

SICILIA IN ROSA

Ph. Maria Vernetti



FONDAZIONI
**ORNELLA
LANERI**



CYBERBULLISMO
**LAURA
PAXIA**



MUSICA
**ALICE
CAIOLI**



TANGO
**AONIKEN
QUIROGA**

Anna Valle

«I MIEI ANNI OTTANTA
TRA MUSICA E CARTONI»

19^a Festa di Primavera

DAL 24 MARZO AL 10 GIUGNO
PROMOZIONI | DEGUSTAZIONI | ANIMAZIONE | GADGET



*Il tuo
Garden*
**Vivai
Patane'**

www.vivaigardenpatane.it

Gerani
1,50 €



Stagionali
0,35 €

Vari Colori



**Fioriera, Sottocaso
e Balconiera**
4,99 €
cm.50

Fioriera, Gerani
1,99 €
cm.50 o 60



Vari Colori



Fioriera, Gigante
14,99 €
cm.100

ACICATENA VIA ALLEGRACUORE, 16 TEL. 095 802597 SEGUICI SU:

in copertina

L'ATTRICE DI ORIGINI SICILIANE, DI NUOVO IN TV NELLA FICTION "QUESTO NOSTRO AMORE '80", SI RACCONTA E PARLA DELLO SCANDALO WEINSTEIN, DI SOCIAL MEDIA E DEI SUOI NUOVI PROGETTI

DI SILVIA DI PAOLA

Anna Valle

«I MIEI ANNI OTTANTA TRA MUSICA E CARTONI»

Da Roma, dove è nata, alla Sicilia, dove è cresciuta, e dalla Sicilia al mondo intero, dove è diventata la donna che è oggi e da dove è pronta ad ogni slancio verso eccitanti futuri prossimi venturi. La Miss Italia dell'annata 1995 Anna Valle è cresciuta e, dopo aver lavorato in tv, al cinema e a teatro, oggi sogna molti altri sogni, certa che "ogni età ha la sua bellezza e i suoi traguardi". Intanto la ritroviamo ogni martedì su Rai1, protagonista al fianco di **Neri Marcorè** di "Questo nostro amore '80" by **Isabella Leoni**, terza stagione di una serie successone tv che riapre il sipario su due famiglie della Torino del secolo scorso, sui travolgenti anni Ottanta cavalcate con l'edonismo dei tempi e dentro la musiche di Lucio Dalla, Paolo Conte, Claudio Baglioni, Billy Joel, i Chicago. Soprattutto su una storia d'amore e di molto altro che "non cerca la nostalgia ma racconta il nostro recente passato attraverso le vicende di una famiglia che diventa specchio dei cambiamenti della società".

Parola di Anna Valle, cui chiediamo che cosa deve aspettarsi lo spettatore che si era affezionato ai personaggi delle scorse stagioni?

«Quei personaggi li ritroviamo. Li abbiamo lasciati nel Natale del 1970 e, dopo una breve parentesi nel 1971, li spingiamo avanti di ben dieci anni, negli Ottanta e, certo, molte cose sono cambiate».

Come sintetizzerebbe, Anna Valle, questa nuova stagione?

«Ripartiamo da dove eravamo rimasti ma Anna trova difficile superare il tradimento di Vittorio che ha avuto un'altra relazione. Comincia a cambiare. Va addirittura da un analista, ma la scoperta che il suo compagno aspetta un figlio da un'altra donna mette la parola fine al loro amore».

Ma che cosa ha amato di più della serie?

«La modernità del mio personaggio che accetta, e parliamo di decenni fa, di vivere senza sposarsi con l'amore della sua vita, fa il possibile per lavorare, va dalla psicanalista cosa che allora non si faceva, poi si trova un nuovo amore, pronta a ricostruirsi una vita. Non era da tutte».

E che cosa significano invece, gli amati-odiati anni Ottanta per Anna Valle e ciò che resta di quell'incombrante immaginario?

«Nei primi anni Ottanta ero piccola, quindi ho soprattutto ricordi dei miei cartoni preferiti, Lady Oscar fra tutti, e dopo la prima metà i miei ricordi sono legati alla musica che

mi piaceva, da Michael Jackson a Thriller.

Ecco quegli anni per me sono anni di musica rock bellissima, Guns 'N Roses, AC DC, Led Zeppelin, tutti gruppi che mi ha fatto conoscere mio fratello Renio, siciliano di nascita, che essendo più grande di me di 4 anni era già padrone dei suoi gusti musicali».

E come ripensa alla Sicilia di allora in rapporto ad oggi?

«La Sicilia è un posto dove mi sono sempre sentita a casa, pur non essendoci nata, e continua ad essere così anche se non ci vivo più da tanto tempo. Ma amo molto venirci in vacanza quando posso. A volte però mi rendo conto che i miei ritmi sono più veloci di quelli siciliani, un pò perché vivo in giro da tempo, un pò perché lo sono sempre stati; qui la vita è più tranquilla e devo "risettarmi" con il luogo quando torno.

E' la terra del relax, del tempo calmo, del pensiero gustato davanti al mare. E', e rimane, un posto con una sua magia che mi piace riscoprire sempre, ogni volta».

E, invece, tornando al suo lavoro, che cosa pensa dello stato del nostro cinema in rapporto alle donne e all'indomani delle recenti denunce e della Lettera delle attrici contro le molestie?

«In generale per le donne è molto più difficile e il percorso



LA TERZA SERIE IN TV. In alto a sinistra, il cast di "Questo Nostro amore '80" che in questa terza stagione "sorprende" il pubblico di Rai 1 che dal 2012 aspetta il lieto fine tra i protagonisti Anna (Anna Valle) e Vittorio (Neri Marcorè), ritratti nelle foto, ritrovati sul piccolo schermo più separati che mai. Lei, infatti, ha una nuova vita mentre lui non si rassegna e probabilmente al termine della nuova stagione finiranno finalmente insieme, arriverà quel "per sempre felici e contenti", ma la sensazione è che ormai sia un troppo tardi.

VITA DA MISS. Anna Valle è nata a Roma e, fino a tredici, ha vissuto a Ladispoli. Da qui, dopo la separazione dei genitori, assieme alla madre, le due sorelle e il fratello, si è trasferita a Lentini, paese d'origine della madre. Ha studiato al Liceo Classico Gorgia di Lentini e ha recitato, per la prima volta, al Teatro greco di Siracusa, dove interpretò Mirrine in Lisistrata di Aristofane.

Nel 1995 viene eletta Miss Italia 1995, partecipando al concorso col titolo di Miss Sicilia e grazie alla grande popolarità, realizzò il suo sogno di fare l'attrice interpretando alcuni fotoromanzi mentre studia recitazione. Tra le sue prime apparizioni da protagonista ricordiamo la fiction Tv Commesse nel 1999, con Sabrina Ferilli e Nancy Brilli. Successivamente partecipa ad altre fiction tv come protagonista, tra cui: Turbo (2000), Cuore (2001), Papa Giovanni e Per amore del 2002, Augusto e Soraya del 2003, Le stagioni del cuore (2004), Callas e Onassis (2005), Fuga per la libertà - L'aviatore (2008) e Nebbie e delitti 3 (2009). Nel 2005 torna al teatro classico.

Esordisce sul grande schermo con il lungometraggio *Le faremo tanto male* (1998) di Pino Quartullo, cui seguono nel 2001 *Sottovento!* di Stefano Vicario, nel 2007 *SoloMetro* di Marco Cucurnia e nel 2008 *Mistake* di Filippo Cipriano e Carnera - *The Walking Mountain* di Renzo Martinelli, sulla vita del pugile Primo Carnera. Dal 2012 ha il ruolo di protagonista nei panni di Anna Ferraris nella fiction RAI *Questo nostro amore...*



è spesso in salita ma credo che tutto lo schifo che è uscito fuori in questi mesi, anche se in Italia non ha avuto effetti reali come in altri paesi, sicuramente ha spaventato chi di dovere che ci penserà un bel po' prima di allungare le mani! E in più quando c'è solidarietà femminile vera secondo me è sempre un bene».

E che peso pensa possano avere i social in tutto questo?

«Non ho rapporti con i social, non sono contro, anzi a volte sono utili, credo che siano ormai una componente della

nostra quotidianità ma non ne ho mai aperto uno, occhio ai fake quindi!!! Io non ci sono sui social.

E' qualcosa che non mi appartiene e in cui non mi riconosco. Io sono per i rapporti reali nella vita che, come ci ricorda Spielberg nel suo ultimo film "Ready Player One", alla fine sono quelli che contano davvero.

Poi, certo, tutti siamo liberi di aprire un profilo social, chi vuole lo faccia ma ciò che conta è avere la consapevolezza che bisogna dargli il giusto peso e tenere sempre presente che le relazioni reali sono tutta un'altra un'altra cosa».

E quali sono, invece, i suoi progetti prossimi ven-

turi?

«Ora sono sul set di una nuova fiction Rai, al fianco di Alessio Boni, diretta da Ivan Cotroneo. Si intitola "La Compagnia del Cigno", una storia di ragazzi, di amore per la musica, di amicizia, quella vera, non quella virtuale!

Da novembre sarò in tournée con uno spettacolo teatrale dal titolo "Cognate", di Aric Assous, una commedia finalmente, realizzata dal Teatro de "Gli Incamminati" con la Compagnia Theama Teatro».

Come dire pieno, pienissimo futuro. Di lavoro. E di vita "non virtuale". Vera, verissima ●





Clinica Beauty Dental®
Per tornare a sorridere

www.clinicadentalbeauty.com

IMPLANTOLOGIA
IMPLANTOLOGIA A CARICO IMMEDIATO
PROTESI FISSA - PROTESI MOBILE
RADIOGRAFIA DIGITALE
ORTODONZIA - IGIENE
SBIANCAMENTO

Via Giarretta, 16 - Licata (AG)
info@clinicabeautydental.com
Tel. 377 4562454

Numero Verde
800.598.075

Società

IL GIOVANE INSEGNANTE PARLA DELL'EVOLUZIONE DEL BALLO ARGENTINO E DELLA PARITÀ DI RUOLO NELLA COPPIA. «TRA I MIEI ALLIEVI - DICE - NON C'È CHI "COMANDA", MA CHI GUIDA»

DI CLAUDIA LO PRESTI

Trentadue anni, occhi chiari; un ragazzo del tango con modi da signore e un'esperienza da vecchio. Suo nonno a Buenos Aires frequentava i migliori salotti, cosicché lui ebbe l'opportunità di conoscere da piccolo le eccellenze del tango argentino. Aoniken Quiroga, a Catania per il primo Master che ha visto l'incontro degli allievi di tre scuole del Sud, di cui una fa capo a lui e alla moglie nella città di Barletta, si esibisce con le migliori ballerine in numeri di tango e di milonga nei teatri e nelle sale più noti al mondo.



Aoniken Quiroga

«CARI MAESTRI, *il tango* NON È MASCHILISTA»

Durante le sue lezioni non trasmette solo regole e tecnicismi, ma indugia sulla evoluzione del tango legato ai musicisti, ai cantanti e ai coreografi che hanno fatto un'epoca e sottolinea l'importanza del rispetto dei ruoli. È determinato nella società come nella sua scuola, ad estromettere (pure in senso letterale) quegli atteggiamenti di prevaricazione e supponenza, ahimè in questo tipo di ballo, ad appannaggio del ruolo maschile.

«Io lotto tutti i giorni con questo potere maschilista occulto che nasconde dietro codici di accomodamento le sue ragioni di esistere. Tutto ciò partendo già da un modo errato di intendere la connessione e l'intesa nell'abbraccio: molti maestri utilizzano la parola "comando", piuttosto che la parola "guida". Si parla tanto di traslare il significato del tango nella vita della coppia e poi si parla di comando? La non riuscita di una struttura si addebita con molta facilità alla donna che non è stata brava ad eseguire il "comando"!».

Quiroga prosegue affermando con stizza che «l'uomo ha un ruolo e la donna un altro; sovente, non esiste l'errore, bensì l'incapacità da parte dell'uomo di trasmettere la giusta indicazione. Nella mia scuola, ai ballerini maschi, non permetto certe forme di accanimento verso le compagne. Addirittura, ho visto maestri mancare fisicamente di rispetto alle proprie ballerine e mi sono addolorato per il silenzio che si alza intorno a questi comportamenti. Non ci sarà alcun cambiamento (del singolo, come della comunità) fino a che insieme non si modificheranno questi basi profili, fin tanto che non s'insegnerà all'uomo che bisogna guidare, ascoltare il cambio di peso della compagna, aspettare gli impercettibili movimenti del suo corpo, connettendosi con lei per divertirvi insieme. La ballerina è una compagna non uno strumento».

Negli anni '70/'80, il tango ha cominciato ad essere "venduto" al mondo grazie al suo messaggio di forte valenza sessuale più che sensuale; il maschio con la camicia aperta sul petto rigonfio, la donna con abiti attillanti e i tacchi alti che slanciano le gambe e mettono in evidenza le natiche praticamente visibili grazie a spacchi vertiginosi, in un'epoca dalla sessualità da riscrivere, aveva cominciato a colpire le fantasie ancor più del ballo stesso «In quegli anni soprattutto, perché tutte le foto vedono l'uomo sempre più in alto della donna che gli sta scivolata quasi alle ginocchia in un atteggiamento di sottomissione e/o adorazione - spiega Quiroga -. Nel tango, negli anni '30 e '40, l'uomo poteva permettersi di andare a ballare varie volte alla settimana e poiché alcuni movimenti necessitavano del contatto fisico della parte alta del corpo - disdicevole per una donna - gli uomini ballavano fra di loro. La donna poteva uscire forse solo il sabato

sera muovendosi con la famiglia. Quando si ricordano i grandi del tango di quell'epoca, si parla di orchestre e cantanti e ballerini maschi. Quante donne ricordiamo? Ci sono state grandi cantanti donna alla quali veniva riconosciuto uno spazio durante lo spettacolo, ma era sempre il cantante uomo a chiudere la serata e se si ammettevano duo misti, la chiave emozionale dell'esibizione era sempre un gioco di potere».

«Oggi - prosegue Quiroga - i codici del tango sono sempre gli stessi, non sono stati riscritti dall'emancipazione femminile: si entra in una milonga, le donne sono tutte sedute, esposte in prima fila più svestite possibile per attirare l'attenzione e gli uomini lì a girare e a scegliere come si fosse entrati in una macelleria per comprare un pezzo di quello, un pezzo di quell'altro... Perché la donna non può scegliere

con chi ballare? La tanga rosa per gentile concessione una o due volte in una serata?».

«Questa mentalità nel mondo del tango, purtroppo, è diffusa fra i giovani, fra i semplici ballerini come fra i maestri - aggiunge ancora Aoniken - I primi, durante le serate si compiacciono di avere una moglie o fidanzata o compa-

gna abbastanza svestita perché tutti gli altri uomini lo possano invidiare e le altre donne pure. In alcune scuole di tango, avviene che i titolari per registrare maggiori iscritti, essere chiamati per gli spettacoli, siano disposti a denudare e mettere continuamente in mostra le proprie compagne di lavoro che spessissimo sono le loro compagne di vita. Secondo me, questa mercificazione mette in discussione il valore della coppia, nel lavoro come nella vita. Io non sono un bigotto, attenzione: ma se il look è scelto dalla donna per un suo esclusivo modo di sentirsi e di porgersi, allora mi sta bene; se la nudità è funzionale per veicolare un significato, per toccare delle corde, per mostrare un concetto, far sorgere una domanda scomoda, mi sta bene. Oggi si vendono delle cose solo pensando alla forte valenza sessuale. È la differenza fra l'alcolista e chi ha piacere nel bere: bevo perché mi piace e ogni tanto mi piace sentirmi più allegro; non è lo stesso che bere perché non riesco a far parte di quell'insieme, di quel gruppo».

È nato in Argentina il primo Movimento Femminista del Tango che si pone scopi civici altissimi, che vuole proteggere dal rischio di una carriera impazzita, non per andare contro gli uomini, ma con gli uomini al fine di rovesciare e provare a dissuadere i sistemi vigenti nel mondo del tango. È possibile cambiare questa forma di comunicazione partendo appunto da questo mondo.

«Non accetto che si venga meno all'obbligo del rispetto - conclude Quiroga - anche perché sono padre di una femmina e non voglio rischiare di favorire condizioni psicologiche di sudditanza che erano accettate quando ero piccolo». ●



Associazione Teatro d'Arte
TEATRO IN ALLEGRIA
 Diretta da Donata Indaco
 Stagione 2017/18
 PRESENTA
I MANEGGI PPI MARITARI NA FIGGIA
 di Nicolò Iannigillo adattamento e traduzione di Gaetano Alido
 con
 Giovanni Puglisi
 Francesca Barresi
 Alba La Rosa
 Gianni Sciuto
 Sergio Borsellino
 Rossella Strano
 Melina Di Stefano
 Antonio Parisi
 Annalisa Parisi
 con la partecipazione straordinaria di
Cosetta Gigli
 Regia
 Giovanni Puglisi
 SABATO 21 APRILE 2015 ORE 21.00
 DOMENICA 22 APRILE 2015 ORE 15.00
 Costo Biglietto € 15,00
 Teatro Don Bosco (Catania)
 Info e prenotazioni : 347/4693293 | 348/9125692

Società. La meritoria iniziativa avviata nella fascia pedemontana etnea

«IL TABÙ DEL DISAGIO MENTALE? LO BATTIAMO FACENDO RETE»

Il torneo di calcetto, il giornalino *Coordina...Mente*, il progetto Benessere, il laboratorio fotografico, il coro, il cineforum e il laboratorio di cucina, il gruppo creatività. E ancora, il protocollo antistress e l'attività di musicoterapia. Ecco il bel paniere di attività che il modulo dipartimentale di salute mentale della Asp di Catania con sede a Gravina ha messo su per i propri utenti in collaborazione con una rete di strutture - comunità alloggio e comunità terapeutiche assistite (cta) - sparse sul territorio. Un territorio che comprende tredici comuni, tutti della fascia pedemontana etnea, che fanno parte del Distretto sanitario. Le attività sono state messe in campo da un nutrito gruppo di lavoro che condivide il progetto e il principio, senza il quale tutto ciò sarebbe impossibile, di fare network.

Un gioco di squadra, dunque, costruito con grande tenacia e molta passione da quanti sono coinvolti. Molti dei componenti di questo gruppo, sotto la guida del primario del dipartimento di salute mentale, Pippo Fichera e del responsabile del servizio di salute mentale di Gravina, Marcello D'Alessandro, li abbiamo incontrati in una stanza dell'ambulatorio della struttura sanitaria di Gravina: Cirino Garipoli, dirigente psicologo e Giuseppe Scibilia, dirigente psichiatra, Maria Fucà, assistente sociale e Anna Ruggeri, tecnico di riabilitazione psichiatrica e psicosociale, Orazio Di Guardo, infermiere; e ancora, Rosario Adonia, assistente sociale responsabile della comunità alloggio "Alba" di Mascaluca; Francesca Musumeci, assistente sociale della comunità alloggio "Punto e Accapo" di Pedara, Loredana Palano, pedagoga della comunità terapeutica assistita "Villa Erminia" di Pedara. Elenco dimostrativo, ma non esaustivo perché del network fanno parte anche le comunità alloggio "Casa Amica" di Mascaluca, "Melograno" di Valverde, "Noema" di Gravina, "Petali di Rose" di Nicolosi, "Horus" di Mascaluca e la cta "Villa Chiara" di Mascaluca. «Nella rete che abbiamo costruito - spiega il dottore Marcello D'Alessandro - sono stati contattati e integrati tutti i servizi sociali del territorio ricadenti nel Distretto, uno dei più vasti in Sicilia per popolazione».

Il progetto nasce dalla «necessità di dare una risposta di riabilitazione congrua e adeguata al disagio psichico, che vada oltre le richieste cliniche che vengono esaudite in ambulatorio - spiega il dottore Giuseppe Scibilia -. Abbiamo pensato che il modo migliore per farlo fosse creare una rete fra le strutture pubbliche e private del territorio. Non abbiamo risorse economiche in più, ma i Comuni sono fondamentali, ci stanno aiutando e continuiamo a fare degli incontri per sensibilizzarli». Un'esperienza che nasce dal basso, dunque, dalla forza che viene dal coordinamento e dal sostegno reciproco fra gli stessi operatori che così danno man forte anche alle famiglie di chi accusa disturbi mentali più o meno gravi. Insomma, una sorta di avanguardia, visto che neanche la legge ha sinora formalizzato questo tipo di networking orizzontale, senza struttura gerarchica. «Stiamo facendo una cosa molto poco politica e molto utile per i nostri utenti - aggiunge Cirino Garipoli -. Il nostro obiettivo è anche incidere sul pregiudizio verso chi ha problemi di salute mentale, pregiudizio ben radicato nel-

LA STRUTTURA SANITARIA DI GRAVINA E LE COMUNITÀ DI ASSISTENZA DEL TERRITORIO IN CAMPO CON VARI PROGETTI PER FAVORIRE RIABILITAZIONE E SOCIALIZZAZIONE DEGLI UTENTI: GIORNALE, CALCETTO, CUCINA, FOTOGRAFIA, CINEMA E MOLTO ALTRO. «MODALITÀ INNOVATIVA SENZA POSIZIONI GERARCHICHE»

DI GIANLUCA REALE



Alcuni degli operatori (medici, psicoterapisti, assistenti sociali) impegnati nelle attività rivolte ai pazienti con disagi psichici, messe in campo dal Servizio di salute mentale dell'Asp a Gravina e dalle comunità alloggio e terapeutiche

l'opinione pubblica. Per questo abbiamo dato vita a una serie di iniziative sparse nel territorio. I Comuni del distretto sanitario in alcuni casi ci hanno dato dei locali in cui svolgere le attività». «All'invito del Dipartimento siamo stati ben lieti di collaborare attivamente - dice Rosario Adonia -. Nelle comunità cerchiamo di selezionare, in base alle attitudini, gli utenti più adatti a ciascun tipo di attività e, unendo le forze, creiamo gruppi omogenei: c'è chi preferisce cantare, chi è più dedito alla creatività manuale e così via...». Le attività vengono svolte insieme ad operatori specializzati, sempre alla presenza di un tecnico di riabilitazione e, aggiunge Francesca Musumeci, «poi facciamo una valutazione, sia in itinere sia in output». Alle attività partecipano pazienti che vanno dai 20 ai 60 anni, anche se la maggior parte sta fra i 30 e i 40 anni, per il 90 per cento con psicosi. «L'aspetto interessante - aggiunge il dottore D'Alessandro - è che c'è una condivisione tra utenti che vivono nelle comunità alloggio e quelli che vivono nelle loro case e ogni attività è un momento importante di socializzazione. Abbiamo organizzato anche delle uscite di gruppo, cene e pizze; si costruiscono dei legami, anche tra pazienti e operatori».

Ma in cosa consistono le attività avviate? Comin-

ciamo dal giornalino *Coordina...Mente*. La redazione è nella sede dell'Asp di Gravina dove, ogni lunedì, si riunisce il gruppo formato da una quindicina di persone tra pazienti e operatori. Si tratta di un giornalino fatto artigianalmente giunto già alla terza edizione. Obiettivo, sì, dare voce a chi ha disagi mentali, ma anche far capire all'opinione pubblica che «siamo "pazzi", ma ci sono sentimenti, c'è una capacità di pensiero. Questo è anche uno degli obiettivi che si è posta l'Oms - dicono insieme gli operatori -. C'è un lavoro di gruppo, è la redazione che sceglie gli argomenti. I pazienti fanno ricerche, riportano, poi correggiamo, impaginiamo. È anche un'attività di riabilitazione cognitiva». Su questo progetto sono state coinvolte due scuole, il Lombardo Radice di Gravina e il Polivalente di San Giovanni La Punta: viene consegnato il giornalino, lo leggono gli studenti delle quarte e quinte classi e restituiscono un feedback. Nelle vesti di vignettista, tra gli operatori del gruppo di redazione c'è anche Corrado Labisi, animatore di "Villa Erminia". «Vorremmo registrare la testata - dice Adonia - per poterlo distribuire sul territorio. D'altronde, affrontare lo stigma del disagio mentale, nonostante moltissimi di noi abbiano avuto a che fare con qualche caso in famiglia, è ancora un tabù, fa

paura. Noi vogliamo infrangere questo tabù». Il martedì mattina, invece, dalle 10 alle 12 al centro Livatino di Nicolosi, concesso dal Comune, c'è il Progetto Benessere: «Un intervento di gruppo che si occupa della cura del sé psicologico e fisico - spiega Anna Ruggeri, che segue trasversalmente tutte le attività -. Si tratta di un protocollo dove si parla di una sana e corretta alimentazione e di un corretto stile di vita». Vi partecipano una trentina di pazienti, seguiti da due operatori di riferimento (Ruggeri e Ilenia Calcaterra).

«A questa attività abbiamo aggiunto un'attività di zumba fitness che facciamo con l'istruttore Leonardo Vasta e che finalizzeremo con uno spettacolo», aggiunge Ruggeri. Collaterale al Progetto Benessere è il Progetto Cucina (che coinvolge 13-15 pazienti), sempre al centro Livatino, il venerdì: l'obiettivo è rendere autonomi i partecipanti nel prepararsi i pasti, anche in comunità alloggio.

Il mercoledì, invece, è il giorno del laboratorio fotografico multimediale, condotto da Rosario Adonia. L'obiettivo è l'acquisizione di competenze specifiche e accrescere la capacità osservazione. «Il nostro sogno è fare un cortometraggio - dice Adonia -. Organizziamo delle "uscite" fotografiche e video,

partecipano una dozzina di pazienti, persone cognitivamente molto adeguate. I pazienti scelgono i soggetti da fotografare, l'inquadratura, lavorano sulla scelta e sulla post produzione. E in molti di loro ho visto un ottimo occhio fotografico. Le persone con disagio mentale, a volte, hanno capacità immaginifiche e una visione del mondo che spesso non riusciamo a cogliere. Riescono a stupirci. Nell'attività ci dà una mano anche Riccardo Ciolino della comunità alloggio "Punto e Accapo"».

Il giovedì mattina si riunisce il gruppo coro, gestito anch'esso da Riccardo Ciolino e Anna Ruggeri, condotto in passato anche da Stefania Bagnato della comunità alloggio "Punto e Accapo". A cantare sono circa quindici, e da quest'anno si studia e si prova nella sala del museo Emilio Greco della Villa di Gravina, grazie al supporto del Comune. La nuova location è un punto di forza del progetto.

Il giovedì pomeriggio, spazio al cineforum, coordinato anch'esso da Rosario Adonia, anche se a scegliere i film sono i pazienti. Attività molto socializzante e ricreativa. Il giovedì pomeriggio si tiene anche il Gruppo Incontro, gruppo di psicoterapia gestito dalla dott.ssa Marra, psicologa e psicoterapeuta della cta "Villa Erminia".

Il venerdì, oltre a Progetto Cucina, c'è anche il Gruppo Creatività, rivolto a pazienti con disagi più gravi, gestito dalla scenografa Maria Italiano e da Sabina Penbianco, psicologa della comunità alloggio "Noema" di Gravina. È in partenza anche il Gruppo di Musicoterapia alla cta "Villa Erminia" di Pedara, gestito dalla musicoterapista Marilena Lanzafame, con l'obiettivo di mettere su uno spettacolo itinerante.

Nel novero delle attività ce ne sono anche due messe in campo l'anno scorso e al momento sospese: il Protocollo Antistress, condotto da Michela Ferlito, psicologa e psicoterapeuta della cta "Villa Chiara" di Mascaluca e il Gruppo Orto, ospitato dalla comunità alloggio "Casa Amica" di Mascaluca.

Appena partito, infine, il Gruppo Calcetto, che coinvolge una decina di pazienti. Coordinato da Corrado Labisi, annovera fischiotti "professionisti" messi a disposizione dal Csi ●

Siciliane. L'imprenditrice etnea si racconta. «Nella vicenda Sac sono stata usata»

Avere un forte senso del dovere e sviluppare il proprio business verso la valorizzazione del territorio, migliorando così la propria terra, la Sicilia. Con questo focus, Ornella Laneri, amministratrice delegata del Four Points by Sheraton Catania Hotel & Conference Center, ha dato vita a dei progetti paralleli al suo mondo imprenditoriale. La fondazione Oelle, una realtà nata per valorizzare il patrimonio artistico, storico e culturale del Mediterraneo. L'Horto in, il primo orto urbano legato a un contesto alberghiero di grandi dimensioni, realizzato a beneficio del marito Saverio Piazza, chef del Timo Restaurant. Poi c'è l'amore per i figli e la necessità di far capire che lavorare significa anche essere etici. La passione per il mondo dell'arte e quel capitolo, breve ma difficile, che l'ha vista amministratrice delegata della Sac. Pure in quell'occasione, Ornella Laneri ha accettato l'incarico spinta da quel senso del dovere che la contraddistingue. Ci credeva. Lei che la Sicilia la voleva migliorare davvero, partendo anche da una delle più grandi imprese sicule. E la Sicilia è stata sempre la sua scelta, come quando a 21 anni cambia rotta e dagli studi di Architettura al Policlinico di Milano ritorna nella sua terra e si immerge nel mondo del turismo prendendo le redini dell'azienda di famiglia.

Iniziamo a parlare della fondazione Oelle, com'è nata?
 «La fondazione esiste già da qualche anno con il nome di Mediterraneo Antico ed è stata creata dalla mia famiglia per un percorso legato all'archeologia, la specializzazione di mio fratello Nicola. Poi lui è partito per la Toscana e io ho deciso di rimettermi in gioco, tornando alle mie origini. Da ragazza, infatti, volevo diventare ar-



Sopra a sinistra, Ornella Laneri; a destra, Laneri con con Peter e Tom Stern ed Ezio Costanzo

«L'IMPRESA DEL FUTURO? SERVE UNA VISIONE ETICA»

ORNELLA LANERI È (ANCHE) PRESIDENTE DELLA FONDAZIONE OELLE «VOGLIAMO ESSERE - DICE - UN AMPLIFICATORE DI SEGNALI, PERCEPIRE LE ENERGIE DEL TERRITORIO E AIUTARLE A SVILUPParsi»

DI MARIA STEFANIA D'ANGELO

chitetto e sono sempre stata affascinata dall'arte. Ho deciso, quindi, di cogliere la sfida e fare qualcosa per la mia città, Catania. L'obiettivo di chi costruisce una Fondazione è naturalmente dare, non prendere. Volevo, inoltre, trasmettere ai miei figli che lavorare significa anche fare delle scelte etiche. Ho cambiato il nome originale in Fondazione Oelle soprattutto per omaggiare i miei collaboratori che in albergo mi chiamano la signora Oelle (le mie iniziali). La fondazione nasce ufficialmente il 25 settembre dello scorso anno con l'inaugurazione, al Museo Storico dello Sbarco in Sicilia 1943, del Phil Stern Pavilion, l'esposizione dedicata al fotografo americano testimone dello sbarco degli alleati durante la seconda guerra mondiale».

A proposito del progetto Stern, cosa vi ha spinto ad omaggiare il reporter americano?

«Phil è un amore diventato poi un progetto, nasce per non dimenticare il passato e conservare la memoria. Il progetto è caratterizzato dalla mostra esposta nel padiglione al Museo dello Sbarco, da una suite nel nostro hotel, la camera dove Stern soggiornò in occasione del suo ultimo viaggio in Sicilia qualche anno fa e da un archivio fotografico di quasi quattromila scatti realizzato grazie al rapporto instaurato con i figli di Phil».

Qual è la mission della Fondazione?

«Credo molto nel lavoro di rete e nella collaborazione. Seguendo questa idea, abbiamo supportato la fondazione Brodbeck nell'allestimento della mostra personale di Carmelo Nicosia dal titolo *Japan, flight maps* all'interno della struttura, nel quartiere di San Cristoforo. È importante lanciare il messaggio che realtà come queste possano dare una visibilità sociale diversa a zone spesso soggette a pregiudizi. Il percorso che seguiamo è sostenere realtà che da sole non avrebbero la forza. Mi piace essere un amplificatore di segnali, percepire le energie e aiutarle a svilupparsi».

Avete anche inaugurato degli appuntamenti chiamati Colazione alla Fondazione. Qual è lo scopo?

«Con le Colazioni organizzate dalla nostra fondazione vogliamo avvicinare le persone al mondo dell'arte. Faremo dei laboratori dedicati ai bambini e organizzeremo degli incontri culturali in una situazione di relax. A volte gli artisti allontanano perché hanno un'aria austera, noi invece vogliamo aprire la Fondazione alla città. Ci saranno naturalmente degli incontri di nicchia ma altri aperti a



tutti, dove la gente avrà la possibilità di vivere la Fondazione e avvicinarsi all'arte anche solo per curiosità».

Chi collabora con lei in questo progetto?

«Carmelo Nicosia, un grande amico, fotografo ed ex direttore dell'Accademia delle Belle Arti di Catania è il direttore generale della fondazione; Antonella Fede, persona con la quale ho un legame profondo è segretaria generale; poi c'è un comitato scientifico ed operativo composto da Antonio Perdichizzi, imprenditore e innovatore, mio fratello Nicola Laneri ed Ezio Costanzo, storico. Nel consiglio d'amministrazione ci sono mio marito e i miei figli, Carolina e Michele. Infine, ci sono due giovani che stanno lavorando tanto alla fondazione, la giornalista Giorgia Lodato che cura l'ufficio stampa e Vittorio Piraneo che si occupa dell'archivio. È un team molto affiatato».

L'Horto in è un altro progetto assolutamente innovativo. Credi sia possibile realizzare in Sicilia un'idea di turismo sostenibile?

«L'orto è stato un atto d'amore nei confronti di mio marito, che voleva tornare a sentire gli odori e i sapori della nostra terra. Il ristorante utilizza i prodotti dell'orto a km zero, riducendo così le emissioni di gas dovute al trasporto della merce. Credo che possa

svilupparsi un modello di turismo ecosostenibile anche in Sicilia. Con il progetto dell'orto urbano ho vinto, lo scorso ottobre, il Premio Innovazione Smau a Milano e questo dimostra che anche noi siciliani possiamo arrivare primi. Sto progettando l'idea del Bike Hotel, introducendo aree di lavoro e servizi dedicati ai ciclisti, lavoriamo per ridurre il consumo di plastica e acqua e sta nascendo in hotel la colonnina per la ricarica delle auto elettriche. Non riesco a immaginare l'impresa di domani senza questa visione etica».

Consiglierebbe alle nuove generazioni di andare all'estero per formarsi?

«Il consiglio che mi sento di dare per chi vuole lavorare nel settore dell'hospitality è di partire. All'estero è molto più sviluppata l'idea di catena e ciò permette una crescita professionale. Per essere competitivi, inoltre, bisogna studiare bene le lingue straniere. È inconcepibile che in Italia l'inglese sia parlato poco».

Da qualche tempo è anche la presidente dell'Aidda Sicilia, l'Associazione imprenditrici e donne dirigenti di azienda. La donna incontra ancora difficoltà nel mondo manageriale?

«Purtroppo ancora oggi la donna è vista come madre e non come manager. Dobbiamo essere forti, consapevoli, sicure e non perdere la nostra femminilità. Bisogna mantenere sempre la testa alta altrimenti non ci sarebbe un'associazione che tuteli le donne nel mondo manageriale. Ma sì, le difficoltà ci sono ed è sicuramente più complicato essere donne che uomini».

Nelle sue scelte è sempre spinta da un forte senso del dovere. Nel caso dell'incarico di amministratore delegato in Sac si è sentita strumentalizzata?

«Credevo in quell'incarico perché mi è stato offerto da chi aveva un ruolo importante, dicendomi di accettare per migliorare la mia terra. È stata una pagina difficile perché ha colpito la mia famiglia, ho ricevuto un avviso di garanzia e non capivo il motivo per cui mi stessero facendo tutto questo. Non avevo i requisiti previsti dallo Statuto, questo va detto, ed è giusto che io non sia più lì. Ma chi ha promosso la mia candidatura conosceva bene lo Statuto e quindi da un punto di vista professionale sì, sono stata usata. Anche se per un mese e mezzo è stato bello esserci, ho conosciuto persone fantastiche e toccato con mano una delle imprese siciliane più importanti» ●

Siciliane. La neo onorevole eletta con il M5S impegnata contro la diffamazione in rete



BULLISMO

(fonte: Mlur)

- sono coinvolti solo gli studenti della classe e/o dell'Istituto;
- generalmente solo chi ha un carattere forte, capace di imporre il proprio potere, può diventare un bullo;
- i bulli sono studenti, compagni di classe o di Istituto, conosciuti dalla vittima;
- le azioni di bullismo vengono raccontate ad altri studenti della scuola in cui sono avvenute, sono circoscritte ad un determinato ambiente;
- le azioni di bullismo avvengono durante l'orario scolastico o nel tragitto casa-scuola, scuola-casa;
- le dinamiche scolastiche o del gruppo classe limitano le azioni aggressive;
- bisogno del bullo di dominare nelle relazioni interpersonali attraverso il contatto diretto con la vittima;
- reazioni evidenti da parte della vittima e visibili nell'atto dell'azione di bullismo;
- tendenza a sottrarsi da responsabilità portando su un piano scherzoso le azioni di violenza.

CYBERBULLISMO

(fonte: Mlur)

- possono essere coinvolti ragazzi ed adulti di tutto il mondo;
- chiunque, anche chi è vittima nella vita reale, può diventare cyberbullo;
- i cyberbulli possono essere anonimi e sollecitare la partecipazione di altri "amici" anonimi, in modo che la persona non sappia con chi sta interagendo;
- il materiale utilizzato per azioni di cyberbullismo può essere diffuso in tutto il mondo;
- le comunicazioni aggressive possono avvenire 24 ore su 24;
- i cyberbulli hanno ampia libertà nel poter fare online ciò che non potrebbero fare nella vita reale;
- percezione di invisibilità da parte del cyberbullo attraverso azioni che si celano dietro la tecnologia;
- assenza di reazioni visibili da parte della vittima che non consentono al cyberbullo di vedere gli effetti delle proprie azioni;
- sdoppiamento della personalità: le conseguenze delle proprie azioni vengono attribuite al "profilo utente" creato.

«CONTRO IL CYBERBULLISMO CI VUOLE PIÙ CONSAPEVOLEZZA»

LAURA PAXIA, DA IMPRENDITRICE DIGITALE A PARLAMENTARE, IN PRIMA LINEA CONTRO UN FENOMENO PERICOLOSO: «ALCUNE APP POSSONO AIUTARE I RAGAZZI E I GENITORI A INDIVIDUARE SITUAZIONI A RISCHIO»

DI GABRIELLA MAGISTRO

Laura Paxia è una donna impegnata in politica, come Portavoce del Movimento 5 Stelle alla Camera dei Deputati, con una passione che traspare dalle sue interviste e dalle sue dichiarazioni. Quella sana passione di cui oggi la politica ha urgente bisogno. Ma è anche una informatica e un'impresaria digitale. Durante la campagna elettorale gli italiani hanno potuto conoscere più a fondo anche il suo impegno sul fronte del contrasto al cyberbullismo, fenomeno oggi tra i più preoccupanti in rete e sui social media.

Ma come e dove nasce l'attenzione della neo onorevole Paxia a questo fenomeno?

«La mia attenzione al fenomeno nasce dal mio lavoro di imprenditore e da una attenta osservazione delle evoluzioni di strumenti di comunicazione digitali.

Di Cyberbullismo si sente spesso parlare, ma pochi conoscono le reali insidie che si nascondono dietro questo fenomeno, che è in ascesa nel mondo e in Italia. Basti pensare che nell'ultimo anno, il 2017, proprio nel nostro paese ci sono state 354 denunce alla Polizia».

Lei crede fermamente nell'innovazione digitale come strumento per migliorare la nostra qualità della vita, per trainare l'economia italiana, per assicurare la legalità. Cosa ne pensa del concetto di responsabilità sociale delle imprese?

«In generale occupandomi di innovazione tecnologica mi sono sempre posta il problema dei risvolti sociali della tecnologia. Ho sempre creduto che gli imprenditori digitali debbano svolgere anche una funzione sociale e di supporto verso alcune tematiche nuove che pochi anni fa neppure esistevano. Con lo stesso spirito intendo affrontare oggi il mio mandato come deputato alla Camera, mettendo a disposizione dei cittadini le mie competenze specifiche».

Cosa è per lei il fenomeno del cyberbullismo?

«È la declinazione tecnologica e digitale di un comportamento antico quanto odioso, il bullismo: tutti quei comportamenti di derisione, di offesa, minaccia, violenza che un branco di bulli esercita nei confronti di vittime più deboli».



Quali sono, secondo lei, le cause di questo fenomeno?

«Oggi, in un mondo sempre più digitale, le nuove generazioni e non solo, fanno un uso diffuso di strumenti di comunicazione digitali, sms, e-mail, social network, chat. Questi strumenti sono tanto amati dai giovani perché sono luoghi protetti e anonimi che aiutano a superare la timidezza e a creare relazioni con amici e coetanei. Purtroppo, come spesso accade, strumenti potenzialmente validi vengono, invece, male utilizzati e molte piattaforme digitali vengono usate per minacciare, deridere e offendere i più deboli».

La legge come regola questi comportamenti?

«Il cyberbullismo può assumere diverse manifestazioni in funzione dei comportamenti del bullo e degli strumenti utilizzati. Oggi la recente legge 71/2017 sul cyberbullismo considera alcuni comportamenti come reati: l'invio di messaggi volgari e aggressivi, l'invio di messaggi offensivi in maniera ripetitiva utilizzando la messaggistica istantanea tipo whatsapp, l'invio ripetitivo e persecutorio di minacce, il furto di identità della vittima per creare danni alla sua reputazione, la rivelazione di informazioni personali e riservate riguardanti una persona. La gravità del crescente fenomeno del cyberbullismo risiede nel fatto che le offese e le minacce alla vittima non si limitano ad un unico contesto (ad esempio, la scuola) ma questa viene perseguitata in ogni luogo e momento della sua vita. Un ragaz-

zino vittima di cyberbullismo, infatti, non soltanto riceve le molestie e le offese sul proprio smartphone, ma le offese non rimangono più circoscritte al cortile di una scuola, vengono invece condivise in un istante e visualizzate da tutta la sua tribù, da tutto il suo gruppo di amici.

Ora nel cyberbullismo la responsabilità non è da ricondursi solo al bullo o al branco, ma certamente in misura differente deve ascrivere anche a chi vede o condivide in rete un video o un'immagine offensiva con altri amici e sconosciuti.

Sia dunque chiaro che diffondere un'offesa spesso è più grave della minaccia iniziale, perché l'accresciuta notorietà produce conseguenze estremamente gravi e in alcuni casi irreparabili».

Quali sono i migliori strumenti di contrasto del fenomeno? E' questo uno di quei casi, in cui è lecito rifarsi all'antico detto: "meglio prevenire che curare"?

«Per arginare il fenomeno del Cyberbullismo, in ascesa nel mondo, molti player globali quali Google e Facebook sono coinvolti nelle azioni di contrasto.

Esistono anche dei progetti a livello europeo, mi riferisco al progetto Creep, che anziché rilevare il singolo fenomeno mira ad evidenziarlo geograficamente. Lo scopo è aiutare gli educatori nelle scuole ad avere maggiore consapevolezza di quanto accade nel luogo in cui si trovano, individuando fenomeni che altrimenti rimarrebbero sommersi, almeno finché non sfociano in eclatanti fatti di cronaca.

Esistono inoltre degli strumenti tecnologici che possono aiutare a cercare di prevenire il fenomeno. Come *Keepers*, una app basata su sistemi di intelligenza artificiale, destinata ai genitori che vengono allertati quando negli smartphone dei figli compaiono parole a rischio bullismo.

Stop! è invece una app che si rivolge ai ragazzi che possono condividere con i genitori schermate dal proprio smartphone per capire se si è sottoposti ad atti violenti, questa app ha la finalità di responsabilizzare i ragazzi.

Ma al di là degli strumenti digitali penso sia necessario insegnare ai tutti un utilizzo "consapevole" degli strumenti tecnologici per far comprendere le reali insidie e gli effetti, delle volte drammatici, che si annidano dietro la pubblicazione di alcuni contenuti diffamatori» ●

Siciliane. La ventenne messinese che ha gareggiato tra le Nuove Proposte all'Ariston

La musica che diventa salvezza. Scrivere e ripulire l'anima da quelle sofferenze e difficoltà incontrate in una fase della vita, l'adolescenza, che costringe a guardarsi dentro e fare i conti con la realtà. Una realtà fatta di assenze, di strade tortuose e di ricordi di una famiglia un tempo unita. Così Alice Caioli, 22 anni, messinese originaria di Sant'Agata di Militello ma residente ad Acquadolci, si avvicina al canto. La musica come valvola di sfogo, quella che tira fuori un po' di marcio e restituisce la spensieratezza dei vent'anni. E poi un treno che dalla Sicilia arriva fino al palco dell'Ariston. La cantautrice ha partecipato, infatti, alla scorsa edizione del Festival di Sanremo, classificandosi al 5° posto nella categoria Nuove proposte, con il brano *Specchi rotti*, ottenendo il premio della Sala Radio-Web-Tv Lucio Dalla. Ma nel suo curriculum c'è anche l'esperienza di *Io Canto*, nel 2010, e la partecipazione ai provini di X-Factor, nel 2013, arrivando fino ai Bootcamp. Il 9 marzo è uscito l'album d'esordio *Nego, fingo, mento* e i testi delle canzoni, come i suoi tatuaggi, parlano di lei.

Come hai vissuto i giorni del festival di Sanremo?

«Sanremo è un'esperienza complicata da vivere. È un'altalena che tocca aspetti positivi e negativi, ti dà la possibilità di entrare in contatto con una realtà nuova e calcare uno dei palchi più ambiti da chi sogna di fare questo mestiere, ma ti costringe anche a confrontarti con l'altra faccia della medaglia. Un percorso del genere può farti passare dalla massima notorietà a momenti di assoluta assenza. Nonostante tutto, ho cercato di vivere i giorni sanremesi con la leggerezza dei miei vent'anni, anche se sono stati caratterizzati da tanta frenesia. Mi sono concentrata solo sugli aspetti positivi di quest'esperienza e sento di aver vissuto a pieno quegli attimi».

Ti aspettavi un traguardo così importante come il premio della Sala Radio-Web-Tv Lucio Dalla?

«Non mi aspettavo di vincere il premio perché è stata un'edizione molto ricca da un punto di vista artistico. Sia nella categoria big che nelle nuove proposte, le canzoni erano davvero belle. C'erano tante personalità artistiche diverse ed era difficile mettere a paragone i testi delle canzoni. Ricevere questo premio è stata un'enorme soddisfazione, credo sia uno dei riconoscimenti più



«LA MUSICA MI HA SALVATA E CANTO LE MIE ESPERIENZE»

ALICE CAIOLI A SANREMO HA RICEVUTO IL PREMIO DELLA SALA RADIO-WEB-TV LUCIO DALLA. «I TALENT? CONTA L'ASPETTO FISICO. ADESSO STO PREPARANDO UN TOUR ESTIVO»

DI MARIA STEFANIA D'ANGELO

importanti perché viene assegnato dalle radio-tv, organi che poi trasmettono i brani musicali. Quindi sono felice del mio percorso a Sanremo, indipendentemente dalla classifica finale. Il successo e la notorietà di un artista, come succede spesso, non sono legati al podio».

Quando è iniziata la tua passione per il canto?

«La passione per il canto è nata a 12 anni dopo il divorzio dei miei genitori, è stata un'esigenza che mi ha salvata da un periodo difficile e buio. Soprattutto quando si è ragazzini è importante non tenersi tutto dentro, ma sfogare le proprie emozioni e sofferenze in qualcosa. Io ho voluto esternare il mio mondo interiore con la musica. Ho studiato canto, violoncello ed ho preso lezioni anche di danza, affacciandomi all'arte da più finestre. Credo sia essenziale avere delle passioni che ti permettano di distaccarti dalla realtà».

Specchi rotti è un brano autobiografico. Come nasce e qual è il messaggio sociale che hai voluto trasmettere?

«*Specchi rotti* nasce dall'esigenza di raccontare un periodo difficile della mia infanzia e adolescenza. Parla del rapporto complesso che ho avuto con mio padre e della sua assenza nei momenti più critici della mia vita. Nel testo tratto un tema sociale non in-



differente, come la mancanza della figura genitoriale, ma spesso questa tematica viene sottovalutata. Tendiamo a reputare importanti altri problemi e ciò danneggia la vita di tanti ragazzi. Non si ha la consapevolezza che molti adolescenti percorrono strade sbagliate per fare una ripicca ai genitori o attirare la loro attenzione. *Specchi rotti* è un invito a non perdersi in percorsi errati, a volersi bene e ad affrontare le difficoltà con coraggio».

Dopo Sanremo è uscito il tuo album, raccontaci del progetto.

«L'album è nato in pochissimo tempo, mi sono chiusa per due settimane nello studio di Davide Maggioni a Garlasco. Ho scritto la maggior parte dei testi, collaborando anche con altri due artisti, Andrea Maestrelli e Francesco Guasti. È un progetto autobiografico, le canzoni parlano di esperienze che ho vissuto direttamente o in terza persona, da cui però ho avuto modo di imparare e trarre degli insegnamenti. Sono testi autentici e di vissuto quotidiano. Ho scelto come titolo *Nego, fingo, mento* perché credo sia ciò che succede ogni giorno: neghiamo, mentiamo a noi stessi o agli altri e fingiamo di essere ciò che non siamo. L'album ruota attorno a questo principio».

Prima di Sanremo hai partecipato alle trasmissioni Io

Canto e X-Factor. Secondo te, qual è il potere dei talent oggi?

«Penso che oggi senza la spinta dei talent sia difficile emergere ma temo ci sia una perdita di qualità nella discografia italiana. Bisognerebbe tornare un po' indietro quando si riusciva a fare questo mestiere non soltanto per l'aspetto fisico, ma grazie alle proprie qualità. Non è una novità che nei talent si cerchi di far emergere il ragazzo bello, anche se canta un prodotto mediocre, parliamo di trasmissioni seguite da tante adolescenti e sono loro naturalmente a comprare i dischi».

Sei molto giovane come stai affrontando questa nuova fase della tua vita? Come ti vedi tra 10 anni?

«Sono riflessiva e molto realistica, non mi aspetto nulla per evitare di rimanere delusa. Tra dieci anni mi vedo in Italia a fare musica e vorrei che si eliminasse l'idea che all'estero la qualità sia più alta. Il nostro Paese può offrire tantissimo, ci sono tanti artisti bravi. Voglio far prevalere i miei testi in Italia, soprattutto il mio genere, l'RnB, ancora poco conosciuto qui».

A Sanremo hai avuto la fortuna di conoscere Claudio Baglioni, pilastro della musica italiana. Quali sono gli artisti italiani che ascolti?

«In realtà ascolto un po' tutta la musica. Mi piacciono tantissimo i Negramaro, Carmen Consoli, unica nel suo genere, e apprezzo molto Ermal Metal. Ma ascolto anche i vecchi cantautori come Battisti e Dalla».

I tatuaggi sono un'altra tua forma di espressione. Ne hai tanti e uno in particolare ritrae un microfono vintage.

«Tutti raccontano di quegli anni come un periodo roseo, soprattutto in ambito musicale. C'erano tanti prodotti di buona qualità e la musica era fatta bene. Tatuo sempre ciò che per me ha valore e per questo motivo ho inciso sulla mia pelle un microfono vintage, per omaggiare anche quel periodo».

Progetti futuri?

«Ci saranno tante tappe estive, dove canterò i miei pezzi e molte cover. Stiamo programmando un bello spettacolo e proverò a raggiungere un po' tutta Italia, partendo naturalmente dalla Sicilia. Sono emozionatissima e non vedo l'ora» ●

Stylist



A destra, le tre sorelle Naife, Amira e Jamila Kweder, titolari del marchio Kweder. A sinistra, la borsa secchiello "Pignocciata" e il sandalo "Cassatella". In basso a destra, il modello "Cubbaïta" e sotto, sandalo e borsa "Tetu" (ph. Lillo Lo Cascio)

MODA



CREAZIONI cruelty-free

A Accessori di stile che non prevedano alcun tipo di crudeltà sugli animali e favoriscano una riduzione dell'inquinamento nelle attività di produzione per un globale miglioramento della qualità della vita. E' proprio attorno all'ottica "human & animal friendly" che si focalizza il marchio Kweder, fondato nel 2016 da Amira, Jamila e Naife Kweder, tre tenaci sorelle messinesi, di origini siriane. «Siamo abbastanza differenti, ma abbiamo dei punti in comune dai quali non prescindiamo mai. Una volta chiara la mission aziendale, tutte le affinità e le differenze tra noi si sono mescolate e legate all'interno delle collezioni. Ciascuna ha delle mansioni specifiche all'interno dell'azienda, in base alle proprie inclinazioni e alle proprie esperienze».

La tutela del pianeta passa anche dalla moda, un esempio lo sono le scarpe e le borse firmate Kweder, un progetto innovativo, dal deciso e inconfondibile piglio rosa, forgiato al sole della terra siciliana, totalmente ecosostenibile, perché ethical, vegan e cruelty-free.

Qual è stata la molla che vi ha condotto nel settore degli accessori "Human and Animal Friendly"?

«Il mondo dell'arte in tutte le sue forme è da sempre stato una nostra passione. Il mondo del fashion ci ha sempre affascinato, in quanto linguaggio tramite il quale ogni persona con il suo abbigliamento esprime il proprio essere. Fin da bambine siamo state educate a riflettere sulla cura del mondo che ci ospita ed apprezzare la condivisione. Dal mix di queste attitudini nasce e si sviluppa il progetto Kweder, che si basa su un profondo rispetto per la Terra e per ogni forma di vita che la popola, oltre che sulla continua ricerca ed espressione della bellezza attraverso la creazione accessori donna in grado di coniugare antichi saperi, estro contemporaneo e territorialità».

La stilista inglese Stella McCartney ha fatto un pò da apripista in questo settore. A vostro avviso, nei prossimi anni, quanto la moda si avvicinerà a questo segmento, evitando di proporre pellicce e prodotti d'origine animale nelle proprie collezioni?

«Stella McCartney ha da sempre investito in ricerca di materiali alternativi e innovativi e, in questi ultimi anni, altri hanno dichiarato di voler abbandonare l'utilizzo delle pellicce. Da poco Donatella Versace ha volto il suo sguardo verso il 'fur free', così come fece la Maison Giorgio Armani nel 2016 e molti altri big della moda. L'avvicinamento verso una moda più sostenibile e priva di derivati animali a breve sarà inevitabile, così come l'investimento nello sviluppo ed il perfezionamento di materiali alternativi. Chi acquista è sempre più attento e sensibile, non vuole rinunciare alla qualità ma al tempo stesso pretende un comportamento sostenibile da parte dei produttori».

Da dove si dovrebbe cominciare per sensibilizzare le donne all'acquisto di questi "nuovi" accessori che non contengono parti e derivati animali?

«Ci impegnamo affinché i nostri prodotti fashion siano veicolati nel migliore dei modi. A nostro avviso, una volta che l'utente è affascinato e colpito dal mood estetico, dalla storia del brand e dalla nostra mission, è spinto ad indossare le nostre creazioni. Per far sì che il consumatore finale sia sempre informato, aggiungiamo schede tecniche dettagliate di ogni prodotto, la pagina dei materiali è costantemente aggiornata, così come le iniziative intraprese e i social. L'obiettivo è di "attirare" per un istante la curiosità dell'utente, il resto è una conseguenza naturale».

Che materiali utilizzate per la realizzazione delle vostre collezioni cruelty free?

«La tecnologia odierna e l'attività di costante ricerca e sperimentazione ci permettono di utilizzare materiali che siano anallergici, solvent free, ecologici, traspiranti, ultrasensibili e comodi, dove possibile anche riciclabili o frutto di riciclo, materiali che rispondono perfettamente alle caratteristiche di qualità che un accessorio made in Italy esige, come ad esempio, l'Alcantara, il Softan, la Dinamica, il Rinnova, il Thunit».

La vostra produzione si sviluppa totalmente sull'Isola. In

KWEDER
È IL MARCHIO CREATO
DA TRE SORELLE
STILISTE MESSINESI
DI ORIGINI SIRIANE
I LORO ACCESSORI
SONO "HUMAN
& ANIMAL FRIENDLY"

DI VENERA COCO



che modo gestite e organizzate tutta la filiera, anch'essa eco-friendly?

«La produzione inizia con l'approvvigionamento dei materiali, reperiti in tutta Italia. Una volta che le maestranze siciliane ultimano le lavorazioni dei prodotti, questi ci vengono consegnati e il prodotto finito viene spedito a seguito della commercializzazione. Quando possibile organizziamo personalmente il ritiro e la consegna dei materiali e dei prodotti, tramite l'opzione "Carbon Neutral" di Ups, cui abbiamo affidato le nostre spedizioni, per favorire la compensazione di CO2 emessa durante il trasporto».

Riuscite ad estendere la vostra filosofia vegan anche nella vostra vita personale (alimentazione, stile di vita green, ecc.)?

«Il nostro stile di vita è vegan e sostenibile, la sfida è stata estenderlo anche nel lavoro. Come consumatrici attente e cerchiamo di essere consapevoli ed informate su ciò che mangiamo o utilizziamo; ad esempio, da poco abbiamo acquistato il Fairphone, uno smartphone etico realizzato con minerali non provenienti da zone di conflitto poiché, di recente, abbiamo scoperto le connotazioni sociali dietro il mercato para-legale del coltan, e non abbiamo potuto fare a meno di agire di conseguenza».

C'è il "Peta Fashion Awards" nei vostri prossimi obiettivi?

«Sarebbe un grande piacere ed un immenso onore essere candidate ai "Peta Fashion Awards", un premio che da anni celebra i marchi che con il loro comportamento "no cruelty". Lo staff Peta monitora tutto ciò che riguarda il fashion senza crudeltà e realizza una lista di candidati alle nomination, non ci resta quindi che incrociare le dita per le prossime edizioni».

Prospettive future?

«Abbiamo tante idee in mente, con l'aiuto degli artigiani stiamo lavorando per la creazione di una calzatura ed accessori da uomo. Quello su cui non abbiamo alcun dubbio è che qualunque progetto intraprenderemo in futuro, ci impegneremo sempre nel coniugare bellezza, storia, rispetto per la vita e la natura». ●



blogshooting

1

IMPERMEABILE *tres chic*

VERY BRITISH. L'ISPETTORE DERRICK HA COSTRUITO IL SUO PERSONAGGIO ATTORNO A QUESTO CAPO OUTDOOR, COSÌ COME L'ATTORE HUMPHREY BOGART, MA PER INDOSSARLO NON È NECESSARIO CHE FUORI DILUVI, ZAMPILLANDO TRA LE POZZANGHERE COME GENE KELLY IN 'SINGIN' IN THE RAIN'. INTRAMONTABILE ED UNISEX, IN QUANTO IL PIÙ CLASSICO DEI SOPRABITI, IL CARO VECCHIO TRENCH COAT È CONSIDERATO UN FEDELE COMPAGNO DI ABBINAMENTI, UNO STILOSO PASSE-PARTOUT SIA IN AUTUNNO CHE IN PRIMAVERA. GETTONATISSIMO SULLE PASSERELLE SPRING-SUMMER 2018 E STRAVISTO NEGLI SCATTI STREET-STYLE DELLE BLOGGER SICILIANE, NONOSTANTE SIA NATO OLTRE DI UN SECOLO FA, DURANTE LA PRIMA GUERRA MONDIALE. RICAMATO, CON FRANGE, DESTRUTTURATO, IN GABARDINE COLORATO O RIGOROSAMENTE DOPPIOPETTO BEIGE, GRAZIE AL SUO IMPECCABILE APLOMB È ENTRATO NELL'OLIMPO DEI FASHION ITEM E - PER VIA DELLA SUA CAMALEONTICA CAPACITÀ DI REINVENTARSI E DI MODELLARSI IN BASE ALLE ESIGENZE-MODA - CI RIMARRÀ ANCORA PER MOLTO TEMPO.

A CURA DI VENERA COCO



VANESSA ZERILLI
PARRUCCHIERI

Per te che non ci conosci ancora, 50% di sconto
escluso piega

Catania - Via Umberto 275 - Tel. 095 6130659 - 3450054521 / e-mail: vanimyparrucchieri@hotmail.com

seguiti su





2



3



4



5



6

1. Dettagli british e tocchi casual si mescolano nell'outfit di Valentina Coco, fondatrice del blog Zagu Fashion. Per lei: jeans skinny neri Zara, trench Burberry, t-shirt bianca con lettering e basco alla francese Asos, occhiali da sole Ana Hickmann Eyewear, borsa "Birkin" Hermès e mocassini in suede rosa cipria Gucci (ph. Carlo Gervasini).

2. Alessandra Fazio di *God bless my new dress* indossa: pantaloni palazzo a fiori Forever 21, bauletto rosso Pomikaki, occhiali da sole Leisure Society, soprabito doppiopetto blue Zara, t-shirt Polo Ralph Lauren e collana H&M.

3. In stile navy la proposta di Manuela Muratore, creatrice di *Unconventional Secrets* che sceglie: trench blue e sweater a righe della collezione "See you in Venice" by Lidl, pencil skirt Elisabetta Franchi, décolleté Federica Stella, clutch bag a fantasia Kettlebell Jewels.

4. Per la creatrice del blog *Trend à porter*, Sara Aiello: trench beige e borsa Michael Kors, abito grigio in maglia Zara, collant Calzedonia, flat boots in suede Aldo, basco decorato con perle Stradivarius e collana firmata Oro, Argento e Virgola.

5. Francesca De Marini di *Enchanting Land* punta su: slim fit jeans Zara, ankle boots in vernice sempre Zara, crossbody bag Aldo, trench doppiopetto e body a pois Stradivarius e orologio da polso Michael Kors.

6. La palermitana Annandrea Giuffrè autrice del blog *Andreaswag* veste: trench dalla tonalità poudré Romwe, straight jeans Motivi, denim shirt Sisley, décolleté maculate Gaia, zaino in pelle The Bridge e sunglasses Armani (ph. Martina Failla).

7. Mise primaverile per Ornella Di Mauro, ideatrice del blog *Stylegram* che abbina: trench blu navy Atmosphere a pullover rosa cipria Calliope, blusa bianca Stradivarius a jeans 'used effect' Zara, infine, mixa pumps color nude con fibbia gioiello Dorothy Perkins a borsa Coccinelle e occhiali da sole Nau!



7



Farmacia Barbagallo

ALIMENTI SENZA GLUTINE

PRODOTTI INFANZIA

PRODOTTI GALENICI

DERMOCOSMESI

AUTOANALISI

OMEOPATIA

PRODOTTI NATURALI

Via Roma, 327 - Zafferana Etnea (Catania) - Tel. 095 7082005





1



2



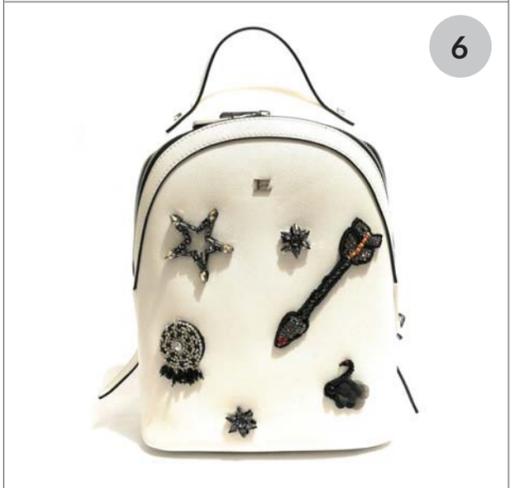
3



4



5



6

shopping

a cura di Venera Coco

FOREVER

WHITE

UN GRANDE CLASSICO. SI PRESENTA PUNTUALE ESTATE DOPO ESTATE, RISULTANDO SEMPRE E COMUNQUE DI TENDENZA, ANCHE SE ORMAI È UN COLORE USATO TUTTO L'ANNO. TANTI I SUOI PREGI, COME LA CAPACITÀ DI VALORIZZARE L'INCARNATO BACIATO DAL SOLE PIÙ DI QUALUNQUE ALTRA CROMIA E DI NON ASSORBIRE I RAGGI DEL SOLLEONE, MANTENENDO IL CORPO PIÙ FRESCO. DALL'EFFETTO OTTICO ALLA TONALITÀ AVORIO, CON UN CAPO BIANCO PURO NEL GUARDARROBA ESTIVO NON SI SBAGLIA MAI. L'UNICA PECCA: OCCHIO ALLE TRASPARENZE



7

dal 1944

Barbagallo

shoes & bags

EMPORIO ARMANI **ERMANN** SCERVINO

ROBERTO FESTA MILANO **GUESS**

4US CESARE PACIOTTI **G.P. Bologna**

Corso Italia, 118 - Catania
(ang. Viale Libertà)



8



9

1. Geometrie traforate decorano il booties "Begum" in pelle di vitello liscia, *Aquazzurra*.
2. "WL840" è la runner con tecnologia "RE-Vlite" che rende la sneakers leggera e facile da indossare, *New Balance*.
3. Una fila di perle percorre il sandalo tacco 12, *Elisabetta Franchi*.
4. Con platform la sneakers in satin color ghiaccio, *Converse One Star*.
5. Ricoperta con sfere applicate a mano dalle dimensioni dégradé, la "Clutch Knot" in nappa opaca e pelle di capra, *Bottega Veneta*.
6. Zaino "Claire" impreziosito da decorazioni di perline e strass con spilline regolabili, *Ermanno Scervino*.
7. Graffiti, borchie e coccarde di strass si mescolano sulla sneakers, *Gio+*.
8. Una cascata di fiori sull'abito a balconcino semi-trasparente, *Dior*.
9. Un tripudio di crochet che decostruisce l'estetica di maglie vintage sul completo drappeggiato gonna-top, *DROME*.
10. Abbraccia il piede la mules "Solenne" con tacco bottier effetto specchio, *What For*.
11. Esalta la luce femminile il fluttuante long dress monospalla, *Anteprima*.
12. Postina "Rainbow" con spallaccio ricamato removibile e chiusura in metallo, *Etro*.
13. In raso bianco l'iconica décolleté "Blade" con tacco in acciaio affilato come una lama, *Casadei*.
14. Nodi, pieghe ed increspature movimentano l'abito a ginocchio bianco con dettaglio verde acido, *Arthur Arbesser*.
15. Gioca con tagli netti, spacchi e asimmetrie, l'abito firmato *Guy Laroche*.



10



11



12



13



14



15

BEAUTY



1



2



3

1. THE ART OF GLOW. Effetto sunkissed, dal finish trasparente, ideale per il contouring e per i ritocchi on-the-go. È il "Synchro Skin" di Shiseido, un bronzer in compatto cushion dalla texture ultraleggera. Dona un colorito sano e radioso, scolpisce naturalmente i contorni del viso, minimizza imperfezioni, grazie allo speciale piumino progettato per garantire perfetta adesione alla pelle.

2. FORMATO PRÊT-À-PORTER. Cantabria Labs Difa Cooper rivoluziona il mondo della fotoprotezione con "Heliocare 360° Cushion", il primo fotoprotettore in formato cushion dalla texture fondente e disponibile in due diverse tonalità. Dotato di filtri solari 50+ così da garantire una protezione ad ampio spettro dai raggi UVA e UVB, ma anche idratare e proteggere viso e collo in ogni momento della giornata.

3. FORMULA BOUNCY. È un ibrido tra polveri, crema e gel, il nuovo fondotinta "Flawless Finish Everyday Perfection" firmato Elizabeth Arden. La menta piperita, il ginseng e la caffeina, contenuti nella texture, offrono una sensazione rinfrescante per svegliare la pelle stanca e spenta.

4. COLORITO ZERO DIFETTI. Si applica con la spugnetta racchiusa nella confezione, esercitando leggere pressioni su tutto il viso. Per una copertura più intensa, bisogna ripetere l'applicazione de "Le Teint Ultra Compact" di Chanel sulle zone interessate. Offre una tenuta perfetta fino a otto ore dall'applicazione, nelle quali il colorito è significativamente uniformato, le imperfezioni sono visibilmente ridotte e la pelle appare perfettamente opacizzata.

6



4



5



8



make up a cura di Venera Coco

A PROVA DI SPUGNA

SI DEFINISCONO ALL IN ONE MULTI-TASKING, I FONDOTINTA 'CUSHION' E 'COMPACT' CHE GIOCANO SUL SAPER MODULARE LE PRESSIONI ESERCITATE DA PIUMINI, SPUGNETTE E CUSCINETTI SU PRODOTTI HIGH-END. PIÙ TAPS SI PREMONO O SI SFREGANO E PIÙ POWDER E FORMULE FLUIDE VENGONO EROGATE. UN NUOVO GESTO SI AGGIUNGE COSÌ ALLA BEAUTY ROUTINE QUOTIDIANA, STAVOLTA DIVENTANDO PERSINO ANTI-SPRECO, PERCHÉ SI PICCHIETTA SUL VISO SOLAMENTE LA QUANTITÀ CHE SERVE PER COPRIRE INESTETISMI E INCARNATO SPENTO, SENZA DOVERSI TRASCINARE DIETRO PENNELLI, BLENDER, SPECCHIETTI E QUANTO OCCORRE PER UN RITOCO LAST MINUTE

7



5. POLVERE MINERALE. La sua formula resistente a sudore e umidità, tiene sotto controllo lucidità ed eccessiva oleosità ma è in grado anche di proteggere dai raggi UVA/UVB. Si preleva con la spugnetta in dotazione il "Mineral Powder Makeup SPF 30" di Clinique e si applica su tutto il viso, partendo dal centro e sfumando verso l'esterno.

6. FULL COVERAGE. Effetto naturale, coprenza modulabile e al contempo leggera sulla pelle: queste le caratteristiche del fondotinta liquido "Dream Cushion" di Maybelline New York. L'innovativo formato è ideale per entrare in borsetta e coprire con un semplice gesto le imperfezioni dell'incarnato.

7. TENUTA NON-STOP. Il nuovo fondotinta con cuscinetto "Double Wear Cushion" di Estée Lauder è in grado di personalizzare luminosità e coprenza. Una formula che idrata la pelle all'istante rivelando un finish radioso, impalpabile e confortevole. La sua formula leggera e fresca come una BB Cream leviga l'incarnato, regola l'oleosità e la lucidità delle pelle, conferendogli un look nude.

8. OIL CONTROL. Compatto come una polvera ma coprente come un fluido. Il "Foundation Powder" di Laura Mercier, grazie alla formula leggera e wet&dry, controlla il sebo in eccesso, donando un effetto soft-focus che fa scomparire anche i più piccoli inestetismi.

antiaging

di Cristiana Bianca



Medico estetico e specialista in chirurgia maxillo-facciale. Lavora a Roma e Siracusa. cristiana.bianca@gmail.com

LABBRA a prova di bacio

Il primo approccio alla medicina estetica per una donna desiderosa di migliorare il proprio aspetto riguarda spesso le labbra. La richiesta di correzione delle labbra è in continua ascesa, ma anche le delusioni sono sempre più frequenti. L'intervento è semplice, ma non facile: guai a mettersi in mani sbagliate.

Se prima le donne sembravano apprezzare i labbroni, l'esperienza, talvolta drammatica, di chi ha fatto questa scelta - donne anche famose, spesso presenti in tv - ha orientato il gusto su modelli decisamente più sobri. Attualmente in medicina estetica il principio ispiratore è quello dell'armonia e della naturalezza. Chi esagera attira l'attenzione ma quasi mai l'ammirazione. Inoltre le tecniche e i materiali sono migliorati garantendo ottimi risultati, a patto che l'esecuzione sia affidata a specialisti seri ed esperti.

Attualmente per il trattamento delle labbra si utilizza esclusivamente acido ialuronico, ben distinto da quello che si utilizza per altri distretti corporei. In particolare, il filler per le labbra è un acido ialuronico com-

posto da microparticelle ipercompactate che, una volta iniettate, hanno la capacità di andare a riempire le labbra in modo omogeneo e senza che si creino irregolarità consentendo di ottenere un effetto naturale e una maggiore definizione dei contorni.

L'acido ialuronico è molto sicuro e totalmente riassorbibile.

Le attuali richieste di intervento sulle labbra non sono rivolte unicamente alla ricerca di maggior volume, infatti spesso anche labbra sufficientemente carnose possono presentare un fastidioso inestetismo: la mancanza di definizione. Oggi questo è facilmente correggibile, grazie alle proprietà reologiche dei più recenti filler labbra e alla tecnica infiltrativa che prevede l'infiltrazione del "paris lip", cioè del canale muco-cutaneo, linea di confine tra la mucosa e la pelle, che una volta riempito dona nuova definizione al labbro. Altro comune inestetismo della regione periorale è la presenza di rughe verticali del prolabio, il cosiddetto "codice a barre", tipico dei fumatori o di particolari abitudini mimiche, come il soffiare e il fischiare. Anche in questo caso si può in-

tervenire con acidi ialuronici dedicati al rimpimento delle singole rughe con grande effetto di ringiovanimento della regione periorale.

E per chi non volesse per nessun motivo aumentare il volume delle labbra, ma comunque prendersene cura, esiste la valida alternativa della biorvitalizzazione. un trattamento che ha come obiettivo quello di ringiovanirle e migliorarne la qualità. Le labbra trarranno enormi benefici da questo trattamento in termini di elasticità, spessore, turgore e idratazione. Questa metodica viene eseguita utilizzando un acido ialuronico naturale e libero, con una forte azione biostimolante e senza effetto riempitivo. Nelle settimane seguenti si verificherà la formazione di nuovo collagene e di elastina, che doneranno alle labbra turgore ed elasticità riducendone la microrugosità.

In conclusione andare ad intervenire sulle labbra non significa necessariamente, aumentarne il volume, ma semplicemente donar loro nuova freschezza e giovinezza, che inevitabilmente e per tutti sono destinate, col tempo, a svanire. ●

top
5

beauty

a cura di Venera Coco

1



intramontabile barbie

Per tutte le amanti della bambola iconica più famosa nel mondo, Sephora ha creato un esclusivo kit in edizione limitatissima. Nell'insolito pack che ricorda uno stereo anni '80, tutto il necessario per realizzare uno sguardo perfetto, ovvero: il mascara "Outrageous Extension", l'eyeliner "Stylographic", la "Palette Miniature" e un cappellino da basketball Barbie total black.



2

multi-azione

Scolpisce, corregge e illumina, il pluripremiato "Radiant Creamy Concealer" di NARS Cosmetics. Sei nuove tonalità del correttore dal finish naturale, luminoso e a lunga tenuta che assicura un aspetto più liscio e setoso, eliminando imperfezioni, linee sottili e segni di stanchezza.

3



formule hi-tech

Con l'estate alle porte, Collistar ha formulato tre novità della linea "Corpo Perfetto". Si tratta del "Gel-Fango Drenante Anticellulite" che capta e asporta l'eccesso di liquidi e le tossine presenti nei tessuti cutanei senza richiedere però posa e risciacquo; si aggiunge alla gamma anche il "Concentrato Antismagliature Attivi Puri" che stimola la produzione di fibre elastiche; ed il "Talasso-Scrub Tonificante" con sali esfolianti che aiuta a stimolare la microcircolazione capillare, drenando liquidi ed alleviando i sintomi della stanchezza muscolare.



4

fantasiosi stick

I nuovi "polipetti" stick del brand coreano Tony Moly sono a base di taurina, un acido organico estratto dai polpi. All'interno di ciascun "Tako" sono racchiusi: correttore, detergente viso che pulisce le impurità e il trucco, ma anche wash-off con bolle che puliscono e idratano la pelle, infine, crema per il viso in capsule e illuminate dal tocco shimmer.



5

fragranza gourmande

Con accordi fruttati e golosi, "Vanille Blackberry" è una gita deliziosa nella campagna. Comptoir Sud Pacifique sviluppa un'eau de toilette che mescola note di frutta e fiori. La partenza è fresca grazie al limone e al bergamotto di Calabria, mentre il cuore si apre con gli accordi derivati dalla rosa di Maggio, gelsomino Sambac, more e bacche rosa; infine, un fondo di vaniglia, muschio bianco e legno di Cachemire chiudono l'esperienza olfattiva.



LE MILLE PROPRIETÀ DELL'OLIO DI COCCO

Rimedi naturali, le cure omeopatiche, gli elisir di bellezza casalinghi ormai coprono una fetta di mercato non indifferente. Molti preferiscono rimedi fai-da-te a prodotti in presenti in commercio, così da qualche tempo fa capolino di nuovo sui banconi di erboristerie e profumerie il tanto amato olio di cocco. Le sue proprietà nel campo beauty sono molteplici, infatti, rinforza e districa i capelli, contrasta la forfora, sbianca i denti, funge da balsamo corpo e labbra, rimuove la placca, cura le afte e le micosi; inoltre, si utilizza anche come antirughe. Profumatissimo e quasi incolore durante la calda stagione, si trasforma in un burro dal colore bianco in inverno, solidificandosi a causa delle basse temperature. Considerato una sorta di panacea contro tutti i "mali", è diventato (o forse lo è sempre stato) l'ingrediente cardine di molte procedure cosmetiche, poiché riesce ad intervenire sulle punte sfibrate dei capelli, un po' come l'olio di oliva. Cura dermatiti, acne, piede d'atleta, eczemi, candida ed herpes, inoltre, per chi soffre di pelle continuamente secca e disidratata si può applicare su tutto il corpo prima o dopo la doccia. E' un "prezzemolino" usato dappertutto, capace di rivoluzionare la beauty-routine, diventando un alleato di bellezza che deterge, idrata, previene, lenisce e combatte (soprattutto se si tratta della sua versione 'pura' senza altri ingredienti presenti nella composizione). Si può massaggiare su gambe e glutei se si desidera migliorare l'elasticità della pelle, rendendola più tonica e compatta, per di più, si può mescolare ai granuli di zucchero di canna o ai fondi del caffè per fungere da scrub per il viso o da anticellulite. In mancanza dell'olio bifasico, si sostituisce allo struccante, perché oltre a rimuovere delicatamente il trucco, nutre e idrata in profondità la pelle del viso. Addirittura c'è chi lo adopera per ammorbidire le cuticole prima della sessione di manicure o pedicure, chi invece come maschera viso o come doposole, oppure - quando nella boccetta appare più denso e concentrato - basta spalmarlo prima della rasatura al posto della crema

depilatoria. E se ci si taglia? Niente paura, l'acido laurico contenuto nel *coconut oil* svolge una funzione antisettica. Vostra madre, vostra sorella o il vostro compagno lo ameranno più di tutti perché finalmente gli libererete intere mensole e vasti ripiani in bagno, poiché l'estratto del *Cocos Nucifera* diventerà il vostro prodotto *all-in-one* e - *ça va sans dire* - uno dei segreti di bellezza rubati a Gwyneth Paltrow (Ve. Co.)

... da idee
gioiè preziose

Zappalà
maestri orafi
gioielli prêt-à-porter

Siracusa, Via Po 11 Tel. 0931 24056

TENDENZE. LA NUOVA FORMULA WELLNESS "DA SCRIVANIA"

Ore e ore seduti alla scrivania, senza alzare nemmeno la punta del naso dallo schermo (figuriamoci il resto del corpo) e al nostro fisico che cosa succede? Non siamo fatti per stare così tanto tempo con i piedi a penzoloni e la schiena ricurva sulla sedia, quindi, se già tre ore sono troppe, quando diventano sei o addirittura otto, moltiplicati per cinque giorni a settimana, il bilancio d'inattività è davvero preoccupante. Stando alle valutazioni mediche, dopo anni di questo esercizio di sedentarietà, soffrire di diverse patologie sarebbe quasi fisiologico. In ordine sparso: la nostra spina dorsale da S col tempo speso al pc diventerebbe una C, causando deformazioni spinali a carico anche delle vertebre lombari oltre che cervicali provocando così mal di testa e vista offuscata. Ma siamo solo all'inizio della lista, si è più a soggetti a malattie cardiovascolari, vene varicose, obesità, muscoli e ossa deboli, disturbi all'apparato digestivo, risentire di ansia, insonnia e pressione alta. E pensare che per evitare tutto questo basterebbe una semplice ma sistematica passeggiata, un po' di stretching in pausa pranzo, un paio di flessioni, una camminata a piedi fino al proprio posto di lavoro, oppure fare su e giù



dalla scale. Ma la pigrizia vince spesso sui buoni propositi. Basterebbero solo un tappetino, due manubri, un paio di cavigliere e la Wellness Formula "da scrivania" is done. L'imprenditrice e mamma di due bambini, Giulia Calefato, ha fatto dell'attività fisica e dell'alimentazione sana il suo stile di vita. Nel suo libro, "Fit is Beauty, Snella e Tonica in 12 settimane" (Fabbri Editore), propone un workout totale body veloce e produttivo adatto anche per giornate di lavoro frenetiche. Trenta minuti al giorno di allenamento per prendersi cura del proprio benessere psicofisico, mantenersi in forma così da

affrontare con grinta tutti gli impegni quotidiani, evitando comportamenti ossessivi nei confronti del proprio fisico. Tra serie di crunch, sia obliqui che bicicletta, passando per la posizione del cobra o della barca, fino a esercizi mirati come squat, affondi e distensioni per rafforzare e migliorare l'equilibrio ed i muscoli del cosiddetto "core" (il baricentro del corpo). «La bellezza non ha nulla a che fare con l'estetica ma è energia, forza e determinazione... a qualunque età» afferma Giulia. «La bellezza è un'attitudine e l'attività fisica il vero segreto per conquistarla!» (Ve. Co.)

RESTITUIRE BENESSERE AI PIEDI CON LA CHIRURGIA PERCUTANEA

La correzione delle deformità e la modificazione delle ossa dell'avampiede avviene utilizzando piccole frese, che vengono introdotte attraverso incisioni della cute di 2-3 millimetri. Queste frese sono guidate dalla mano del chirurgo che "vede" le ossa e le frese stesse attraverso un particolare apparecchio radiologico. La novità importante inoltre è rappresentata dalla assenza di mezzi di sintesi (viti o fili), cosa che consente alle fratture di guarire secondo la "necessità" del piede, piede che camminerà immediatamente dopo l'intervento e sarà libero da medicazioni già dopo circa due settimane. La nostra equipe ha effettuato oltre 30.000 interventi con ottimi risultati.

ALCUNE PATOLOGIE SU CUI INTERVENIAMO



ALLUCE VALGO

L'alluce valgo è una delle patologie più diffuse a carico del piede. È caratterizzato da una deformità del primo dito che comporta una deviazione laterale della falange, con lussazione dei sesamoidi, due piccole ossa entro le quali si trova l'articolazione dell'alluce.

La chirurgia percutanea. L'anestesia è loco/regionale (caviglia), il paziente non sente alcun dolore, l'intervento si svolge in day hospital. Le incisioni sono piccole, di 2-3 mm allo scopo di risparmiare il più possibile i tessuti e di agevolare la guarigione. La durata dell'intervento varia in base alla patologia trattata, ma non supera mai i 10-15 minuti a piede.

Il decorso post operatorio è assai più semplice e non doloroso, consente la deambulazione immediata e la ripresa di attività basiliche subito dopo l'intervento.



NEUROMA DI MORTON

Il Neuroma di Morton è semplicemente l'aumento di volume di un nervo sensitivo interdigitale, solitamente quello passante nel terzo spazio intermetatarsale, provocato da uno stimolo irritativo cronico di natura meccanica che causa la crescita di tessuto cicatriziale fibroso intorno al nervo stesso subito prima della sua biforcazione alla radice delle dita.

Il nervo così ispessito trasmette tipiche sensazioni dolorose che danno nome a una sindrome che prende il suo nome da Thomas G. Morton, il medico che nel 1876 a Philadelphia, descrisse la sindrome dolorosa correlata ad esso, anche se sembrerebbe già conosciuta e descritta precedentemente in Inghilterra alla corte della regina.

Anche il termine neuroma è assolutamente improprio in quanto il suffisso "oma" indica una condizione tumorale del nervo, in questo caso assolutamente inesistente, trattandosi esattamente di una "fibrosi perineale", cioè la formazione di tessuto cicatriziale fibroso causata dalla continua frizione sul nervo delle adiacenti ossa metatarsali e del legamento intermetatarsale profondo, che a livello del terzo spazio sono più mobili rispetto ad altre parti del piede.



SPINA CALCANEARE

Con tatalgia plantare o tallonite si definisce una patologia acuta o cronica del retro piede.

Le possibili cause, possono essere distinte in: patologia del tessuto molle (fasciti, borsiti, tendinite); patologia del tessuto osseo (fratture da stress, sperone calcaneare).

Tra le cause di tale patologia, ricordiamo le possibili alterazioni posturali che modificano l'assetto podalico producendo una sindrome da sovraccarico, dimorfismi del piede e del retro-piede (soprattutto del piede cavo), calzature non idonee, esiti di fratture, ecc.

Gli sport più a rischio sono quelli che determinano una forza compressiva a livello calcaneare come il basket, il calcio, la corsa.

Una delle cause più frequenti di algia calcaneare, è dovuta alla cosiddetta spina o sperone calcaneare, una sporgenza ossea presente nel margine inferiore del calcagno. Tale sperone, si genera per difetti posturali e/o di appoggio podalico per microtraumi reiterati (corridori, podisti, alcuni lavori professionali) per cause genetiche o idiomatiche per sovrappeso. Sono colpiti maggiormente gli uomini in ragione della maggior frequenza alla pratica sportiva e all'occupazione di lavori pesanti.



Il dottor Nicola Del Bianco è medico chirurgo specialista in **Ortopedia, Traumatologia e Chirurgia del Piede**, membro dell'associazione medica PBS (Percutaneous Bianchi System), della quale è cofondatore insieme al dott. Andrea Bianchi e al dott. Lorenzo Fonzone, è tra i primi in Italia ad utilizzare l'innovativa tecnica percutanea.

www.dottnicoladelbianco.com | info@dottnicoladelbianco.com

Dott. Del Bianco

Dott. NICOLA DEL BIANCO

PERCUTANEOUS BIANCHI SYSTEM PBS



Per informazioni e prenotazioni:

STUDIO GRASSO
SPECIALISTI NELLA CURA DEL PIEDE

STUDIO GRASSO
Via Etna 248 Catania - Tel/Fax 095 315557
studiograssogiuseppe@gmail.com | www.grassopodos.it

Benessere di Paolo Parisi

BELLE E IN LINEA CON L'ALIMENTAZIONE biochimica

PERDERE PESO SENZA PIÙ DOSARE LE PORZIONI O CONTARE LE CALORIE UTILIZZANDO QUALSIASI TIPO DI COTTURA. UN NUOVO METODO PER CURARSI CON IL CIBO, OTTENENDO UN BENESSERE FISICO GENERALE E CHILI IN MENO

Non può esistere una dieta adatta a tutti, perché ogni alimento viene assimilato in maniera differente da individuo a individuo. Questa è la regola principale dell'**alimentazione biochimica**, un programma alimentare che insegna a mangiare bene e assicura benessere senza dover pesare porzioni e contare calorie. Di questo approccio "rivoluzionario", della biochimica applicata ad un programma personalizzato per perdere peso, ne abbiamo parlato con **Daniela Amadio**, consulente dell'azienda **Bioimis**, azienda italiana che attraverso un staff di medici nutrizionisti e biologi, insegna a conoscere come gli alimenti interagiscono con l'organismo e a utilizzare il cibo per perdere peso in maniera definitiva. Gli studi e le ricerche condotte dal Centro Ricerche Bioimis hanno permesso di creare un Programma Alimentare che, oltre a permettere una buona perdita di peso, garantisce anche una totale sicurezza in termini di salute.

Lo Staff Scientifico Bioimis, ha dedicato e continua a dedicare una grande quantità di energia e risorse per assicurare il massimo dei risultati con un servizio sempre innovativo. I risultati ottenuti dagli studi condotti in collaborazione con ricercatori e Università italiane dimostrano come il Programma Alimentare Bioimis risulta essere una valida soluzione per ridurre rapidamente e in piena sicurezza il peso in eccesso mangiando a sazietà, senza la necessità di pesare i cibi o contare le calorie.

Come spiegherebbe ai nostri lettori cos'è l'alimentazione biochimica?

«L'Alimentazione in chiave biochimica - chiarisce Daniela Amadio - è un modo di alimentarsi che si basa sulla reazione chimica degli alimenti e non sul conteggio delle calorie».

Quali sono i concetti fondamentali di questo metodo?

«Conoscendo le proprietà biochimiche del cibo si può individuare quali sono gli alimenti che ci fanno dimagrire, ingrassare o mantenere il peso forma».

Perché, secondo lei, sarebbe una maniera migliore di nutrirsi?

«L'alimentazione in chiave biochimica è una svolta epocale in quanto non occorre pesare nulla, è possibile utilizzare tutti i tipi di cottura e, cosa straordinaria, è possibile curarsi con il cibo, ottenendo benefici notevoli in termini di benessere generale».

Su cosa si basa il programma?

«Vi è una prima fase in cui si utilizzano gli alimenti per disintossicarsi e un secondo step in cui si impara come mangiare bene senza riprendere più i chili persi».

Come funziona in pratica?

«Con questa alimentazione si utilizzano solo semplici alimenti che si possono trovare in qualsiasi negozio di alimentari, nessun pasto sostitutivo, pillole o beveroni. L'importante è non saltare i pasti principali e rispettare gli orari».

Quali benefici apporta al nostro corpo?

«Con questo modo di utilizzare in modo semplice il cibo, si può notare subito un benessere generale, un miglioramento della pel-



le, grazie all'utilizzo di alcuni alimenti fondamentali come ad esempio l'olio extra vergine d'oliva e la frutta secca. Si otterranno una riduzione del mal di ossa e irritazioni intestinali, perdita di peso e riduzione della massa grassa senza intaccare la massa magra, con un miglioramento e un cambiamento costante del proprio corpo».

Parliamo di menu: cosa si deve assolutamente evitare di mangiare perché la dieta biochimica abbia effetto e cosa, invece, si deve mangiare?

«Per far sì che il percorso funzioni bisogna mangiare; evitare cibi confezionati o che contengano coloranti e conservanti ma solo cibi freschi, consumare, invece, frutta, verdura, proteine e carboidrati nel modo giusto, riducendo il consumo di sale e zuccheri raffinati che sono dannosi per la nostra salute e contribuiscono allo sviluppo di patologie come l'ipertensione e l'obesità. Ripeto, bisogna mangiare con gusto senza considerare le calorie ma la qualità e le proprietà biochimiche degli alimenti».

Regole particolari?

«Non ci sono particolari regole da seguire ma solo interesse nel voler finalmente raggiungere il peso forma e mantenerlo a vita, senza rinunciare a mangiare bene, semplicemente utilizzando nel modo giusto gli alimenti».

Mi fa l'esempio di una storia che può essere emblematica per i nostri lettori.

«Molte persone trovano restrittivo pesare il cibo, riduttivo dover rinunciare e non avere la libertà di mangiare ed essere perennemente a dieta; con questo metodo, conoscendo le proprietà biochimiche di ogni singolo cibo, si possono ottenere benefici incredibili».

Come si fa, praticamente, a seguire la dieta biochimica, se vivo a Catania o in qualsiasi provincia della Sicilia?

«Quando si impara il metodo e, quindi, a mangiare bene, si può fare ovunque. Basta volersi bene».

Per info: www.alimentazionebiochimica.it
info@alimentazionebiochimica.it ●



Corsa dinamica

CORRERE E MEDITARE CON IL METODO PULLEN

Non è un nuovo tipo di terapia medica né una vera e propria attività fisica con gare, tempi e obiettivi. La nuova "corsa dinamica" non è solo correre, non serve essere forti né già allenati per praticarla. È invece un running nuovo di supporto *fa da te* ai propri crucci, allo stress e alla stanchezza che aiuta immediatamente a sciogliere i nodi professionali, familiari, emotivi. Infine, ad aumentare il proprio livello di fitness e migliorare la silhouette. Chi corre regolarmente lo sa, fare jogging è un'attività gratificante che aumenta le capacità di concentrazione, fa affrontare gli impegni professionali con uno spirito positivo e cancella le nubi dalla mente.

Basandosi su questi elementi e su una lunga esperienza come psicoterapeuta, William Pullen, della British Association for Counseling and Psychotherapy, è stato ribattezzato dalla stampa britannica il primo "terapista di corsa" e lui si fa simpaticamente ritrarre mentre corre accanto ai suoi pazienti e ai curiosi che vogliono imparare il suo particolare metodo di corsetta in dieci step. Il "consuelling" legato al jogging si chiama "dynamic running therapy", amplifica le energie e aiuta a correre lontano, in senso fisico e metaforico, e si può praticare anche da soli, senza terapeuti vicini.

La corsa, intrapresa a tutte le età, fatta anche a passo di lumaca, piena di pause e partenze e perfino trasformata in semplice camminata per chi di saltellare a ritmo sostenuto non se la sente, è dunque il nuovo elisir della consapevolezza delle proprie capacità e delle proprie risorse, della chiarezza mentale ed emotiva. Passo dopo passo, magicamente, aumenteranno le forze, il passo si farà sicuro e svaniranno dubbi e insicurezze. «Siate pazienti, se faticate o entrate in conflitto, provate semplicemente a distaccarvi mentalmente, con il tempo migliorerete», spiega Pullen.

Il metodo è spiegato dettagliatamente nel libro di auto-aiuto *Run for your life*, scritto da Pullen, best-seller in Inghilterra e arrivato da poco nelle librerie italiane col titolo *Il metodo rivoluzionario per correre e meditare. Come affrontare la vita senza stress e vivere felici* per Newton Compton.

Prima di cominciare, spiega Pullen nel volume, scegliete un percorso già noto e familiare. Evitare di portare mappe da consultare per capire direzioni e distanze. Aggiungete uno o due minuti in più alla volta, ad ogni corsa. Se vi risulta difficile iniziare subito correndo, cominciate camminando al vostro passo, poi incrementare un po' alla volta. Dopo avere fatto un check totale del vostro corpo l'autore elenca gli step per cominciare, sintetizzati in 6 esercizi semplici che riportiamo di seguito:

1. Trovate il vostro passo più comodo, può essere diverso ogni volta.
2. Osservate intorno a voi la situazione metereologica, colori, odori e forme che vi circondano.
3. Ricordate di correre con consapevolezza.
4. Concentratevi su voi stessi: scegliete il piede con cui cominciare e contate 10 passi, ripetete. Continuate così. Se volete cambiare contate il respiro, godetevi la sensazione di riempire e svuotare i polmoni.
5. Se avete pensieri invadenti prendetene atto e lasciateli andare. Se i pensieri ritornano lasciateli andare ancora, ci vorrà del tempo per entrare nella dimensione della consapevolezza. Se i brutti pensieri persistono e vi inducono a fermarvi capite se nascono dalla mente o dal corpo. Nel primo caso proseguite.
6. Quando avete la sensazione che il mondo intorno a voi scompare e siete solo voi e il vostro passo, state entrando nel flusso. È la strada giusta.

Il nostro **PROGRAMMA ALIMENTARE**
Ti consente di

APPRENDERE
come trattare il cibo come una ricarica
senza più guardare alla quantità né
tantomeno alle calorie

CONOSCERE
meglio il proprio corpo e i segreti alimentari
per mantenerlo efficiente, bello e pieno
di energia **PER TUTTA LA VITA.**

ALIMENTARTI
senza dover più fare diete, ingerire farmaci
ed utilizzare integratori o pasti sostitutivi.

**Mangia
a Sazietà &
Dimagrisci!**

**ALIMENTAZIONE
BIOCHIMICA**

consulente per Catania e provincia
Daniela Amadio Cell. 3475042623
info@alimentazionebiochimica.it

con il nostro
**PROGRAMMA
ALIMENTARE**

visita il nostro sito www.alimentazionebiochimica.it  



Tendenze. La riscoperta dei centri estetici



RITORNO DALL'ESTETISTA

IL CENSIMENTO. I NUMERI DI UN SETTORE IN RIPRESA. TRATTAMENTI GREEN CRESCIUTI DEL 3,2%, LE RAGAZZE LE PIÙ ASSIDUE

Le italiane, soprattutto le più giovani, tornano al centro estetico. Dopo anni di tagli alle spese futili si riprende a curare l'aspetto. Affollati anche i nail center, le Spa e i centri per massaggi. Alle cure effettuate con i macchinari hitech dall'aria medica però preferiscono i trattamenti naturali e i massaggi manuali per il viso e il corpo. I cosmetici green scelti nei templi del benessere sono infatti cresciuti del 3% e, se in media si va dall'estetista 6 volte all'anno, il 23% ci va più di una volta al mese e le ragazze dai 15 ai 44 anni sono le più assidue frequentatrici. La rinascita dei centri estetici è il frutto di due censimenti, condotti da MicroMarketingAnalysisSystem (Mmas) e dall'Istituto Tiepoli di Milano per l'associazione Cosmetica Italia e sono stati presentati oggi al Cosmoprof in corso alla fiera di Bologna. I centri di bellezza sparsi per la penisola sono 19.700, sono 2.834 gli hotel a 4 e 5 stelle e 6.680 i negozi per parrucchieri dotati di cabine per l'estetica. Ce ne sono anche in 1.750 farmacie, in 1.745 profumerie e in 3.800 palestre. Negli ultimi 20 anni il numero dei centri estetici è aumentato del 72% e sono 49.000 gli addetti del settore. Complessivamente il comparto vale 178 milioni di euro e i cosmetici per uso professionale 236 milioni di euro. Si va

dall'estetista per i trattamenti manuali per la bellezza del corpo (99%) e del viso (98,8%); per la pedicure (95,3%), la manicure (95,3%) e per il trucco (82,9%). In calo l'uso di macchinari, come laser e macchine snellenti in auge invece gli anni passati. Le tecniche snellenti e ringiovanenti eseguite con apparecchiature mediche sono sempre meno presenti nei centri e, fra i macchinari, resistono invece quelli per la pressoterapia drenante (67%), le lampade solari (62,5%) e la depilazione effettuata con apparecchi tipo laser (54,2%). Commenta Gian Andrea Positano, responsabile Centro Studi di Cosmetica Italia: "Dopo anni di stagnazione si torna dall'estetista e dal parrucchiere che stanno migliorando i servizi. I trattamenti sono anche diventati più veloci ed efficienti perché il tempo libero è sempre meno. Il trend più forte è l'impiego di rimedi naturali, dagli oli alle maschere alle creme per il viso e il corpo, dalle cere d'api ai prodotti per manicure e pedicure. Si assiste anche a un calo nell'uso di apparecchiature borderline con il campo medico. Manca una normativa del settore professionale e molti macchinari sono autorizzati solo per l'impiego in presenza di un responsabile medico che spesso manca nei centri di bellezza". In generale nelle oltre 88.000 cabine estetiche sparse in Italia ci sono da 1 a 2 operatori (Ansa) ●



In forma

I TREND DI PRIMAVERA IN PALESTRA

Si avvicina la prova costume e c'è ancora speranza per essere pronti. Un paio di mesi pieni di fitness e palestra è ancora possibile farli. Certo non bisogna attendersi risultati eclatanti, ma quantomeno provare ad entrare nel "mood" che l'attività fisica è sempre una buona alleata per mantenersi in forma ed essere in salute. Inoltre, è risaputo che almeno dieci minuti di attività fisica regolare migliorano l'umore, riducono il rischio di ansia e depressione e scaricano la rabbia. In quale attività tuffarsi, allora? Bisogna, infatti, trovare la disciplina più adatta alle proprie esigenze e capire che solo con la costanza si raggiungono buoni risultati. Ecco cosa va forte nelle palestre questa primavera.

ZOUK E LA DANZA ORIENTALE IN GRAVIDANZA

Una delle discipline più amate dalle donne è il ballo perché consente di fare movimento e allo stesso tempo divertirsi con la musica in sottofondo. Dopo il successo ottenuto dalla Zumba, che permette di fare fitness musicale di gruppo aggiungendo movimenti della musica afro-caraibica, la nuova frontiera è rappresentata dallo Zouk. In sostanza è un nuovo ballo di coppia di origine brasiliana, ma ha anche ritmi e stile africano. Lo Zouk non ha regole precise e si può interpretare seguendo il proprio stato d'animo. L'altra novità è la danza orientale in gravidanza: pensata per le donne che sono in dolce attesa, e che grazie ai movimenti sinuosi della danza possono rafforzare il contatto con il proprio figlio. Si può svolgere dal quarto mese di gravidanza e apporta numerosi benefici in vista del parto.

SPORT DI GRUPPO: CONDITIONING, HIGH INTENSITY STRENGTH TRAINING E STEP CHOREOGRAPHY

La palestra offre tante possibilità di allenarsi in gruppo, per esempio seguendo il Conditioning, High Intensity Strength Training e Step Choreography. Il Conditioning è il sistema più completo per tonificare i muscoli e comprende esercizi di aerobica, body building e corpo libero. In sostanza quello che fa anche l'High Intensity Strength che mira a potenziare i muscoli usando manubri, bande elastiche e zavorre, mentre la Step Choreography consiste in coreografie eseguite su un panchetto.

LE DISCIPLINE AD ALTA INTENSITÀ: HIIT E BOLLYX

Tra le discipline ad alta intensità ce ne sono alcune che, se eseguite, possono far bruciare le calorie nel minor tempo possibile. Conosciuto anche come HIIT (acronimo di High Intensity Interval Training) è una metodologia di allenamento che alterna workout ad alta intensità a esercizi di defaticamento (un esempio è il Crossfit). La durata di ogni allenamento è variabile, dai 30 ai 45 minuti. Ormai tante palestre hanno inserito nei loro programmi queste discipline. Non sono, però, solo esercizi cardio (con i pesi, per esempio), ma anche attività con la musica. Fra gli esercizi fitness ad alta intensità c'è BollyX che si ispira ai balli di Bollywood e promette di bruciare circa 800 calorie a seduta.

YOGA: BODYCODE E TRAINING FOR FLEXIBILITY

Lo yoga è una pratica millenaria rivolta al miglioramento generale del corpo, coinvolgendo i muscoli (utile in particolare per la postura), il respiro e la spiritualità. È un'attività particolarmente indicata alle donne un po' pigre che non se la sentono di fare grandi sforzi per avere un fisico perfetto. Se eseguita nel modo giusto, la disciplina può aiutare a combattere la cellulite con determinate sequenze, come quelle create dalla guru Kristin McGee. La novità, però, è rappresentata dal Metodo BodyCode e dal Training For Flexibility. Il primo è stato inventato dal maestro Pino Carbone che ha pensato a una disciplina con teorie simili all'agopuntura, yoga, Qi Gong e Feng Shui. Ha effetti non solo sui muscoli, ma in generale sul corpo e crea benessere a livello psicologico. Il Training Fox Flexibility è stato messo a punto dall'insegnante Barbara Felici e comprende esercizi di sbarra a terra, pilates e stretching di fondo.



Oscar del fitness

PIEDI SCALZI E ATTREZZI NATURALI: L'ALLENAMENTO COME NATURA CREA

Una palestra non palestra che interpreta il fitness in modo funzionale e naturale. Si tratta del club Officina del Movimento di Abano Terme (Padova), vincitore del premio Innovazione agli "Oscar" del fitness, il Club Award, assegnato dalla rivista Il Nuovo Club agli operatori di fitness-wellness club nell'ambito di ForumClub, l'evento di settore alla Fiera di Bologna.

L'area esterna dell'Officina del Movimento, in cui ci si allena in gruppo tutto l'anno, è infatti dotata di attrezzi ideati e realizzati appositamente, utilizzando tronchi d'albero, funi, balle di fieno e altri materiali e oggetti non convenzionali. E lo stesso vale per lo spazio interno, in cui ci si allena esclusivamente a piedi scalzi. È dotato di attrezzi realiz-

zati ad hoc, tra i quali figura un vano ascensore non più usato e trasformato in un albero sul quale svolgere esercizi funzionali, completi e naturali. Tutte le attività svolte si basano sul concetto definito 9.11, ovvero sulla stimolazione delle 9 capacità fisiche fondamentali (forza, resistenza, velocità, potenza, agilità, flessibilità, coordinazione, equilibrio e resilienza) e su 11 schemi motori molto semplici come rotolare, strisciare, arrampicarsi, gattonare, camminare, correre, saltare, lanciare, afferrare, spingere e tirare.

Questo club unico, nato poco più di due anni fa è stato fondato da Federica Valente e Adrian Sgarabottolo. Nella categoria Club dell'Anno, invece, il premio è

stato assegnato a GymUp Ipercerty di Albignasego, club alle porte di Padova operativo da 10 anni, che si autodefinisce "la prima palestra no-cost" in quanto attua, con successo, un modello di vendita incentrato sugli strumenti messi oggi a disposizione dal web e allineati alle abitudini di acquisto del consumatore. Ogni spesa si trasforma in punti che, a loro volta, possono trasformarsi in buoni sconto per gli acquisti successivi e buoni sconti da inviare agli amici. Tramite i social network, integrati nella piattaforma, i soci diventano protagonisti dell'influencer marketing invitando i loro amici a iscriversi, i quali, se lo fanno, beneficiano dello sconto e ricevono punti loyalty.



kermesse culinarie

A ZAFFERANA E TAORMINA "CIBO NOSTRUM" LA FESTA PER LA CUCINA ITALIANA

Dal 20 al 22 Maggio, a Zafferana si terrà "Cibo Nostrum", un evento, due location e tre giorni per gustare tutto il meglio della produzione agroalimentare e vitivinicola nazionale.

Una squisita esperienza culinaria giunta quest'anno alla sua 7ª edizione e firmata dalla Federazione Italiana Cuochi, in collaborazione con Charming Italian Chef e Conpait.

Anche questa nuova edizione, ancora una volta, vede coinvolti i due comuni simbolo della Sicilia turistica: Zafferana Etnea e Taormina e, proprio nell'ambito, di Cibo Nostrum 2018 andrà in scena Taormina Cooking Fest, la Grande Festa della Cucina Italiana lunedì 21 maggio, che prenderà il via lungo il corso Umberto, dando vita ad una passeggiata tra sapori, aromi e colori, con cooking show degli oltre cento Chef protagonisti e numerose degustazioni di vini delle più importanti cantine siciliane.

Si parte domenica 20 maggio, alle ore 17 nella piazza centrale di Zafferana Etnea, con gli interventi degli organizzatori, delle autorità, degli ospiti istituzionali, dei cuochi e dei giornalisti presenti.

Info su www.cibonostrum.eu



musica

GIOVANNI ALLEVI PORTA NELL'ISOLA IL SUO "EQUILIBRIUM TOUR"

Ritorna a suonare dal vivo in Sicilia, Giovanni Allevi, che porterà anche sulla nostra isola il grande spettacolo "Equilibrium Tour" per due tappe che faranno la felicità degli appassionati. I concerti siciliani, che fanno parte della lunga tournée sinfonica si svolgeranno a Catania al Teatro Metropolitan il 20 aprile con inizio alle ore 21,30 e il 21 aprile a Palermo al teatro Golden sempre con inizio alle ore 21,30. L'artista si esibirà sul palco con il pianoforte, nella triplice veste di compositore, pianista e direttore d'orchestra e sarà accompagnato da 13 selezionati Archi dell'Orchestra Sinfonica Italiana, attraverso una scaletta che vedrà alternare le atmosfere seducenti delle nuove composizioni e i brani più celebri della sua ventennale carriera. "Il lavoro sinfonico - racconta Allevi - è stato composto su un'isola dell'Atlantico, dove sono andato in "esilio" per ritrovare proprio il mio equilibrio dopo un periodo di grande stress, mentre gli ultimi brani, sono stati ideati durante il periodo di forzato riposo al buio, seguito all'operazione agli occhi che ho subito in Giappone". Fa eccezione "No words", brano per pianoforte e archi composto il 25 agosto 2016 ad Ascoli Piceno, la mattina dopo che una terribile scossa di terremoto ha cancellato centinaia di vite e raso al suolo diversi paesi a pochi chilometri dal luogo dove Giovanni Allevi si trovava con la sua famiglia. Solito look inconfondibile per il musicista marchigiano che, anche per le tappe siciliane, non abbandonerà i tradizionali jeans, t-shirt, scarpe da ginnastica e l'immane bacchetta. Personaggio amato e controverso, Giovanni Allevi, ha comunque il merito di aver riportato la musica al centro delle discussioni accademiche, facendosi però, sempre amare da tutti. Timidissimo e schivo sembra perfettamente a suo agio davanti le folle, con cui riesce a stabilire un dialogo profondo ed emozionale, sia alla guida di un'orchestra sinfonica che davanti al suo amato pianoforte. Il pubblico, trasversale, di tutte le età e nazionalità lo segue con instancabile entusiasmo nelle sue numerose tournée, trasformando i teatri in arene degne di una rockstar.

CULTURA

spettacoli

AL TEATRO GRECO VA IN SCENA IL POTERE

DAL 10 MAGGIO ALL'8 LUGLIO, A SIRACUSA TRE SPETTACOLI PER LA STAGIONE DELL'INDA



«**R**aggiungere nuovi obiettivi puntando a diventare un'eccellenza riconosciuta a livello italiano ed europeo». Questo è l'ambizioso progetto dell'Inda che conferma anche l'interesse verso i teatri di pietra italiani e che, per questa stagione, compirà un altro passo in avanti con **il ritorno in Grecia, dopo 14 anni**. Così, la Fondazione Inda si appresta ad allestire la nuova stagione del Festival al **Teatro greco di Siracusa** che avrà come tema **"La scena del potere"** con tre spettacoli, Eracle di Euripide con la regia di Emma Dante, Edipo a Colono di Sofocle con la regia di Yannis Kokkos e I Cavalieri di Aristofane con la regia di Giampiero Solari. Sono queste le tre opere che verranno messe in scena per il 54esimo ciclo di rappresentazioni classiche al Teatro Greco di Siracusa, dal **10 maggio all'8 luglio** del 2018.

A dirigere Edipo a Colono - allestito per la quinta volta a Siracusa - sarà **Yannis Kokkos**, regista greco naturalizzato francese, che ha diretto nel mondo produzioni d'opera lirica, di teatro musicale e di prosa. Con lui torna a Siracusa un regista straniero a distanza di 9 anni da quando Krzysztof Zanussi curò, nel 2009, la regia di Medea.

Per Eracle sarà invece la terza volta a Siracusa dopo gli allestimenti del 1964 e del 2007. A dirigerla sarà Emma Dante, regista importante della scena europea del teatro contemporaneo. Con lei la regia di uno spettacolo al Teatro greco di Siracusa viene affidata nuovamente a una donna a distanza di cinque anni dall'Antigone di Cristina Pezzoli. La prima assoluta della commedia I Cavalieri nel programma delle rappresentazioni classiche al Teatro greco sarà affidata a Giampiero Solari, acclamato regista e autore di teatro e di programmi televisivi. A lui spetta il testimone della sfida, iniziata lo scorso anno, per rinnovare il codice della commedia e farla apprezzare dal pubblico contemporaneo ●

musica

A CATANIA IL CONCERTO DI THE SWEET LIFE SOCIETY I PIONIERI DELL'ELECTRO SWING ITALIANO

Venerdì 20 aprile, per la rassegna di world music Raizes, Zo Centro Culture Contemporanee ospita il concerto di The Sweet Life Society. La band torinese si ripropone con un sound rinnovato dopo l'uscita del primo album "Swing Circus". Il nuovo album "Antique Beats" sorprende per il mix di stili. I pionieri dell'Electro Swing italiano infatti, pur mantenendo la sonorità vintage come filo conduttore, spostano il proprio epicentro dal suono di New Orleans a un'influenza marcatamente apolide e senza confini definiti. **Hard On** è la prima tappa di questo viaggio. Le sonorità sono squisitamente caraibiche e il concept del brano nasce dopo aver condiviso il palco del Boomtown Festival con i Fat Freddy's Drop, una delle band preferite dai due producer. La band ha recentemente curato la colonna sonora del film "Brutti e Cattivi" (regia di Cosimo Gomez con Claudio Santamaria e Marco d'Amore). Il gruppo è formato da Gabriele Concas (dj / voce), Matteo Marini (dj / voce), Giulietta Passera (voce), MoreNoLimiz (Mc), Peter Truffa (keyboards), Giangiacoamo Rosso (chitarra Manouche), Massimo Marcer (tromba), Paolo Cectoria (sax), Diego Grassedonio (sax).



cronache di una marziana DI RAFFAELA LEONE ERBEMATTE

LE DONNE I CAVALIERI, L'ARME e gli amori



Nonostante la preoccupante governance del Presidente Donald Trump,

l'America di questi ultimi mesi è stata portatrice di una ventata di novità e libertà. "Never again" (Mai più) è il movimento studentesco nato dopo l'ennesima strage in un liceo - quello di Parkland, 17 morti - tramite il quale gli studenti americani rivendicano politiche più restrittive sulla vendita delle armi, ma non solo. La generazione nata dopo il 2000, accusata da più parti di essere vuota, superficiale, apolitica e individualista si è fatta portavoce di precise richieste: regolamentare in maniera restrittiva la possibilità di accedere alle armi in America, in netta contrapposizione alla "National Rifle Association", l'organizzazione americana a favore del possesso di armi.

Ascuotere gli animi ci aveva tentato nel 2002 il regista Michael Moore. Dopo la strage alla "Columbine High School" - dove morirono 12 studenti e un'insegnante - aveva denunciato nel suo documentario "Bowling a Columbine" l'uso folle e indiscriminato delle armi in America, ma i tempi forse non erano maturi. A prescindere dagli strumenti che gli studenti hanno scelto per far sentire la loro voce, i giovani americani sono passati dal terrore all'azione e si stanno interrogando sulla matrice della violenza che ha scosso negli ultimi 20 anni le basi di scuole, strade, città; i giovani nati dopo il 2000 si sono perfettamente resi conto del peso che rivestono all'interno della società sia da un punto di vista politico, in qualità di futuri elettori, che da uno economico, in qualità di consumatori. Sono rimasta colpita dal discorso pronunciato a Washington in occasione della "March for Our Lives" (marcia per le nostre vite), da una alunna delle elementari, una ragazzetta di appena 11 anni dalle idee molto chiare. Naomi Wadler si è fatta voce per tutte le studentesse afroamericane vittime della violenza, studentesse che nelle statistiche delle stragi rappresentano una percentuale molto alta, una curva, un'anomalia negli schemi. Si è fatta voce perché le parole sono importanti, perché alle parole devono seguire delle azioni. Ad una parola detta corrisponde una pausa, così mi piace pensare ad un altro intervento, quella della diciottenne Emma Gonzales i cui silenzi hanno rappresentato per me un invito alla riflessione, un invito pieno di dolore e rabbia. La Gonzales che si definisce "attivista, cubana e bisessuale", perché le parole evidentemente sono importanti anche per definire la propria identità, è stata ritratta sulla copertina del "TIME" e di "Teen Vogue" insieme ad altri suoi compagni di scuola, è diventata simbolo del movimento "Never Again". Il suo discorso, un misto di parole e silenzi, è durato 6 minuti e 20 secondi esatti, tanto quanto è durata la strage a Parkland il 14 febbraio scorso. A ricordare quanto sentito sia questo tema in America ci pensa il "New York Magazine" con la rubrica "How to Raise a boy" (Come crescere un ragazzo), un inserto che analizza lo scarto generazionale su temi quali amore, uso delle armi, droghe e bullismo.

Carlos e Liam, due fratelli di 16 e 14 anni, riconoscono "in questa fissa della mascolinità" una delle radici della violenza. Non ho potuto fare a meno di pensare a due fenomeni: il "Black Lives Matter" (le vite nere contano), cioè il movimento nato nel 2013 per protestare contro le violenze della polizia nei confronti degli afroamericani e al collettivo "Ni Una Menos" (Non una di meno), che dall'Argentina dal 2015 spinge alla mobilitazione globale contro le discriminazioni di genere ed ha invitato allo sciopero globale delle donne in corrispondenza della tradizionale festa dell'8 marzo. Il pro-

blema della regolamentazione dell'uso delle armi, così come il problema della violenza sulle donne, sulle minoranze non sono fenomeni percepiti in tutto il mondo come emergenze da risolvere attraverso leggi speciali, bensì vengono esaminati, a volte, come problemi strutturali della società che possono e devono essere cambiati introducendo nuove culture di pensiero, nuovi modelli umani. Quando le femministe ai nostri giorni affermano che la matrice della violenza è da ricercare nella cultura patriarcale, eterosessuale, bianca a molti di voi faranno venire l'orticaria perché questi termini evocano in molti un passato di lotte avvertite, ormai, come superato, stereotipato. A me sembra invece che i tempi siano maturi per avviare innanzitutto un dialogo su tutto quello che significa la questione femminile nel 2018 e soprattutto per mettere in discussione il modello culturale all'interno del quale siamo cresciute e che ha definito, o ha provato a farlo, cosa sia una donna e co-



sa sia un uomo e soprattutto quali siano i loro compiti, le loro mansioni sessuate. L'8 marzo 2018, giornata di lotta al femminile, ha visto una marea di persone sfilare per le strade di moltissime città in tutto il mondo. In Italia, come spesso accade, la lettura della realtà non è il risultato di riflessioni sensate, bensì il frutto di panico e pressioni, siamo sempre in uno stato di emergenza. La violenza perpetrata, in moltissimi casi, da maschi bianchi è un problema a tutti i livelli. La violenza non è espressione di un momentaneo raptus di follia (non perlomeno tutte le volte che vogliono farcelo credere), ma è il risultato di un processo culturale che deve essere combattuto introducendo una nuova cultura della consapevolezza e che deve partire dall'analisi delle nostre società capitalistiche, dall'analisi dei ruoli, dei modelli identitari di riferimento.

Lo si può almeno dire? A prescindere da quale sia la vostra opinione in merito, pare evidente che la questione femminile, come quella della violenza, riguarda tutti e il voler affrontare questi temi corrisponde a voler far crescere il nostro grado di civiltà. Sono grata di poter condividere questa speranza di rinnovamento. Mi piace pensare che il femminile (con tutto quello che significa e include) possa diventare portavoce di rinnovata maturità e che sia disposto a mettersi in discussione per cambiare ogni anfratto di questa società bacata e violenta. Come sempre resta poco spazio per dire le cose che veramente contano, poco spazio per approfondire ogni singolo termine, ma preferisco 6500 battute superficiali e poco esaustive a un comodo silenzio.

Ciao bella Marielle Franco (nella foto) "nera, lesbica e attivista politica, madre a 19 anni e femminista", uccisa il 14 marzo 2018 in Brasile per le sue idee, parole e azioni ●

jelodicoaguia

la posta del cuore di Guia Jelo
scrivete a lettere@sicilianrosa.it

«Se la redazione mi ha invitato a rispondere alle vostre lettere immagino sia perché conosca la mia sensibilità e il mio culto per il prossimo. Ma, forse, non sa quanto io sia tollerante con l'umanità. L'uomo è fragile ed è per questo che va seguito e sostenuto dagli angeli che possiamo esser tutti, cioè gli altri; nella sua fragilità c'è la forza! Con tutto il mio cuore, sempre».

Cara Guia,

da un anno convivo con un uomo che ha una figlia quindicenne che certamente non mi guarda di buon occhio. Sento sempre ostilità e sarcasmo. Ieri a colazione mi ha chiesto di punto in bianco: "Come ci si sente ad aver preso il posto di un'altra?". Poi, la sera, quando sono tornata dal lavoro, ha aggiunto: "Certo che devi proprio dimostrare di essere cazzuta, per tornare così tardi dal lavoro". Ed è sempre così, una frecciata dopo l'altra, tutti i giorni o quasi. Il guaio è che il mio compagno la lascia fare, non le dice mai niente, non la rimprovera. Anzi, praticamente ne tollera il comportamento, talvolta lo sento persino complice, quasi divertito a vedere la figlia così acida nei miei confronti. Francamente non ne posso più e penso che prima o poi ci scapperà un ceffone e forse, allora, questa ragazzina imparerà a rispettarci. Il vero problema, però, è che questa cosa mi porta un grande disagio verso il mio uomo, non mi sento protetta, mi sento posta dopo la figlia e questo certo non mi fa stare bene. E dire che fino a quando non sono andata a convivere con lui, in questa situazione, lo adoravo in tutto e per tutto. Cosa mi consigli?

Adriana, Catania

UN UOMO PUÒ TRATTARE CON AMORE E RISPETTO TUTTE LE DONNE DELLA SUA VITA, MA I FIGLI...

Cosa ti consiglio? Di adorarlo ancora in tutto e per tutto. Un sonoro ceffone è un rischio tutto tuo, sarebbe come una vera e propria dichiarazione di guerra che prenderebbe il posto delle scaramucce attuali con questa impertinente figlia che soffre, perché certamente soffre per una sorta di sua sentita gelosia. E la gelosia è un tormento grave sia per chi lo prova sia per chi lo subisce, e solo per questo vale la pena di sforzarsi di capirla, non dico di approvarla, ma sicuramente di tollerarla! Sì, in un certo senso prendendo il posto di un'altra...difficile da far carburare lo so... purtroppo ca avemu a fari per amore e per farci una vita...

Tu stai pensando che io faccio male a chiamarle scaramucce perché per te sono ostilità, ma per il tuo lui non sono affatto ostilità, ciò che tu chiami anche sarcasmo per lui sono quasi bazzecole. Lui, secondo me, non è che proprio la difenda, piuttosto sdrammatizza, anzi quest'apparente sua complicità, che tu noti ammettendo di vederlo quasi divertito, dimostra quanto lui abilmente non voglia dargli importanza e "a ietta a fassa". Pensa l'inferno che ci sarebbe se si mettesse a fare l'incazzato con la vera cazzuta, che non sei tu ma è la figlia. Rischierebbe, povero maschio (la sottoscritta ribadisce: sempre maschio iè!) di perdere entrambe le sue donne. E come farebbe, mischinu. Quindi ti dico: quando lei ti sfotte, più pesante è la scanzonatura più forte devi ridere e anziché il ceffone ogni volta dalle una bella pacca, ma sempre ridendo sonoramente con un bel leggerissimo: "avaia va ca finiscila bedda! Ah ah ah".

Adesso mi detesterai (ti prego non farlo): ti senti posta dopo la figlia? Mia cara e dove dovesti essere posta? Prima della figlia? Ciò sarebbe mostruoso, ingiusto e non si addicerebbe ad un uomo che merita stima e amore. Io personalmente detesto e biasimo fino a provarne orrore gli uomini che non mettono al primo posto nella loro anima, nel loro cuore e nei loro pensieri, i propri figli.

Adriana, se quest'uomo ama la figlia, la protegge e la sopporta (gli adolescenti sono l'acme dell'insopportabilità) è ancor più degno del tuo amore. Con sentimento

Guia

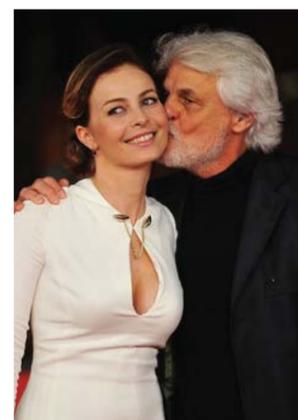
Cara Adriana,

è la seconda volta che mia nonna mi chiede un parere, trattandosi di argomenti su adolescenti, e io sono fiera di questo perché la madre di mio padre per me è un mito ed io che apprezzo i suoi consigli. Questa volta però non sono pienamente d'accordo con lei.

Da sedicenne mi stupisco dell'atteggiamento che ha questa mia coetanea molto puerile. Pensando all'affetto che provo per mio padre sicuramente accetterei la presenza di un'altra donna pur di vederlo felice (tanto io sempre per sua figlia sarei...). Però, pur essendo d'accordo con te: la Lei non dovrebbe mai denigrare la compagna di suo padre e mi verrebbe proprio di litigarci e dirgliene quattro! (anche perché offende la mia generazione...) Ti consiglio di non passare dalla parte del torto reagendo alle sue provocazioni, perché non vuole far altro che costringere il padre a fare una scelta per dimostrare che lei sta al primo posto. Quindi ti consiglio di avere tanta pazienza, che il vostro è vero amore e sua figlia sicuramente fra un paio di anni si stancherà e accetterà il vostro rapporto!

Nonna, la cosa però è seria e c'è poco da prenderla a ridere!

Guia Giorgianni



sbirrizza... di *marilina giacquinta*

IL LATO SCURO DEI CONFINI dell'anima

LE INDAGINI IMMAGINARIE DI MARIAROSARIO VERA
TRA I SEGRETI DI UNA SICILIA A TINTE NOIR



Vacci tu, entraci tu, noi ti aspettiamo fuori", hanno detto o almeno ha creduto di sentire. Lei era già dentro quando le loro parole l'avevano seguita. Dentro – pensò – come se fosse davvero possibile entrare dentro le cose, comprenderle, riuscire a svelarle. I fatti contengono un infinito di significati, ma noi riusciamo a cogliere solo quello che comprendiamo, finendo coll'attribuire, a quell'unico senso che ci è chiaro, la soluzione o la fine. Lo aveva imparato dal suo mestiere, quel mestiere che le era caduto addosso per caso e che, lentamente, la stava ossidando dentro, come quei metalli alcalini, che rilasciano energia e vivono solo se composti. Bruciare e arrugginarsi, non è forse questo che avviene quando le nostre cellule si uniscono all'ossigeno? E lei quel lavoro lo respirava ogni giorno, sputando dai polmoni la disperazione anidridica delle vite che le chiedevano di spiegare. Sbirro sei, si diceva, non puoi sapere qual è la verità, uno sbirro non è un filosofo, non la deve cercare la verità, guai a lui se si inoltra dentro questo sentiero irrovito e spinuto, non la trova più l'uscita, rimane imbozzolato e imbarchito nell'avidità del suo stesso pensiero. Lo sbirro ha un compito più facile, deve trovare il colpevole: se c'è un effetto c'è una causa, se c'è una conseguenza c'è una premessa, se c'è un'azione c'è un autore, il responsabile a cui ricondurla, ed è sua e di nessun altro, e non im-

porta perché lo ha fatto, perché infinite sono le ragioni del nostro agire e finiremmo col perdere il sonno a furia di cercarle. Proprio come era accaduto a lei. Ma per lei di notte è sempre stato meglio. Il silenzio scontorna le parole ruminare del giorno e le mette in rilievo, le traccia nel loro chiaroscuro, le sbavaglia, le sbranca, le snella, le snerva, le scarna, le sovrolge, le insubbuglia, agita il loro abisso, e alla fine sa cos'è successo, capisce l'alludere dei segni, snida e cionca ogni reticenza, e non c'è più scampo, neanche per lei che spera sempre di avere torto nell'intuito dell'orrore. Dentro. C'era, adesso c'era, dentro quel buio ferrigno di sangue e aggrumato di pena. E muto. In natura tutto ha un suono, anche il silenzio. E il suono è materico, è sostanza, ci tocca, ci colpisce, ci preme addosso, onda e particella insieme. In natura non esiste nulla che abbia uno stato elementare, semplice, che non si contami e non si congiunga e non si mescoli. Lo stesso stato contiene il suo cambiamento, e si trasforma. E allora – si chiese – perché non deve essere così anche per gli esseri umani? Si appoggiò alla porta e abbassò la pistola, ma forse non in quest'ordine, cercando di abituare lo sguardo a quell'oscurità annericata e arropata fitta da non potersi più sciogliere. Cominciò a muoversi tastando con la mano libera la parete e cercando di arrivare alla finestra, perché – pensò – ci doveva essere per forza una finestra, c'è sempre bisogno di luce, anche nel posto più sordido e perduto, come quello in cui era entrata. Doveva trovare la finestra. Si muoveva strofinandosi alla parete come quando si cammina

sul bordo di un precipizio, ma per quanto allargasse le braccia alla ricerca di un'apertura, la parete continuava ad essere uniforme, liscia, dura, fredda. Ripose la pistola nella fondina e cominciò a spazzare il muro con le mani, brancolando l'aria che le sembrò sussultasse in mezzo al ventaglio delle sue braccia. Ecco, sei qui, maledetto! Pensò mentre polpastrellava l'interruttore e lo spingeva. Dopo però non ricordò più nulla, dopo, quando le chiesero di scrivere il verbale, non ricordò niente di quello che aveva fatto prima di accendere la luce. Ricordò che si era tappata la bocca con tutt'e due le mani, spingendosele contro fino a illividirsi le labbra, ricordò che sentì scendersi sulla faccia le lacrime, ma non era pianto, gli occhi erano secchi d'orrore e le palpebre le si erano inficcate dentro e si rifiutavano di chiudersi, ricordò che il cuore le cominciò a sfondare il petto, e che cadde sulle gambe e si accovacciò sui talloni come aveva visto fare negli sbarchi agli immigrati che aspettano di scendere dalla nave. Erano rannicchiati su un letto, abbracciati, sembravano addormentati, si erano accucciati per farsi coraggio, perché il buio non ha confine, nasconde ogni nostra paura. Non c'era nient'altro lì dentro, in quella prigione lorda di sangue e paura. La morte non fa rumore. "Collega, tutto a posto?" gracchiò la ricetrasmittente "la centrale operativa ha chiesto intervento per segnalazione di disturbo a causa di un cane che guaiava perché i vicini se l'erano scordato chiuso dentro. Perché ci metti tutto questo tempo?" ●



♈ Ariete. Impigrati da uno stato d'animo privo di stimoli, trascorrerete la prima parte del mese senza alcun tipo di voglie; dal 20 più movimento vi renderà partecipi agli eventi primaverili. Sarà un dolce e proficuo risveglio, recupererete con ardimento fare il terreno perduto.

♉ Toro. Siete in fase di ripresa ma stentate a rimettervi in riga, le tensioni aumenteranno ogni qual volta non raggiungerete anche il più semplice degli obiettivi. Se riuscirete a tenere la situazione sotto controllo, ne sarete premiati. L'amore al top.

♊ Gemelli. Le attività commerciali avranno un buon riscontro fino a metà mese, collauderete una nuova strategia che vi porterà discreti risultati. Durante il transito di Venere sul vostro Sole, sarete pronti a tutto, persino a cambiare di sana pianta le rinomate abitudini.

♋ Cancro. Non siete amanti delle rivoluzioni specie quelle di famiglia, eppure qualcuno non fa altro che invogliare rendendo la tensione insostenibile. Sarà un mese dove preferirete isolarvi o scappare via lontano da tutto e tutti, ma sapete bene che non è possibile farlo e allora sarete, stressatissimi!

♌ Leone. Fino al 20 del mese poche le possibilità di vedervi sorridere, fortunatamente subito dopo un discreto miglioramento darà la giusta carica per riorganizzarvi le idee, sarà tutto un crescendo. Venere accende la passione e, se di amore parlerete, sarà travolgente.

♍ Vergine. Siete tenaci e forti, nessuno vi potrà battere se terrete sempre alta la vostra attenzione e non vi farete prendere per stanchezza; non siate troppo creduloni, un pò di diffidenza servirà a fronteggiare un periodo dove "lupi" affamati scendono a valle, idem in amore.

♎ Bilancia. Nel settore professionale non c'è serenità e soprattutto siete bersagliati da continue lotte intestine che non si placheranno per tutto il mese. In ufficio non scorre buon sangue e l'atmosfera è tesa; tensioni anche con il capo. A fine mese una strepitosa ripresa, siate scattanti, coglietela al volo.

♏ Scorpione. Non fatevi prendere da rabbie represses, moderatevi negli impulsi, tenete a bada i nervi, non buttate fuoco sulla benzina, insomma se starete in campana per tutto il mese, eviterete altri guai e ci guadagnerete in salute. Giove sempre presente vi difenderà a spada tratta.

♐ Sagittario. Non è il momento di esporsi troppo per spese superflue, la vostra economia fa acqua da tutti i lati, riflettete prima di mettere la mano al portafoglio, se vi arriveranno impulsi incontrollabili date uno sguardo al vostro conto in banca e riflettete.

♑ Capricorno. Plutone vi aiuterà a riprendere in mano una situazione che stava per sfuggirvi. Saturno sul Sole già da qualche mese, non sarà facile affrontare le vostre insicurezze, è un momento un pò così... Non cedete e fatevi forti, a fine mese un momento di serenità.

♒ Acquario. L'influenza di Venere e Mercurio fa sentire forti e agguerriti; anche il vostro modo di essere sarà più interessante, l'amore ne trarrà un gran beneficio, molti potranno ricominciare a credere ai sentimenti veri, profondi e stabili.

♓ Pesci. Il cielo del mese porta verso qualcosa che sconoscivate, filosofie di vita, religioni, mondi nuovi, ai quali pensavate non potervi mai avvicinare. Una metamorfosi che seppur sofferta vi rigenererà anima e corpo. Un amore da non rincorrere, fatevi apprezzare per come meritate.

petcare

di Simone Di Mauro



Il dottor Simone Di Mauro
medico veterinario.
Medicina interna e chirurgia
di cani, gatti ed animali esotici.
www.simonedimauro.it

CONIGLI, ECCO PERCHÈ sterilizzarli

PER LA SALUTE DI QUESTI SIMPATICI PET DA COMPAGNIA IL MEDICO VETERINARIO CONSIGLIA L'INTERVENTO PER SCONGIURARE ALCUNE GRAVI PATOLOGIE. «IN ENTRAMBI I SESSI IL RILASCIO DI ORMONI SESSUALI È CAUSA DI STRESS»

La sterilizzazione dei conigli, tanto dei maschi che delle femmine, è senza dubbio consigliabile. I motivi che fanno pendere l'ago della bilancia a favore della sterilizzazione riguardano sia il comportamento sia la salute stessa di questo dolce e socievole *Pet* oramai a tutti gli effetti entrato di diritto come animale da compagnia. Come Medico Veterinario che lavora con gli animali non convenzionali, è chiaro che il mio ruolo e quindi il mio scopo è, prima di qualsiasi cosa, il benessere dell'animale che ho in cura.

Riguardo le malattie che sono legate al rilascio di ormoni sessuali femminili, la sterilizzazione aiuta a prevenire alcune delle gravi patologie che hanno un'incidenza molto elevata come: tumori dell'utero, delle ovaie e delle mammelle.

Una disfunzione più subdola e che non si manifesta in maniera evidente agli occhi di un proprietario è la **piometra**, una malattia molto grave che, se non diagnosticata in tempo, può portare a morte per setticemia o grave compromissione renale.

Le coniglie sono animali a ovulazione indotta, ovvero dal momento dello sviluppo sessuale che avviene tra i 3 e i 6 mesi di vita, la produzione di ormoni è costante, affinché le femmine possano ovulare e rimanere gravide ogniqualvolta il maschio le copra. Questa produzione costante di ormoni è la causa dei tumori e delle infezioni di cui sopra, ma non è da sottovalutare la

sfera comportamentale che, in questo caso, riguarda sia i maschi sia le femmine.

In entrambi i sessi il rilascio di ormoni sessuali sono la causa di un forte stress che può provocare comportamenti spiacevoli, come marcature territoriali frequenti, urina a spruzzo o a pozzanghera, atteggiamenti di monta nei maschi e gravidanze isteriche (pseudo gravidanza) nelle femmine, che si strappano il pelo dalla pancia come se fossero gravide per formare il nido per i piccoli.

Questi cambi comportamentali purtroppo minacciano seriamente il rapporto con il proprietario, riducendo e spesso evitando le uscite dalla gabbia, le carezze e quindi la relazione vera e propria affettiva.

In questi casi sia la sterilizzazione sia la castrazione aiutano ad una veloce "restituzione ad integrum" del comportamento che aveva l'animale prima del raggiungimento della maturità sessuale.

Questo si trasforma in un benessere sociale che sfocia con un legame affettivo più stretto e duraturo con il proprietario.

Per quanto riguarda la chirurgia è chiaro che non è scevra da rischi, ma è bene ricordare che in qualsiasi specie animale, compreso l'uomo, non si parla mai di certezza medica ma di statistica medica.

Il coniglio per antonomasia è un animale "stress sensibile" e rispetto ad animali predatori come cani e gatti i rischi sono leggermente superiori, ma oramai con l'uso di protocolli anestesologici adatti e Medici Veterinari specializzati in animali



TRATTORIA VERGA da Gaetano

Gaetano e il suo staff Vi aspettano nell'incantevole cornice dell'isola Lachea per farvi gustare pesce sempre freschissimo e tante altre specialità marinare

ACITREZZA (CT) Via Provinciale, 119 Tel. 095 276542 Cell. 547 5952484
chiusura settimanale giovedì

esotici o meglio dire "non convenzionali", si sono raggiunti grandi margini di sicurezza.

Da circa quindici anni lavoro con questi animali e posso affermare con estrema certezza che i conigli sono degli esseri sociali dolci e sensibili, che sanno ricambiare l'affetto, l'amore e le cure dedicate. ●

polliceverde

di Francesco Borgese
agronomo e paesaggista
www.sciaraniura.com

LA RADURA "SEGRETA" DEI TULIPANI siciliani

IN UNA LOCALITÀ NASCOSTA COLTIVATA A GRANO SI TROVANO I BELLISSIMI TULIPA RADDII CHE OGNI ANNO A PRIMAVERA REGALANO INCANTEVOLI FIORITURE

Che i social amplificano le notizie e fanno scoprire cose mai viste, seppur sotto i nostri occhi, è cosa ormai nota. E così che dalla soffiata di un mio caro amico, anzi da una sua foto scopro con mia grande sorpresa che anche in Sicilia esistono tulipani che crescono allo stato spontaneo. E sono tutti uguali e rossi.

La tentazione è troppo forte per un siculo appassionato di piante come me e così fatto il pieno alla macchina, in compagnia di mia moglie Ester, ci mettiamo in viaggio per la meta desiderata. Per quanto ormai la zona in cui crescono spontanei i tulipani in Sicilia sia un segreto di Pulcinella preferisco non nominarla. Soprattutto dopo aver visto come i miei conterranei trattano l'area dopo averla scoperta. Ma torniamo alla nostra gita. Quindi dicevo, raggiunta la zona a noi indicata, su una collinetta coltivata a frumento, si estende una grande macchia rossa che da lontano potrebbe sembrare un campo di papaveri, ma non è stagione. Una volta avvicinati diventa evidente che si tratta di tulipani. Ma come direste voi, tulipani in Sicilia? E già proprio così: **tulipani in Sicilia**. Certo l'altitudine aiuta e probabilmente anche il tipo di coltura con cui sono per così dire consociati. Infatti, la mietitura del



grano avviene in piena estate quando i tulipani sono già a riposo e forse hanno pure maturato i semi per cui anche l'aratura oltre a interrare i semi pare non disturbi più di tanto che bulbi che si trovano a profondità notevoli circa 560 cm. Tutte queste, giuste, considerazioni non risparmiano la meraviglia del visitatore che comunque

si pone di sicuro più di una domanda "Ma come hanno fatto questi tulipani ad arrivare qua? Chi può averli portati? Quando?". Domande a cui io non so rispondere. L'unica cosa che ho potuto scoprire, come al solito da internet, è che si tratta di **Tulipa raddii** una specie presente in parecchie regioni d'Italia e per la verità neanche

l'unica in Sicilia. Tulipa raddii o tulipano precoce è una bulbosa dal cui bulbo perennante ogni anno nascono foglie e fiori. Il bulbo è unico, con radici fascicolate e produce bulbilli.

Il fusto glabro di colore carminio porta da 3 a 5 foglie di colore verde grigiastro. I fiori sono verdi in boccio e poi rosso con maculatura basale nerastra e bordata di giallo alla maturazione. La pianta di tipo alloctona o coltivata, che risulta essere di origine ignota, fiorisce in Sicilia da marzo ad aprile. Come è noto i tulipani sono arrivati dall'Olanda circa 400 anni fa e da lì diffusi in tutto il mondo.

"Mentre passavamo vedevamo ovunque una grande abbondanza di fiori, narcisi, giacinti e quelli che i turchi chiamano "tulipam" (...) I tulipani hanno poco o nessun odore, ma sono notevoli per varietà di colore e bellezza". Così scriveva **Ogier Ghislain de Busbecq**, ambasciatore della corte di Vienna ad Istanbul. Naturalmente la vista di quella radura appare stupenda, un pò meno il modo, dicevo, con cui i miei conterranei ci pascolano dentro raccogliendo mazzi di tulipani che gli appassiscono ancora fra le mani e calpestando quanto più possibile. Comunque, se qualcuno ne ha sentito parlare o sa dove si trovano e pensa di andare a vederli, magari l'anno prossimo, visto che ormai sono sfioriti, lo faccia pure ma si limiti ad ammirarne la bellezza e l'eleganza e a "rubare" tuttalpiù il fascino di quella magnificenza. ●

design

a cura di Venera Coco

ARREDI POUDRÉ. CIPRIATA E DELICATA LA PALETTE PASTELLO, SCELTA COME TREND MODA DELLA STAGIONE ESTIVA 2018, CONTAMINA ANCHE L'ARREDAMENTO. COLORAZIONI TENUI, DAI PIGMENTI PER NULLA SATURI, COME IL GIALLO PAGLIERINO, IL VERDE MENTA, L'AZZURRO CIELO, IL ROSA MARSHMALLOW, IL PESCA O IL GLICINE RENDONO PIÙ FRESCA, RILASSATA E BON-TON L'ESTETICA CONTEMPORANEA DELL'INTERIOR DESIGN. NUOVI COMPLEMENTI D'ARREDO, TRA CUI MOBILI, LAMPADE E PERSINO ELETTRODOMESTICI DIVENTANO QUASI "METAFISICI", COLORANDOSI CON ALCUNE DELLE SFUMATURE TANTO AMATE DA MAGRITTE, DE CHIRICO, MORANDI E DA MOLTI ALTRI PITTORI DEL '900

PASTELLO MANIA



1. Ricorda la classica torcia elettrica o il fanale delle autovetture, la lampada a sospensione "Torch Light" in grado di sviluppare un magico effetto di luce diffusa attraverso il policarbonato diamantato, *Established & Sons*.
2. Adatti anche per l'outdoor i tavolini "Phoenix" in terracotta, progettati da Paola Navone per *Baxter*.
3. "Cipria" è il nome del sofa dalle forme vaporose disegnato dai fratelli Fernando e Humberto Campana, *Edra*.
4. Nata nel 1958 dalla matita di Arne Jacobsen, la sedia "Drop" è realizzata in plastica e può avere le gambe cromate o laccate nello stesso colore della scocca, *Fritz Hansen*.
5. La poltrona "Tao" ha una struttura in frassino massello tinto nero ed imbottitura in poliuretano espanso ad alta resilienza, *Ligne Roset*.
6. "Ritratti" è una credenza a quattro ante dalla forma irregolare, realizzata in legno lamellare fenolico con finitura a resina lucida e opaca, *Mogg*.
7. Ruote in plexiglass per lo sgabello girevole "Soffietta #2" con seduta in pelle, struttura e dettagli in ottone galvanizzato e alluminio, *Atelier Biagetti*.
8. Progettato per la living room il sideboard "Eileen" in vetro opaco color senape, *Rimadesio*.
9. A sospensione le lampade in alluminio verniciata a mano "Mhy", *Muuto*.
10. Tavolo da pranzo "Gon" con base e piano circolari in acciaio tornito chiamato, *Paola Lenti*.



Il meglio del mobile italiano

MOBILI DI TRAPANI

Niscemi

La più grande esposizione di mobili classici e moderni
3.000 mq di esposizione

Niscemi - C.da Paradisa, snc - Tel. 0933.95.35.05 - www.mobiliditrapani.it seguici su  



OPP FESTIVAL ENERGIE U18 FAVARA OSPITA GLI STATI GENERALI DELLA CREATIVITÀ GIOVANILE

Venerdì 20 e sabato 21 aprile nei cortili di Farm Cultural Park a Favara (Agrigento) torna per il secondo anno consecutivo Opp Festival - Energie U18, il festival progettato da e per adolescenti. OPP è il diminutivo di Opportunità, perché il festival ha l'ambizione di dare voce ai giovani che hanno voglia di esprimersi. Due giorni di creatività e sperimentazione in cui sarà possibile partecipare a workshop gratuiti, talk e performance. Tra i settori che interessano le attività ci sono musica, fotografia, design, scrittura creativa, ceramica, architettura, arte urbana, innovazione sociale, danza, fumetti, illustrazione, tattoo, social media, cosplay, sport.

Una grande festa, che animerà i famosi Sette Cortili di Farm Cultural Park, in cui giovani talenti non solo mostreranno le loro migliori creazioni, ma condivideranno anche conoscenze, capacità e il proprio modo di essere. Durante i due giorni di OPP Festival non solo sarà possibile partecipare ad attività gratuite, ma si potranno anche ammirare i nuovi interventi Abitare di Salvo Ligama e Transition di Michele Lombardo nello spazio nzmemma. Inoltre, in occasione del festival, Farm Cultural Park ospiterà l'opera Soundscape di Luca Lagash e MOG ART, e l'esposizione fotografica Generazioni Urbane di Maurizio Cacioppo. Il programma completo e i form per iscriversi su www.oppfestival.com



IL 24 E 25 APRILE A VIZZINI LA FESTA DEI SAPORI E DEI SAPERI

In arrivo la 44esima edizione della tradizionale Sagra della Ricotta e del Formaggio a Vizzini (Catania), in programma il 24 e 25 aprile. La "Festa dei Sapori e dei Saperi nelle terre del Verga" è un evento ricco di folklore, gastronomia e spettacoli, ma i protagonisti assoluti saranno, come sempre, ricotta e formaggi. La manifestazione divenuta ormai Festa dei Sapori e Saperi valorizza tradizioni folkloristiche, artigianali e gastronomiche. I profumi della cucina siciliana si diffondono per le vie della città tra applausi, colori ed entusiasmi. Un evento con una grande storia e partecipazione di gente proveniente da tutta l'Isola nella celebrazione della tradizione contadina della lavorazione della ricotta e del formaggio. Durante i giorni della sagra, Vizzini, terra natia di Giovanni Verga, ripropone un ricco programma tra bontà culinarie e iniziative culturali, sfilate di carretti, costumi siciliani e sbandieratori.

paroladichef

DI MARCELLO SANTOCCHINI



UNA ZUPPA DI FARRO AI SAPORI DI *primavera*

la ricetta

Zuppa di farro primavera con piselli, fave, asparagi e zafferano

Ingredienti

200 g di asparagi, 160 g di farro, 50 g di piselli sgranati, 50 g di fave fresche sgranate, 2 scalogni, 1 l di brodo vegetale, 1 bustina di zafferano, peperoncino intero fresco, pecorino stagionato, prezzemolo, vino bianco secco, olio extravergine di oliva, sale e pepe q.b.

Preparazione

Lava accuratamente gli asparagi sotto l'acqua corrente, rimuovi la parte bianca dei gambi e tagliali a fettine dello spessore di mezzo centimetro. Nel frattempo scalda il brodo in una pentola. In una casseruola a parte, fai scaldare l'olio e metti gli scalogni, tritati finemente, a soffriggere finché non saranno appassiti. Aggiungi il farro e, continuando a mescolare, lascialo tostare qualche minuto. Sfuma con un po' di vino bianco e lascia cuocere il tutto a fuoco medio, mescolando spesso fino a quando il vino non sarà stato assorbito. A questo punto inizia ad aggiungere il brodo caldo: un mestolo alla volta, continuando a mescolare il farro, man mano che si assorbe. Lascialo cuocere per circa 20 minuti. Nel frattempo fai saltare in una casseruola con un po' d'olio a fiamma vivace i piselli, gli asparagi e le fave, insieme a un cucchiaio di prezzemolo tritato e qualche pezzetto di peperoncino. Aggiungi un mestolo di brodo, un pizzico di sale, una macinata di pepe e lascia cuocere le verdure chiudendo la pentola con il coperchio per 10 minuti a fiamma media. Appena pronto aggiungi le verdure verdi al farro e lascia cuocere altri 5 minuti: ricorda che i chicchi dovranno rimanere croccanti perciò è meglio lasciarli un po' al dente. Aggiungi un pizzico di sale, se necessario, e unisci lo zafferano sciolto in un cucchiaio di brodo tiepido. Servi la zuppa di farro in ciotole individuali, con un po' di prezzemolo tritato fresco e un filo d'olio a crudo, Pecorino stagionato grattugiato, pepe nero e qualche crostino di pane abbrustolito.

A CAMPOBELLO (AG) PROTAGONISTI L'IMPURNATO E LA 'MPANATA

Il 20, 21 e il 22 aprile a Campobello di Licata (Agrigento) torna la sagra 'Mpanatu e 'Mpanata. Protagonisti della manifestazione l'Impurnato, la tradizionale pasta al forno di Campobello di Licata e la 'Mpanata, il pane con gli spinaci cotti e messi al forno, ma anche degustazioni di cibi tipici locali, con partecipazione di espositori di tutta la Sicilia che promuovono i loro prodotti alimentari e artigianali.

Faranno da corollario alla manifestazione manifestazioni culturali, musicali, sportive e intrattenimento per bambini. Concorso piatti tipici, degustazione cibi di strada, esposizione di auto d'epoca.



PASSATO PRESENTE E FUTURO. GUSTO E TRADIZIONE



Luglio 1975 è la data della mia nascita professionale. Il luogo è l'Hotel Eden Riviera. Quasi 4 decenni passati tra i fornelli e le sale dei miei numerosi ristoranti ove accoggo tutt'ora tantissimi amici e clienti che regolarmente continuano a chiedermi: "Marcello cosa ci fai mangiare oggi?"

Nel 2007 decisi di poter rendere tutto ciò un'esclusiva per loro avviandomi nel mondo del catering, partita difficile ma vinta. Maggio 2014 è la data di nascita di Squisita, un piccolo universo gastronomico fatto di sughi, salse e pesti squisiti e succulenti, appositamente da me creati per condire le straordinarie paste di semole siciliane trafilate al bronzo.

Ma la mia voglia di innovare non si ferma qua, la tradizione di famiglia neppure.

Ed ecco che da maggio 2017 sono il "Mentor Chef" della "Premiata Drogheria Santocchini", nuova realtà che vede impegnato in prima persona mio figlio Niccolò.

Luogo di odori e sapori ove potrete gustare ed acquistare pietanze nostrane; dalla colazione, passando per il lunch, finendo con la cena.

Vi aspetto.



A SIRACUSA LA FESTA DELLA FRAGOLA

La prelibata fragola di Cassibile, "Regina del gusto", sarà al centro di una rinnovata e suggestiva "Festa" a lei dedicata all'interno dell'Ippodromo del Mediterraneo di Siracusa. L'appuntamento da non perdere è in programma dal 28 aprile al 1° maggio. La manifestazione, che coniuga musica, sport, spettacolo, folklore e artigianato con i sapori nostrani, rappresentati da una eccellente enogastronomia ospitata in una vasta e accogliente area "food". Circa 80 gli stand espositivi, con artigiani, commercianti e produttori provenienti da tutta la Sicilia. Culmine di delizia la trionfale torta alla fragola di ben 600 chili preparata e offerta al pubblico nel pomeriggio del 1 maggio.

SICILIANROSA

Periodico
Anno VIII - N. 48
7 aprile 2018
Testata indipendente
Reg. Trib. di Catania N. 6
del 23 gennaio 2012
www.sicilianrosa.it

DIRETTORE RESPONSABILE

Mario Ciancio Sanfilippo
CONDIRETTORE
Domenico Ciancio

EDITORE

Domenico Sanfilippo Editore
v.le O. da Pordenone, 50 - Catania

STAMPA

Etis 2000 S.p.A.
VIII Strada n. 29
Zona Industriale - Catania

REDAZIONE

V.le Odorico da Pordenone 50
tel. 095.253111
redazione@sicilianrosa.it

PUBBLICITÀ NAZIONALE

RCS Pubblicità
tel. 02.25846543
www.rcspubblicita.it

PUBBLICITÀ REGIONALE

PK Sud S.r.l.
Sede operativa:
Corso Sicilia, 37/43 - Catania
tel. 095.7306336



MATRIMONI & EVENTI IN SPIAGGIA E NELLE PIÙ PRESTIGIOSE DIMORE

Sicilia Squisita nasce dall'esperienza e dalla professionalità dei tre fondatori, Marcello Santocchini, da oltre 40 anni delizia dei palati Siciliani e non solo, Sergio Di Bella, da un decennio guru nell'organizzazione di eventi con particolare focus al "Matrimonio in spiaggia", Salvo Galatello, da 30 anni Gran Maestro nel cerimoniale conviviale.

Sicilia Squisita è sinonimo di eleganza e raffinatezza: ogni evento è curato nei minimi dettagli, dallo studio del menu, di ispirazione siciliana rivisitata secondo le più moderne tendenze del food design, all'allestimento della sala, curato in tutti i particolari per una mise en place impeccabile.

Per info: info@siciliasquisita.com - tel. 391 176 4744



ETNAPOLIS

LA CITTÀ DEL TEMPO RITROVATO®

dove tutto è possibile



www.centroetnapolis.it