

POGGIO

BMP

Elevatori su Misura

Numero 223 MARZO 2025

Mensile a diffusione gratuita di attualità e cultura

La Cultura in Fiore

nuova
GIALENO
Fisioterapia e Riabilitazione



Zona Fiori, 1 - Terni - Tel. 0744 421523 - 0744 401882
www.galenoriabilitazione.it

Dir. San. Dr. Michele A. Martella - Aut. Reg. Umbria DD 7348 del 12/10/2011

soluzioni
tecnologiche
per il
trasporto
verticale

BMP

Elevatori su Misura



Semplice unica accessibile
su misura per te

Venite a trovarci nel ns. Stabilimento per visionare prodotti, finiture, materiali utilizzati e per valutare insieme progetti specifici e "Su Misura" per Voi. Oppure contattateci per ricevere, senza impegno e senza alcun costo, la visita dei nostri tecnici che potranno supportarVi nella scelta della soluzione più adatta al luogo di installazione e alle Vostre esigenze.

Uffici e Produzione: STRADA DI SABBIONE N. 33 (Area Ind.le A-46) - 05100 TERNI
Tel. 0744 . 800953 - 0744 . 817384 e-mail: info@bmplift.it

Orari apertura: lun. - ven. 08.00 - 13.00 / 14.30 - 17.30

www.bmplift.it

La Pagina

Magazine fondato da Giampiero Raspetti nel 2002. In suo ricordo e per onorare la sua memoria gli scrittori e gli amici che con lui hanno lavorato, cercheranno di portare avanti la sua opera.

Registrazione n. 9 del 12 novembre 2002, aggiornamento del 24 febbraio 2023, Tribunale di Terni.

DISTRIBUZIONE GRATUITA

Direttore responsabile: **Michele Rito Liposi**
Editore: **EC Comunicazione & Marketing**
Via delle Palme 9/A Terni
Grafica e impaginazione: **Provision Grafica**
Tipolitografia: **Federici** - Terni

Le collaborazioni sono, salvo diversi accordi scritti, gratuite e non retribuite. È vietata la riproduzione anche parziale dei testi.

DOVE TROVARE La Pagina

ACQUASPARTA SUPERCONTI V.le Marconi;
AMELIA SUPERCONTI V. Nocicchia;
ARRONE Marcello Frattesi, P.zza Garibaldi;
ASSISI SUPERCONTI S. Maria degli Angeli;
CASTELDILAGO; NARNI SUPERCONTI V. Flaminia Ternana; **NARNI SCALO**;
ORTE SUPERCONTI V. De Dominicis;
ORVIETO SUPERCONTI - Strada della Direttissima; **RIETI** SUPERCONTI La Galleria;
SPELLO SUPERCONTI C. Comm. La Chiona;
STRONCONE Municipio; **TERNI** Associazione La Pagina - Via De Filis; CDS Terni - **AZIENDA OSPEDALIERA** - ASL - V. Tristano di Joannuccio; BCT - Biblioteca Comunale Terni; COOP Fontana di Polo Via Gabelletta; CRDC Comune di Terni; **IPERCOOP** Via Gramsci; Libreria **UBIK ALTEROCCA** - C.so Tacito; Sportello del Cittadino - Via Roma; SUPERCONTI CENTRO; SUPERCONTI Centroesure; SUPERCONTI C.so del Popolo; SUPERCONTI P.zza Dalmazia; SUPERCONTI Ferraris; SUPERCONTI Pronto - P.zza Buozzi; SUPERCONTI Pronto - V. XX Settembre; SUPERCONTI RIVO; SUPERCONTI Turati.



comunicazione & marketing

www.lapagina.info

Info: 346.5880767 - 327/4722450
commerciale.lapagina@gmail.com

CERCHI UN VECCHIO ARTICOLO:
per articoli fino al 2016
vai sul sito:
www.lapagina.info/archivio-rivista/
per quelli antecedenti
<https://issuu.com/la-pagina>



5. Il Gruppo Nardi Schultze celebra 179 anni
6. Emergenze globali A. Melasecche
7. PIERA Salute e Bellezza
7. IA e Letteratura I. Alleva
8. PICKLEBALL: da sport a fenomeno di massa S. Lupi
9. ESSETI BASKET TERNI
9. LENERGIA
10. Il seme dell'uomo F. Patrizi
10. AUTHENTICA - la buona ristorazione
11. CI SENTI
12. "Ma lei non si sente disabile!" E. Romanelli
12. VILLA SABRINA - residenza protetta
13. L'arte della fotografia a Terni con il Branco Ottico E. Cecconelli
13. IDROCALOR
14. Cultura e formazione sui banchi di scuola S. Dolci
15. Da Donna a Donna M. Vinciguerra
16. Caduta dei capelli: cause e soluzioni Farmacia Marcelli
17. Lesione del legamento crociato anteriore del ginocchio V. Buompadre
17. AESTETIKA
18. la Salute è Donna L. Fioriti
19. La Settimana della Prevenzione Oncologica! LILT
20. Azienda Ospedaliera Santa Maria di Terni
22. La lunga storia della Merangola S. Torlini
24. Le donne del Bauhaus A. M. Bartolucci
25. La medicina rigenerativa in estetica il P.R.P. A. Crescenzi
25. Primaera pe' Terni P. Casali
27. Cobb's Dream S. Manzi
27. Edilizia Collerolletta
28. Il Metaverso e la didattica PL. Seri
29. SIPACE Group
30. Informatica a 360° R. Vittori
31. Dal fiume Whanganui al fiume Nera F. Scaccetti
32. AL JAZEERA: la voce libera del mondo arabo R. Rapaccini
33. RIELLO - Vano Giuliano
34. Ferentillo Segreta C. Favetti
35. Le difficoltà di ogni transizione C. Santulli
35. VILLA SAN GIORGIO - residenza per anziani
36. Potare le viti "A PADRONE" V. Grechi
37. Sauro Pellerucci parla di FEGE Festival di Editoria e Giornalismo Emergente
38. Rubrica EVENTI
40. FEGE Festival di Editoria e Giornalismo Emergente

IERI...OGGI...DOMANI



Sandra Raspetti

Io c'ero, quando pennino e calamaio erano strumenti usuali e niente affatto semplici da usare.

Bisognava fare pratica e solo nel tempo si riusciva a scrivere senza deturpare il foglio con macchie d'inchiostro belle polpose da asciugare con un tampone dondolante munito di carta assorbente.

Il passaggio alla "buro" fu accolto con curiosità ed entusiasmo: l'uso di essa non venne mai abbandonato. 20 anni dopo comparve, la Lettera 22 della Olivetti, macchina per scrivere, molto usata, ma non per uso quotidiano. La massima prestazione era data dalla possibilità di fare delle copie inserendo la carta carbone tra un foglio e l'altro. Ancora 20 anni, uno più uno meno, e una tastiera e uno schermo la condannarono all'oblio. La fine del millennio si stava avvicinando: una nuova era? Nessuno lo poteva immaginare, ma una nuova era stava davvero arrivando e avrebbe investito una società sprovvista, con carenze culturali decisamente eccessive, con un retaggio imperniato su due soli fulcri incrollabili: la religione, la famiglia. 5 generazioni si sono susseguite, dal dopoguerra in poi, protagoniste, tutte, di un graduale, ma inarrestabile progresso tecnologico-scientifico. Alla generazione tra gli anni 40 e i 60, il compito di ricostruire un'Italia distrutta, ferita nel corpo e nell'anima. Una generazione disorientata, ma determinata a lasciare un'impronta indelebile nella storia di questo Paese. Un percorso di risveglio sociale e di conquiste di diritti civili che cambiarono profondamente il costume, la mentalità di un popolo che voleva liberarsi dalle scorie di un passato da dimenticare.

Ebbe inizio con un riconoscimento: *la donna, persona a tutti gli effetti, poteva votare*. Il recinto che aveva rinchiuso le donne relegandole a ruoli

di puro mammifero, si erano in parte abbattute. Le porte della scuola di grado superiore si aprirono per accogliere un flusso, prima fiavole, poi sempre più nutrito di giovani donne che, con diplomi e lauree, entrarono nel mondo del lavoro. Fu un periodo post guerra che, per sconfiggere la morte, incrementò la vita. Fu la generazione definita dei "Baby Bloomer" per l'esplosione di nascite che avvenne in quegli anni. Il tempo che seguì vide una società disponibile ad accogliere la magia di cambiamenti epocali che cambiarono i comportamenti, le relazioni umane, le prospettive future. Entrò nelle case la televisione e fu accolta, con enfasi, dalle famiglie, fu accolta, con cautela, dagli anziani che temevano quel mobile massiccio e ingombrante che dava visione e voce a persone estranee alla famiglia. Il progresso, quando si palesa, non può essere arrestato. La Generazione X, tra gli anni 60 e gli anni 80, si nutrì di televisione a colori, di videogiochi, di un prototipo del personal computer che divenne un fenomeno di massa. Era il Commodore 64, ma in realtà esso rappresentò uno squarcio irreversibile tra passato e futuro, cambiò la mentalità, introdusse nel mondo dell'informatica, orientò verso nuovi mestieri. L'uomo, avviluppato dalla magia del computer, dette inizio così al suo isolamento, al rapporto uomo-macchina troppo spesso dipendente. I primi telefoni portatili fecero il resto, ma ormai alle soglie dell'anno 2000, due generazioni, Millennials e Generazione Z si immerse totalmente nel mondo della tecnologia. Internet, computer, social media, smartphone sono, per i giovani del millennio, il pennino e il calamaio usati un secolo prima. Un secolo incredibilmente infarcito di scoperte inimmaginabili. In questo tempo il cambiamento è totale: nel linguaggio, nelle modalità di vita quotidiana, nelle attività lavorative proiettate verso l'uso della tecnologia, nella comunicazione verbale e scritta che modifica il lessico e la struttura sintattica.

La Generazione Alfa sono i ragazzi di oggi. Sono i nati in una società altamente digitalizzata, con tecniche sofisticate e multifunzionali. Saranno ragazzi che vivranno in una rete di comunicazione complessa per le conoscenze che vengono richieste, per le abilità che dovranno acquisire, per le prospettive di vita che dovranno porsi. Le insidie saranno compagne di vita, ma non più di quanto non abbiano avuto le generazioni precedenti, ma in modi e forme diverse.

YouTuber, Web Influencer, Videomaker, Videogamer sono attività già presenti nel mercato del lavoro ed altre verranno perché le competenze digitali dell'uomo e la potenzialità enorme della macchina saranno alla base della società del futuro.

Io, figlia del pennino e del calamaio, non ci sarò.



IL GRUPPO NARDI SCHULTZE CELEBRA 179 ANNI

Da ben cinque generazioni, la famiglia Nardi Schultze porta avanti con passione e determinazione la propria attività, affermandosi come un punto di riferimento nel settore dei Servizi Integrati per la sanità, l'industria e il comparto alberghiero. Quest'anno il Gruppo raggiunge un traguardo storico: 179 anni di impegno, crescita e trasformazione.

L'azienda affonda le sue radici nel 1846, quando il fondatore aprì a Perugia la prima tintoria di filati. Da allora, l'artigianato italiano, apprezzato in tutto il mondo, ha saputo evolversi mantenendo viva la tradizione. Oggi, Tintoria Schultze continua a operare all'interno del Gruppo, unendo il sapere dell'antico mestiere alle più moderne tecnologie tintoriali. L'espansione dell'attività ha portato alla nascita di Lavanderia Schultze, inizialmente dedicata al lavaggio di indumenti privati, per poi estendersi al servizio di noleggio e lavaggio di biancheria per il settore alberghiero e della ristorazione.

Negli anni '80, Luciano Nardi Schultze ha colto l'importanza di un cambiamento epocale nel settore sanitario, dando vita a una vera e propria rivoluzione nella gestione dei servizi ospedalieri. Così, nel 1982, è nata SoGeSi Spa, una delle prime realtà italiane a proporre l'esternalizzazione del servizio di "lavanolo" (lavaggio e noleggio di biancheria e divise) per le strutture ospedaliere. Con l'inizio degli anni 2000, SoGeSi ha ampliato ulteriormente il proprio raggio d'azione, introducendo la progettazione, realizzazione e gestione di centrali di sterilizzazione, oltre al noleggio e alla sterilizzazione di kit di strumentario chirurgico.

"Oggi siamo una realtà ben strutturata e presente su tutto il territorio nazionale", spiega Emiliano Nardi Schultze, Presidente di SoGeSi. "Abbiamo una nostra società di logistica, Nicor Srl, con 160 automezzi di proprietà per la distribuzione dei servizi. Operiamo attraverso sei stabilimenti produttivi e 18 centrali di sterilizzazione, impiegando quasi 1.000 dipendenti, di cui circa il 65% donne. Siamo l'unica azienda italiana nel settore del 'lavanolo'

a garantire una copertura completa nei settori sanità, industria, alberghiero e ristorazione, con servizi certificati e nel pieno rispetto dell'ambiente".

Gli ultimi anni hanno imposto standard elevati in materia di sicurezza e igiene, in particolare durante la pandemia. Tuttavia, come sottolinea Nardi Schultze, "per noi non è cambiato nulla, se non l'introduzione di misure come il distanziamento e l'uso della mascherina nei luoghi di lavoro. La sicurezza e la prevenzione sono da sempre il nostro core business". SoGeSi, infatti, è specializzata anche nel lavaggio e noleggio di abiti da lavoro e dispositivi di protezione individuale (DPI) per la sanità e l'industria.

"Il tema della sicurezza sul lavoro è oggi più attuale che mai", prosegue Nardi Schultze. "Gli infortuni sono in aumento ed è fondamentale sensibilizzare aziende e lavoratori sul corretto utilizzo dei dispositivi di protezione. Inoltre, il mondo del lavoro è in costante evoluzione, richiedendo aggiornamenti continui e soluzioni sempre più avanzate. Per questo, insieme ai miei fratelli Giovanni e Nicola, continuiamo a investire in innovazione e tecnologia. Recentemente, abbiamo acquisito Logisan Spa, un'azienda toscana che ha sviluppato un portale acquisti per la sanità, capace di gestire farmaci, dispositivi e presidi sanitari. Grazie a questa piattaforma, cliniche e ospedali privati possono effettuare acquisti in modo autonomo, monitorare ordini e controllare il magazzino in tempo reale, scegliendo tra oltre 70.000 articoli disponibili.

La costante espansione del Gruppo è testimoniata dalla recente aggiudicazione di importanti gare di appalto in Lombardia e Lazio nel settore lavanolo; sono inoltre, state attivate recentemente due Centrali di Sterilizzazione, a Roma presso Policlinico Tor Vergata e Azienda Ospedaliera San Giovanni Addolorata. Forte di un know-how di oltre venti anni di esperienza nella sterilizzazione per la Sanità, SoGeSi ha recentemente avviato un nuovo servizio all'avanguardia per la sterilizzazione dei rifiuti sanitari a



rischio infettivo, con un impianto pilota attivato nel 2024 presso un importante Ospedale in Lombardia.

"Il nostro obiettivo è continuare a crescere, mantenendo saldi i valori che ci hanno guidato per 179 anni: innovazione, sicurezza e dedizione al lavoro", conclude Nardi Schultze.

Dalla piccola tintoria artigianale umbra del 1846 a una solida realtà industriale di respiro nazionale, il Gruppo Nardi Schultze continua a scrivere la propria storia, rispondendo con efficienza e competenza alle sfide di un mercato in continua evoluzione.

EMERGENZE GLOBALI

COME CAMBIANO GLI INTERVENTI DEI SOCCORRITORI NEL MONDO



Alessia Melasecche

Vi siete mai chiesti quando la terra trema, le acque straripano o le fiamme divorano intere foreste, come si organizza la risposta alle emergenze in Paesi diversi e chi sono i cosiddetti "first responders", ovvero i "soccorritori di primo intervento"? Dietro al caos di un'alluvione o di un terremoto, si nascondono strategie e approcci che riflettono le differenze culturali, economiche e organizzative di ogni nazione. Negli Stati Uniti, l'organizzazione è chiara: prima agiscono le autorità locali, poi subentra la FEMA (Federal Emergency Management Agency). Si tratta di un sistema stratificato che garantisce una risposta rapida e flessibile. I vigili del fuoco, i paramedici e la polizia sono addestrati per lavorare insieme, utilizzando strumenti tecnologici avanzati come droni, satelliti e software predittivi per localizzare i bisogni più urgenti. Ma non è solo una questione di tecnologia: anche i cittadini sono coinvolti. Programmi come il CERT

(Community Emergency Response Team) formano volontari che possono affiancare i soccorritori. Questo mix di innovazione e partecipazione civica è alla base della risposta americana.

In Giappone l'obiettivo è essere sempre un passo avanti alla catastrofe. Vivere in un arcipelago soggetto a terremoti e tsunami ha reso i giapponesi dei maestri della preparazione. Ogni anno, milioni di persone partecipano a esercitazioni nazionali che simulano situazioni di emergenza. Le scuole insegnano ai bambini come comportarsi in caso di sisma, mentre le infrastrutture sono progettate per resistere a scosse devastanti. Quando il disastro colpisce, i soccorritori (vigili del fuoco, medici, forze armate) agiscono con precisione quasi chirurgica. E, accanto a loro, i cittadini sanno già cosa fare, grazie a un forte senso di comunità e disciplina.

In Europa, le risposte alle emergenze variano, ma c'è un filo conduttore: la collaborazione. Ogni Paese ha il proprio modello. In Italia, ad esempio, la Protezione Civile ha la capacità di mobilitare risorse in tempi record, mentre in Germania i volontari giocano un ruolo fondamentale accanto ai professionisti. Ma è nei momenti più critici che emerge la forza dell'Unione Europea. Grazie al Meccanismo di Protezione Civile, gli Stati membri possono condividere risorse e competenze, inviando squadre specializzate e materiali dove ce n'è più bisogno. Un incendio in Grecia, un'alluvione in Romania, un terremoto in Turchia: l'Europa si muove come un unico organismo.

Cosa succede nei Paesi dove le risorse scarseggiano? Qui i soccorritori spesso devono "fare di necessità virtù". In India, ad esempio, la National Disaster Response Force (NDRF) è una squadra d'élite, ma la vastità del territorio e le infrastrutture limitate rappresentano una sfida enorme. Allora entrano in gioco le comunità locali: in molte zone rurali, i cittadini si organizzano autonomamente per salvare vite, utilizzando mezzi semplici come canoe o vecchi generatori. I social media stanno diventando uno strumento cruciale anche qui, permettendo di coordinare gli aiuti e diffondere informazioni in tempo reale.

Nonostante le differenze, una cosa accomuna tutti i soccorritori: la tecnologia. Dai sistemi di allerta precoce che inviano notifiche sul cellulare ai droni che sorvolano le aree disastrose, passando per l'intelligenza artificiale che analizza i rischi, il progresso tecnologico sta trasformando il modo in cui affrontiamo le emergenze. Ma la tecnologia, da sola, non basta. Serve coordinazione, addestramento e soprattutto umanità. Perché, alla fine, sono le persone, e il loro coraggio, a fare la differenza.



DAL 1977 AL SERVIZIO DELLA VOSTRA BELLEZZA



Trattamenti VISO

CRIOELETTROFORESI

PLASMA e SOFT PLASMA

NEEDLING

EVEN SKIN GLOW

WONDER®

La principale tecnologia spagnola che solleva la pelle, rifornisce il viso con muscolatura precedentemente persa e stringe il mento in sessioni brevi ed emozionanti di 25 minuti.



Via Ippocrate 20, 05100 TERNI (TR) • Tel. 0744 276995 • www.pierasalutebellezza.it

IA E LETTERATURA

UN DILEMMA ETICO TRA MACCHINA E AUTORE

L'intelligenza artificiale (IA) sta invadendo il mondo della letteratura, sollevando non solo questioni legate all'autorialità, ma anche dilemmi etici e legali. La creazione di opere letterarie da parte di algoritmi avanzati sta suscitando dibattiti sul riconoscimento del merito e sulla legittimità di assegnare premi a opere generate da macchine. La questione di chi merita davvero il premio -l'autore umano che dà gli input all'algoritmo o la macchina stessa che produce il contenuto- è diventata uno dei temi più discussi nell'ambito della letteratura contemporanea. Un caso che ha recentemente messo in luce questo dilemma è quello della scrittrice giapponese Rie Kudo, vincitrice del prestigioso Premio Akutagawa nel 2023. Il romanzo "The Tokyo Tower of Sympathy" è stato scritto con il sostegno di ChatGPT. Nonostante la macchina abbia svolto un ruolo significativo nella stesura del testo, Kudo ha rivelato che l'opera non è stata completamente scritta a mano, ma co-creata con l'IA. Chi va quindi considerato l'autore dell'opera e come valutare il contributo di una macchina a un progetto artistico? Il merito deve essere attribuito all'autore umano che ha guidato l'algoritmo o alla macchina stessa che ha prodotto il contenuto? Il diritto d'autore è stato storicamente riservato agli esseri umani, ma l'emergere di tecnologie come l'IA ha sollevato la questione se sia giusto o meno continuare a considerare

la macchina come uno strumento piuttosto che un co-autore legittimo.

Intanto il Premio Inedito - Colline di Torino, nella sua edizione 2024, ha introdotto una clausola esplicita per escludere le opere scritte da IA, scegliendo di mantenere il riconoscimento esclusivamente per le opere create da autori umani, ed evitando la partecipazione di testi prodotti in modo automatico. Ci si chiede se è davvero possibile considerare una macchina come un autore nel contesto di un concorso letterario, oppure se la presenza dell'algoritmo svilisce il valore del lavoro umano.

L'IA non è solo uno strumento passivo, ma una presenza attiva nella creazione di contenuti. Se l'algoritmo, guidato dai dati e dai parametri programmati dall'uomo, è in grado di generare testi letterari che possono competere con quelli scritti da autori tradizionali, è corretto escludere le macchine dalla possibilità di ricevere premi e riconoscimenti? Oppure, come suggerisce il Premio Inedito, è fondamentale che l'autorialità rimanga saldamente nelle mani dell'uomo, per evitare che l'arte venga "sostituita" dalla programmazione? In un contesto sempre più digitalizzato, dove la tecnologia gioca un ruolo crescente anche nella creazione artistica, l'etica dell'IA nella letteratura è destinata a essere una delle grandi sfide del futuro, e probabilmente ci costringerà a ridefinire il concetto stesso di autore e di opera d'arte.



Ilaria Alleva

PICKLEBALL

DA SPORT A FENOMENO DI MASSA



Stefano Lupi

Divertente e veloce, si gioca essenzialmente in doppio ma anche il singolo è molto apprezzato. Due racchette, una rete e una pallina. Non è il tennis, né il padel, neanche ping pong o paddington, ma un cugino stretto e, per il momento, meno conosciuto: il pickleball. Molto popolare negli Stati Uniti, fu inventato nel 1965 da Joel Pritchard e dai suoi amici Bill Bell e Barney McCallum, per intrattenere i bambini e le loro famiglie durante una vacanza estiva. Praticato da molti campioni del tennis come, John McEnroe, André Agassi e Steffi Graf è uno degli sport più diffusi nelle scuole statunitensi. Il pickleball, da sempre considerato uno sport da cortile, è in realtà una disciplina con una crescita vertiginosa. Negli Usa, conta oltre 36 milioni di giocatori, perlopiù appartenenti alla Generazione Z (i nati tra il 1997 ed il 2015), con aperture in media di 200 campi al mese. Il pickleball quindi non è solo uno sport, ma soprattutto uno stile di vita semplice ed immediato. Si impara facilmente e ci si diverte da subito. Si gioca in un campo sintetico diviso da una rete, di dimensioni uguali a quelle del badminton, con una racchetta squadrata in carbonio ed una pallina di plastica forata. Le regole sono semplici, giocare anche visto che non sono richiesti livelli particolari di allenamento. Con facilità ci si prende confidenza: il singolo è molto aerobico, le gambe sono sollecitate in ogni colpo. I movimenti sono misurati e precisi: nulla a che vedere con gli scatti repentini e le torsioni del padel. Il singolare richiede agilità e dinamismo, il doppio è più tattico, può essere giocato con lunghe fasi tecniche che consentono il giusto recupero al giocatore. Oltre a essere divertente, questo sport favorisce il rafforzamento muscolare, stimolando la coordinazione e migliorando la salute cardiovascolare. È intergenerazionale, si può giocare a tutte le età e in tutte le condizioni di forma, sviluppando una forte socialità. È "gender equal", a livello amatoriale donne e uomini se la giocano davvero alla pari. Per le



caratteristiche del gioco e la leggerezza della pallina il rischio di infortuni è quasi nullo. Il regolamento è simile al tennis, differenziandosi, così come dal padel, per le caratteristiche della pallina, della racchetta e del campo. Il gioco si avvia con la battuta, da eseguirsi in diagonale (partendo da destra) e alternando ogni servizio. Chi risponde non dovrà far rimbalzare la pallina più di una volta, per poi colpirla e mandarla nel lato opposto. I punti nel pickleball si fanno quando la pallina rimbalza due volte nel campo avversario, finisce (in risposta) nella rete o fuori dal campo, o viene colpita al volo nell'area kitchen. Il punto, tuttavia, viene assegnato a un giocatore solo se già in possesso del servizio: in caso contrario, l'avversario ottiene solo la battuta, come avveniva nella pallavolo prima dell'introduzione del rally point system. Si batte l'avversario quando si raggiunge il massimo dei punti, ovvero 11. La partita si vince al meglio dei 3 giochi. I Paesi che fanno parte della International Pickleball Federation sono ben 37, in Italia è sbarcato nel 2018. L'obiettivo è raggiungere il numero di 70 affinché possa entrare a pieno titolo nei Giochi Olimpici. La strada non è impossibile visto il successo riscosso. Provatelo, con un paio di scarpe da tennis, calzoncini ed una t-shirt il divertimento, credetemi, è assicurato!





BASKET TERNI

SERIE DR1

CALENDARIO

ESSETI BASKET TERNI

DALL'OTTAVA GIORNATA DI RITORNO

	DATA	ORARIO
TURNO DI RIPOSO		
8		
9	FAVL BASKET VITERBO - ESSETI BASKET TERNI	15/3 18:30
10	ESSETI BASKET TERNI - OTTICA BRUNORI BASTIA	23/3 18:30
11	NESTOR BK MARSCIANO - ESSETI BASKET TERNI	30/3 18
12	ESSETI BASKET TERNI - SVILA UISP PALAZZETTO	6/4 18
13	BASKET SPELLO SIOUX - ESSETI BASKET TERNI	12/4 20:30



La ESSETI BASKET TERNI nasce nel 2024 dalla collaborazione tra il presidente della Ternana Basket, Federico Carli, e quello della Virtus Basket, Roberto Picchiarati, con l'impegno di portare una rappresentanza territoriale nelle categorie superiori e l'ambizioso obiettivo di portare in cinque anni una squadra di Terni almeno in Serie C

Un NUOVO LOGO, lo stesso impegno!



Strada di Cardeto, 61 - Terni

800.736.330

www.lenergia.eu



Francesco Patrizi

IL SEME DELL'UOMO

La piccola Safyia cresce in un villaggio della Nigeria, passa le giornate a badare a suo fratello che, in quanto maschio, può fare quello gli pare, lei invece deve imparare a camminare un passo dietro all'uomo e a tacere.

Quando il padre le dice che andrà a scuola, esulta "potrò finalmente leggere il Corano!". Il padre la manda al mercato a comperare una frusta, "a cosa servirà?", si chiede Safyia, lo scopre quando il genitore, come da usanza, la consegna al maestro, *mia figlia è ancora piccola, se non capisce, può usare questa!*.

Non ha ancora avuto le mestruazioni quando le dicono che un parente, Yussuf, la prenderà in sposa. Lo invitano a pranzo, si presenta con i capelli e la barba grigi, lei gli serve il pasto, lui non la guarda in faccia, come da tradizione. Safyia non vuole sposarsi, vuole andare a scuola, la mamma tace e le fa segno con il dito. Il padre le spiega che dovrà essere una brava moglie, lei pensa che basti dormire accanto al marito per dargli dei figli... La prima notte di nozze fugge terrorizzata, trova rifugio dai suoceri che convincono il figlio a rispettarla finché non sarà pronta. Yussuf aspetta un anno senza sfiorarla, poi Safyia capisce che è arrivato il momento e si concede. Essendo stata infibulata, prova solo dolore e pensa che anche il marito soffra come lei e lo faccia solo per compiacere Allah. La coppia ha quattro figli, due dei quali muoiono di varicella mentre lui è lontano per lavoro. Poco dopo i suoceri ripudiano Safyia incolpandola della morte dei piccoli; lei capisce che lo fanno perché il marito ora guadagna di meno e non può più mantenerla, i soldi che manda servono ai suoceri.

In dieci anni si sposa altre quattro volte e ogni volta finisce con il ripudio, la peggiore onta per una donna islamica. Non vuole più saperne degli uomini, poi si innamora del cugino Yacubu e resta incinta. Il tempo passa, la pancia non si può più nascondere, Yacubu però non la chiede in sposa e Safyia viene condotta in tribunale per aver violato la sharia, a denunciarla è suo fratello, diventato integralista. Yacubu confessa di aver fatto sesso fuori dal matrimonio e promette di sposarla, ma il giorno dopo ritratta, dice di non essere il padre e che lei vuole incastrarlo.

Safyia è condannata a essere sepolta fino al petto, la testa coperta con un sacco, uccisa a colpi di pietra; però solo dopo aver partorito. Appena nata, porta la bimba davanti al giudice, lui la osserva e dice a Yacubu "ti somiglia, è uguale a te!", ma lui non la guarda nemmeno.

Il padre di Safyia non si rassegna alla lapidazione e ingaggia il migliore avvocato di Lagos, i soldi li mette anche il fratello di lei, pentito per averla denunciata.

L'avvocato le spiega che Allah non vuole che lei muoia, sono gli uomini che vogliono imporre l'integralismo alla Nigeria e lei è un simbolo. Imbastisce una battaglia mediatica, Safyia è intervistata dalla BBC e la sua storia fa il giro del mondo.

Alla fine viene trovato un cavillo: una sura del Corano dice che il seme dell'uomo può risposare in una donna anche tre anni e lei, tre anni prima, era sposata!

Grazie a una ONG a Safyia Hussaini è stata conferita la cittadinanza onoraria a Roma nel 2002.

Due anni dopo ha raccontato la sua storia in un libro.

AUTHENTICA

la buona ristorazione

Inizia l'era del super-udito

Il primo apparecchio acustico al mondo con un chip dedicato all'Intelligenza Artificiale



Richiedi una prova gratuita



0744.36.42.98

TERNI Corso Vecchio, 280
NARNI SCALO (TR) Via Tuderte, 247
RIETI via delle Orchidee, 2d

"MA LEI NON SI SENTE DISABILE!"



Elisa Romanelli

Non è vero che io non mi sento disabile! Lo sono e ne sono ben consapevole. Anche perché difficilmente potrei dimenticarlo, visto che mi guardo quotidianamente allo specchio (mi piace farlo) e la memoria ancora non mi gioca brutti scherzi. Se dimostro naturalezza nel convivere con me stessa, è "solo" perché ci sono scesa a patti e mi sono autorizzata a considerarmi anche altro. Mi sono detta "vado bene così". Non sono qui per spiegarvi come ho fatto o per incoraggiare qualcuno a fare lo stesso, perché francamente neanche io lo so come ho fatto, so che l'ho fatto e basta. Tuttavia, quando parlo di disabilità non me la sento di parlare solo per me e quindi il mio pensiero è anche per tutti gli altri "soci". La comunità disabile esiste, io stessa ne faccio parte. Dire che una persona disabile non si sente tale è fuorviante e contribuisce ad alimentare quella cultura abilista che ci vuole ai margini, escludendoci dalla società. Per non parlare del fatto che rimanda un'immagine dell'individuo non consapevole di sé. Avere una disabilità significa avere un certo stile di vita, perché la disabilità è essa stessa uno stile di vita. Chi pensa che riguardi solo la problematica in senso stretto si sbaglia. Ciò che si sta cercando di fare adesso, e io in primis mi trovo d'accordo con questa nuova forma mentis, è di far sì che il nostro

stile di vita sia al pari di quello degli altri. Quindi sì, di normalizzarlo. La normalità esiste ed è sicuramente un concetto che può inglobare il nostro modo di essere, al fine di poterci permettere tutti le stesse opportunità e diritti, visto e considerato, tra l'altro, che non è una condizione su cui abbiamo o abbiamo avuto una qualche volontà. Voglio concludere prendendo in prestito un pensiero di una psicoterapeuta che stimo molto, ovvero: "Da normalizzare c'è solo che non tutto è normale, la disabilità può diventarlo. E no, non è retorica!"



Anche se può sembrare un argomento difficile da affrontare con i propri genitori è importante conoscere le aspettative ed i desideri dei genitori riguardo la loro assistenza futura. Questi aspetti possono variare notevolmente in base a fattori culturali, sociali, economici e personali, ma ci sono alcune considerazioni comuni che emergono in questo contesto.

Aspettative dei genitori

Autonomia e dignità: Molti genitori desiderano mantenere la propria autonomia il più a lungo possibile, anche in età avanzata, si aspettano di essere coinvolti attivamente nelle decisioni che riguardano la loro salute e il loro benessere.

Qualità della vita: La qualità della vita è spesso una priorità. I genitori possono sperare di ricevere trattamenti che non solo prolungano la vita, ma che la migliorano, evitando procedure invasive se queste non comportano un reale miglioramento della loro condizione.

Supporto familiare: I genitori si aspettano di ricevere supporto dai propri figli e dalla famiglia. La comunicazione aperta e il coinvolgimento dei familiari nelle decisioni sono aspetti fondamentali.

Accesso a cure appropriate: Le aspettative riguardano anche l'accesso a cure mediche di qualità, che siano adeguate alle loro esigenze specifiche e che tengano conto della loro storia clinica e delle loro preferenze.

Desideri dei genitori

Pianificazione anticipata: Molti genitori desiderano discutere e pianificare in anticipo le proprie preferenze riguardo alle cure mediche, incluse le scelte in caso di malattia grave, possono esprimere il desiderio di ricevere trattamenti personalizzati che rispettino le loro credenze e valori, inclusi approcci alternativi o complementari.

Comunicazione chiara: I genitori desiderano una comunicazione chiara e trasparente da parte dei professionisti della salute riguardo alle loro condizioni e opzioni di trattamento. Questo aiuta a prendere decisioni informate.

Ambiente familiare: Molti genitori desiderano ricevere assistenza in un ambiente familiare o domestico, se possibile, per sentirsi più a loro agio e mantenere legami significativi con i propri cari.

È fondamentale che i professionisti della salute e i membri della famiglia siano sensibili a queste aspettative e desideri. La creazione di un ambiente di dialogo aperto e rispettoso permette di affrontare queste tematiche in modo costruttivo, assicurando che i genitori si sentano ascoltati e rispettati nelle loro scelte.

La pianificazione anticipata e la discussione delle preferenze possono contribuire a garantire che le decisioni mediche siano in linea con i valori e le aspettative dei genitori.

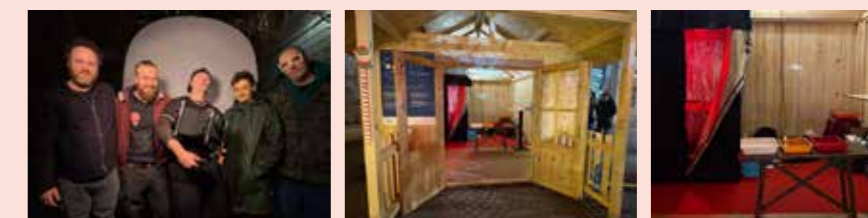
L'ARTE DELLA FOTOGRAFIA A TERNI CON IL BRANCO OTTICO

In piazza Europa, a Terni, in occasione dell'iniziativa intitolata "Cantiere di Arti Urbane 2025 Terni festival diffuso" si è dato vita al progetto chiamato "Operazione San Valentino - Cartoline da Terni", a cura delle associazioni Tempus Vitae e ArteM, con il patrocinio e sostegno del Comune di Terni e di Confcommercio Terni. Un progetto ambizioso che ha coinvolto la città, la sua storia, la sua gente, in una sfida fotografica mai osata fino ad ora. Grazie ad un gruppo che riscopre la magia dei grandi formati e della creatività senza confini. Questo team si chiama "Branco Ottico" ed è formato da Davide, Tommy, Riccardo, Silvio, Edy, a cui, di volta in volta, si aggiungono le persone quando la squadra si muove da Nord a Sud della Penisola. Davide Rossi, in arte Canesciolto, ideatore del Branco Ottico utilizza, infatti, l'immagine di una valanga, che quando scende prende con sé tutto ciò che incontra, come una forza che si espande. Un'immagine potente per descrivere la filosofia del gruppo: una fusione di competenza, passione e sperimentazione. L'obiettivo del Branco Ottico è quello di far comprendere come la creatività sia una scelta totalmente libera, un processo che ci permette di esprimerci al massimo. Il team in Piazza Europa ha portato con sé la camera oscura e un set di luci e fotocamere, strumenti con cui realizzano ritratti unici. Si tratta di una fotografia che riscopre il

passato, quella di grandi formati, utilizzando camere meccaniche che, grazie alla loro complessità, permettono di raggiungere un risultato artistico di rara bellezza. Il Branco Ottico lavora con camere di grande formato, fino a oltre un metro quadrato e tratta la carta fotografica tradizionale con il processo di inversione per ottenere dei positivi. La scelta della carta gelatina d'argento, antica e preziosa, è un altro elemento distintivo: ogni scatto è un pezzo irripetibile. Non si tratta solo di una ricerca estetica, ma anche di una visione filosofica dell'arte. Infatti, secondo il gruppo, quanto più l'essere umano è presente nell'opera, tanto più quella stessa opera assume valore. Un concetto che il Branco Ottico porta con sé anche nelle scuole, con il desiderio di trasmettere l'importanza di una creatività che non conosce limiti. A Terni, il Branco Ottico ha lasciato un segno indelebile, portando con sé una nuova visione della fotografia, fatta di passione, studio e soprattutto, di una ricerca continua di libertà artistica.



Elena Cecconelli



IDROCALOR

BONUS CASA

valido anche per la sostituzione di infissi e serramenti senza ristrutturazione

DETRAZIONI DEL
50%
PER LA PRIMA CASA

DETRAZIONI DEL
36%
PER LA SECONDA CASA

Chiamaci per un
PREVENTIVO GRATUITO

Via Adda, 3 - Terni (TR) | Tel. 0744 817134 | Cell. 335 6545038
Email: info@idrocalorterni.it | www.idrocalorterni.com



Dir. San. dott.ssa M. Rita Serva

Str. Pareti 34/36 - Otricoli (TR) | Tel. 0744.709073 | info@villasabrina.eu

www.villasabrina.eu

CULTURA E FORMAZIONE SUI BANCHI DI SCUOLA

“Messaggio per un’aquila che si crede un pollo” Anthony de Mello



Samuela Dolci

La cultura è il mezzo per volare liberi, in alto, come un’aquila e trasformare la propria esistenza in un’opera d’arte. La scuola è formativa nella misura in cui prepara alla vita, orienta gli studenti verso scelte consapevoli. Le conoscenze sono l’oggetto che danno spessore al sapere. Ma come si riconosce una persona che ha cultura? Una persona colta è sicura di sé, salda sulle proprie gambe, capace di sfidare contraddizioni e contrasti, possiede una buona dose di intelligenza emotiva, produce motivazione ed entusiasmo. Il soggetto che apprende è immerso in un universo di simboli significanti che si trovano nelle forme culturali della scienza, dell’arte, della storia, della religione e della lingua. Il valore della cultura umana è dato da questo universo di simboli significanti e gli studenti, attraverso l’approccio con le diverse discipline scolastiche, vi entrano prendendo in considerazione il momento storico e la capacità creativa, individuale e collettiva. La creatività intesa come scoperta, volta alla costruzione di nuove forme simboliche, che si integrano con quelle già divenute patrimonio della comunità e della cultura. È nella storia che si coglie il processo di realizzazione dei valori culturali in cui la persona si eleva ad essere spirituale. Le forme culturali di cui è composto l’universo simbolico, hanno il carattere della dinamicità e dell’unità, in quanto hanno una loro forza sviluppativa, sempre incrementabile ed una struttura interna costituita da uno specifico linguaggio, metodi, operazioni e finalità. Tutti questi elementi conferiscono ad ogni argomento bellezza ed armonia. Nella lingua è racchiuso il valore dell’espressione, inteso come mezzo per liberare le forze interiori profonde che ciascuno custodisce dentro di sé. Nella scienza è fondamentale il valore dell’osservazione attenta e del rispetto della vita, in tutte le sue forme. Nell’arte, il valore della bellezza procura una sensazione di piacere, capace di tradursi in un arricchimento concreto, sia di tipo intellettuale, sia di tipo comportamentale. Il valore della storia è rappresentato dal comprendere le ragioni che hanno spinto l’umanità verso una direzione, al fine di illuminare il presente ed orientare il futuro.

Nella religione, il valore è la persona, nella sua singolarità e tensione di trascendere se stessa e il mondo, per ricostruire l’unità. La cultura è dunque il contenitore, che custodisce noi e le cose, un contenitore sempre aperto, pronto a svuotarsi, ma anche a riempirsi di tutte quelle esperienze che la vita ci consente di fare. “Un uomo trovò un uovo d’aquila e lo mise nel nido di una chiocciola. L’uovo si schiuse e l’aquilotto crebbe in mezzo ai pulcini. Per tutta la vita, l’aquila fece quel che facevano i polli del cortile. Un giorno vide sopra di sé, nel cielo sgombro di nubi, uno splendido uccello che planava...”. Il testo di Mello è un invito a non accontentarsi del becchime come fanno i polli, bensì a volare in alto, senza paura, e ciò è possibile attraverso la cultura.

LA VOCE DEI GIOVANI



SARA MORETTI

5N - LICEI STATALI F. ANGELONI
INDIRIZZO SCIENZE UMANE

Quando si parla di formazione sui banchi di scuola, la parola chiave che racchiude il concetto è la cultura. Non solo la cultura è un arricchimento delle conoscenze personali, ma è lo strumento che rende ogni persona unica e diversa dagli altri. La scuola deve essere la colonna portante di tale principio, proprio perché il suo organismo serve a formare i cittadini di un domani assai prossimo. Ma attenzione, per essere persone di un rilevante spessore non basta avere una conoscenza ampia. L’Istituto Francesco Angeloni di Terni è una scuola aperta, da sempre offre i mezzi per far sì che i ragazzi siano in grado di sviluppare il senso critico nel contesto sociale in cui sono immersi, attraverso uscite didattiche, collaborazioni con le Università, le Associazioni e le Agenzie Formative presenti sul territorio. Lo scopo è quello di orientare gli studenti, rendendoli delle persone autonome, capaci di affrontare gli ostacoli che la vita può presentare, di muoversi con sicurezza. Certamente, per raggiungere la consapevolezza serve la motivazione e il porsi degli obiettivi. Solo il possedere queste qualità e il saperle dispiegare nel tempo, rende la propria formazione culturale significativa. Per assumere significato, ogni piccolo tassello della nostra personalità deve essere collegato da quel ‘filo invisibile’ che sono i simboli della formazione scolastica. La scuola non è soltanto un edificio formato da mura, è anche la base che riesce a far spiccare il volo a noi giovani.



Senologia Chirurgica

da Donna a Donna

L’8 marzo, Festa della Donna, è molto più di una celebrazione: è un’occasione preziosa per riflettere sulla salute femminile, con un focus particolare sulla prevenzione senologica.

Il tumore al seno, pur essendo una delle neoplasie più frequenti nelle donne, oggi è sempre più curabile grazie alla diagnosi precoce e ai progressi della medicina. In questo contesto, la senologa emerge come figura chiave.

La senologa è il medico specializzato nella diagnosi e nel trattamento delle malattie del seno e gioca un ruolo cruciale nella prevenzione. Non solo si occupa di individuare eventuali patologie, ma accompagna la donna in un percorso di consapevolezza, guidandola nella scelta dei controlli più adatti alla sua età e storia personale e familiare, come punto di riferimento per la salute del seno, offre un supporto personalizzato.

La prevenzione senologica si articola in tre pilastri fondamentali, strettamente interconnessi: l’autoesame con autopalpazione, un gesto semplice che ogni donna dovrebbe compiere regolarmente per conoscere il proprio seno e sapere se quello che vede come cambiamento o sente era già presente o da approfondire ulteriormente; la visita senologica periodica completata con esami strumentali specifici per ciascuna paziente per monitorare lo stato di salute del seno e intercettare anomalie. Gli esami diagnostici, come mammografia ed ecografia, strumenti essenziali per una diagnosi precoce, soprattutto dopo i 40 anni o anticipati in presenza di fattori di rischio. Questi tre momenti non sono isolati, ma complementari: l’autoesame sensibilizza la donna al proprio corpo, la visita senologica offre un parere medico esperto e gli esami diagnostici approfondiscono quanto eventualmente rilevato attraverso i primi due step.

La diagnosi precoce, resa possibile da questa sinergia di azioni, è cruciale nella lotta contro il tumore al seno. Individuare eventuali anomalie in fase iniziale significa aumentare le probabilità di guarigione, spesso con trattamenti meno invasivi. Per questo, la prevenzione senologica non è solo un insieme di azioni, ma un vero e proprio approccio alla salute.

L’8 marzo, dunque, diventa un promemoria per ogni donna: prendersi cura della propria salute senologica è un atto d’amore verso sé stesse. Non importa l’età, dedicare tempo alla prevenzione è un regalo prezioso. Questa giornata, celebrando la forza e la resilienza femminile, ci ricorda anche che la salute è un diritto fondamentale e che la prevenzione è la chiave per una vita in salute. Per l’autoesame utilizza le indicazioni fornite inquadrando il qr code sotto riportato.



Dott.ssa
Marina Vinciguerra

MioDottore
App per appuntamento

Senologia - Chirurgia Oncoplastica della Mammella - Ecografia Senologica

Per informazioni ed appuntamenti

Viale Cesare Battisti 45 - Scala A - Terni | +39 338 4083298 | +39 328 5478756

marina.vinciguerratr@gmail.com | www.senologiachirurgica.it



CADUTA DEI CAPELLI

CAUSE E SOLUZIONI PER UOMINI E DONNE

La caduta dei capelli è un fenomeno diffuso che colpisce uomini e donne, con cause che variano da fattori genetici a squilibri ormonali, stress, cattiva alimentazione e trattamenti aggressivi. Sebbene perdere dai 50 ai 100 capelli al giorno sia normale, una caduta eccessiva può essere il segnale di un problema sottostante da non sottovalutare.

CAUSE DELLA CADUTA DEI CAPELLI

L'alopecia androgenetica è la forma più comune e colpisce principalmente gli uomini, ma anche le donne, soprattutto dopo la menopausa. È legata a una predisposizione genetica e all'azione del diidrotestosterone (DHT), un ormone che indebolisce i follicoli piliferi.

Altri fattori che possono provocare la perdita dei capelli includono:

- **Squilibri ormonali** dovuti a gravidanza, menopausa o problemi alla tiroide.
- **Stress psicofisico**, che influisce sulla fase di crescita del capello.
- **Diete restrittive e carenze nutrizionali**, soprattutto di ferro, zinco e vitamine del gruppo B.
- **Uso eccessivo di prodotti aggressivi**, tinte, decolorazioni e trattamenti chimici che danneggiano la fibra capillare.
- **Patologie dermatologiche** come la dermatite seborroica o il lichen planopilare.

RIMEDI PER CONTRASTARE LA CADUTA

Affrontare tempestivamente il problema è essenziale per limitare i danni e favorire la ricrescita.

Tra i trattamenti più efficaci troviamo:

- **Farmaci come il minoxidil**, che stimola la crescita e rallenta la caduta.
- **Integratori con biotina, zinco, ferro e vitamina D**, utili per rinforzare il capello dall'interno.
- **Terapia PRP (Plasma Ricco di Piastrine)**, che utilizza i fattori di crescita del sangue per rigenerare i follicoli.
- **Trapianto di capelli**, un intervento chirurgico sempre più richiesto per chi soffre di alopecia avanzata.

PREVENZIONE E CURA QUOTIDIANA

Per prevenire la caduta e mantenere capelli sani, è importante adottare uno stile di vita equilibrato, seguendo una dieta ricca di proteine, antiossidanti e acidi grassi essenziali. Inoltre, evitare trattamenti chimici aggressivi e utilizzare shampoo delicati può ridurre lo stress sul cuoio capelluto.

L'industria tricologica è in continua evoluzione, con nuove soluzioni sempre più efficaci per contrastare la caduta dei capelli e migliorare il benessere della chioma. Intervenire in modo mirato permette non solo di rallentare il problema, ma anche di favorire una ricrescita più forte e sana.

LESIONE DEL LEGAMENTO CROCIATO ANTERIORE DEL GINOCCHIO

L'articolazione del ginocchio è la più grande e complessa dell'arto inferiore. Alla sua stabilità contribuiscono numerosi muscoli e numerosi legamenti tra i quali i legamenti crociati, anteriore e posteriore, che ne costituiscono il fulcro centrale. Essa è, allo stesso tempo, l'articolazione più sollecitata del corpo umano e può frequentemente essere sede di lesioni a causa di eventi traumatici improvvisi o microtraumi ripetuti nel tempo, sia nella vita lavorativa che nelle attività sportive.

La LESIONE del legamento crociato anteriore, ad esempio, è molto più frequente di quella del posteriore e si realizza per sollecitazioni in rotazione o iperestensione; questi meccanismi traumatici sono frequenti durante la pratica di alcuni sport quali il calcio, lo sci, la pallacanestro, la pallavolo. Una volta lesionato, il legamento crociato anteriore non può guarire spontaneamente e questo favorisce la

lesione dei menischi, degli altri legamenti e della cartilagine e conseguentemente la progressiva usura dell'articolazione.

I problemi del ginocchio sono spesso diagnosticati e curati con l'ARTROSCOPIA, una tecnica che permette al Chirurgo Ortopedico di vedere chiaramente all'interno del ginocchio attraverso incisioni di 4 mm e di eseguire interventi. L'artroscopia viene effettuata in anestesia generale o spinale o locoregionale o locale. Il ginocchio viene dilatato con liquido sterile (soluzione fisiologica) in modo da permettere la valutazione dell'articolazione e di effettuare degli interventi.

Successivamente il paziente effettua un programma riabilitativo che ha lo scopo di recuperare progressivamente l'escursione articolare, la forza muscolare e la coordinazione.

La ripresa dell'attività sportiva è in genere possibile tra i quattro e i sei mesi.



DR. VINCENZO BUOMPADRE
Specialista in Ortopedia
Traumatologia e
Medicina dello Sport

- Terni 0744.427262 int.2
345.3763073

Murri Diagnostica, v. Ciauro 6

- Rieti 0746.480691 - 345.3763073
Nuova Pas, v. Magliano Sabina 25

- Viterbo 345.3763073
S. Barbara via dei Buccheri

www.drvincenzobuompadre.it

CONVENZIONATO CON
IL SERVIZIO SANITARIO NAZIONALE



www.farmaciamarcelli.it
FARMACIA
MARCELLI

seguici su



ORARIO CONTINUATO
DAL LUNEDÌ AL SABATO

8-20

la tua farmacia dei servizi

ELETTROCARDIOGRAMMA

TAMPONE COVID e STREPTOCOCCO

HOLTER PRESSORIO E CARDIACO 24 h - 48 h

ANALISI DEL SANGUE

SERVIZI OSTETRICI

SERVIZI INFERMIERISTICI

SERVIZI FISIOTERAPICI

Viale Curio Dentato, 94 - Terni | Tel. 0744 408121 | info@farmaciamarcelli.it

www.aestetika.it

Aestetika: esperti in Ergonomia

Ergonomia, qualità, leggerezza

Dr-Kim **aestetika** **admetec ergo**

Tel: +39 0744 30 23 33 | E-mail: info@aestetika.it | Sito web: www.aestetika.it

8 MARZO la Salute è Donna

L'8 marzo, comunemente noto come Giornata Internazionale della Donna, è un'occasione speciale che celebra le conquiste sociali, economiche, culturali e politiche delle donne. Oltre a essere un momento per riflettere sui progressi compiuti nella lotta per la parità di genere, questa giornata rappresenta anche un'opportunità per sensibilizzare su problematiche sanitarie che riguardano specificatamente le donne, come la prevenzione del tumore della mammella.

Il tumore della mammella è tra i tipi di cancro più diffusi tra le donne, ma può essere curato con successo se diagnosticato nelle fasi iniziali. Pertanto, la prevenzione e la diagnosi precoce sono cruciali. Uno dei modi più efficaci per prevenire il tumore al seno è attraverso la consapevolezza e l'educazione.

Screening regolari, come la mammografia e autoesami del seno, sono fondamentali per rilevare eventuali anomalie. Le mammografie, in particolare, sono raccomandate generalmente a partire dai 40 anni. È importante che le donne consultino il proprio medico per stabilire un programma di screening personalizzato.

Parallelamente, uno stile di vita sano può ridurre il rischio di sviluppare il tumore al seno. Mantenere un peso corporeo adeguato, svolgere attività fisica regolare, evitare eccessivo consumo di alcool e non fumare sono tutte pratiche che contribuiscono alla prevenzione. Inoltre, una dieta ricca di frutta, verdura e cereali integrali può avere un impatto positivo sulla salute generale e sul rischio di cancro.

In sintesi, l'8 marzo non è solo una giornata per celebrare le donne, ma anche un richiamo all'importanza della prevenzione e della diagnosi precoce del tumore della mammella. È un invito a tutte le donne a prendersi cura di sé stesse e a sostenere una cultura della salute consapevole e informata.

Per la prevenzione del tumore al seno (fatta salva diversa indicazione del proprio medico curante in base alla propria storia clinica e anamnesi familiare)

- dai 16 anni praticare ogni mese, dopo la fine del ciclo, l'autopalpazione
- dai 25 anni sottoporsi annualmente a visita senologica ed ecografia
- dai 40 anni sottoporsi ogni 12/18 mesi (a seconda dei fattori di rischio) a visita senologica, ecografia e mammografia.



studio ANTEO Terni / via L. Radice, 19
tel. 0744.300789 / cell. 347.9520747
www.lorellafioriti.com

Direttore Sanitario
Dott.ssa **Loirella Fioriti**
Specialista in Radiodiagnostica, Ecografia,
Mammografia e Tomosintesi Mammaria

La Settimana della Prevenzione ONCOLOGICA!

5-23 MARZO 2025

Con l'arrivo della primavera si rinnova uno dei principali appuntamenti della LILT: la Campagna della "Settimana Nazionale per la Prevenzione Oncologica" che quest'anno è compresa tra il 15 e il 23 marzo. Il simbolo della Settimana per la Prevenzione è da sempre l'olio extravergine di oliva 100% italiano, ingrediente principale della dieta mediterranea, ricco di preziose qualità nutrizionali e antitumorali.

Questa Campagna è promossa dalla LILT Nazionale e ha lo scopo di diffondere ai cittadini la cultura della prevenzione che si basa su due concetti fondamentali che sono: **vivere secondo un corretto stile di vita ed effettuare controlli periodici per ottenere una diagnosi precoce.**

Seguire queste due regole infatti riduce la possibilità di comparsa delle neoplasie del 30-40%.

Vivere **secondo un corretto stile di vita** significa adottare una serie di comportamenti e di abitudini che devono promuovere il nostro benessere fisico e psichico. Ecco le regole che gli esperti consigliano per prevenire le malattie oncologiche. **Mantenere il peso forma; restare fisicamente attivi tutti i giorni; seguire una dieta ricca di cereali integrali, verdura, frutta e legumi; limitare il consumo di fast-food ed altri elementi lavorati ricchi di zuccheri e grassi; ridurre il consumo di carni rosse; non fumare; bere con moderazione; esporsi al sole con le adeguate protezioni e nelle ore più fresche.**

Si tratta di consigli utili anche per i pazienti che hanno superato una diagnosi di tumore e sono a rischio di recidiva. La prima abitudine nociva da abbandonare è senza dubbio il fumo. Non fumare non riduce solo le neoplasie polmonari, le malattie respiratorie e cardiovascolari, ma anche numerose altre forme tumorali.

Per quello che riguarda la **diagnosi precoce** è ampiamente risaputo che identificare il cancro nelle fasi iniziali aumenta la probabilità di guarigione e la necessità di effettuare pesanti terapie mediche.

Perciò occorre prestare attenzione a segni e sintomi che possono essere spia di un tumore e discuterne prontamente col proprio medico o con uno specialista.



Gli **screening oncologici** anno seguiti e sono finalizzati a individuare i tumori nelle fasi precoci o addirittura quando esistono solo lesioni precancerose. La diagnosi in queste fasi aumenta le probabilità di cura.

La LILT di Terni per tutto il mese di marzo effettuerà visite gratuite precauzionali a tutti i cittadini che ne facciano richiesta nel caso di disturbi che li preoccupino, oppure per eseguire un controllo periodico.

Per informazioni telefonare al numero **0744/431220** oppure scrivere una e-mail a info@legatumoriditerni.it

Inoltre in molte farmacie e studi medici sarà possibile trovare gli opuscoli pubblicati dalla LILT sulla Prevenzione oncologica.



FONDAZIONE
CASSA DI RISPARMIO
DI TERNI E NARNI



LA PARTOANALGESIA, UNA SCELTA CONSAPEVOLE



Dott.ssa Rita Commissari
Direttore S.C. Anestesia e Rianimazione
Azienda Ospedaliera "S. Maria" Terni

"L'indice del progresso di una civiltà è dato dalla considerazione che questa civiltà ha per la donna. E il modo migliore di valutare questa considerazione è l'attenzione che la società stessa ha per la sua maternità" (Howard Haggard 1913).

Se ciò era valido 100 anni fa lo è ancora di più oggi, al punto che l'OMS pesa un SSN come efficiente ed avanzato anche sugli eventi avversi materno neonatali.

Ed è per questo che da 11 anni è attivo presso l'Azienda Ospedaliera Santa Maria di Terni il servizio di

Partoanalgesia e urgenze e emergenze in ostetricia, servizio voluto dal Dott. *Andrea Casciari*, attuale direttore generale dell'Ospedale di Terni, durante il suo precedente mandato. Peculiarità organizzativa della nostra azienda è la presenza **24 ore su 24** dell'Anestesista Rianimatore dedicato alla sala Parto e con competenze specifiche in Anestesia Ostetrica. Tale figura, inserita nell'equipe del dipartimento materno infantile, è fortemente raccomandata dalla conferenza Stato Regioni del 2010 proprio negli ospedali dove si superano i 1000 parti/anno, dove è presente la Terapia Intensiva Neonatale (T.I.N.) e dove è garantito il posto letto in rianimazione per le mamme, qualora ve ne fosse bisogno. Strutture queste altamente qualificate, presenti tutte nella nostra azienda e che pertanto ne fanno un Punto Nascita e un DEA di **secondo** livello. Tale impegno di risorse umane e materiali si inquadra in un percorso organizzativo altamente qualificato, finalizzato a diminuire la morbilità/mortalità materno-neonatale rendendo quindi sereno e sicuro il giorno più significativo della vita di una donna. Il controllo del dolore in travaglio di parto si inserisce, in questo scenario articolato in cui l'anestesista, il ginecologo, il neonatologo, il radiologo interventista, l'ostetrica e l'infermiera ruotano intorno alla figura

centrale, la mamma, con unica mission: partorire senza dolore e in sicurezza. Controllare il dolore e soprattutto proteggere la mamma e il neonato da possibili eventi avversi del parto e del post-partum sono gli obiettivi di una moderna assistenza al parto. In virtù di tale sistema organizzativo in qualsiasi ora del giorno e della notte ogni mamma che si ricovera a Terni per partorire riceve, se la richiede, la partoanalgesia.

L'analgia in travaglio - eseguita con tecniche anestesologiche perimidollari quali la **Combinata Spinale Epidurale (CSE) o Peridurale** - è assolutamente sicura perché eseguita da mani esperte e secondo linee guida condivise e approvate nel nostro ospedale. Entrambe le tecniche eseguite in corso di travaglio attivo e indipendentemente dalla dilatazione del collo uterino, grazie all'uso di anestetici locali a bassissime concentrazioni, permettono alla futura mamma di non sentire il dolore secondario alla dilatazione del collo uterino e alla progressione del feto nel canale del parto, salvaguardando sia il premito che la "capacità di spingere" nel momento che l'ostetrica ritiene più opportuno. In un travaglio fisiologico lo stato di benessere materno,



in assenza di stress grazie all'analgia, definisce un modo diverso di partorire: più sereno e collaborativo (umanizzazione del travaglio di parto). La partoanalgesia, effettuata solo su richiesta della donna, è particolarmente indicata in tutte le mamme affette da ipertensione, diabete, patologie neurologiche quali l'epilessia e in tutte quelle situazioni in cui il travaglio è indotto farmacologicamente (ossitocina e prostaglandine). La prestazione viene garantita gratuitamente in quanto la partoanalgesia dal 2017 è inserita per legge nei LEA (Livelli Essenziali di Assistenza).

È attivo presso il reparto di Ostetricia e Ginecologia, diretto dallo scorsa anno dalla Dott.ssa Natalina Mancini, **l'ambulatorio anestesologico per la partoanalgesia**. Vi si accede due volte a settimana, ogni lunedì e giovedì dalle ore 15:30 alle 18:00 previa prenotazione CUP e pagamento di un ticket. È questo per noi anestesisti un momento importante perché ci dà la possibilità di presentarci alle future mamme, di valutarle dal punto di vista medico e di informarle tramite colloquio accurato sul perché eseguiamo la PA su come e quando si effettua, e soprattutto su quali sono i pochi effetti collaterali che quest'ultima può provocare. Non solo, alla fine del colloquio ad ogni mamma viene consegnato un pieghevole riassuntivo che farà da promemoria nei giorni precedenti il parto. Ad oggi nell'Azienda Ospedaliera

Santa Maria di Terni sono state eseguite circa 4000 procedure di partoanalgesia. Circa il 50% delle donne, partorisce senza dolore, esattamente il doppio della media nazionale. Tra le mamme che usufruiscono delle nostre prestazioni circa il 15% proviene da fuori regione. Essendo la nostra azienda un punto nascita di secondo livello, è anche un centro di riferimento per le gravide con patologie ostetriche come nel caso di grande obesità, ipertensione, preeclampsia, diabete e patologie neurologiche, cardiologiche e patologie della placenta come la placenta previa. Tutte patologie che si possono avvalere, per competenza, dell'esperienza acquisita degli anestesisti rianimatori ostetrici, tanto nella diagnostica avanzata quanto nel monitoraggio delle funzioni vitali in sala parto o in corso di parto cesareo.

Tutte le mamme che devono eseguire un parto cesareo programmato vengono sottoposte preventivamente a visita anestesologica. Particolare attenzione viene posta nel controllo del dolore post operatorio tramite il posizionamento di un cateterino peridurale (procedura di riferimento) e lì dove non è possibile posizionarlo, tramite tecniche di blocco antalgico di parete ecoguidata in associazione a farmaci antidolorifici somministrati per via sistemica.

È importante per una donna in gravidanza conoscere il luogo dove andrà a partorire, le possibili opportunità per il controllo del dolore e il team di professionisti composto da ginecologi, anestesisti, infermiere e ostetriche di sala parto, che si prenderà cura di lei e del suo bambino. In questo contesto "l'anestesista ostetrico," diventando co-protagonista imprescindibile nel lavoro di equipe di una moderna sala parto, gioca un ruolo rilevante nella costruzione di quel circolo virtuoso polispecialistico capace di abbracciare con competenza e serenità la futura mamma.

Equipe anestesisti ostetrici:

Dott.ssa Francesca Belloni,
Dott.ssa Annalisa Bizzarri, Dott.ssa Marta Casali,
Dott. Andrea Colasanti, Dott.ssa Silvia Feriella,

Coordinati dal Dott. Giuseppe De Masi
e inserito nell' UOC di Anestesia e Rianimazione

Diretta dalla Dott.ssa Rita Commissari.

LA LUNGA STORIA DELLA MERANGOLA



Sebastiano Torlini

Tra i tanti frutti che la terra ci offre da millenni ce ne sono alcuni che stupiscono più di altri per la loro forma, il loro sapore, colore e la storia che ci sanno raccontare. E' questo il caso del misconosciuto **"arancio amaro"** della Valnerina chiamato in dialetto **Melangolo o Merangolo**.

Il Melangolo, *Citrus aurantium*, viene scientificamente riconosciuto come un incrocio di *Citrus maxima* (pomelo) e *Citrus reticulata* (Mandarancio) appartenente al genere *Citrus*, che raggruppa gli agrumi. Un arbusto o piccolo albero, molto ramificato, con chioma rotondeggiante. Le foglie, di colore verde intenso, hanno la forma ellittica e si divaricano, in prossimità dell'intersezione con il picciolo, in due ali opposte rispetto alla nervatura centrale. I fiori, bianchi, sono molto profumati. I frutti, di colore giallo-arancio vivo, rotondeggianti, hanno la buccia rugosa e **"sbruzzolosa"** come si dice in Valnerina. Il succo è molto aspro e amarognolo.

Non è chiaro come sia giunto qui dall'estremo Oriente (la patria degli agrumi) dove si pensa sia originario e molte sono le ipotesi su come sia giunto in particolare in Italia.

C'è chi associa il suo arrivo in Italia in concomitanza con i tanti prodotti giunti grazie alle rotte commerciali romane o chi invece attribuisce il suo arrivo ai crociati di ritorno dalla Terra Santa.

Per quello che concerne la Valnerina è più lecito ipotizzare l'arrivo di questa pianta con i grandi padri del cristianesimo, ovvero gli eremiti siriaci, che colonizzarono la zona tra il IV e il VI sec. d.C. . E' risaputo infatti che questi eremiti, di eccezionale elevazione culturale, giunsero in Valnerina portando con loro tutte quelle conoscenze scientifiche (dalla medicina alla botanica) che in Occidente erano andate perdute a seguito delle **"invasioni barbariche"**.

Questi santi eremiti furono coloro che fondarono le prime comunità di monaci dando vita poi a quelle che saranno le grandi abbazie medievali, fondamentali centri culturali e di sviluppo economico, della Valnerina. Sempre a loro, ad esempio, viene attribuito l'arrivo in Valnerina del pino d'Aleppo **"pinus halepensis"**, utilizzato per i lavori di bonifica effettuati lungo il corso del fiume Nera nell'alto medioevo, così come ci viene narrato nelle vicende dei santi Felice e Mauro fondatori dell'abbazia omonima nei pressi di Santa Anatolia di Narco.

Se invece ci spostiamo molto più avanti nel tempo, la tradizione vuole che la pianta di Melangolo sia il simbolo delle Mole dell'Olio, poiché secondo l'usanza dei **"mulinari"** della Valnerina, il succo di questo frutto

veniva usato per condire la bruschetta che si faceva con l'olio novello.

E' per questo motivo che di fronte o nei pressi dei tanti frantoi della zona si trovava sempre una pianta di Melangolo, tanto che gli stessi viandanti (o meglio i commercianti di olio) capivano dove erano le mole in base a dove si vedevano queste piante così appariscenti.

Nel tempo poi, come tristemente constatiamo ogni giorno, queste usanze sono decadute e in particolare i frantoi hanno subito enormi modifiche anche nell'assetto strutturale ed infatti, quando si decideva di ampliare il frantoio, queste piante erano le prime ad essere sacrificate poiché messe a dimora vicini ai muri perimetrali degli opifici per essere riparate dai venti freddi invernali.

Tutto ciò ha portato ad un lento e inesorabile oblio per questa importantissima pianta che già dal secondo dopo guerra comincia a non essere più utilizzata dai soliti consumatori e soprattutto non è conosciuta dalle nuove generazioni.

Ad oggi, secondo i recenti studi realizzati dal Parco Tecnologico e Alimentare dell'Umbria e dal C.N.R. di Perugia, resistono in Umbria pochissimi esemplari.

E' per questi motivi che fino a pochi anni fa si erano quasi perdute per sempre le tracce di questa



mirabolante pianta e che oggi invece è stata riscoperta grazie ai tanti professionisti che si occupano di ricercare e riscoprire quanto si va perdendo.

La ricerca relativa al Melangolo è iniziata nel 2012, con la pubblicazione di uno studio d'archivio edito dalla Provincia di Terni denominato **"L'occhio ammira e resta incantato"**, a cura di Isabella Dalla Ragione e Enrico Maccaglia, nella quale vengono riportate varie fonti di archivio che citano questo frutto nei pressi della città di Terni.

La prima fonte riportata che ci parla di questo frutto nella zona di Terni, risale al 1138 dove in **"Elenco dei dazi comunali sugli animali e sulle merci in transito nel territorio comunale di Terni"** si legge **"Gabella fructum mela, pera, persichi, fichi verdi, mella granate, mella arance, per ciascuna soma quattro soldi e octo dinari.."**

Qui si capisce chiaramente che le **"mella arance"** sono le nostre melangole e che già nel medioevo ce ne erano in abbondanza a Terni tanto da essere vendute allo stesso costo di altri frutti più comuni (*mela, pera, persichi, ecc..*).

Dopo il medioevo bisogna attendere il XVII sec. per ritrovare la melangola nelle fonti di archivio e più precisamente nel 1617 quando Mesenzio Carbonario, citando i prodotti coltivati a Terni in **"Descrizione della città di Terni"**, scrive **"abbondantissima in generale, ancorché sia di grandissimo passo, fra 'l suo, e quello, che gli viene da convicini di tutte le cose necessarie al vivere humano, quant'altra Città d'Italia, ecceto di grano, che n'ha semplicemente per gli habitatori, e in particolare abonda d'acque bonissime tanto per bere, quanto per irrigare, e d'ogni sorte di frutti, è massime di persiche, de quali ne sono veduti di diciotto, e vent'ancie, di melangole, in tanta quantità, ch'alcuni Signori ne mandano a vendere fuori della città e ne cavano da tre a quattro cento scudi l'anno [...]"**.

Mesenzio conferma quanto già scritto nel 1138 ovvero che le melangole sono un frutto tipicamente coltivato a Terni e nel suo contado tanto da poterne esportare grandi quantità anche nei territori limitrofi.

Se fin qui abbiamo visto come il melangolo sia radicato a Terni tra il XII e XVII sec. dobbiamo attendere il XVIII secolo per avere ancora più dettagli su questa coltivazione grazie ai tanti scritti lasciati dai viaggiatori del Grand Tour che si recavano alla Cascata delle Marmore per ammirare la sua incredibile forza e bellezza.

Tutti questi viaggiatori recandosi al salto delle Marmore ammiravano ovviamente il paesaggio incontaminato della Valnerina e in particolare modo la zona di Papigno, punto di passaggio obbligatorio per tutti i **"turisti"** dell'epoca.

E' così che giungono a noi delle fonti interessantissime che parlano di innumerevoli piante di melangolo nei pressi di Papigno e di Villa Castelli (oggi Villa Graziani) come con **Pierre Brussel** nel 1763 che scrive **"Quale fu la nostra sorpresa nel percorrere una stradella fiancheggiata da numerosi aranci che, grazie al delizioso profumo dei fiori di cui erano carichi, ci profumarono come se fossimo nel giardino dell'Eden"**, oppure come leggiamo con **Jerome Richard** **"...dalla parte della valle che le montagne riparano dai venti del nord, si vedono delle belle piantagioni di aranci e limoni..."** o ancora con **Francois Maximilein Misson** **"a circa un terzo del sentiero, risalendo la montagna (di Papigno), ho notato in basso, lungo gli argini del fiume, un grande appezzamento di terreno coltivato ad aranci, ne avrò contati almeno settecento, ed è il primo posto in cui li abbia visti così, in aperta campagna, senza nessun riparo"**.

Tutte queste fonti (e altre) sulla presenza del Melangolo a Terni e Papigno sono elencate nella pubblicazione citata sopra, ma se dovessimo considerare solamente quanto pubblicato fino ad oggi potremmo erroneamente pensare che il melangolo si potesse trovare e coltivare solo a Terni o nei territori più prossimi come Papigno mentre invece, come è noto, molte piante si trovano anche nelle zone più interne della Valnerina.

Sempre la ricerca di archivio ci viene però in aiuto quando lo scrivente, analizzando un testo del XVII secolo intitolato **"Historia del ducato di Ferentillo"**, rileva una notizia di fondamentale importanza.

Nel Capitolo 9 - **Relazioni del Reverendissimo signor Abbate Don Francesco Ferentillo segretario di Sant'ufficio sopra lo Stato di Ferentillo** in generale - si legge **"il territorio di Ferentillo ... di aere temperato come quello che partecipa di Monte, e di Piano, anzi quelli luoghi che sono in cima alli Monti sono di aere più sottile, fredda e secca, e perciò li habitatori più feroci, e più tardi ve si maturano li frutti, e quelli che sono nel centro della Valle di aere più aguzza, calda et humida, e perciò li habitatori più flemmatici, e presto ve si maturano li frutti, anzi hanno un cielo che concorre con quello di Roma e di Napoli... poiché quivi sono aranci, limoni, et altri frutti simili, che amano aere dolce e soave, vi vivono gli habitatori molto tempo essendone di molto vecchi di 80, e 90 anni, et alcuno di 100..."**

Gli aranci citati non possono essere altro che le nostre amate melangole che, grazie a questo testo, vengono collocate con certezza a Ferentillo già dal XVII sec. .

Tutte queste ricerche storiche, abbinata alle ricerche di laboratorio hanno portato il melangolo ad essere inserito nel 2019 nel **Registro Risorse Genetiche di Interesse Agrario** tutelate dalla Regione Umbria con la denominazione **"Melangolo di Ferentillo - Accessione Frantoio La Drupa"**.

La ricerca è a buon punto ma non si ferma e va avanti ed ora si è concentrata sulla riscoperta di tutti quei prodotti tipici ancora oggi utilizzati dove però nel tempo si è perso l'utilizzo come ingrediente della buccia di melangola.

La sua buccia, ricchissima di oli essenziali veniva probabilmente usata in molti salumi, dolci, pani e addirittura liquori... ma questa è un'altra storia che vi racconteremo la prossima volta.

LE DONNE DEL BAUHAUS



Anna Maria Bartolucci

Il 26 gennaio '25 ho visitato la mostra "Le donne del Bauhaus" al Caos di Terni. Ultimo giorno utile per vedere questa interessante mostra che celebrava un periodo storico, la Repubblica di Weimar, nella sua espressione artistica più significativa: il Bauhaus. 150 pezzi in esposizione ideati e realizzati da donne che entrarono di diritto in un gruppo artistico formato per lo più da uomini.

Le giovani donne si presentarono in abiti moderni e "in qualche modo rivoluzionari": capelli corti, cravatte su camicie bianche e pantaloni, piglio sfrontato e sbarazzino, gonne corte. Donne consapevoli, che sanno di interpretare un'epoca non più da muse ispiratrici ma protagoniste creative e libere.

Questa mostra ha evidenziato ancora una volta l'interconnessione tra le arti. La pittura di Paul Klee e Kandinsky è assimilata e fatta propria nel decoro delle ceramiche, negli arazzi esposti alle pareti si avverte la lettura di Mondrian. Anche l'arte orientale è presente nei colori, nelle delicate volute dei disegni.

Tutto il design del Novecento è debitore di questa stagione artistica, non solo in Germania ma in tutta Europa. Compreso il nostro Paese e, in particolare, la nostra Regione. Mi viene in mente il primo Rometti di Umbertide: le sue teiere e tazze minimaliste ricordano quelle viste alla mostra al Caos.

Le avanguardie si scrutano, si conoscono, assimilano la commistione tra arte, artigianato, industria.

La mostra tenutasi al Caos ha avuto la presenza di oltre 2000 visitatori raggiungendo lo scopo di far conoscere a Terni una scuola programmatica che aveva al suo interno, almeno nei suoi primi anni una presenza femminile del 50% dei partecipanti. In seguito, tale percentuale si fermerà al 30% sino a scomparire del tutto con l'avvento del Nazismo. Walter Gropius il fondatore del Bauhaus a Weimar, era convinto che le donne fossero più adatte alla tessitura e alla ceramica piuttosto che all'architettura e ai metalli. I principi si scontravano con la pratica, con il comune sentire.



La mostra curata da Carlo Terrosi vuol celebrare soprattutto una donna, Margarete Heymann (1899 - 1990) con una esperienza umana e artistica degna di essere conosciuta. Entrata alla Bauhaus come allieva sin dalla sua origine nel 1919, trova la sua specializzazione nella ceramica. Ebraica di nascita, si trova a gestire una azienda da sola, dopo la prematura scomparsa del marito nel 1923.



I suoi manufatti sono delicati, raffinati nella loro forma improntata all'essenzialità, con una concessione all'estro creativo nei toni leggeri che si ripetono nelle tazze, nelle teiere e in altri oggetti. Una specie di logo rappresentativo.

L'arianesimo che, anno dopo anno, penetrava sempre più nella cultura e nella società tedesca del tempo, colpiva frontalmente le attività degli Ebrei e anche l'azienda di Margarete, la Häel subì lo stesso trattamento.

Le continue pressioni e le mutate condizioni economiche la costrinsero a svendere la sua azienda nel 1933.

Con la promulgazione delle leggi razziali Margarete riuscì a fuggire dalla Germania, si rifugiò in Inghilterra dove continuò il suo lavoro da ceramista-designer senza però raggiungere il successo degli anni Venti.

La sua vita non ebbe un finale tragico come quella di tanti altri ebrei ma la sua parabola umana ripercorre le tappe di emancipazione femminile, creatività, pregiudizi e marginalizzazione sullo sfondo della tragedia del Nazismo.



LA MEDICINA RIGENERATIVA IN ESTETICA IL P.R.P. (PLASMA RICCO DI PIASTRINE)

Un esempio è dato dal cosiddetto P.R.P. (Plasma ricco di piastrine) che si ottiene con un prelievo di sangue del paziente stesso, prelevato in assoluta sterilità e sicurezza, e che sottoposto a centrifuga permette di separare i globuli rossi e bianchi dal plasma dove si trovano le piastrine.

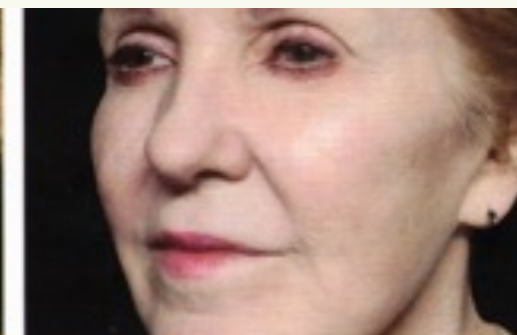
Si ottiene così un plasma utilizzato per essere iniettato a livello intradermico nel viso e nel corpo per biorrigenerare la cute oppure si inietta sul cuoio capelluto in caso di diradamento dei capelli.

Il PRP è ricco di fattori di crescita e

piastrine ed è da considerarsi un vero nutriente in grado di rigenerare la pelle.

Il trattamento è del tutto naturale, indolore e sicuro perché la sostanza usata è autologa, ossia proviene dal paziente stesso.

Una volta effettuate le punturine nel distretto interessato dall'invecchiamento, dalle rughe, dalle cicatrici post acne o post chirurgia, da macchie cutanee o da fibrosi, le piastrine stimoleranno i fattori di crescita con conseguente miglioramento del tono, elasticità, luminosità ed idratazione cutanea.



Dr.ssa Alessandra CRESCENZI

Medico estetico

Servizi Sanitari

Via C. Battisti 36/C - Terni
Riceve su appuntamento
Tel. 338 6829412

Il PRP dona alla tua pelle un nutrimento vitale e sicuro, privo di allergie, visibile in parte subito dopo il trattamento ed in parte apprezzabile dopo qualche settimana.

La Medicina Rigenerativa permette di ottenere così una pelle dalla texture più uniforme, liscia e compatta, attenuando le rughe profonde, le macchie solari e le cicatrici stimolando la produzione di nuovo collagene autologo e migliorando il microcircolo cutaneo.

Di solito si esegue un trattamento ogni 40 giorni per circa 2-3 volte l'anno.

Cosa aspetti a prenotare la tua MEDICINA RIGENERATIVA?

PRIMAÈRA PE' TTERNI

Se dice che lu tempu fa lu paciù che le stagioni non ce stonno più ma a Tterni c'emo 'n clima propiu a bbaciu 'n dove nojandri stemo ch'è 'n biggiù. "Tu stèi mejo quanno stèi peggju..."

'nostante tuttu senti da fiotta' ma quanno tu pe' Tterni vai a ppassaggiu te senti 'na gran vòja de canta'...

Tterni mia come si bbella tu si bbella come 'n fiore come 'n fiore a pprimaèra che 'gni vòrda sta a sboccia'...

tu non si sortantu 'n fiore ma si 'n pratu variupintu e lu celu 'lli culuri sta 'gni ggioru a mmescola'.

Li simbuli de queste risbocciàte so' ttutti 'lli palazzi armessi a nnou so' ttutte quelle strade riarzolate so' mmunenti e ppiazze pe' rritrou...

è quillu verde e ll'aria pe' ccontornu che tt'embe li pormoni e ffa 'ncanta' ma tuttu 'stu splendore quappettornu è quill' amore pe' 'sta gran città.

Tterni mia si 'nu splendore 'nu splendore a pprimaèra primaèra o cch'andru tempu tu ce fai sempre sogna'...

se cce sta la nostargia de 'na Tterni ch'è ppassàta è ssortantu lu penzièru de riuscilla a ttramanna'.

Tterni mia come si bbella tu si bbella come 'n fiore come 'n fiore a pprimaèra che 'gni vòrda sta a sboccia'...

tu non si sortantu 'n fiore ma si 'n pratu variupintu e lu celu 'lli culuri sta 'gni ggioru a mmescola'.

Tterni mia tu si bbella tu si bbella come 'n fiore come 'n fiore a pprimaèra che 'gni vòrda sta a sboccia'.



Paolo Casali

LINK: CANZONE CANTAMAGGIO 2000

parole: Paolo Casali;
musica: Manrico Piantoni;
cantante: Sara Valloscuro.

<https://youtu.be/eN72MtZKaPU>

SCANSIONA IL QR_CODE PER ASCOLTARE L'ARTICOLO IN TERNANO LETTO DALL'AUTORE



IA: ARTIFICIALE, CERTAMENTE, INTELLIGENTE, A CONDIZIONE.



Giacomo Porrazzini

Si è tenuto a Parigi, nelle settimane scorse, il secondo vertice mondiale sull'Intelligenza Artificiale, con il fine di valutare il trend di sviluppo di questa tecnologia rivoluzionaria, con i pericoli, le opportunità che porta con sé e le prospettive di una sua regolamentazione condivisa a livello internazionale. In tale sede, la presidentessa della Commissione dell'Unione Europea, Ursula Von der Leyen, ha annunciato un piano straordinario d'investimenti di 200 miliardi di euro, per consentire all'Europa di non essere dipendente da America o Cina, su una frontiera tecnologica e politico-economica decisiva per affrontare il futuro. Il documento finale che raccomanda un controllo sui contenuti ed i soggetti gestori dell'IA non è stato condiviso dal rappresentante USA e anche il Regno Unito, sorprendentemente, si è defilato. Il mondo occidentale, così è apparso più debole e diviso; l'Italia si è segnalata per l'assenza della Presidente del Consiglio Meloni, a dimostrazione del fatto che il Governo non sta affrontando, con la serietà necessaria, questa sfida, per l'importanza che ha. Il tema dell'IA è certamente complesso, ma ciò che appare chiaro è l'esigenza di una regolamentazione, apertamente contrastata dal Presidente Trump che vuole lasciare campo libero agli oligarchi delle Big Tech, che lo hanno finanziato e sostenuto nella sua campagna elettorale. Sono gli stessi scienziati, inventori dell'IA a segnalare la necessità di una regolamentazione, in assenza della quale i pericoli supereranno nettamente i vantaggi della nuova tecnologia cibernetica. Il Premio Nobel Geoffrey Hinton, uno dei padri dell'IA, ha affermato che, "senza vincoli, l'IA è un'arma terribile e che l'alleanza tra vertici politici e padroni delle Big Tech, come quella realizzata a Washington, è un'alleanza pericolosa". Hinton ha precisato che "l'Intelligenza Artificiale può essere molto utile in molti campi, come medicina e ambiente. Certo che bisogna svilupparla. Ma bisogna farlo in modo sicuro

per l'umanità. Cosa che invece non sembra affatto preoccupare il nuovo Governo USA"; tanto che il Vice Presidente Vance, nel vertice di Parigi, ha minacciato ritorsioni contro le nazioni che si azzarderanno a regolamentare questo nuovo settore tecnologico di punta. Un avvertimento "padronale" all'Europa che da poco ha varato l'AI Act, fissando obiettivi ed ambiti della regolamentazione multilaterale. Con una impostazione che rappresenta una terza via, tra il far west americano, dove tutto è permesso, e il controllo totalitario cinese. La normativa europea che non piace a Washington, assicura il pluralismo, ma, combatte i contenuti d'odio, imponendo obblighi di controllo e moderazione alle piattaforme. Il diritto alla libertà di espressione non è il diritto alla vitalità di contenuti falsi o dannosi. La trasparenza ed accessibilità degli algoritmi è fondamentale per proteggere i cittadini europei. Sui rischi, il Nobel Hinton ha aggiunto che, "sempre più malintenzionati o terroristi, usando, senza controlli, l'intelligenza artificiale, lanceranno attacchi cyber alle nostre infrastrutture e servizi"; come sta accadendo, in questo periodo, a quelle italiane, da parte di Hacker russi. Proliféreranno le notizie manipolate online. Le opinioni delle persone saranno anch'esse manipolate. La potenza ed insieme la fragilità dell'intelligenza artificiale sono state ben chiarite da un altro Premio Nobel per la fisica; questa volta italiano, il Prof. Parisi che ha sottolineato la necessità della creazione di un centro pubblico europeo dedicato allo studio dell'IA. Il Nobel italiano ha spiegato che "IA non ragiona" in modo autonomo, ma si limita a proporre una soluzione ad un problema, basandosi sull'enorme quantità di testi con cui è stata addestrata. In sostanza, spiega Parisi, "L'IA è un grande riassunto di tutto ciò che l'umanità ha prodotto sul web, senza un vero processo logico; una sorta di "pappagallo" che ripete e combina informazioni senza comprenderne il significato; non possiede una rappresentazione critica del mondo reale, quindi non è in grado di adattarsi a nuove situazioni o correggere errori in autonomia". In sostanza, le risposte dell'IA dipendono dai dati con cui è stata addestrata. Se un sistema legge solo testi scientifici, darà risposte basate sulla scienza. Se invece viene addestrato da teorie complottiste o "terraplattiste", restituirà risposte coerenti con queste false e pericolose narrazioni. Il danno allo sviluppo di un pensiero autonomo e critico dei giovani è assai alto. Già oggi, molti studenti svolgono i compiti in classe con l'aiuto, via smartphone, di "chatgpt", senza padroneggiare culturalmente ciò che scrivono. L'IA, inoltre, non fornisce le fonti delle sue risposte, quindi è essenziale controllare l'attendibilità delle informazioni ricevute dal suo sistema. Da qui l'esigenza di una regolamentazione internazionale, per sfruttarne tutte le potenzialità e controllarne sempre i rischi potenziali.



COBB'S DREAM

DA INCEPTION ALL'AMORE PER IL CINEMA

Salve a tutti i lettori! Sono Sergio Manzi ed è la prima volta che scrivo su La Pagina, ma penso proprio che non sarà l'ultima. Infatti spero di potervi incuriosire attraverso la passione che ho fin da piccolo infante: il cinema. Il titolo di questo articolo già vi svela quello che è di fatto il mio film preferito, ovvero Inception di Christopher Nolan. È da qui che parte il mio progetto di video brevi su YouTube, iniziando da una curiosità su Inception per proseguire poi con altri aneddoti che riguarderanno la filmografia di Nolan ma non solo. Potete trovare il link al canale YouTube qui (https://youtube.com/@cobbs_dream) o anche inquadrando con il vostro smartphone il codice QR vicino a quest'articolo. Per questa volta non vi racconto molto altro e spero che vi incuriosiscano i miei video, ma già dalla prossima puntata vi prometto che ci saranno nuovi contenuti interessanti ad aspettarvi.



Sergio Manzi



Terni • Via dei Gonzaga, 8/34 Tel. 0744300211



ediliziacollerolletta.it

DILIZIA

di Alcini Sandro

PIASTRELLE | ARREDO BAGNO | CUCINE



STUFE & CAMINI

SHOWROOM

san marco



SISTEMI VERNICIANTI PER L'EDILIZIA

Colora la tua casa!
SERVIZIO TINTOMETRICO

IL METAVERSO E LA DIDATTICA



Pierluigi
Seri

Metaverso, ecco una nuova parola entrata da pochissimo nel nostro vocabolario. Prima di addentrarci nell'argomento è bene chiarirne il significato. Da quando l'informatica è penetrata in tutti i settori della nostra società siamo letteralmente invasi da strane parole come CHAT BOT, LLM, GPT ecc., tutte sigle, acronimi di origine anglosassone. Stavolta la parola in questione è invece di origine greco-latina, formata da una preposizione greca "metà" che significa "al di là" e la parola latina "universus" che significa "tutto" ovvero "al di là tutto". Un mondo che trascende quello fisico. Esso si richiama ad Aristotele che nella nota Metafisica esplorava ciò che si trovava dopo e oltre la fisica. *Il Metaverso consiste in uno spazio tridimensionale dentro il quale le persone fisiche possono muoversi condividere e interagire. Un mondo virtuale, universale e immersivo facilitato da visori per la realtà virtuale (VR) e la realtà aumentata (AR).* Fatta questa necessaria premessa entriamo nell'argomento quando, indossato il casco visore, ti trovi proiettato all'improvviso in un mondo altro. Sei solo, meravigliato ed eccitato come un bimbo al luna park. Esplori una dimensione diversa,

personale, quasi intima, ma anche stimolante specie per chi prova ad inventare nuovi contenuti. La prima sensazione consiste in un senso di leggera claustrofobia, simile a quando si indossa una maschera da sub, poi ti appare un nero profondo e innaturale, infine compaiono le prime immagini in 3D e tu sei lì dentro. Ti verrà spontaneo guardarti le mani e muoverle, poi comincerai ad avventurarti in questo mondo altro che da un lato ti incute timore dall'altro ti attira, infine ti trovi in luoghi dove non avresti mai immaginato di essere, come sulla cima del K2 insieme ad altri alpinisti o in fondo al mare circondato da squali o nello spazio a bordo della base ISS perfettamente ricostruita. Il visore è come una tuta da astronauta che ti permette di visitare luoghi lontani e inaccessibili. *Tale esperienza può provocare disturbi fisici chiamati "cybersickness" o "motion sickness" i cui sintomi sono nausea, capogiro o vertigini. Questi disturbi che variano da persona a persona sono causati dall'illusione della realtà virtuale perché quanto avviene là dentro è una truffa al nostro cervello.* La VR funziona quando l'illusione è realistica, ma quando non lo è e il nostro cervello

se ne accorge, ecco che iniziano i disturbi. Bisogna dire però che con lo affinarsi delle tecnologie hardware lo spazio 3D è stato sfruttato appieno rendendo gli ambienti più dettagliati e realistici e dando la possibilità all'utente di muoversi in tutte le direzioni e di muovere le mani manipolando oggetti come farebbe nella realtà. I caschetti sono diventati più leggeri e i produttori di contenuti hanno via via realizzato esperienze in grado di ridurre gli effetti della "motion sickness". Una scoperta importante nella neuroscienza è stata fatta dai coniugi Moser nel 2014 che hanno scoperto nella corteccia entorinale l'esistenza di neuroni che servono ad indicare la posizione del soggetto nello spazio. Una sorta di GPS incorporato nel nostro cervello. Questi neuroni servono anche come memoria autobiografica permettendo di costruire la nostra identità associandola ai luoghi frequentati, fondamentali per l'apprendimento. Le classi, la scuola sono luoghi di apprendimento dove la nozione si consolida. Essi però, secondo studi recenti, non si sono attivati con la DAD durante la pandemia o nei meeting su zoom e ora si stanno facendo ricerche per creare condizioni per poterli attivare anche in ambiente virtuale. Secondo il prof. Andrea Gaggioli dell'Università Cattolica del Sacro Cuore dai tempi dell'antica Grecia impariamo nello stesso modo cioè in luoghi fisici chiamate classi con un docente che insegna. La lezione frontale con o senza lavagna luminosa, con o senza collegamento in rete è sempre avvenuta con le stesse modalità in modo faticoso perché, so per esperienza, che è sempre più complicato mantenere la concentrazione nelle classi. È ormai un dato di fatto che va affrontato e per il quale è necessario trovare nuovi sistemi di apprendimento. L'ingresso degli smartphone in classe è un elemento di forte distrazione.



Ditemi quanti resistono senza dare una sbirciata al telefonino con il quale si vive quasi in simbiosi. Quante volte si vedono giovani e non che, pur stando insieme, non si parlano, ma stanno con gli occhi fissi sul display. *Se si pensa a un caschetto di VR e al Metaverso, allora siamo di fronte al massimo della fuga dalla realtà, la più compiuta. I rischi per le future generazioni sono evidenti. Questo è il motivo che bisogna necessariamente fare studi approfonditi al fine di affrontare con serietà il problema.*



**ELIMINA I
SEGNII DELL'
INVERNO DALLA
TUA AUTO**

**Preparati alla primavera
con il nostro trattamento
di lucidatura e protezione.**

SAN GEMINI via Enrico Fermi 20 | info@sipacegroup.com | www.sipacegroup.com
0744 241761 - 392 9469745

INFORMATICA a 360°



Raffaele Vittori

La **cybersecurity** interessa un'ampia gamma di attori: **Aziende:** Per proteggere i propri dati, le proprie infrastrutture e la propria reputazione.

Governi: Per proteggere le infrastrutture critiche e la sicurezza nazionale.

Individui: Per proteggere i propri dati personali e i propri dispositivi.

Fornitori di servizi: Per garantire la sicurezza dei propri servizi e dei dati dei propri clienti.

"Immagina di ricevere un'email da una banca che ti chiede di aggiornare i tuoi dati personali. Sembra tutto normale, giusto? Ma attenzione, potrebbe essere una truffa! Gli hacker cercano di convincerti a cliccare su link pericolosi o a inserire i tuoi dati in siti falsi (controlla sempre la barra dell'indirizzo del tuo browser). **Ricorda:** le banche non ti chiederanno mai i tuoi dati via email!

E ancora, immagina di giocare al tuo videogioco preferito online. Durante una partita, ti arriva un messaggio da un altro giocatore che ti dice di cliccare su un link per ottenere un oggetto speciale gratis. Sembra troppo bello per essere vero, vero? E infatti lo è! Se cliccassi su quel link, potresti scaricare un virus sul tuo computer. Questo virus potrebbe rubare la tua password, permettendo all'hacker di entrare nel tuo account di gioco e rubarti tutti i tuoi oggetti virtuali. In alcuni casi, il virus potrebbe anche diffondere il suo "contagio" ad altri computer, causando problemi a molti altri giocatori.

Questi tipi di attacco si chiamano "phishing". Gli hacker cercano di ingannarti facendoti credere di ricevere un messaggio da una fonte affidabile, come un amico, un gioco o un sito web che conosci. In realtà, sono come delle esche per pescare le tue informazioni sensibili.

Un virus informatico è come un raffreddore per il tuo computer: può rallentarlo, danneggiarlo e addirittura cancellare tutti i tuoi file. I virus si diffondono spesso attraverso file allegati alle email, download da siti poco sicuri o cliccando su pubblicità ingannevoli. Per proteggerti, installa sempre un buon antivirus sul tuo computer e aggiorna regolarmente il sistema operativo. Altri esempi di attacchi informatici:

Ransomware: Un virus che cripta tutti i tuoi file e ti chiede di pagare un riscatto per recuperarli.

Malware: Un software dannoso che può danneggiare il tuo computer, rubare i tuoi dati o spiare le tue attività online. **DDoS:** Un attacco che sovraccarica un sito web o un servizio online, rallentandolo o rendendolo inaccessibile a tutti gli utenti.

Come puoi proteggerti?

Non cliccare su link sospetti. Non aprire allegati da mittenti sconosciuti. Utilizza password forti e diverse per ogni account. Tieni aggiornato il tuo antivirus. Sii diffidente nei confronti delle offerte troppo belle per essere vere.

Il mondo della cybersecurity è in costante evoluzione, con nuove minacce e difese che emergono ogni giorno. **L'intelligenza artificiale¹** e la **blockchain²** stanno rivoluzionando il modo in cui proteggiamo i nostri dati e le nostre infrastrutture digitali. L'IA, ad esempio, può essere utilizzata per analizzare enormi quantità di dati alla ricerca di anomalie e identificare potenziali minacce in tempo reale. La blockchain, invece, offre un modo sicuro e trasparente per registrare le transazioni, rendendola una tecnologia promettente per proteggere i dati sensibili. È chiaro che il futuro della cybersecurity sarà sempre più legato all'innovazione tecnologica. Per rimanere al passo con le minacce emergenti, è fondamentale investire nella ricerca e nello sviluppo di nuove soluzioni di sicurezza.

La cybersecurity è una sfida globale che richiede una risposta globale. L'intelligenza artificiale e la blockchain offrono strumenti potenti per collaborare a livello internazionale e condividere le informazioni sulle minacce. Ad esempio, la blockchain può essere utilizzata per creare registri condivisi delle vulnerabilità e delle patch, facilitando la collaborazione tra le aziende e le agenzie governative. È chiaro che la collaborazione è fondamentale per costruire un futuro digitale più sicuro. Solo lavorando insieme possiamo affrontare le sfide poste dalla crescente complessità del cybercrime.

Mentre la tecnologia gioca un ruolo sempre più importante nella cybersecurity, non dobbiamo dimenticare **l'importanza della consapevolezza umana**. L'intelligenza artificiale e la blockchain possono proteggerci dalle minacce più sofisticate, ma è fondamentale che ognuno di noi, adotti comportamenti sicuri online. L'educazione alla cybersecurity è essenziale per creare una società più consapevole e resiliente. Solo attraverso una combinazione di tecnologia e consapevolezza possiamo costruire un futuro digitale sicuro per tutti.

1. U1 L'intelligenza artificiale (IA) è l'abilità di una macchina di mostrare capacità umane quali il ragionamento, l'apprendimento, la pianificazione e la creatività.
2. La blockchain è un libro mastro condiviso e immutabile che facilita il processo di registrazione delle transazioni e di monitoraggio degli asset in una rete aziendale.



DAL FIUME WHANGANAU AL FIUME NERA

QUANDO GLI SPIRITI DELLE ACQUE HANNO DEI DIRITTI

Lo scorso 30 gennaio, la Nuova Zelanda ha riconosciuto lo status giuridico del monte Taranaki Mouna, a cui sono stati concessi gli stessi diritti di un essere umano. Non è la prima volta in Nuova Zelanda che un elemento naturale acquisisce dei diritti. Già nel 2014 il parco Ta Urewera e nel 2017 il fiume "Whanganui" avevano ricevuto lo stesso riconoscimento. In ognuno dei tre casi, l'obiettivo delle lotte per la personalità giuridica non era solo la tutela ambientale utilitaristica e antropocentrica, ma quello di inquadrare la tradizione giuridica occidentale all'interno di una prospettiva animista e biocentrica, in cui le entità naturali hanno un valore spirituale, prima che materiale. Nel caso del fiume Whanganui, la legge, voluta dai movimenti indigeni Maori, introduce nel diritto comune la concezione maori del fiume come uno "spirito", un "tupua", da cui il nome della legge: Te Awa Tupua.

La norma, tuttavia, è ancora lontana dal rispecchiare il vero rapporto tra i Maori e il fiume. Occorre fare uno sforzo immaginativo per comprendere il vero legame di questo popolo con le entità naturali. Un "tupua" è un essere che viene dal regno degli antenati (Te Po). Allo stesso modo, un "awa" (fiume) non è un individuo, ma una comunità vivente di pesci, piante, persone, antenati e acqua legati da una relazione genealogica ancestrale ("whakapapa"). In questo caso un concetto giuridico occidentale tutela la sacralità di un elemento naturale, seppur rimanendo estraneo ai valori ancestrali autoctoni.

Tale fenomeno si inserisce in un contesto di lotte politiche guidate da etnie colonizzate del cosiddetto "Global South", le quali in America Latina hanno portato al riconoscimento costituzionale dell'"animismo indigeno", trasformando la concezione sacra e spirituale della natura tipica dei popoli originari in uno strumento di tutela legale. Tale modello ha condotto al riconoscimento della personalità giuridica della natura, sotto il nome di "Pachamama" nella Costituzione dell'Ecuador, paese che insieme alla Bolivia costituisce il miglior esempio in America Latina riguardo la protezione dei diritti ambientali.

Nel 2022, tale modello ha raggiunto anche l'Europa, in particolare il Mar Menor, una laguna costiera in Spagna che, a seguito di numerosi sforzi delle comunità locali, ha acquisito personalità giuridica, seppur senza credenze ancestrali alla base del processo.

A livello globale simili esempi sono numerosi, particolarmente in riferimento agli ecosistemi acquatici, la cui crescente tutela fa parte di una risposta globale alle stringenti minacce della crisi climatica ormai sotto gli occhi di tutti.

In Europa, dopo le politiche del Green Deal, da Gennaio 2023 stiamo assistendo alla nascita del nuovo Blue

Deal europeo, un'iniziativa promossa dal Comitato Economico e Sociale Europeo (CESE) per l'allineamento di tutte le politiche dell'UE con una nuova strategia per la protezione degli ecosistemi e della biodiversità e il riconoscimento dell'acqua come diritto umano fondamentale.

E' un processo interessante da osservare, soprattutto dal punto di vista di Interamna Nahars, la città tra i fiumi. In città conosciamo bene il valore che l'acqua ha rappresentato nella storia di Terni. Lungo tutto il percorso del fiume Nera i popoli nella storia hanno imparato a convivere con l'acqua, a convogliarla, farla fluire, trasformarla in energia, ma mi chiedo se oggi possiamo davvero dire di aver compreso il legame intrinseco che abbiamo con questo "oro blu".

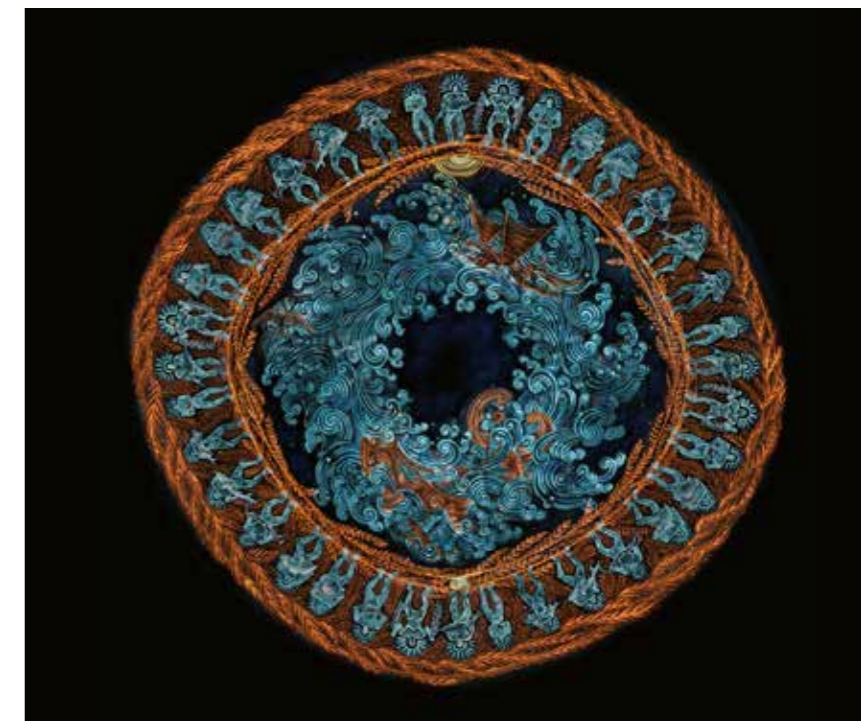
La congiuntura storica ci chiede di riconoscere il valore di ciò che è essenziale per la nostra sopravvivenza, distinguendolo da ciò che è superfluo.

Seguendo il flusso globale delle lotte per un nuovo diritto naturale, credo che non sia troppo ambizioso immaginare Terni come una città all'avanguardia, in cui una comunità di guardiani degli ecosistemi riesca a conferire alla Valle del Fiume Nera, personalità giuridica e il diritto di esistere in quanto fonte insostituibile di vita.

In un momento in cui fatichiamo come città ad individuare la nostra identità, e come società a riconoscerci in dei valori, sarà proprio calandoci nelle profondità delle congiunture sotterranee dei corpi acquiferi, tornando ad ascoltare l'anima del fiume "Nar", delle Sibille della Valnerina, o lasciandoci ispirare dall'amore tra Nera e Velino, che ci potremo sentire di nuovo a casa.



Francesco Scaccetti



FERENTILLO SEGRETA

SUOR BARBARA MONACA A SAMBUCHETO

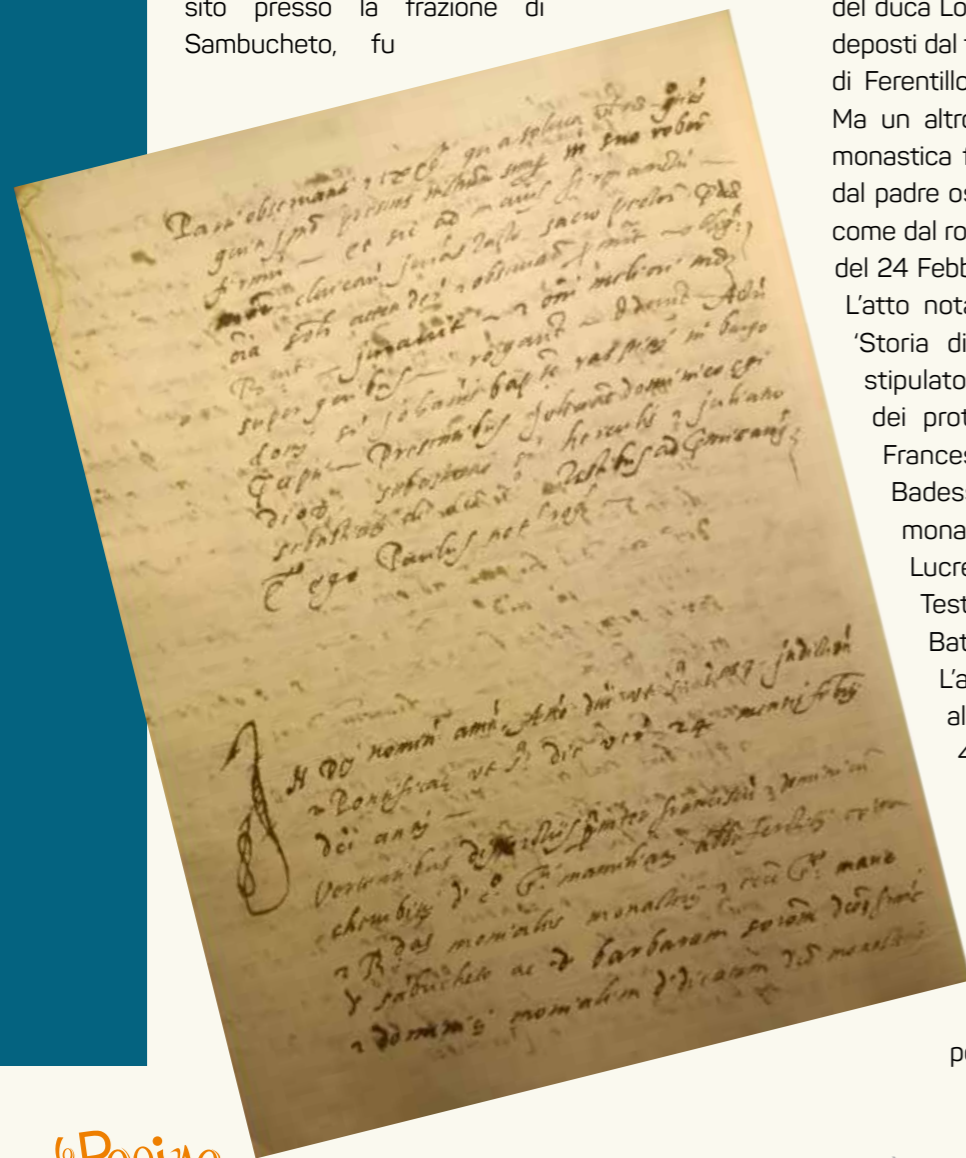


Carlo Favetti

La vita religiosa femminile nel territorio di Ferentillo era assai attiva e profusa ma anche in varie parti della nostra Valnerina. Quello che rimane sono monumenti importanti, ma anche ruderi, che testimoniano questa fervente attività spirituale. Un atto notarile (nella foto) ci porta indietro nel tempo, e ci fa conoscere la storia di quello che rimane di un rudere e di alcuni personaggi che li hanno scelto di vivere a vita consacrata. Ma andiamo con ordine. Riemerge dal muro dell'antico convento di Santa Maria della Consolazione a Sambucheto di Ferentillo, un particolare altorilievo scolpito su pietra bianca raffigurante, al primo impatto, un giglio simile a quello dello stemma del comune di Ferentillo (nella foto). Il reperto è incastonato nel muro divisorio tra la cappella e il piccolo chiostro. Con la caduta delle ultime tracce di intonaco il reperto è tornato in bella vista. Come detto per i profani rappresenta un giglio, (sappiamo che lo stemma della frazione è una pianta di sambuco come è raffigurato in affresco al lato dell'altare della Chiesa di Santa Caterina nella frazione di Sambucheto). Quindi il reperto, potrebbe addirittura risalire alla prima costruzione del Conventino al tempo della stessa Adelasia che qui si ritirò monaca. L'antico convento, reclusorio delle monache sito presso la frazione di Sambucheto, fu



attivo fino al XVIII secolo con annessa chiesa dedicata a San Giacomo. Dal 1860 ad oggi è passato in mano a privati così anche la Chiesa. Inserita nel Terziere Borcino, il primo romitorio fu fondato dalla duchessa Adelasia morta in odore di santità (moglie del duca Longobardo di Spoleto Faroaldo I ambedue deposti dal figlio Trasamundo). Qui è passata la storia di Ferentillo e della Abbazia di San Pietro in Valle. Ma un altro personaggio femminile si ritirò a vita monastica forse su spinta dei familiari dai fratelli e dal padre ossia Barbara Cherubini di San Mamiliano, come dal rogito del notaio Paolo Erculei di Matterella del 24 Febbraio del 1553 (Archivio di Stato di Terni). L'atto notarile che dà vita al romanzo dal titolo 'Storia di Barbara Monaca a Sambucheto', fu stipulato proprio nel Conventino e riporta i nomi dei protagonisti presenti: i fratelli di Barbara Francesco e Domenico, la reverenda Madre Badessa suor Evangelista, il capitolo delle monache composto da suor Sebastiana, suor Lucrezia, suor Elisabetta. Testimoni Sabatino Erculei di Matterella, Battista Misticoni di Sambucheto. L'aspirante novizia Barbara portava in dote al convento 100 fiorini ratei in due anni; 4 coppe di grano per tutto il mese di settembre; mezza brocca di olio per tutto il mese di dicembre; un orcio di mosto per la festa di Ognissanti. Nel romanzo, l'autore Carlo Favetti ci racconta uno spaccato di vita spirituale nel periodo più singolare della storia ossia quello rinascimentale, non i luoghi i personaggi le emozioni, affetti.



LE DIFFICOLTÀ DI OGNI TRANSIZIONE

Una delle notizie degli ultimi giorni è quella delle difficoltà che sta avendo l'auto elettrica o se preferite a batteria. Malgrado spesso, per semplificazione, si amino queste ricette diciamo *erga omnes*, che vanno bene per tutti, tipo "plastic free" (liberi dalla plastica) oppure "dal 2035 non ci saranno più motori a combustione", la realtà si dimostra molto diversa. Per quanto riguarda la plastica, l'abbiamo cercata (e ce ne sono anche le prove nella tecnologia dei materiali) per qualche millennio, il materiale leggero ma resistente, per tutti ed eternamente giovane (quelli della mia età ricorderanno Bramieri che lanciava e riprendeva agilmente le bacchette di Moplen, malgrado non fosse diciamo un fuscello, specialmente prima della celebre cura dimagrante), e certamente non sparirà ora, si trasformerà, sarà usata, come merita, per oggetti più durevoli e non per fare l'"usa e getta". E poi, diciamo, le termoplastiche sono nate da queste parti. Anche eliminare la combustione interna dal mondo dei trasporti si è dimostrato puramente illusorio, per tanti motivi, l'ancora modesta durata delle batterie e la necessità di frequenti ricariche, mentre siamo abituati a non considerare, una volta stabilito che possiamo pagare il carburante, un problema il rifornimento. Ma se pure si fosse realizzata la completa sostituzione delle auto a benzina/gasolio, ecc., con quelle elettriche od ibride, avremmo risolto i nostri problemi? Lo spazio occupato dalle auto in città, come qui a Terni dove ne abbiamo 70 per 100 abitanti, spesso prevalentemente parcheggiate, rappresenta comunque una parte

importante del suolo pubblico. Occorre dunque che il numero delle auto diminuisca per far respirare meglio la città: eliminare l'anidride carbonica di prossimità, quella delle combustioni, non basta. Anche la necessità di asfaltare le città per il traffico porta all'inquinamento. Ho già scritto che a Terni il trasporto pubblico dovrà assumere un ruolo più importante, e sicuramente buona parte di esso sarà elettrico o ibrido, dicevo l'altra volta del tram, o del metrò (Marmore)-Terni-Cesi (anche la stazione di Piediluco andrebbe riaperta, in un contesto nel quale un posto splendido non riesce a riconquistare la sua popolarità internazionale). Però dovranno restare anche soluzioni diverse, per chi ha lunghe percorrenze: la ricerca si sta muovendo su questo, dai motori ad idrogeno, al bio-combustibile, addirittura alle auto con pannelli solari, come quelle sviluppate dai miei colleghi dell'Università di Bologna, ed in realtà da molti altri nel mondo. Tutte soluzioni che nel tempo andranno ad integrare il trasporto pubblico e quello privato elettrico/ibrido, posto che il centro dovrà col tempo diventare impenetrabile alle auto, ed in ogni modo, come il resto della città, sarà zona 30. Questo sarà anche necessario per monopattini elettrici e bici a pedalata assistita per proteggere i pedoni ed i ciclisti 10 (all'ora), come me. Gli approcci rigidi ed univoci raramente funzionano e possono essere, come il comportamento dei materiali ci spiega efficacemente, troppo fragili. Dobbiamo venirci incontro e migliorare la vita di tutti, nel massimo rispetto di esigenze personali ragionevoli.



Carlo Santulli



VILLA SAN GIORGIO

NUOVA APERTURA

RESIDENZA SERVITA PER ANZIANI
in pieno centro a Terni

sconto sul primo periodo di permanenza!



Chiama **0744 43.40.08**
Via Roberto Antiochia, 8 - Terni

POTARE LE VITI “A PADRONE”



Vittorio Grechi



Storicamente, nelle colline umbre le viti erano state sempre coltivate singolarmente, “maritate” con un albero, che al bisogno, d’estate, poteva essere defogliato per alimentare il bestiame (vedi articolo del dicembre 2023), e dove potevano aggrapparsi senza bisogno di ulteriori pali o frasche. Era un sistema semplice, che comportava un investimento di tempo solo per la potatura di febbraio-marzo, quando venivano accorciati drasticamente i tralci della vite e tagliati tutti i rametti che l’albero aveva prodotto in quell’anno e che erano già stati defogliati in estate.

Raccolte tutte le ramaglie in fascine, legate con le pieghevoli e resistenti salicacee (lu sargiu), venivano portate nei pressi dell’abitazione del contadino e messe nel fascinaio davanti al forno, perché sarebbero servite per scaldarlo e quindi cuocerli il pane o altro. Se le fascine fossero state composte solo dei tralci delle viti, avrebbero assunto il nome di fascine di saraminti (sarmenti), meno utili perché poco energetiche.

Col passare degli anni, appena tagliata l’erba medica, la lupinella o il trifoglio, i contadini si erano ingegnati ad annaffiare il prato che ricresceva di nuovo in breve tempo, cosicché il numero dei tagli di fieno in aumento comportavano una maggiore produzione e rendevano inutili le foglie degli alberi “maritati” con le viti. Inoltre, questi alberi, oltre a sorreggere la vite, con le loro radici rubavano parte delle sostanze del concime stallatico che veniva messo alla base della vite, perché producessero più grappoli e quindi più vino. Poi facevano anche molta ombra e nel terreno sotto questi alberi crescevano a stento le piante che vi venivano seminate, come fave, granturco e altro.

Allora piano piano questi alberi cominciarono a sparire dai terreni. Col tempo adatto, l’albero veniva tagliato alla base con una grande sega, detta segone, tirata da due persone, una da una parte e una dall’altra. Poi veniva fatta una buca profonda una trentina di centimetri tutto intorno alla base dell’albero tagliato, scoprendone le radici che venivano tagliate anch’esse per non farlo ricrescere.

Contemporaneamente bisognava preparare i pali per sostenere la vite, pali che venivano tagliati dai boschi di castagno perché il castagno è molto resistente al marciume e quindi durava diversi anni.

Infilare nel terreno almeno tre pali incrociati e legarli con un robusto ramo di salice (lu sargiu) richiede molto lavoro la prima volta, per dare sostegno alla vite al posto dell’albero tagliato. Quindi le viti rimanevano sempre coltivate singolarmente senza l’ingombrante albero e i terreni risultavano più liberi e assolati e quindi più produttivi.

Col tempo venne l’esigenza di mettere le viti in fila tutte insieme e di dedicare a queste piante un terreno collinare assolato e più adatto al loro sviluppo: nacque allora la vigna. Si scavava una lunga buca, profonda una cinquantina di centimetri e trasversale alla pendenza del terreno. Si infilava nella buca un grosso palo di castagno all’inizio e uno alla fine e si collegavano tra loro con dei robusti fili di ferro. Si mettevano poi altri pali meno robusti a intervalli regolari e a ogni metro circa si collocava una vite, riempiendo poi la buca con la stessa terra scavata.

In questo modo era più facile potare le viti: bastava tagliare il tralcio a una trentina di centimetri dal tronco della vite, piegarlo ad archetto sopra i fili di ferro e legarlo col filo del salice. Così sull’archetto sarebbero nati a primavera pochi nuovi tralci con un numero limitato di grappoli d’uva per non far soffrire troppo la pianta che doveva alimentarli, farli crescere e maturare. Se il padrone della vigna avesse detto a gennaio al suo contadino che quello sarebbe stato l’ultimo anno di lavoro, perché l’anno successivo la vigna sarebbe tornata a lui, il contadino l’avrebbe potata in modo diverso. Avrebbe fatto gli archetti molto più lunghi, in modo da produrre più grappoli e quindi più vino anche per sé, fregandosene della sofferenza delle piante e di chi dopo le avrebbe prese in carico diventate macilente e difficilmente produttive. Potare “a padrone” questo vuol dire: fare gli interessi del padrone del momento fregandosene del futuro delle piante.

SAURO PELLERUCCI: Perché ho scelto di portare a Terni il Festival di Editoria e Giornalismo Emergente

FEGE: a Terni il festival che promuove un nuovo modo di fare informazione con un programma di talk e dibattiti con nomi di spicco della cultura e del giornalismo italiano.

Dal 27 al 30 marzo 2025, Terni diventerà il palcoscenico della settima edizione del **Festival di Editoria e Giornalismo Emergente (FEGE)**, un appuntamento che nasce da una chiara convinzione: il mondo della comunicazione deve essere ripensato, perché non è sufficiente informare ma occorre farlo con trasparenza, consapevolezza e un deciso impegno per il bene comune. Per questo FEGE sarà molto più di una semplice kermesse, preannunciandosi come un’occasione per promuovere una comunicazione positiva, aperta al dialogo e capace di contrastare la diffusione di linguaggi violenti e fake news. Una speciale attenzione verrà dedicata ai giovani, che oggi più che mai hanno bisogno di strumenti in grado di aiutarli a sviluppare un pensiero partecipativo e consapevole.

Da qui la mia decisione di sostenere e portare questo festival a Terni, una città a cui mi sento profondamente legato sia personalmente che professionalmente. Ho sempre pensato che le aziende non siano solo motori economici e che l’imprenditore possa essere un “agente del cambiamento” in grado di incidere positivamente sulla società. Per questo il PalaSì, sede aziendale e cuore pulsante di PagineSì S.p.A., diventerà il fulcro di FEGE e, insieme alla BCT, fungerà da contenitore in cui generare opportunità culturali attraverso una comunicazione che edifichi e non distrugga.

La città ha accolto con entusiasmo questa visione, offrendosi come luogo ideale per trasformare questa iniziativa in un faro del sapere e di sviluppo per l’intera regione umbra. Il festival, giunto ormai alla sua settima edizione, con la direzione artistica dello storyteller Piero Muscari, offre un ricco programma di lezioni magistrali, laboratori, talk e premiazioni che coinvolgeranno personalità di spicco come Aldo Cazzullo, Massimo Giletti, Nicola Gratteri e altre, per un progetto

che si radica profondamente nel tessuto locale per proiettarsi su scala nazionale. Sarà la presenza di giornalisti emergenti, protagonisti e innovativi ad avere un ruolo fondamentale in questo percorso.

FEGE culminerà con il conferimento del Premio Beha, che celebrerà firme prestigiose del giornalismo italiano e giovani promesse di Umbria e Calabria, nel segno dell’eredità di Oliviero Beha, da sempre voce libera e anticonformista.

Accogliendo un modello capace di attrarre talenti e condividere con loro la bellezza di un nuovo paradigma comunicativo, Terni può diventare un punto di riferimento



culturale per le generazioni future. FEGE è, da oggi, l’appuntamento annuo che rinsalda la tradizione culturale stimolando una profonda riflessione sul futuro dell’informazione e delle nuove frontiere del giornalismo. Essere protagonisti di questa evoluzione può determinare il successo di uno dei futuri possibili.

VII EDIZIONE TERNI - PalaSì! BIBLIOTECA COMUNALE

FESTIVAL EDITORIA E GIORNALISMO EMERGENTE

fege

MEMORIAL OLIVIERO BEHA 27-30 MARZO 2025

PalaSì! sarà collegato con l'Auditorium delle scuole di Terni

PIERO MUSCARI FOUNDER E DIRETTORE ARTISTICO FEGE

SAURO PELLERUCCI PRESIDENTE FEGE

PREMIO FEGE 2025

PREMIO OLIVIERO BEHA 2025

CON LA PARTECIPAZIONE DI

GIOVEDÌ 27 MARZO DALLE 10 ALLE 13
ACCOLGENZA E INTRODUZIONE A CURA DI PIERO MUSCARI E SAURO PELLERUCCI

LECTIO MAGISTRALIS "IL SENSO DI SOSTENIBILITÀ DELLA NOTIZIA E DELLA NARRAZIONE" A CURA DI MICHELANGELO TAGLIAFERRI

TALK SHOW-LABORATORIO INTERATTIVO "LA NOTIZIA SOSTENIBILE"

DALLE 17:30 - PREMIO FEGE

PREMIO FEGE A PADRE GIULIO CESAREO

TALK SHOW "LE NARRAZIONI EMERGENTI" CON PADRE GIULIO CESAREO, MICHELANGELO TAGLIAFERRI, SAURO PELLERUCCI E MINO LORUSSO

I PREMI SONO REALIZZATI DAL MAESTRO SILVIO VIGLIANTURO

VENERDÌ 28 MARZO DALLE 10 ALLE 13
ACCOLGENZA E INTRODUZIONE A CURA DI PIERO MUSCARI E SAURO PELLERUCCI

LECTIO MAGISTRALIS "STORIA SENZA EROI" A CURA DI PIERO MARRAZZO

TALK SHOW-LABORATORIO INTERATTIVO "LA LIBERTÀ DI STAMPA E LA LEGALITÀ IN ITALIA" CON SANDRO RAIMONDI, NICOLA GRATTERI E PIERO MARRAZZO

DALLE 17:30 - PREMIO FEGE E PREMIO OLIVIERO BEHA

PREMIO FEGE A ROSAMARIA AQUINO

PREMIO "OLIVIERO BEHA" A PIERO MARRAZZO

TALK SHOW "LEGGERE LA NOTIZIA, LA GUERRA DELLE NEWS" CON SANDRO RAIMONDI, PIERO MARRAZZO E ROSAMARIA AQUINO

SABATO 29 MARZO DALLE 9:30 ALLE 13
ACCOLGENZA E INTRODUZIONE A CURA DI PIERO MUSCARI E SAURO PELLERUCCI

LECTIO MAGISTRALIS "COLPEVOLI E VINCENTI" A CURA DI DAVIDE GIACALONE

TALK SHOW-LABORATORIO INTERATTIVO "LA MIA TV, UN'ARENA SPECIALE" CON MASSIMO GILETTI

TALK SHOW "IL MESTIERE DEL GIORNALISTA OGGI" CON MASSIMO GILETTI E PIERO MARRAZZO

DALLE 17:30 PREMIO OLIVIERO BEHA

PREMIO "OLIVIERO BEHA" A MASSIMO GILETTI

PREMIO "OLIVIERO BEHA" AD ALDO CAZZULLO

TALK SHOW "LA NARRAZIONE DEL PAESE" CON ALDO CAZZULLO, MASSIMO GILETTI, PIERO MARRAZZO E DAVIDE GIACALONE

INGRESSO LIBERO FINO AD ESAURIMENTO POSTI

Con il Patrocinio di Rai Umbria, Umbria TV, Video E3 Calabria, PagineSì, BCT, FESMUSCARI

I NOSTRI MEDIA PARTNER: TGR, UMBRIA TV, VIDEO E3 CALABRIA, PAGESI

EVENTI RUBRICA

La Pagina Eventi

è il nuovo punto di riferimento per chi cerca ispirazione e svago nel nostro territorio! Ogni giorno raggiungiamo un pubblico attivo e interessato, sempre alla ricerca di esperienze uniche.

Hai un evento da promuovere?

Manda un messaggio WhatsApp al 3288567897 - Tiziana

MARZO 2025

7/16
MARZO



L'orario varia a seconda del giorno
Via Ludovico Aminale, 20/22 (TR)

FESTIVAL RESISTENZE FEMMINISTE

Un ricco programma di incontri, spettacoli, workshop e panel per esplorare il femminismo in tutte le sue sfaccettature. Scopri gli orari e tutte le attività inquadrando il QR code. Non perdere l'occasione di essere parte di questa esperienza unica!



INFO E PRENOTAZIONI : 329 5653008
ternidonne@gmail.com - www.lacasadelledonne.it

14
MARZO



Ore 9.00 - 13.00 / 16.00 - 19.30
Viale Curio Dentato, 38 (TR)

DORMI BENE, VIVI FELICE

In occasione della **Giornata Mondiale del Sonno**, Mecarelli vuole omaggiare i nuovi clienti con un fantastico regalo: all'acquisto di un materasso, riceverai un **guanciale in omaggio**. Vieni in showroom, prova la qualità e riscopri il piacere di dormire.



CONTATTI: 0744 431834 - 840 501154
mecraff@libero.it

23
MARZO



ore 18.00
Chiesa della Beata Lucia - Narni (TR)

MUSIKERIA DI MANTICE E BOTTONI

Viaggio in fisarmonica. Un concerto tra classica e folklore, dalle melodie francesi ai ritmi latini, fino al Mediterraneo. Omaggi a **Nino Rota** ed **Ennio Morricone** per scoprire le mille sfumature di questo affascinante strumento.



INFO e PRENOTAZIONI:
RsvpNarniaFestival@gmail.com

23
MARZO



dalle ore 13.30
Via Orazio Nucola, 7 (TR)

PRANZO BRASILIANO

Vivi la magia del samba con i SamBoemia al **Kicco d'Oro**! Preparati a un'esplosione di ritmo e allegria con la **#Tardinha de Samba**: musica travolgente, energia pura e divertimento assicurato. Un evento imperdibile per gli amanti della **musica brasiliana**. Ti aspettiamo!



PRENOTAZIONI: 333 9963747

16
MARZO



ore 17.00
Via Cesare Battisti, 136 (TR)

SAPORI D'INFINITO

Paolo Mancini presenta il suo nuovo libro. Poeta e autore di canzoni (il suo brano "Il mondo che vuoi tu" è stato trasmesso anche dalla RAI), P. Mancini ha effettuato vari spettacoli ed ama recitare le sue poesie ogni volta che trova un cuore pronto a riceverle.



INFO : 0744 300502

16
MARZO



ore 10.00 - 19.00
V.le della Resistenza, 8 - Montecastrilli (TR)

MOTORI IN SPECIAL EDITION

Vivi l'adrenalina con **stunt show, taxi stunt, trial, freestyle MTB, giri in Ferrari ed elicottero!** Scopri il **Pullman Luxury** 6 stelle e sali in moto con **Desy Bizarro!** Non mancheranno expo auto, sfilate, DJ set, street food e attrazioni per i piccoli!



INFO : 327 4585724

28
MARZO



ore 20.00
Via Luigi Galvani, 10/B (TR)

JAZZ E TARTUFO AL KALIPÈ

Ultimo imperdibile appuntamento con Jazz & Tartufo il 28 Marzo! Una cena raffinata dove i sapori esclusivi del tartufo si fonderanno con le atmosfere del jazz, accompagnati dal vivo da **voce, chitarra e contrabbasso**.



INFO E PRENOTAZIONI: 347 9352494

28
MARZO



ore 19.30
Strada Statale Valnerina, 209 (TR)

DEGUSTAZIONE ENOGASTRONOMICA

Cena degustazione alla Locanda Il **Mulino del Nera** con la **Cantina Villa Sobrano** di **Giovanni Palmucci**. Piatti raffinati abbinati a vini selezionati, con degustazione guidata dal sommelier. €50,00 tutto incluso.



INFO E PRENOTAZIONI: 345 0288345

19
MARZO



ore 21.00
Cattedrale (TR)

CONCERTO DI PRIMAVERA

Inaugurazione **Narnia Festival Spring**. Un viaggio musicale nel tempo con **Cristiana Pegoraro** al pianoforte e l'**Orchestra Europa Musica**. Dal barocco di Vivaldi alle composizioni in prima esecuzione nazionale di Pegoraro.



INFO e PRENOTAZIONI:
RsvpNarniaFestival@gmail.com

21
MARZO



ore 20.30
Via Mario Stella, 5 (RM)

CENA DEGUSTAZIONE

Cena degustazione con i vini **La Madeleine**. Enonote, in collaborazione con **Slow Food Civitavecchia**, ti invita a una serata di gusto e musica! Vieni a scoprire i vini di **Giulia D'Alema** accompagnati dal live jazz dell'**Enonote Jazz Trio**. Prenota ora!



PRENOTAZIONI: 339 7021685

30
MARZO



ore 18.00
Convento di S. Francesco - Arrone (TR)

DAS DEUTSCHER BAROCK

Un viaggio nella grande musica barocca tedesca con l'Accademia Hermans! Ti aspettiamo ad Arrone per un concerto imperdibile con le opere di **Händel, Bach, Telemann** e **C.P.E. Bach**. Ingresso libero. Non mancare!



INFO: www.hermansfestival.it
segreteria@accademiahermans.it

06
APRILE



ore 18.00
Chiesa S. Maria Maggiore - Collescipoli (TR)

CONCERTO RINASCIMENTALE

Un incontro tra musica e storia in una serata dedicata a **Girolamo Diruta**, con una conferenza di **Renato Meucci** e **Carlo Segoloni** e un' esecuzione all' organo di **Fabio Ciofini**. Ingresso libero.



INFO: www.hermansfestival.it
segreteria@accademiahermans.it

fege

MEMORIAL OLIVIERO BEHA

27-30 MARZO 2025



PIERO MUSCARI
 FOUNDER E DIRETTORE ARTISTICO FEGE



SAURO PELLERUCCI
 PRESIDENTE FEGE

PREMIO FEGE 2025



PADRE GIULIO CESAREO
 SCRITTORE



ROSAMARIA AQUINO
 GIORNALISTA

PREMIO OLIVIERO BEHA 2025



PIERO MARRAZZO
 GIORNALISTA
 E SCRITTORE



MASSIMO GILETTI
 GIORNALISTA
 E CONDUTTORE



ALDO CAZZULLO
 GIORNALISTA
 E SCRITTORE

CON LA PARTECIPAZIONE DI



SANDRO RAIMONDI
 PROCURATORE
 DISTRETTUALE



MINO LORUSSO
 PRESIDENTE
 ORDINE DEI GIORNALISTI
 UMBRIA



NICOLA GRATTERI
 MAGISTRATO
 E SAGGISTA



GERMANA BEHA
 COMITATO
 SCIENTIFICO FEGE



DAVIDE GIACALONE
 GIORNALISTA
 E SCRITTORE



MICHELANGELO TAGLIAFERRI
 COMITATO
 SCIENTIFICO FEGE

GIOVEDÌ 27 MARZO

DALLE 10 ALLE 13

ACCOGLIENZA E INTRODUZIONE A CURA DI
 PIERO MUSCARI E SAURO PELLERUCCI

LECTIO MAGISTRALIS
 "IL SENSO DI SOSTENIBILITÀ
 DELLA NOTIZIA E DELLA NARRAZIONE"
 A CURA DI MICHELANGELO TAGLIAFERRI

TALK SHOW-LABORATORIO INTERATTIVO
 "LA NOTIZIA SOSTENIBILE"

DALLE 17:30 - PREMIO FEGE

PREMIO FEGE A
 PADRE GIULIO CESAREO

TALK SHOW "LE NARRAZIONI EMERGENTI"
 CON PADRE GIULIO CESAREO,
 MICHELANGELO TAGLIAFERRI,
 SAURO PELLERUCCI E MINO LORUSSO

VENERDÌ 28 MARZO

DALLE 10 ALLE 13

ACCOGLIENZA E INTRODUZIONE A CURA DI
 PIERO MUSCARI E SAURO PELLERUCCI

LECTIO MAGISTRALIS
 "STORIA SENZA EROI"
 A CURA DI PIERO MARRAZZO

TALK SHOW-LABORATORIO INTERATTIVO
 "LA LIBERTÀ DI STAMPA E LA LEGALITÀ IN ITALIA"
 CON SANDRO RAIMONDI,
 NICOLA GRATTERI E PIERO MARRAZZO

DALLE 17:30 - PREMIO FEGE
 E PREMIO OLIVIERO BEHA

PREMIO FEGE A ROSAMARIA AQUINO

PREMIO "OLIVIERO BEHA" A PIERO MARRAZZO

TALK SHOW "LEGGERE LA NOTIZIA,
 LA GUERRA DELLE NEWS"
 CON SANDRO RAIMONDI, PIERO MARRAZZO
 E ROSAMARIA AQUINO

DOMENICA 30 MARZO

DALLE 9:30

FEGE INCONTRA LA CITTÀ
 INCONTRO-CONFRONTO CON I CITTADINI

SABATO 29 MARZO

DALLE 9:30 ALLE 13

ACCOGLIENZA E INTRODUZIONE A CURA DI
 PIERO MUSCARI E SAURO PELLERUCCI

LECTIO MAGISTRALIS
 "COLPEVOLI E VINCENTI" A CURA DI
 DAVIDE GIACALONE

TALK SHOW-LABORATORIO INTERATTIVO
 "LA MIA TV, UN'ARENA SPECIALE"
 CON MASSIMO GILETTI

TALK SHOW "IL MESTIERE DEL
 GIORNALISTA OGGI" CON
 MASSIMO GILETTI E PIERO MARRAZZO

DALLE 17:30
 PREMIO OLIVIERO BEHA

PREMIO "OLIVIERO BEHA"
 A MASSIMO GILETTI

PREMIO "OLIVIERO BEHA"
 AD ALDO CAZZULLO

TALK SHOW "LA NARRAZIONE DEL PAESE"
 CON ALDO CAZZULLO, MASSIMO GILETTI,
 PIERO MARRAZZO E DAVIDE GIACALONE

INGRESSO LIBERO FINO AD ESAURIMENTO POSTI



I PREMI SONO REALIZZATI
 DAL MAESTRO
 SILVIO VIGLIATURO



www.fege.it

MANIFESTO REALIZZATO DAL MAESTRO CESARE BERLINGERI

Con il Patrocinio di:



I NOSTRI MEDIA PARTNER



Bedinger 2024