccontato da Simone Paniconi

La primavera senza alcuna ombra di dubbio è uno dei migliori periodi per praticare tutte le tecniche di pesca. In primavera, infatti, grazie al riscaldamento delle acque, alle condizioni meteorologiche favorevoli e ha una costante condizione del mare molte specie migreranno verso i nostri mari. Durante questo periodo, molto breve ma intenso, i pesci di tutti i tipi sia predatori che grufolatori arriveranno nel più vicino sottocosta. In primavera, il surfcasting è una delle migliori tecniche per insidiare tutte le prede che vogliamo. Bisognerà avere pazienza, tempo ed aspettare che il momento prolifico arrivi; in questo periodo, come in tutto l'anno, il tramonto e l'alba sono i migliori momenti per praticare la pesca. Non bisognerà però disdegnare il giorno e la notte in cui avverranno numerose catture soprattutto di pesci di galla. Le nostre prede, durante le miti giornate di primavera, prediligono il sottocosta, tanto che, anche chi si avvicina alla disciplina per la prima volta, può praticare il surfcasting ottenendo buoni risultati. Le attrezzature opportune, da utilizzare durante la bella stagione, saranno quelle che useremo tutto l'anno, ci basteranno delle canne da surfcasting con azione medio pesante, da 80 a 160 gr, che ci serviranno per la pesca sulla lunga distanza, poi delle canne da beach ledgering con grammatura 50-100gr che serviranno per la pesca più corta e più leggera. I mulinelli dovranno essere di grandezza rapportata alla Canna da pesca, possiamo dire che scegliendo quelli da un 3000 a 6000 copriremo tutte le fasce pescabili, ai mulinelli però, andranno abbinati dei fili da bobina. I fili non dovranno essere di diametro superiore agli 0.22 millimetri, per i mulinelli 5000 e 6000 mentre, non superiore agli 0.18 millimetri per i mulinelli più leggeri. Alla nostra attrezzatura sarà opportuno abbinare delle montare che varieranno in base alle prede che andremmo ad insidiare. Per una pesca più dinamica per esempio quella dei pesci di galla come sugherelli, boghe nella notte e, Lecce e aguglie di giorno, utilizzeremo i triami, scelta questa adottata soprattutto dai garisti che dovranno cercare di pescare più prede possibili .

La lenza a biami, che consiste in una montatura a due ami, sarà utilizzata soprattutto per la pesca dei pesci grufolatori come mormore e piccole orate che, durante questo periodo, saranno presenti in quantità elevata nel sotto riva delle nostre coste. La montatura più utilizzata soprattutto dai pescatori di orate, resta il monoamo, montato su un bracciolo molto lungo che farà lavorare la nostra esca nel modo più naturale possibile, dandoci l'opportunità di catturare orate di notevoli dimensioni. Anche le esche rivestiranno un ruolo fondamentale, scegliendo quella giusta porteremmo a termine le battute di pesca con un buon successo. L'esca principale è l'arenicola nostrana questa funzionerà su tutti i tipi di prede sia grandi che piccole. Il coreano, invece, grazie alle sue vibrazioni ci farà catturare tutti i pesci soprattutto quelli di galla. Il cannolicchio, l'americano e il granchio saranno quelli per pescare i pesci più grandi come le orate. Infine è bene munirsi di tripode o picchetti ed andare in spiaggia a tentare la fortuna. Nel prossimo articolo parleremo del surfcasting estivo.

Simone Paniconi

MUSICA

Marco Lo Russo e "Rouge"

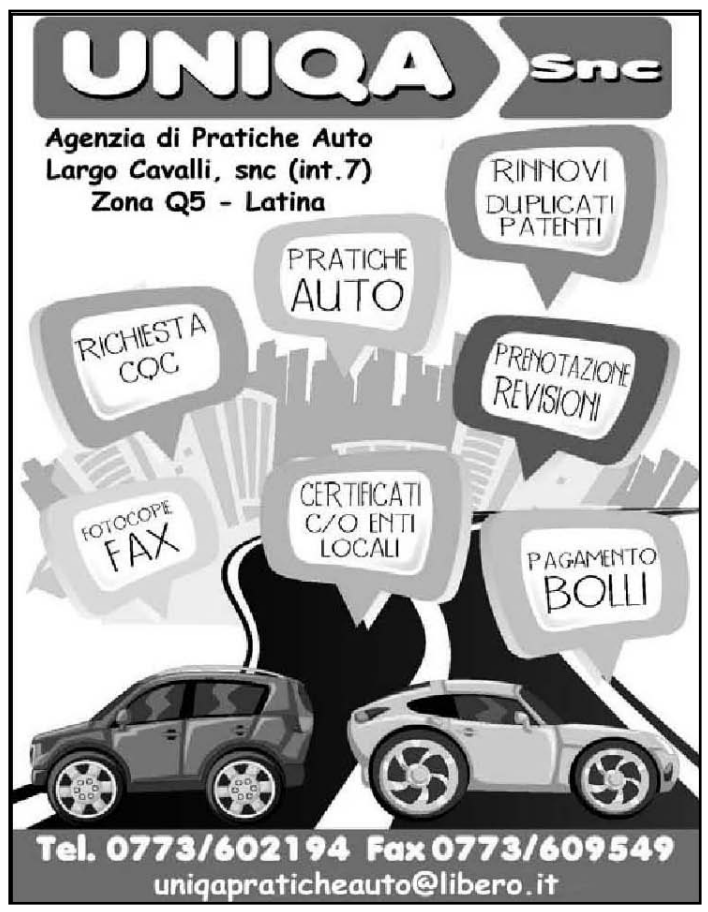
A CURA DELLA REDAZIONE

Rouge Sound Production diretta da Marco Lo Russo sigla la nuova stagione con tre produzioni internazionali: il singolo Nostalgia i Ty, che fa parte dell'album Piosenki Do Mezcyzny . Con la cantautrice polacca Agnieszka Chrzanowska per la prestigiosa etichetta Polskie Nagrania, l'album omaggio alla chanson, J'Habite uné frontiere, con la cantante francese Eva Lopez e l'EP J'Adore, con la collaborazione del DJ/producer francese Mark SCM, per la cantante In-Grid (famosa per il singolo Tu Es foutu del 2002) prodotto per la X-Energy, co-licenziato dall'etichetta francese Future Play Distribuita dalla prestigiosa Universal music. L'idea di produrre musica nasce dall'unione di un team internazionale di artisti con i quali Marco Lo Russo collabora. Con la cantante In-Grid, Marco Lo Russo, oltre a coordinare e dirigere la produzione, in diverse occasioni ha collaborato in tour internazionali in qualità di special guest; così come con Agnieszka Chrzanowska e Eva Lopez, con le quali ha condiviso numerosissime esibizioni Internazionali. Marco Lo Russo presto sarà nuovamente in tour per la promozione di alcuni nuovi lavori e del disco Piosenki Do Mezcyzny. Rouge Sound Production è la produzione musicale internazionale diretta e coordinata da Marco Lo Russo. Un vero e proprio laboratorio tecnologico creativo in cui si sperimenta e realizza la ricerca sonora in diverse tipologie di produzione artistico musicale. Marco Lo Russo, in collaborazione con artisti internazionali opera, nella Rouge Sound Production, per la realizzazione, la produzione, l'arrangiamento, la composizione e la registrazione musicale di diversi generi e settori: produzione musicale acustica ed elettronica, colonne sonore per il cinema, teatro e televisione. Info: www.marcolorusso.com

Maggio in Musica e Parole

di VALENTINA PACCHIELE

L'estate è alle porte e come ogni anno questo periodo offre eventi per tutti i gusti e tutte le tasche. Il nostro viaggio parte da Latina con gli ultimi spettacoli proposti dal cartellone del **Teatro moderno** (via SistoV), **Sabato 24 maggio** alle 21.00 **e Domenica 25** alle 17.30 in scena la Compagnia Riccioli di Compensato con la commedia di Claudio "Greg" Gregori "Intrappolati nella Commedia" per la regia di Silvia Capo e Maurizio Mostacci. Racconta di una notte particolare, quando due attori si trovano catapultati in una commedia di cui sono gli ignari protagonisti. Tenteranno di uscirne ma ogni tentativo risulterà vano e la realtà inizierà a confondersi con un mondo metafisico nel quale si troveranno intrappolati. Costo del biglietto dai 17 ai 20 euro. Finale col botto per la stagione degli Imprò al **Teatro Ponchielli** (via Ponchielli). Con lo spettacolo **Imprò Latina vs Padova** i padroni di casa di Compagnia Maia, **Sabato 24 maggio alle 21.15** sfideranno la compagnia CambiScena di Padova in uno scontro mozzafiato all'ultima risata. I portacolori di Latina Francesca Federico, Carlo Felici, Michele Imparato e Biagio Santaniello se la vedranno contro i patavini Giuliana Frasson, Paolo Canuto, Paolo Facco, Stefania Bisacco. A presentare la sfida sarà Marco Bonfanti, con Roberto Pompili nei panni di un severo e puntiglioso notaio e Alessio Granato che improvviserà la colonna sonora dello spettacolo. Come ormai consuetudine sarà possibile prenotare online i biglietti dal sito www.novaurbs.org. Ingresso intero 8 euro; ridotto 6 euro. Doppio spettacolo **Domenica 1 giugno** ad Opera Prima Teatro (Via dei Cappuccini 76) alle 17.00 e alle 20.30, in scena una commedia fine e profonda che vi farà riflettere con qualche sorriso **Il paziente del dottor S.** Costo del biglietto intero 10 euro, ridotto 7 euro. Maratona teatrale per **Latitudine Teatro** (Via Cisterna 3) con una serie di spettacoli che prendono il via da **martedì 3 giugno** fino a **domenica 15** con una vetrina dei risultati finali dei percorsi di formazione teatrale. Fino al 6 giugno in scena dalle 21.00 **Polaroid**, spettacolo finale degli allievi del laboratorio adulti I livello. Frammenti, briciole di vita, situazioni di vita colte al volo e fermate in dialoghi o monologhi. Inizio di qualche cosa, fine di qualcosa, momenti. A **Cisterna** spettacolo di beneficenza **Venerdì 6** e **sabato 7 giugno** alle 21 presso il Teatro Tres Tabernae della Parrocchia Santa Maria Assunta, la compagnia "Filodrammatica - Gli Aviattori" porta in scena la Commedia brillante in tre atti di Di Mario e Masiello "Mpriesteme A Muglierета" per la regia di Borzacchiello. Costo del biglietto 10 euro che saranno devoluti all'associazione Oltre i confini Onuls, che si occupa di garantire un futuro più vivibile ai bambini della Guinea Bissau in Africa. Per le anticipazioni, da annotare il via della terza edizione del **Roma Fringe Festival**, (Villa Mercede, Via Tiburtina 113/115 - Zona San Lorenzo) da **sabato 7 giugno** a **Domenica13 luglio** una festa di Teatro, Musica e Visioni. La grande vetrina italiana del teatro e dello spettacolo indipendente ospiterà quasi 100 proposte artistiche nazionali e internazionali per un'estate di spettacolo rigorosamente dal vivo. Sono 72 le compagnie teatrali provenienti da Italia, Belgio, Inghilterra, Francia e Stati Uniti e decine di "stand up comedians" che si sono autoprodotti per dare vita a una kermesse unica, in grado di offrire al pubblico un variegato cartellone tra teatro canzone, commedia, dramma, teatro civile, danza e stand up comedy all'insegna della libertà e dell'indipendenza artistica. Ingresso gratuito, spettacoli 5 euro. Per gli appassionati di musica classica, da mettere in agenda l'ultimo concerto per la rassegna "**Un'orchestra a teatro**", organizzata dall'orchestra sinfonica Ottorino Respighi e dal Conservatorio di Latina **sabato 7 giugno** con composizioni di Cajkovskj e di Respighi, esegute dall'orchestra Respighi di Latina. Nel mese di maggio segnaliamo anche numerose esposizioni allestite a **Latina:** nello **spazio Stoà** in via Cesare Battisti, mostra artistica "**Spazio Transizionale**" di Marco Tamburro godibile fino al 7 giugno. Nello **Spazio Comel** di via Neghelli, fino al 25 maggio, personale di Mimmo di Laora dal titolo "**La trepida metafora del gioco**" mentre dal 16 al 31 maggio ricordiamo l'esposizione artistica collettiva "**Artemaggio 2014**" nella **parrocchia di Santa Rita**. Spostiamoci al **Museo Piana delle Orme** (borgo Faiti) dove **sabato 24** e **domenica 25** si svolgerà "**Le giornate del volo**", la kermesse dedicata ad aerei, deltaplani e velivoli in generale. Durante l'evento sono previste mostre di aerei ed elicotteri ultraleggeri, deltaplani, alianti e motoalianti, ma anche voli promozionali turistici e prove di aeromodelli, stage di pilotaggio, esibizioni. Ed ora, giro veloce per i locali della città: **Giovedì 29 Maggio** serata di apertura del Banksy Pub (via Veio), alle 22.00, **Notte Mediterranea** con il **Concerto della Negrita Cover Band.** End Of School e Miss Fashion Lab **Domenica 1 Giugno** all'**Ombelico Villa Della Notte Suite Club** (via Albanese 64- via Pontina km 68,200) tutti i rappresentati d'istituto di Latina e Provincia si danno appuntamento per festeggiare la fine dell'anno scolastico, special guest direttamente da Uomini & Donne Tommaso Scala Sempre **domenica 1 giugno**, al **Bamboo cult club** (Via Casilina Sud 747 Latina lido) **L'end of school** è firmato Scuola Zoo. Dj set Frankie Vu? Mimmo Porfiri, Emanuele Basilico, Vincenzo Valente e Dario Fusco. A **Pontinia, Sabato 24 maggio** il **Sottozero Disco** (Via migliara, 48 lato sinistro Pontinia) si toglie gli abiti e si trasferisce all'aperto per lo **schiuma party**. Start ore 20.00 con possibilità di mangiare un panino alla brace con bibita a soli 5euro, l'ingresso della serata è gratuito per tutti. La cena è su prenotazione quindi affrettatevi a prenotare: special guest voice Michela Falzarano, Dj set Manuel Censori, Matteo Antognioni, Sebastiano Protani e Valerio Zito. A **Sermoneta** prosegue con successo il **Maggio Sermonetano**, giunto alla XIX edizione e divenuto un evento di prestigio per il paese. **Sabato 24 maggio** alle ore 21.00 nel Belvedere serata all'insegna dei concerti con la cantautrice Alepà e musica e storie delle periferie napoletane con melodie popolari dalla tammurriata alle posse. **Domenica 25** mercatino di scambio di strumenti musicali e oggetti d'arte antica (dalle 8.00 alle 20.00) e numerosi spettacoli in strada con musica e reading. Da segnalare alle ore 18.00 i canti spirituali della tradizione ebraica nella Chiesa San Michele Arcangelo e la performance di musica antica alle ore 19.00. Alle 20.30, nel Belvedere, ancora musica con i Bandaadriatica con Claudio Prima (organetto e voce), Emanuele Coluccia (sax tenore e soprano), Andrea Perrone (tromba e flicorno), Vincenzo Grasso (clarinetto e sax tenore), Gaetano Carrozzo (trombone), Giuseppe Spedicato (basso), Ovidio Venturoso (batteria). Dalla musica alla gastronomia con la **Sagra della bufala con polenta**. Il **7** e **8 giugno Borgo Vodice** (Sabaudia) accoglierà stand con prodotti tipici soprattutto a base di polenta e mozzarella di bufala. Sempre a **Sabaudia** il **1 giugno** si svolgerà la 31esima edizione di **Ciclo Natura**: si parte alle 9.30 in piazza del Comune per percorrere in bicicletta la suggestiva foresta del Parco del Circeo, per un tragitto totale di 25 chilometri. Iscrizioni aperte dal **25** al **31 maggio** (0773/515046). Un'altra suggestiva escursione, ma questa volta a piedi, a **Formia** dove **domenica 25 maggio** si svolgerà una **passeggiata nella Formia romana** con la guida del dottor Domenico Augenti che ripercorrerà la storia del paese nel periodo romano (info e prenotazioni: 3391842560). Concludiamo con suggerimenti per una gita fuori porta in Ciociaria, che offre sempre iniziative interessanti. A **Cassino** si celebra il 70° anniversario della distruzione della città, avvenuta durante la seconda guerra mondiale. La conclusione delle numerose iniziative organizzate dal Comune avverrà il **2 giugno** con la maratona dei veterani canadesi. Parallelamente prosegue "**CassinoOff 2014**", il Festival del Teatro Civile: **domenica 25 maggio** esibizione di danza urbana della compagnia Excursus (partenza alle ore 12.00 davanti alla Chiesa di Sant'Antonio) mentre il **13 giugno**, presso il Camusac, andrà in scena lo spettacolo "I pensieri lunghi di Berlinguer" scritto e diretto da Giorgio Gallione con Eugenio Allegri. Festa di chiusura il **6 luglio** al Teatro Romano con Ascanio Celestini. Un altro nome importante a Frosinone nell'ambito della rassegna "**I giovedì dell'Accademia**", una serie di conferenze e dibattiti con alcune personalità dell'arte e dello spettacolo: **il 29 maggio** alle ore 16.00 arriva Carlo Verdone con la conferenza "Pregi e difetti nella commedia italiana di oggi". Info e prenotazioni: 0775/21167.



Fm 97.0-92.0
radio i immagine
La Radio di LATINA
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 23 maggio al 7 giugno 2014

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

ACQUA

CANCRO

Amore:
Una particolare audacia aiuta a risolvere situazioni affettive che si trascinano da tempo in stato di crisi. Chi è libero da legami affettivi finalmente potrà realizzare un sogno.
Lavoro:
Riscontri morali ed economici rialzano la fiducia e la stima in voi stessi. Le stelle a favore vi danno modo di trarre soddisfazione dall'attività lavorativa.
Salute:
Ricava il maggior utile da un positivo Marte per aumentare la tonicità e per perdere un paio di chili per la prova costume.

SCORPIONE

Amore:
La fine di un periodo difficile. Qualcuno potrebbe anche sciogliere una relazione ormai sterile, senza pentirsene in futuro. Se siete single non aspettate, agite.
Lavoro:
Se hai un'attività a carattere dipendente è bene che tu definisca i programmi per il futuro. Organizzati e semina proposte e progetti che daranno gratifiche degne di nota.
Salute:
Hai bisogno di divertirti. È il modo migliore per prenderti cura del corpo e ridurre lo stress. Fallo in modo assolutamente sano.

PESCI

Amore:
Periodo che non vi è certo amico e mette alla prova il vostro equilibrio con la persona amata. è il momento ideale per voltare pagina e mirare sulla vostra capacità di seduzione.
Lavoro:
Ogni iniziativa professionale avviata in questo mese avrà un successo futuro assicurato. Sfoderare tutto le capacità, avrete successo.
Salute:
Salute altalenante, potreste vivere momenti di stress. Non rinunciate a piccole, ma salutari vacanze per rilassarvi e ritrovare l'equilibrio.

ARIA

GEMELLI

Amore:
Mentre Venere rischiara il vostro cielo, Marte e Nettuno vi prendono di mire e vi rendono irascibili e nervosi. Le stelle vi consigliano, dunque, di stare a guardare in questo mese.
Lavoro:
Niente di particolarmente all'orizzonte. Molto bene se lavori in equipe con persone creative almeno quanto te ma con molta prudenza.
Salute:
Attenzione agli eccessi, anche se l'appoggio di Venere, seguita da Sole e Mercurio vi proteggeranno da eventuali aggressioni.

BILANCIA

Amore:
I pianteti vi favoriscono, una metamorfosi, rendendo più leggero il distacco dal passato e incoraggiando l'incontro con il futuro. L'eros gode di fantasie assolute.
Lavoro:
La sfera professionale è ricca di nuovi stimoli di crescita e contraddistingue il tanto sognato appagamento morale ed economico per un lavoro svolto e iniziato negli anni scorsi.
Salute:
Se saprete sfruttare le energie che le stelle vi portano in dono, potrete vivere bene per molte settimane. Passeggiate a contato con la natura e con gli amici giovano sicuramente al vostro umore.

ACQUARIO

Amore:
Periodo un po' confusionario, ma riuscirete comunque a trovare il vostro equilibrio amoroso. Le stelle sono favorevoli, quindi approfittatene per vivere intense avventure.
Lavoro:
Fate leva sul genio che c'è in voi, sull'originalità degli ideali e sulla creatività per conquistare un posto al sole nell'ambiente dove operate. Prima di firmare qualcosa, però, prendete le dovute precauzioni.
Salute:
Venere nel segno aumenta il vostro charme, creandoti un'aura di benessere. Cercate di non essere disordinati nell'alimentazione.

FUOCO

ARIETE

Amore:
I moti planetari veloci regalano amore, fantasia e socievolezza. Potete ottenere molto in termini di sentimenti, divertimenti, vita sociale e mondana.
Lavoro:
Buon andamento generale sul fronte lavoro e studio. Creativo, decisi e pronti a cogliere le opportunità che vi si presentano nei vari settori professionali.
Salute:
Attenzione l'energia non è da sprecare facendo le ore piccole o praticando sport estremi, ma da incanalare in qualche attività che dia al corpo maggiore tonicità e consenta alla mente a liberarsi dello stress.

LEONE

Amore:
Successi sentimentali in arrivo, unitamente per i single dell'incontro del destino. Giove vi aiuta a scegliere, verificare, agire nella giusta direzione, mentre Venere in una splendida posizione vi farà amare da tutti.
Lavoro:
Avete dalla vostra parte un buon team di stelle, in grado di collaborare con voi per far emergere le vostre migliori qualità.
Salute:
Una brillante forma fisica ed estetica vi spinge a vivere il mese, godendo dei i benefici dello sport e dei divertimenti dei brevi viaggi.

SAGITTARIO

Amore:
Periodo che appare sottotono per i tuoi gusti di persona allegra ed estroversa. Le stelle indicano che l'amore purtroppo vivrà momenti di tensione, affrontate i problemi.
Lavoro:
Attenzione la smania di primeggiare potrebbe danneggiarti, invece di aiutarti. Guardati intorno e sii più accomodante.
Salute:
Con Marte avverso non è il caso di fare sport rischiosi, e attività che potrebbero affaticarvi troppo, mantenetevi solamente in forma.

TERRA

TORO

Amore:
Mercurio e Sole, promuovono incontri felici, offrono appaganti intese con tutti. Giove è sempre il vostro portafortuna. Vita di coppia all'insegna della complicità assoluta.
Lavoro:
Periodo che ti offre un panorama astrale splendido, che manda ottime protezioni anche sulla sfera professione e scolastica.
Salute:
è il mese giusto per usufruire di trattamenti estetici, curativi e mirati a debellare i malesseri legati alla zona cervicale. Gli eccessi a tavola sono da bandire.

VERGINE

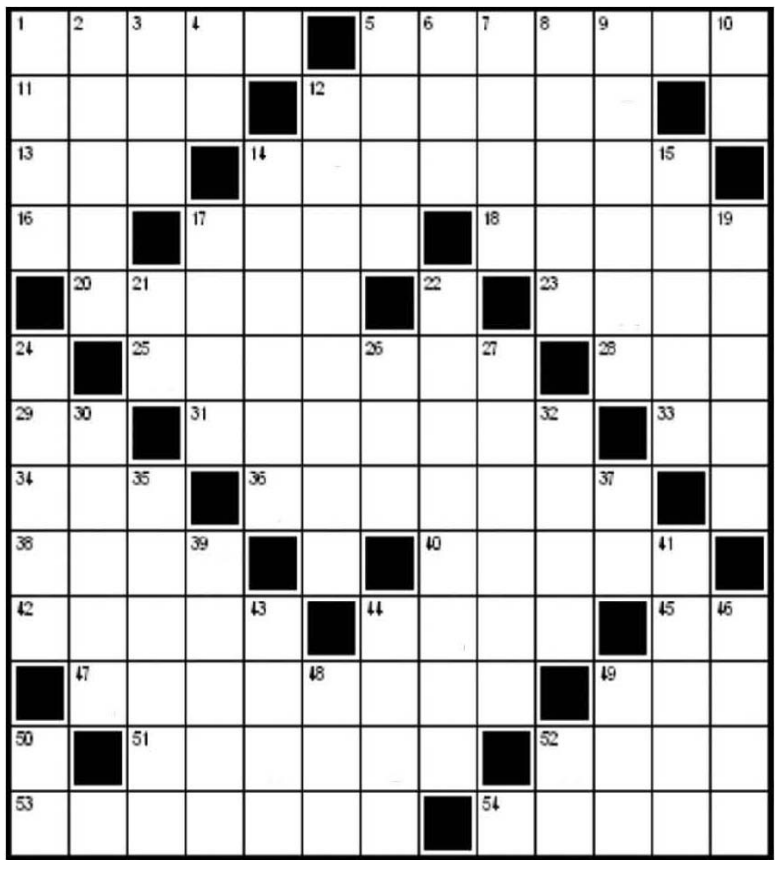
Amore:
Gli influssi astrali portano in dono nuove conoscenze, progresso, metamorfosi: la solitudine e la routine non vi appartengono più. Cedete agli slanci della passione, alle emozioni, lasciatevi andare.
Lavoro:
Lanciatevi pure nei vostri progetti senza alcun indugio. Con stelle così generose con il settore professionale, tutto andrà secondo i vostri piani.
Salute:
Le stelle propizie Vi aiutano anche a restare in forma. Gli influssi regalano una sana energia da incanalare nell'attività che più vi piace.

CAPRICORNO

Amore:
Le stelle vi stimolano a portare a temine i progetti sentimentali intrapresi. Un addio, forse è reso necessario a causa degli eventi passati.
Lavoro:
Organizzati al meglio, prepara progetti convincenti e vedrai che i risultati non si faranno attendere. Interessanti gli sviluppi anche da un punto di vista finanziario.
Salute:
L'efficienza fisica è al massimo e questo vi permette di svagarti come più vi piace. Un po' di svago fa bene a voi e alla vostra salute.

Il Cruciverba

A cura di Morgan



ORIZZONTALI:

1. È uno dei quattro punti cardinali.
5. Più di là che di qua…
11. Lo grida il regista.
12. In alcune regioni significa fidanzato.
13. Lo pseudonimo di Raffaele Riefoli.
14. Insaziabilità, ingordigia.
16. Il nome di Capone.
17. Unità di misura utilizzata nel football americano.
18. Il nome del poeta Svevo.
20. Oggetto o immagine venerata come divinità.
23. Si usa a Madrid per richiamare l'attenzione.
25. È il sacramento in cui si riceve il Sigillo dello Spirito Santo.
28. Oregon Historical Society.
29. "È" in Spagna.
31. Linea immaginaria che unisce tutti i punti di maggior altezza di un rilievo montuoso.
33. Esercito Italiano.
34. Recovery Time Objective.
36. Band alternative rock americana.
38. Titolo di una famosa canzone di Ligabue.
40. Acronimo di "Alleanza Latina".
42. Sono detti anche spinaci selvatici.
44. Oda Natural Resources Office.
45. Segue il sol.
47. Nicolas, difensore argentino del Porto.
49. Compagnia telefonica italiana.
51. Canto liturgico internazionale della Chiesa cattolica.
52. Intreccio di fili per costruire un tessuto.
53. Il sostantivo inglese per l'allenatore.
54. Saluto musulmano.

VERTICALI:

1. Colore dalle tonalità che variano dal giallo-oro al marrone chiaro.
2. In quelli "del tramonto" spesso c'è il cimitero.
3. Electric Arc Furnace.
4. Sigla automobilistica della Slovacchia.
5. Formare… a Londra.
6. Titolo di una celebre canzone di Mango.
7. Aleandro, giocatore della Roma.
8. Fine, chiusura, termine.
9. Ha la funzione di garantire la validità dei contratti.
10. Iniziali della Barolo showgirl.
12. Piermario, calciatore del Livorno recentemente scomparso.
14. Vi si va se si commette un reato.
15. Organismo, autotrofo, presente nelle acque marine.
17. La "nuova" è la grande mela americana.
19. Gruppo rock britannico formatosi a Manchester nel 1991.
21. Partito fondato da Alcide De Gasperi.
22. Santo patrono di Albi.
24. Struttura anatomica che porta informazioni al cervello.
26. Una società assicurativa.
27. Pianta legnosa perenne, capace di svilupparsi in altezza grazie ad un fusto legnoso.
30. Comune in provincia di Reggio Calabria.
32. Personaggio dei sette nani.
35. La si usa con il mercurio.
37. La Lanfranchi attrice. (iniz.)
39. Animaletti microscopici, causa frequente di allergia.
41. Ce l'ha l'elicottero.
43. Il nome della Sabbah, giornalista di Rai News 24.
44. Orders Not to Resuscitate.
46. Parola araba che indica "lo stare davanti".
48. Edulife Travel Education .
49. Abbreviazione di telefono.
50. Chiocciola in inglese.
52. Provincia della puglia.

Garanzia Giovani: opportunità per il futuro

di MONICA SPINAZZOLA

Aventi giorni dall'apertura ufficiale delle adesioni, "Garanzia Giovani" conta già oltre 5mila iscritti. Questi i numeri diffusi dal Presidente della Regione Lazio, Nicola Zingaretti, in occasione del recente convegno realizzato a Roma e dedicato ai temi dell'occupazione giovanile (prossimo appuntamento in Capitale per chi cerca un'opportunità di lavoro: "Job Meeting Roma" in programma per la giornata di giovedì 29/05 dalle 9.00 alle 17.00 presso il Salone delle Fontane - www.jobmeeting.it).
Garanzia Giovani é il programma comunitario contro la disoccupazione giovanile.
Si rivolge a coloro che, avendo un'età compresa tra i 15 ed i 29 anni, rientrano nella comune definizione di NEET - not (engaged) in education, employement or trainig – non frequentando percorsi scolastici, universitari o di formazione professionale e non avendo un'occupazione lavorativa. Gestito localmente dalle Amministrazioni Regionali, Garanzia Giovani porta in dote all'Italia 1,51 miliardi da investire per la costruzione di un sistema ispirato al concetto di "flexicurity" (o flessicurezza) in grado di assicurare ai cittadini europei un livello elevato di sicurezza occupazionale in ogni fase della loro vita.
Nove le azioni che saranno messe in campo per i ragazzi.
Si parte dall'accoglienza e presa in carico, al colloquio ed alla consulenza orientativa. Per i giovani tra i 15 ed i 18 anni si attueranno misure di reinserimento in percorsi formativi che possano favorire lo sviluppo di competenze tecniche e specialistiche da spendere nel mercato del lavoro. Per l'intero target di riferimento (15-29 anni) è stato studiato un complesso parallelo d'iniziative finalizzate all'accompagnamento al lavoro: tra queste si prevedono anche esperienze professionali all'estero o in un'altra regione italiana, incubatori di start-up, interventi a sostegno dell'auto-impiego e dell'auto-imprenditorialità.
Per gli under 29 si sperimenterà in particolare il «contratto di collocazione», stipulato dal ragazzo con il centro per l'impiego ed il soggetto accreditato. Al giovane verrà proposto di firmare un accordo che prevede il riconoscimento di un voucher di valore proporzionale alle difficoltà di collocazione, utile alla fruizione di specifici servizi presso uno dei soggetti accreditati. Il ragazzo dovrà impegnarsi ad essere formato, a cercare un'occupazione e ad accettare offerte adeguate alle proprie capacità. Si punterà molto ad attivare contratti d'apprendistato, anche di alta formazione e ricerca e, soprattutto, tirocini retribuiti.
Per partecipare al programma "Garanzia Giovani" è possibile effettuare l'iscrizione online compilando il form di adesione sul sito regionale (www.regione.lazio.it/LazioLavoro) o sul sito nazionale (www.cliclavoro.gov.it) oppure recandosi direttamente presso il Centro per l'Impiego più vicino.
Dopo la firma del "Patto di servizio" il CPI indirizzerà i candidati verso le opportunità che la Regione Lazio ha in serbo per loro. Entro 4 mesi dalla firma del "Patto di Servizio", la Regione Lazio offrirà ai partecipanti un ventaglio di prestazioni tra le quali Sessioni di Orientamento, Formazione e Inserimento al Lavoro gestiti da soggetti pubblici o privati accreditati.

ANNUNCI

Agenzia: Openjob Metis
Filiale di: Aprilia
Figura ricercata: Capo reparto GDO
Requisiti:
• esperienza nella mansione
• competenza e capacità di coordinamento del reparto
• disponibilità al lavoro full-time.
Luogo di lavoro: Aprilia
Si offre: contratto in somministrazione
Tel: 06.92061032
Email: aprilia@openjob.it

Agenzia: Openjob Metis
Filiale di: Aprilia
Figura ricercata: Meccanico Auto
Requisiti:
• pregressa esperienza nella mansione.
Luogo di lavoro: Ardea (Rm)
Si offre: contratto in somministrazione
Tel: 06.92061032
Email: aprilia@openjob.it

Agenzia: Openjob Metis
Filiale di: Aprilia
Figura ricercata: Merchandiser
Requisiti:
• diploma (solo se si ha avuto esperienza attinente al ruolo) o laurea in materie economiche;
• esperienza di almeno 2 anni in aziende strutturate e preferibilmente del settore alimentare come Merchandiser/Visual Merchandiser o Key Account o addetto alle vendite GDO
• capacità di utilizzo del pc
• caratteristiche personali: predisposizione ruolo commerciale, capacità relazionali, iniziativa e orientamento al risultato, disponibilità agli spostamenti,
Luogo di lavoro: Lazio (Roma)
Si offre: Assunzione Diretta
Tel: 06.92061032
Email: aprilia@openjob.it

Agenzia: Ranstad
Filiale di: Roma – Piazza della Marina
Figura Ricercata: Impiegato amministrativo
Requisiti:
• Comprovata esperienza nel ruolo di almeno 2 anni
• Buona conoscenza di Microsoft office
• Automunito
• titolo preferenziale: provenienza da agenzie di pratiche auto.
Luogo di lavoro: Roma
Si offre: contratto di sostituzione maternità
Tel: 063229561
Email: roma.marina@randstad.it

Sudoku

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

Il Pirata Evolution Team si prepara alla gare

Saranno due giorni di ciclistica nella città di Sezze, che vede ancora protagonista la società setina "Il Pirata Evolution Team".

di FABRIZIO AGOSTINI

La città di Sezze ospiterà l'1 e il 2 giugno una due giorni ciclistica che attirerà nel comune lepino tantissimi ciclisti, perlopiù ragazzi, ma anche tanti appassionati delle due ruote. Nel dettaglio la manifestazione prevede una prima giornata riservata alla categoria Giovanissimi (G1 e G2) mentre il 2 giugno ci sarà spazio per la seconda edizione del Trofeo Filippo Simeoni "II Memorial Daniele Morichini" che invece si rivolge alla categoria Allievi. Sarà una grande festa di sport anche perché come prologo è prevista una gimkana dove tutti i ragazzi potranno innamorarsi di uno sport bellissimo come il ciclismo. A seguire ci sarà la gara dei Giovanissimi: la G1 percorrerà circa 1800 metri mentre la G2 ne percorrerà 2400. Il giorno seguente, nell'ambito del Trofeo Filippo Simeoni, ci sarà spazio per gli Allievi e sarà una gara ciclistica molto bella perché il percorso prevede la partenza nel cuore di Sezze, il passaggio nella zona pianeggiante del comune e il ritorno in paese. Un percorso impegnativo e altrettanto suggestivo per un totale di 67 chilometri. Gli organizzatori, ovviamente, sperano che il tempo sia favorevole per consentire ai giovani ciclisti di battersi e confrontarsi senza problemi. Il Pirata Evolution Team, guidato dal presidente Andrea Campagnaro, è al lavoro da diverse settimane per organizzare l'evento che i setini, e non solo loro, attendono con ansia vista la tradizione ormai consolidata del ciclismo a Sezze.

CAMPESTRE

Oasi di Ninfa, tutto pronto per il via

di FABRIZIO AGOSTINI

Tutto pronto ormai per l'attesissima Campestre "Oasi di Ninfa" giunta alla sua tredicesima edizione, che si svolgerà Sabato 24 maggio Il Comitato Provinciale Uisp Latina è in fermento da diverse settimane per l'organizzazione minuziosa di una delle gare più sentite a livello regionale. Da quest'anno la manifestazione sarà dedicata ad Emiliano Di Girolamo, giovane giudice di gara Uisp e grande affezionato della manifestazione prematuramente scomparso, e proprio per quest'occasione è prevista una passeggiata all'interno del Parco e questa sarà un'esperienza davvero suggestiva, proprio in concomitanza della gara agonistica riservata ai tesserati federali, società di atletica o con enti di promozione sportiva. Già nelle precedenti dodici edizioni il numero chiuso previsto per preservare l'ecosistema naturale della splendida area posta ai piedi dei Monti Lepini era stato sfondando per la straordinaria richiesta d'iscrizioni. Anche quest'anno l'obiettivo sarà centrato viste le già numerose preiscrizioni. Naturalmente la Campestre "Oasi di Ninfa" fa parte delle tappe oro del Grande Slam Uisp, campionato riservato ai tesserati Uisp, che potranno accumulare punti e lottare per conquistare posti di vertice nella classifica generale di questo particolare campionato. In generale nel 2014 si sta confermando il trend molto positivo di partecipanti alle gare Uisp. Infatti, al via c'è stato un incremento di circa il 20% rispetto allo scorso anno, dove già si era verificato un simile incremento. Insomma davvero una strepitosa partecipazione per gli amanti del podismo, disciplina "povera" e per questo molto praticata ma davvero salutare.

AUTOCROSS

Trofeo Europa Cup, due giorni di puro divertimento

A CURA DELLA REDAZIONE

Sarà il Trofeo Europa Cup a dare il via ufficiale alla stagione 2014 sulla pista di Autocross di Campoverde. È, infatti, iniziato il conto alla rovescia per l'attesa tappa europea, il circuito in prossimità dell'area Fiere di Campoverde nei pressi di Aprilia, già unico per tipologia in Italia, è stato allungato e modificato per rendere ancora più avvincente lo spettacolo che si consumerà Sabato 31 Maggio e Domenica 1 Giugno.

Il Trofeo Europa Cup si svolgerà in un'unica tappa, divisa in due manche,

qualificazioni, Sabato 31 Maggio e semifinali e finale Domenica 1 Giugno. La gara, aperta a tutte le auto e prototipi, due e quattro ruote motrici delle varie nazionalità, suddivide i partecipanti in nove categorie.

La rombante due giorni fornisce un interessante programma anche per chi non vive di soli motori. "Stiamo lavorando per accogliere al meglio tutti, gli sportivi e le loro famiglie – ha detto il presidente Asal Massimiliano Paniconi – resteranno con noi diversi giorni, in prossimità della gara, quindi abbiamo pensato di rendergli il soggiorno più piacevole".

Sono previsti, infatti, tour enogastronomici che faranno conoscere il nostro territorio alle famiglie dei piloti e a quanti, prenotando anticipatamente, vorranno accompagnarli.

La kermesse motoristica sarà suddivisa in tre giornate, venerdì 30 maggio dalle 19.00 alle 21.00 si effettueranno le verifiche; l'ultima sessione di verifiche sarà eseguita sabato 31 maggio dalle 9.00 alle 10.00. Le prove libere si terranno dalle 10.30 alle 12.30 di Sabato 31 maggio. Alle 14.00 si procederà con le prove cronometrate. Alle 17.30, circa si disputerà la prima semifinale. Alle 21.00, invece si correrà la seconda semifinale.

Il Trofeo Europa Cup entrerà nel vivo alle 09.00 di Domenica 01 giugno, quando sul circuito ASAL di Campoverde si svolgerà la terza semifinale. Le finali, suddivise per categorie si correranno alle 13.30, finale B, e alle 15.30 finale A. Le premiazioni della gara di coppa Europa avranno luogo intorno alle 17.00.

Info: www.asalracing.it

Prossima gara: Sabato 28 Giugno in notturna, valevole per il Campionato Italiano di Autocross 2014

CALCIO

"I Valori dentro e fuori lo stadio

di GIACOMO TERRANOVA

Continua l'impegno del Panathlon di Latina, con il suo Presidente Gervasio Marini, nel voler diffondere ai giovani i veri valori dello sport dentro e fuori lo stadio. Lo scorso 19 maggio è stata organizzata una tavola rotonda al teatro Cafaro di Latina, alla presenza di atleti, dirigenti sportivi e tecnici per un confronto con personaggi dello sport e giornalisti. La manifestazione rientrava nel programma del Torneo Internazionale giovanile "Lazio Cup" e nella settimana celebrativa del titolo "Città Europea dello Sport", conferito a Latina per l'anno 2014. Il Panathlon, partner culturale della "Lazio Cup", ha voluto lanciare ai giovani atleti, e non solo, un messaggio sull'importanza che la crescita sportiva sia accompagnata da un percorso formativo che ne rafforzi i valori etici e morali, oltre che valorizzarne le qualità sportive. La diffusione in modo sempre più massiccio della pratica del gioco del calcio, specialmente in età adolescenziale, deve farci riflettere sui messaggi che lanciamo ai ragazzi, sull'importanza che lo sport in generale riveste in termini di formazione sportiva ed umana. Indispensabile in tal senso appare il ruolo delle famiglie, ma soprattutto degli educatori, intesi come tecnici, allenatori e dirigenti. Nell'insegnare lo sport bisogna sapere trasmettere ai giovani il rispetto delle regole, viste come ausilio per praticare al meglio il calcio e non come vincoli o impedimenti. Le regole non valgono solo sui campi di gioco, ma anche nella vita e quindi nel corso della tavola rotonda si è parlato dei veri valori del gioco del calcio: amicizia, passione, correttezza, lealtà, sacrificio, condivisione, rispetto delle regole e degli avversari. Relatori sono stati nomi di assoluto prestigio: Antonio Emilio Gambacorta, Pierluigi Palmieri, Andrea Abodi, Gianluca Pessotto, Pasquale Piredda, Andrea Pretti, Fabio Splendore. Hanno fatto da moderatori i giornalisti Antonio Barillà e Andrea Giansanti.

conTatto

Latina vola in Brasile con Mattia Perin

Il giovane portiere del capoluogo pontino come Carnevale ed Altobelli. Lui: "Una gioia indescrivibile

di DOMENICO ANTONELLI

Ai Mondiali in Brasile ci sarà anche un bel pezzo di Latina. A rappresentare il capoluogo pontino sarà Mattia Perin, ragazzo di 21 anni che, a suon di parate, ha conquistato la fiducia del commissario tecnico della nazionale Cesare Prandelli. Il portiere di Latina, dopo essersi messo in bella mostra la scorsa stagione nel Pescara, quest'anno è stato una vera e propria saracinesca nel Genoa. Ed ora è pronto a vivere, da protagonista, un'esperienza che chiunque sogna.
Il cittì Prandelli lo aveva già chiamato in più di una circostanza. Ora è arrivata la definitiva consacrazione di Mattia Perin in azzurro, visto che è stato inserito nella lista pre-mondiale come terzo dei quattro portieri chiamati. Ovvero, con la certezza di essere tra i 23 che voleranno verso il Brasile.
"E' una gioia indescrivibile – queste le prime parole di un emozionato Mattia Perin – speravo di figurare nella lista dei 30, ma mai avrei sognato di essere addirittura tra i 23. Ho 21 anni, sono ancora giovanissimo e devo crescere tanto ma questa convocazione mi fa capire che sto lavorando bene. Rappresentare un'intera nazione in una competizione così importante è qualcosa di stupendo. Questo, per me, è stato un anno ricco di soddisfazioni. La ciliegina sulla torta? La promozione del Latina in Serie A ed una stagione che spero durerà il più a lungo possibile, perché significa che avremmo raggiunto un qualcosa di prestigioso anche in Brasile".
La provincia di Latina, dunque, si riscopre Mondiale. A distanza di anni dalle magie di Spillo Altobelli e Andrea Carnevale, due pontini che anche in azzurro hanno fatto sognare.

PALLANUOTO

Rari Nantes Latina, è ancora Serie A2

di DOMENICO ANTONELLI

Strepitosa Rari Nantes Latina. La formazione del capoluogo pontino conclude la sua prima stagione nel campionato di Serie A2 di pallanuoto maschile conquistando una meritata salvezza. La certezza che nella prossima stagione il settebello pontino sarà ancora in Serie A2 è arrivata al termine del match casalingo contro i Muri Antichi Catania. A festeggiare la permanenza dei nerazzurri nell'olimpo della pallanuoto c'era il pubblico delle grandi occasioni, testimonianza indelebile di come questo sport sia riuscito a colpire in pieno e ad appassionare gli sportivi della città di Latina. Ed è stato proprio il calore del pubblico a spingere i pontini verso la vittoria contro l'ostica formazione siciliana dei Muri Antichi, partita forte, ma poi addomesticata dal settebello allenato da Tofani. "Sono davvero felice di questa salvezza - ha commentato il tecnico della formazione nerazzurra – anche perché è arrivata al termine di una stagione difficile, ma che siamo riusciti, oserei dire con bravura, a raddrizzare proprio nel momento in cui era necessario farlo. Sono felice per i ragazzi, ma anche per me. Ero alla prima esperienza come allenatore e ci tenevo a far bene. Credo che questa salvezza mi ripaghi dei tanti sacrifici fatti. Questo meraviglioso risultato è merito di tutto il gruppo. Siamo rimasti tutti uniti ed ora festeggiamo tutti insieme la permanenza in Serie A2". "Quello che è accaduto lo scorso anno – ha spiegato il direttore sportivo Gabriele Grossi – è stato qualcosa di unico, ci ha proiettato verso qualcosa di magico: la A2. Una volta arrivati abbiamo dovuto fare i conti con un mondo nuovo (anche se, a dire il vero, per la Rari Nantes Latina è tutto nuovo, visto che siamo appena nati). La A2 è tutto un altro pianeta rispetto alla serie B, ma per una matricola come noi, senza esperienza, è stato tutto più complicato. Nonostante le difficoltà siamo arrivati in fondo, raggiungendo l'obiettivo che ci siamo preposti: la permanenza in A2".

BASKET

La Bull Basket al lavoro per la prossima stagione

A CURA DELLA REDAZIONE

La Bull Basket Latina non vuole perdere tempo ed ha iniziato subito a gettare le basi per il 2014/15, la società biancoverde ha potuto iniziare a muoversi con discreto anticipo e dunque si è subito messa al lavoro per preparare nel migliore dei modi la prossima stagione. Il 2014/15 sarà l'anno nel corso del quale la Bull Basket Latina completerà in maniera definitiva il suo progetto di società costituita prettamente da ragazze del settore giovanile. E così, se già negli ultimi anni l'ossatura della prima squadra era in larga parte costituita da Under, l'intenzione dell'entourage pontino per la prossima stagione è di creare una buona squadra Under 19 che, oltre a disputare il campionato di categoria, possa fare esperienza anche nel torneo di Serie A3, che vedrà la Bull Basket Latina per la terza volta consecutiva ai nastri di partenza. Dopo lo storico accesso nell'Interzona Under 19 di quest'anno, la società del presidente Massimiliano Di Maria per la prossima stagione vuole consolidarsi tra i migliori settori giovanili nazionali e, per farlo, ha già iniziato a programmare una serie di stage che porteranno nel capoluogo pontino giovani ed interessanti atlete provenienti da blasonate società di tutto lo Stivale. Da fine maggio e per tutto il mese di giugno, dunque, Latina ospiterà quasi un centinaio d'interessanti giovani prospetti, che si alleneranno con lo staff biancoverde. Tra queste saranno presenti anche le ragazze che nella stagione che si è da poco conclusa hanno contribuito a portare il nome della Bull Basket nell'Interzona Under 19. Da questa serie di stage, dunque, uscirà il gruppo che nella prossima stagione sarà impegnato nella doppia avventura: portare la Bull Basket Latina nuovamente tra le migliori squadre d'Italia a livello di Under 19 e consolidare la posizione del sodalizio biancoverde nel campionato di Serie A3. Il grande lavoro sul settore giovanile non riguarderà, ovviamente, soltanto l'Under 19, ma l'intero vivaio biancoverde, che anno dopo anno aumenta in maniera esponenziale i propri numeri. Per la prossima stagione il primo passo del club pontino sarà rinnovare tutte le collaborazioni strette negli ultimi anni, con Anzio, Aprilia, Sabotino, Sabaudia, Sezze e Latina Basket. La società del presidente Massimiliano Di Maria, inoltre, è al lavoro non solo per potenziare la squadra, ma anche lo staff tecnico, con l'arrivo di personalità di grande calibro nella palla a spicchi nazionale. Insomma un progetto notevole quello della Bull Basket Latina, che diventa sempre più un importante punto di riferimento per l'intero movimento cestistico provinciale, e non solo.

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 IS.E.DI.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 rispoduzione anche parziale
Tutti i diritti sono riservati.

Il Casale Corte Rossa

Azienda agrituristica

Ristorante - Pizzeria - Camere

Eventi - Matrimoni - Cerimonie

Via Sabotino, 49 B.go Sabotino - Latina

tel 0773645766 - corterossa@tin.it

www.corterossa.com