



**in copertina:**

L

#### **uffici pubblicità**

Gruppo Editoriale Domina  
Tel. 0733.817543

#### **abbonamenti**

tramite ccp. accluso alla rivista  
12 numeri Euro 25,00  
Tel. 0733.817543



Classe Donna è una rivista del Gruppo Editoriale Domina che pubblica anche Dove & Quando e Più Sport. Manoscritti, dattiloscritti, articoli, fotografie, disegni non si restituiscono anche se non pubblicati. Nessuna parte di questa pubblicazione può essere riprodotta in alcun modo, incluso qualsiasi sistema meccanico, elettronico di memorizzazione delle informazioni, ecc. senza l'autorizzazione scritta preventiva da parte dell'Editore, ad eccezione di brevi passaggi per recensioni. Gli Autori e l'Editore non potranno in alcun caso essere responsabili per incidenti o conseguenti danni che derivano o siano causati dall'uso improprio delle informazioni contenute. Dietro segnalazione il GED è disponibile a pubblicare correttamente eventuali informazioni errate. Prezzo del numero Euro 2,50. L'editore si riserva la facoltà di modificare il prezzo nel corso della pubblicazione, se costretto dalle mutate condizioni di mercato. I numeri arretrati possono essere richiesti direttamente all'editore al doppio del prezzo di copertina. I versamenti vanno indirizzati a Gruppo Editoriale Domina srl, vicolo Borboni 1, 62012 Civitanova Marche (MC), tramite versamento sul ccp n. 27028067. Non si effettuano spedizioni in contrassegno. Per questa pubblicazione l'IVA è assolta dall'editore ai sensi dell'art. 74 - 1° comma Lettera "c" del D.P.R. n. 633/72 e successive modificazioni.

#### **Gruppo Editoriale Domina srl**

Vicolo Borboni, 1  
62012 Civitanova Marche (MC)  
Tel. 0733.817543  
Fax 0733.776371  
dominaeditori@libero.it



Flavio Fedeli

**coordinatore**

Enrico Pighetti  
Simona Morbiducci

**direttore responsabile**  
**coordinamento editoriale**

Eugenio Cuffaro  
Chiara Marcucci

**progetto grafico**  
**assistente impaginazione**

Davide Amurri  
Fiorenza Apuzzo  
Eloisa Bartomioli  
Giulietta Bascioni Brattini  
Marco Bragaglia  
Giovanni Cara  
Letizia Carella

**hanno collaborato**

bellezza

musica  
chi dice donna

Francesca Romana Cingolani  
ginecologa  
Lucia Compagnoni  
Stefano Di Marco  
Dr. Margherita Fermani  
medicina estetica  
Evelina Gialloredo  
Donatella Lambertucci  
Dr. Maria Francesca Lattanzi  
Cristian Marchesini  
Paola Mengarelli  
Sabina Pellegrini  
Elisabetta Piccinno  
Giuliano Rossetti  
Silvana Scaramucci  
Martina Tombolini  
Manuela Traini  
Veronica Velegnoni

animali

la redazione di Dove&Quando

spettacoli e eventi

Archivio Domina Editori  
Alicestudio  
Ignacio Maria Coccia

fotografia e illustrazioni

in abbonamento postale (a.b.)45%  
art.2 comma 20/B  
legge 662/96 Dir. Com. Ancona  
Registrazione Tribunale di Macerata  
No. 459 del 21.05.01

**spedizione**

Servizi Prestampa srl  
Civitanova Marche (MC)

**prepress**

CM arti grafiche  
Civitanova Marche (MC)

**stampa**



**M**entre scriviamo queste righe il sole splende alto e luminoso, e il cielo, di un celeste splendente, fa venir voglia di volare: è piena estate. E per la verità un'estate piuttosto imprevedibile e pazza, questa, che alterna così disinvoltamente giornate tropicali a temporali memorabili. Quando questa pagina andrà in stampa e poi uscirà nelle edicole, invece, la bella stagione avrà già ceduto il passo, e le vacanze, che in questo momento sono appena alle porte, saranno quasi per tutti solo un bel ricordo. Solo un ricordo saranno i tuffi nel mare, solo un ricordo tutte quelle spiagge affollate di gente e di bambini chiassosi, solo un ricordo quella sensazione ribelle di capelli bagnati nel vento.

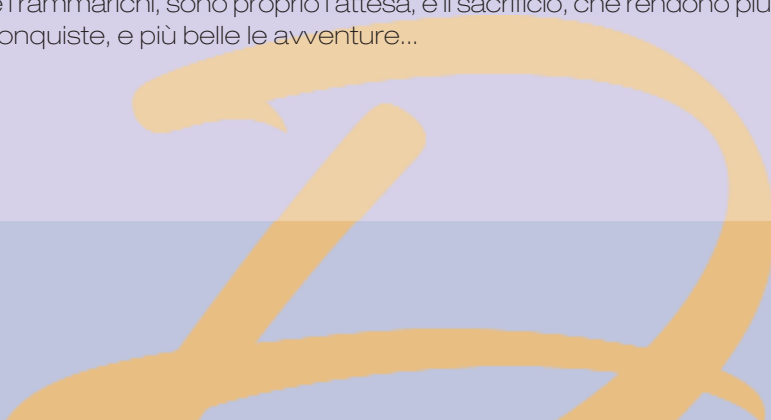
Ed anche i lunedì pomeriggio passati a sonnecchiare sul divano, e le valige colme pronte per la partenza, e le feste scatenate di ferragosto, anche quelle saranno tutte andate, cartoline di un tempo passato, consumato e scansato a forza dall'avvento del mansueto Autunno.

E ci saremo già lasciati alle spalle anche tutte le tonnellate di parole riguardo agli incidenti sulle strade, le code ai caselli, le affluenze turistiche, gli incendi e i furti negli appartamenti deserti. Sarà già settembre, insomma, linea di demarcazione; noi, tutt'un po' più cupi, saremo già tornati in riga, piegati dal naturale fluire delle stagioni e del tempo, e come tante formiche saremo di nuovo al lavoro.

Ma in fondo ci siamo abituati, ed è con serenità che riponiamo i nostri teli da mare nei cassetti, ben sapendo che l'anno prossimo, lo scorrere del tempo che ora ce l'ha tolta, ce l'ha riporterà, la bella estate. E con questa beata consapevolezza dentro si riparte, chi più chi meno di slancio, cercando di riabituarsi ai ritmi abituali, e preparandosi per l'inverno.

Le città, di nuovo vive, avranno già riacquistato il loro volto abituale, aziende ed uffici riattaccato le spine, le campagne, spente le luci, staranno per aprire le porte alla vendemmia. Forse il sole starà continuando a splendere, forse no, chi può saperlo... In ogni caso, questo nuovo numero di Classe Donna sarà di certo in edicola, puntuale come sempre, per proporvi altre storie e nuove immagini dalle Marche.

Magari non potrete più leggere al fresco dei vostri ombrelloni, questo è sicuro, ma non ci disperiamo troppo per questo, perché anche le stagioni fredde che a breve arriveranno hanno il loro fascino. E poi, dopo tutto, a parte i rimpianti e i rammarichi, sono proprio l'attesa, e il sacrificio, che rendono più gustose le conquiste, e più belle le avventure...

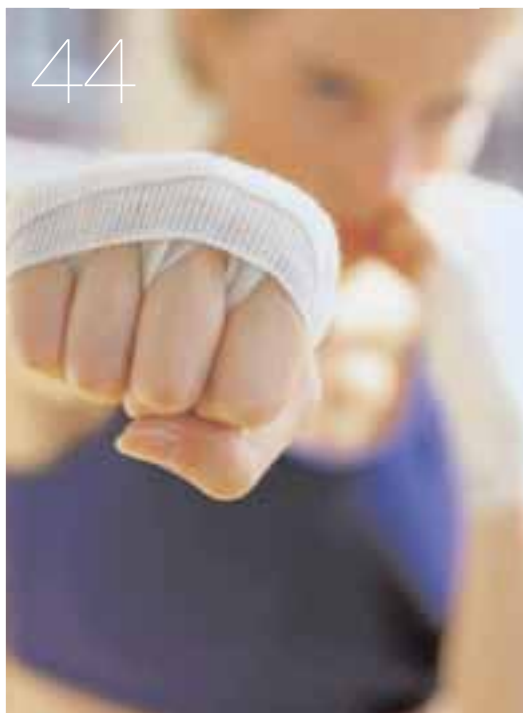


58

un mestiere ormai  
scomparso ma  
che fa parte della  
nostra tradizione:  
la rétare, la donna che  
faceva le reti da pesca



44



### ATTUALITÀ

- 8** Week-end con scasso
- 10** Marchigiani: il ritratto della salute
- 14** Riscoprire le bellezze e le tradizioni del nostro territorio
- 19** La Regione e le fattorie didattiche
- 32** L'ultimo sguardo all'estate
- 36** Passeggiando per Londra
- 47** Il Tangram, un gioco senza tempo
- 49** Raku!
- 55** Il basilico nella tradizione Ascolana
- 58** La rétare

### BENESSERE

- 20** E tu di che profumo sei?
- 22** Dopo l'abbronzatura... cambiamo pelle!
- 25** Donne e alimentazione
- 29** La comunicazione non verbale
- 44** L'arte orientale della difesa

### INTERVISTA

- 68** Franca Bernabei: ricordando le Marche degli anni '50

### MUSICA

- 62** Le donne di Lunaria
- 67** Paolo Filippo Bragaglia

### RUBRICHE

- 7** L'oblò
- 40** Una gita a...
- 52** La Regione informa
- 53** Curiosando
- 66** Silvia
- 73** Arredare col verde
- 76** Milleconsigli
- 77** Oroscopo
- 79** Conosciamoci meglio

40



47



62



Intelligenza e fascino:  
le splendide donne  
salite sul palco di Lunaria

# l'oblò

## Carissime lettrici,

riprendendo il tema che avevamo proposto il mese scorso, Michela ci ha spedito questa lettera. E' una sua testimonianza riguardo all'estate, alle vacanze e ai nuovi incontri, e agli amori che sbocciano sotto il sole della bella stagione.

Ciao, sono Michela.

Leggo Classe Donna da un po', e vorrei dirvi che l'oblò è uno spazio che reputo particolarmente curioso e stimolante. Voglio raccontare una mia esperienza, riprendendo l'argomento sollevato da Isabella sul numero scorso, riguardo alla natura degli amori estivi. Io vado in vacanza spesso, durante il mese d'agosto, a volte in Italia, a volte no, e come si sa, durante l'estate, si è tutti un po' più pazzi. L'ultima volta ho scelto come meta Corfù, un'isola della Grecia, e sono partita con tre amiche.

Durante i quindici giorni di soggiorno c'è capitato di conoscere tanta gente, ragazze e ragazzi d'ogni nazionalità, e ci siamo trovate molto bene con tutti. A me è successo d'avere una breve storia, con un ragazzo siciliano. Con lui stavo molto bene, mi sono davvero divertita, e abbiamo passato dei giorni splendidi insieme. Però la cosa è finita lì, con il giorno della partenza, quando ci siamo salutati.

A volte penso ancora a lui. Ma di comune accordo abbiamo deciso di non scambiarci nemmeno i numeri di telefono, e così non l'ho più rivisto, né sentito. Siamo stati noi stessi a decidere che doveva andare così, perché quella per noi doveva rimanere per sempre solo un'avventura, una bella storia, da ricordare con piacere e con tenerezza, e niente di più. Poi, anche per il fatto che in Italia abitiamo troppo lontani l'uno dall'altra, e, in questo ci trovavamo entrambi d'accordo, una storia d'amore vissuta troppo a lungo lontano dalla persona amata, per persone con un carattere come il nostro, è triste, e difficilmente può avere un futuro.

La testimonianza della lettrice di questo mese è radicalmente diversa da quella mandata da Isabella, e pubblicata sul numero scorso. E beh, questo dimostra ancora, se mai ce ne fosse bisogno, come in ogni campo ognuno segua le proprie inclinazioni e i propri desideri, e come la diversità sia il sale della vita.

Di certo ce ne sono di storie d'amore nate durante un periodo di vacanza che riescono ad andare avanti

ed a trasformarsi in un qualcosa di duraturo; ma è altrettanto innegabile il fatto che moltissime relazioni estive, proprio come quella di Michela, durano solo il breve spazio di pochi giorni.

E non è assolutamente detto poi che questi incontri non possano avere un significato profondo, e lasciare un segno indelebile nell'animo di chi li vive: a volte non incontrarsi più non vuol dire dimenticarsi, anzi. E' solo che a volte ci sono delle particolari condizioni, delle situazioni che ci pongono davanti ad una scelta, ed ognuno, in base ai suoi sentimenti e alle proprie valutazioni, decide cosa fare. Magari quell'incontro estivo ci aveva davvero segnato, è inutile negarlo, però poi, a pensarci bene, non eravamo così sicuri che fosse proprio amore... Oppure, beh, sì, forse lo era, n'eravamo davvero convinti... però poi, una volta rientrati in città, dover soffrire per un amore lontano sperduto lassù, a centinaia di chilometri...

Quando sorgono questi pensieri, allora qualcuno prende la decisione che è meglio lasciar perdere, benché sia un peccato, e si accontenta di tener sempre con sé solo un bellissimo e fugace ricordo. Così come può anche succedere benissimo di trovarsi e poi non lasciarsi più, e continuare a stare insieme anche dopo la fine della vacanza durante la quale ci si è conosciuti. Insomma, come sempre è stato, gli affari d'amore, come e più di tante altre questioni della vita, hanno mille sfaccettature, centomila possibili soluzioni, e soprattutto mai sono scontati. Dipendono dal carattere, dalle inclinazioni, dai desideri più nascosti di una persona, e poi dalla particolare situazione che ci si presenta, dal momento della vita in cui la s'incontra, dallo stato d'animo con cui la si affronta. L'estate, con la sua vivacità e pazzia, a suo modo sa regalarci bellissimi momenti e splendide persone. Molti finiscono poi in fretta, terminando la loro veloce corsa in un album di fotografie, altri invece continuano a vivere, e restano nella nostra esistenza reale. Difficile a volte spiegarsi il perché di questo; l'importante, ad ogni modo, è che tutte le esperienze che si fanno siano alla fin fine belle, piacevoli, produttive. Storie degne di esser vissute, o, comunque, anche solo ricordate.



# week-end CON SCASSO

Ricevuto visite poco gradite la scorsa estate? No? Beh, vi è andata bene, soprattutto se avete trascorso le vacanze lontano da casa. E possiamo garantirvi, statene certi, che non tutti possono dirsi fortunati come lo siete stati voi. Attenzione quindi se avete deciso di partire nel mese di settembre.

Questo perché proprio mentre la stragrande maggioranza della gente sente il bisogno di riposarsi e cercare pace e relax in qualche amena parte del mondo, c'è chi, approfittando della situazione, intensifica la propria attività, facendo, se possibile, pure gli straordinari. Ladri, mascalzoni, lestofanti: chiamateli come volete. Pure loro però professionisti del settore, che riescono (spesso con l'ausilio di sofisticati strumenti, altre volte con un più sbrigativo piede di porco) ad intru-

folarsi nella vostra abitazione e a far razzia di tutto quello che di prezioso avete lasciato nelle stanze. Un fenomeno che, dopo l'escalation degli scorsi anni, sembra tuttavia **si stia ridimensionando, eccezion fatta per la provincia di Pesaro Urbino dove lo scorso anno c'è stato un preoccupante incremento di episodi.** Ma diamo un'occhiata alle statistiche. I furti negli appartamenti, secondo le elaborazioni di Confartigianato Marche su dati della Polizia Criminale, nel 2001 in pro-

**"... nel 2001 in provincia di Ancona sono stati 174 (-43% rispetto all'anno precedente)..."**

di Paola Mengarelli



vincia di Ancona sono stati 174 (-43% rispetto all'anno precedente), a Macerata sono stati 109 (-53%), 93 in provincia di Ascoli Piceno (-36%), 235 a Pesaro Urbino (+35%). I ladri, lo dicevamo, spesso approfittano dei periodi di ferie per mettere in atto i propri intenti.

**Ma i marchigiani, sembrano essere corsi ai ripari e sono diventati previdenti.**

Prova ne è l'aumento della spesa per antifurto, per porte blindate e sistemi di allarme vari. L'aumentato senso di insicurezza porta più del 43% dei marchigiani a chiedere ai propri vicini, a parenti o conoscenti di sorvegliare la casa. Più del 20% è solito lasciare la luce accesa quando esce dalla propria abitazione. E per i topi di appartamento sempre in agguato? Rendiamo loro la vita difficile, considerato che l'82% delle intrusioni avviene attraverso la porta e solo il 15% dalle finestre. Per questo quando partite, oltre alla batteria d'allarme, controllate e rinforzate le serrature della porta di casa e, se vivete in condominio, del portone comune.

Secondo una recente ricerca del Censis la delinquenza comune è il problema più sentito. Ma come si cerca di reagire? L'82% degli intervistati dice di avere adottato una misura di sicurezza per difendere la propria casa. Quasi il 50% ha la porta blindata, il 22% ha le inferriate alle finestre, più del 21% ha un sistema di allarme. Ma l'impianto di allarme o le serrature blindate devono essere affidate a tecnici qualificati e di fiducia.

Conoscere la professionalità dell'elettricista che installa l'antifurto o il fabbro che si occupa della serratura blindata - sottolinea Confartigianato - è un ottimo indice di sicurezza e mette al riparo da brutte sorprese. Circa il 13% delle famiglie italiane inoltre possiede un cane da guardia e il 15% ha un'assicurazione contro il furto, il 10% possiede una cassaforte.

Le perdite economiche causate dai furti naturalmente variano enormemente. Ma in base a recenti rilevazioni, il furto perpetrato nelle abitazioni principali si aggira sui 5 milioni di vecchie lire, mentre in quelle secondarie sui 4 milioni, oltre ai notevoli danni derivanti dalle azioni di scasso di porte e finestre. Un apprezzamento particolare va rivolto alle forze dell'ordine per il loro assiduo impegno.

Da una recente ricerca emerge inoltre che il piccolo furto lascia nella psiche del malcapitato una "ferita" che difficilmente si rimargina. **Più del 70% delle persone dopo aver subito un furto cambia il proprio comportamento diventando pieno di paure e insicuro.** Moltissimi aumentano il sistema di sicurezza in casa. E circa il 75% prova un enorme dolore dal furto di oggetti, magari di scarso valore economico, ma legati al ricordo di persone care.



# il ritratto della SALUTE

A FARNE UN DIPINTO NE VERREBBE FUORI UNA FIGURA QUANTO MAI AGGROVIGLIATA, COMPLESSA E VARIOPINTA, CON BELLE DISCESE DI LUCE E TANTI ANGOLI D'OMBRA, E LA SENSAZIONE CHE SI PROVEREBBE NEL GUARDARLO SAREBBE UN QUALCOSA CHE OSCILLA TRA LA FIDUCIA E L'INQUIETUDINE, IL CONFORTO E LA PREOCCUPAZIONE.

**E'** l'immagine dello stato di salute del popolo marchigiano, che ci mostra un'indagine della FADOI – la Federazione dei medici internisti – per il 2002, da cui sono tratti tutti i dati che seguono. 2002 significa modernità, progresso mondiale, fenomeni che, seppur con qualche scricchiolio crescente, continuano ad andare avanti e proseguono nella loro opera di rivoluzione di stili di vita e società intere. Tra le tante conseguenze di ciò una, positiva, è che l'aspettativa di vita si è allungata, progressivamente e un po' dappertutto nei paesi più progrediti.

E le Marche non sono certo da meno. Anzi, con gli 84 anni per le donne e i 78 per gli uomini, **è la regione che garantisce a chi la abita l'esistenza più lunga** rispetto a quanto riescono a fare tutte le altre regioni italiane, dalla ricca e laboriosa Lombardia sino alla calma e morigerata Sardegna. Le donne, in ogni caso, saltano subito all'occhio. Esse dunque vivono di più rispetto alle loro dolci metà, e di parecchio anche. Le cause di questa lunga vita sono molteplici. Alcune come la migliore condizione igienica generale odierna e la migliorata assistenza sanitaria incidono per loro come per gli uomini, altre, come l'ormai ridottissima mortalità per parto, che solo fino al secolo scorso invece faceva purtroppo registrare indici altissimi, sono invece loro peculiari e hanno permesso al gentil sesso una lenta

e continua rimonta ai danni degli uomini, fino al sorpasso e ormai al distacco. Figuriamoci poi a quale età potrebbero arrivare se smettessero anche di fumare. Già perché **le donne purtroppo sono anche le fumatrici più incallite, in regione come in tutt'Italia**. Infatti, se è vero che gli schiavi del tabacco stanno aumentando in maniera generalizzata, e che nelle Marche sono passati dal 22,6% del '98 al 25,4% del 2000, è vero anche però che quest'alta percentuale è imputabile soprattutto ai giovani e, giustappunto, alle donne, che, in termini assoluti, sono tra tutti le più fedeli e accanite consumatrici di bionde. Passando ad esaminare lo stato di salute generale della popolazione marchigiana poi, i dati sono confortanti: il 53% dei cittadini dichiara infatti di sentirsi bene o molto bene, e inoltre, nella regione si verificano sempre meno casi di malattie infettive, questo grazie

in primo luogo a pratiche sanitarie, igieniche e di vaccinazione in continua evoluzione. In più, cosa importantissima, sono in costante diminuzione anche i casi d'infarto.

Ma il quadro presenta anche lati preoccupanti, si diceva. E infatti, come in quasi tutte le cose, a far da contraltare ai dati più confortanti, ce ne sono altri di tutt'altra natura, che piacevoli, di sicuro lo sono un po' meno. Innanzitutto, come recita un comunicato della Cna Marche, **c'è la necessità di prestare sempre più attenzione alla situazione degli anziani**, perché "le patologie

**"... il 53% dei cittadini dichiara infatti di sentirsi bene o molto bene, e inoltre, nella regione si verificano sempre meno casi di malattie infettive..."**



Ma quanto ci costa la salute?  
Nei primi cinque mesi dell'anno  
la spesa farmaceutica delle Marche  
è cresciuta del 10,08 per  
cento, raggiungendo quota 135  
milioni di euro.

Il consumo dei farmaci è in aumento, come testimonia l'incremento del 6,97% delle ricette presentate al servizio sanitario regionale per il pagamento. I dati sono stati forniti dalla Regione, che sta monitorando le prescrizioni e i costi. Nel mese di maggio, tuttavia, l'andamento fa registrare una contrazione (-0,11%), con una spesa complessiva di 26 milioni di euro. Un leggero contenimento, dovuto all'aumento dello sconto di legge sui farmaci e alla compartecipazione degli assistiti, i quali, se rifiutano un generico, pagano una quota per avere il medicinale di marca, quello cioè con il brevetto. I generici, dunque, cominciano a far sentire gli effetti sulla spesa, dopo alcuni mesi dalla loro introduzione. Le aziende sanitarie che fanno registrare a maggio i maggiori incrementi della spesa farmaceutica sono quelle di Ancona, Senigallia e Civitanova, mentre quelle di Fano, Camerino e Fabriano segnalano una diminuzione delle uscite. Sempre nel mese di maggio, è diminuita dello 0,11% anche la spesa netta per abitante, attestata sui 18,17 euro pro capite, contro un incremento del 10,09% del periodo gennaio-maggio 2002, pari a 91,78 euro a persona. La rilevazione della Regione evidenzia, infine, altri due dati significativi: l'incremento della distribuzione diretta dei farmaci, da parte delle strutture sanitarie, e il notevole aumento che si è avuto, nel maggio 2001, sia per le ricette (+19,98%), che per la spesa (+39,26%).

ANDAMENTO DELLA SPESA FARMACEUTICA DELLE MARCHE

AZIENDE	Maggio 02	Gen./Mag.02
ASL 1 PESARO	-1,28%	9,52%
ASL 2 URBINO	0,83%	11,38%
ASL 3 FANO	-6,07%	4,46%
ASL 4 SENIGALLIA	2,27%	14,12%
ASL 5 JESI	1,10%	11,15%
ASL 6 FABRIANO	-2,61%	5,71%
ASL 7 ANCONA	3,37%	12,18%
ASL 8 CIVITANOVA	1,58%	11,03%
ASL 9 MACERATA	0,99%	9,82%
ASL10 CAMERINO	-4,29%	6,34%
ASL11 FERMO	-1,38%	10,96%
ASL12 SAN BENEDETTO	-1,67%	8,70%
ASL13 ASCOLI PICENO	-1,15%	9,76%
TOTALE	0,11%	10,08%



legate all'invecchiamento sono in aumento, e richiedo-  
no al più presto interventi adeguati". Più spazi di  
degenza e riabilitazione, per esempio. E poi, dall'inda-  
gine svolta dalla FADOI – Federazione dei medici  
ospedalieri internisti – risulta che altri tipi di patologie  
potenzialmente letali sono purtroppo in crescita.  
Tra questi, **i tumori e le malattie dell'apparato  
respiratorio, che mietono nelle Marche  
ogni anno circa 5000 vittime, risultando  
rispettivamente la seconda e la terza cau-  
sa di morte nella regione.** E le malattie cardio-  
circolatorie, che sono invece la prima causa di morte  
e, sempre nelle Marche, provocano più di 6000  
decessi l'anno. Insomma, nonostante i miglioramenti  
igienico-sanitari, dei servizi alla popolazione, e non-  
ostante un modello di sviluppo sociale evidentemente  
buono abbiano fatto molto, c'è sempre da prestare  
parecchia attenzione alla salute dei cittadini, e cercare  
di salvaguardarla sempre al meglio.

Ma il nostro intricato quadro sulla salute della regione,  
per concludere, non potrebbe non avere un suo pro-  
tagonista, una figura centrale che si stacca dallo sfon-  
do. Ed essa è un uomo, giustamente, un cittadino  
marchigiano, con i suoi pregi e i difetti. L'indagine della

FADOI lo dipinge naturalmente con la sigaretta in  
mano, visto il suo attaccamento al tabacco, e inoltre,  
a guardar bene, ne fa anche una figura piuttosto gras-  
soccella. Già, perché sembra proprio che troppi mar-  
chigiani abbiano un po' di calorie in eccesso. Infatti,  
dallo studio emerge che il 34% della popolazione è in  
sovrappeso, chi più, chi in maniera meno vistosa, e  
che ben l'8,2% è affetto da obesità, questa invece sì  
che è sempre una condizione preoccupante, che  
nasconde una vera e propria malattia pericolosa e  
apportatrice di danni biologici e collaterali, e di cui  
pochi, in realtà, sono consci dell'esistenza. E allora,  
avanti con le diete, naturalmente.  
Mai come quest'anno se ne sente  
tanto parlare, vuoi per pressanti  
esigenze estetiche, vuoi per più  
importanti e necessarie esigenze di  
salute, ed anche nelle Marche,  
ovviamente, la famigerata "cura  
dimagrante" iscrive ogni anno nelle  
sue liste di praticanti sempre più  
gente. **Nella regione sono 11  
su 100 gli individui maggio-  
renni che seguono un regi-  
me alimentare calibrato,**

sperando di buttar giù qualcuno dei chili in eccesso.  
Fatto importante da segnalare: di queste 11 persone  
ben il 66% ha evitato diete "fai da te", e ha invece  
preferito consultare preventivamente un medico, inuti-  
le ripetere che questa è sempre la scelta preferibile,  
se si vogliono poi evitare spiacevoli e dannose conse-  
guenze per l'organismo.

Un ultimo dato comunicato dalla FADOI: i marchigiani  
salgono sempre più in alto... La loro altezza media  
infatti è cresciuta di quasi mezzo centimetro in quattro  
anni, e ormai, i nati del 1979 giungono mediamente ai  
175 centimetri e passa. Facendo  
due conti, è facile scoprire che, di  
questo passo, se qualcuno per  
miracolo avrà la fortuna di passeg-  
giare per le nostre città nei pressi  
dell'anno 2202, beh, dovrà sentirsi  
di sicuro ben strano, o quanto meno  
un po' fuori moda, a camminare per  
la strada circondato e intimorito ad  
ogni passo da tutti quei bestioni di  
2 metri, lui che, alla veneranda età  
di 200 e passa anni, chissà come  
sarà diventato piccolino!

“... il 34% della popolazio-  
ne è in sovrappeso, chi più,  
chi in maniera meno visto-  
sa, e che ben l'8,2% è  
affetto da obesità...”





## riscoprire le bellezze e le tradizioni del nostro territorio

La diffusione della cultura scientifica, la didattica, le ricostruzioni ambientali naturali e seminaturali sono diventate oggi il trampolino di lancio per iniziare a rispettare la natura. Abbiamo visitato per voi due esempi di come l'amore per l'ambiente venga insegnato fin dalla più giovane età attraverso laboratori didattici, che hanno come scopo il contatto diretto con la natura.

di Elisabetta Piccinno - Cristian Marchesini

Uomo ha dimostrato sin dai tempi più antichi un interesse per il linguaggio della natura, cercando di adattarsi al meglio, evitando così ogni contagio pericoloso per la sua stessa incolumità. C'è stato un acceso entusiasmo nel cercare di raccogliere antiche tradizioni, legate anche all'uso di diversi materiali, in modo da relazionarle con il presente.

Oggi vengono organizzati dei corsi di aggiornamento per insegnanti su tematiche naturalistiche. In particolare vengono svolte attività che consentono da un lato di migliorare la conoscenza del territorio e delle valenze didattiche, dall'altro di sperimentare un metodo di lavoro da trasferire nella pratica dell'insegnamento.



### CASA ARCHILEI

E' sorto, a tal proposito, alla periferia Sud di Fano, nei pressi del quartiere Vallado, un centro didattico di educazione ambientale, che prende il nome di Casa Archilei, rivolto per lo più agli alunni della scuola dell'obbligo (da settembre 2001 a maggio 2002 più di 6000 sono stati gli alunni coinvolti in laboratori didattici

e visite). Gli allievi vengono trattenuti all'interno di questo centro in attività che normalmente non si possono svolgere nelle aule scolastiche.

A partire dall'anno scolastico 1992/93 sono state sviluppate diverse ricerche, elaborate e sperimentate da docenti con molti anni di insegnamento nel settore dell'educazione ambientale:

**“scoprire la natura**



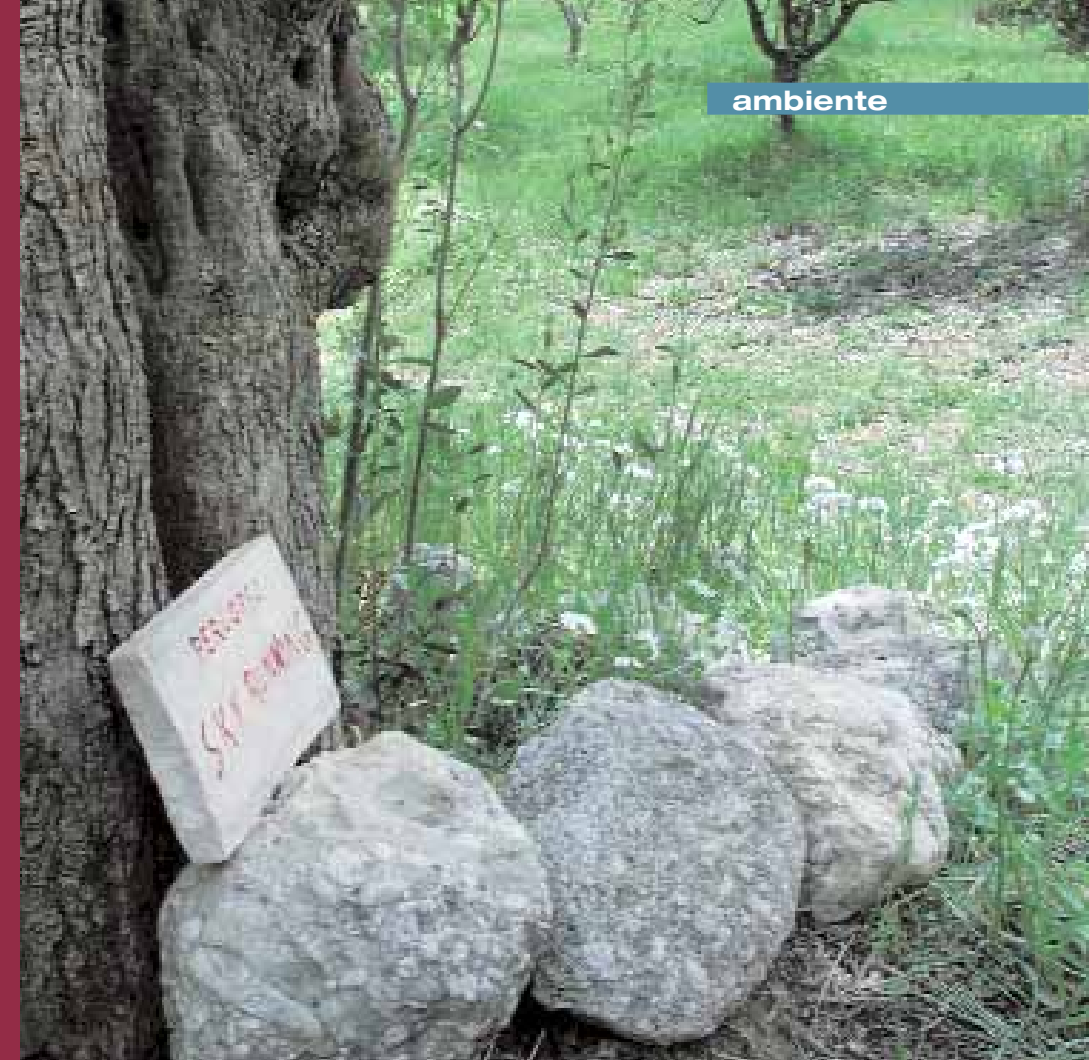


Casa Archilei e Case Basse sono aperte a tutti coloro, scuole, gruppi, singoli individui che vogliono entrare in contatto con la natura riscoprendo le semplici cose, che troppo spesso la vita in città ci fa dimenticare.

**Per informazioni:**

Casa Archilei:  
Via Ugo Bassi, 6 Fano (Ps)  
tel./fax 0721.805211  
archilei@mobilia.it  
www.archilei.it  
Responsabile Enrico Tosi.  
Casa Archilei è riconosciuta anche come Laboratorio Territoriale della Regione Marche ed è il centro naturalistico del progetto pilota "Fano la città dei bambini".

Case Basse:  
Referente Umana Dimora  
Primo Mancini  
368 7626598  
primomancini@libero.it



“Da quest'anno sono stati promossi anche altri corsi come l'insegnamento della lingua inglese in full immersion nello spazio verde della casa, incentrato su tematiche legate alle questioni ambientali...”

**con il tatto e l'odorato, piantagione di alberi e arbusti”,** affiancate allo studio di alcuni processi vitali che la natura svolge costantemente come: la fotosintesi clorofilliana, l'osmosi.

Casa Archilei collabora, inoltre, con il Comune di Fano e la Provincia di Pesaro per la distribuzione di composters per la raccolta differenziata della frazione umida dei rifiuti. Da quest'anno sono stati promossi anche altri corsi, come l'insegnamento della lingua inglese in full immer-



sion nello spazio verde della casa, incentrato su tematiche legate alle questioni ambientali e un corso di manipolazione della creta su spunti legati alla natura.

**La finalità di questo centro didattico ambientale è quella di dare vita ad un vero motore propulsore, dove far incontrare energia ed esperienze del volontariato del settore ambientale,** in modo da suscitare soprattutto nei giovani curiosità ed interesse verso il mondo della natura e per la cultura scientifica in generale.

**CASE BASSE**

Lo scorso aprile è stata inaugurata nelle vicinanze di Ascoli Piceno, a Monticelli Alto, l'aula didattica Case Basse, parco naturale che si estende per circa 20 ettari su una collina a circa 200 mt. di altitudine e rappresenta ormai un'importante oasi verde per la città. Grazie infatti alla considerevole opera di ripristino e salvaguardia del naturale ecosistema presente nella zona, svolta da Marco Nardi proprietario del fondo insieme al fratello, è possibile oggi segnalare la presen-



za di volpi e scoiattoli che vivono l'habitat boschivo. Dopo un ventennale abbandono del territorio ed il precedente insediamento produttivo intensivo, troviamo ora nella zona un parco naturale che avvicina l'uomo ad una rinnovata relazione con l'ambiente circostante. Il bosco, costituito prevalentemente dalle specie di Carpino nero, Roverella e Salice bianco, rappresenta infatti un importante segnale di valorizzazione della realtà rurale in base alle sue specificità. **L'aula didattica prevede una capillare opera di sensibilizzazione verso il tema ecologico** che parta dai bambini delle scuole cittadine e realizzi, attraverso un reale contatto con la natura, la tanto auspicata educazione ambientale. Ideatore di questo progetto è stato Primo Mancini, responsabile regionale dell'associazione "L'Umana Dimora". Lo sviluppo futuro dell'esperienza prevede, inoltre, la possibilità di praticare l'agricoltura biologica, attività sportive, equitazione, mountain bike e cross. L'esempio forte che l'esperimento Case Basse simboleggia è quello di una rivalutazione del mondo rurale che silenziosamente ci circonda, rappresenta le nostre tradizioni, difende la biodiversità.



# LA REGIONE e le fattorie didattiche

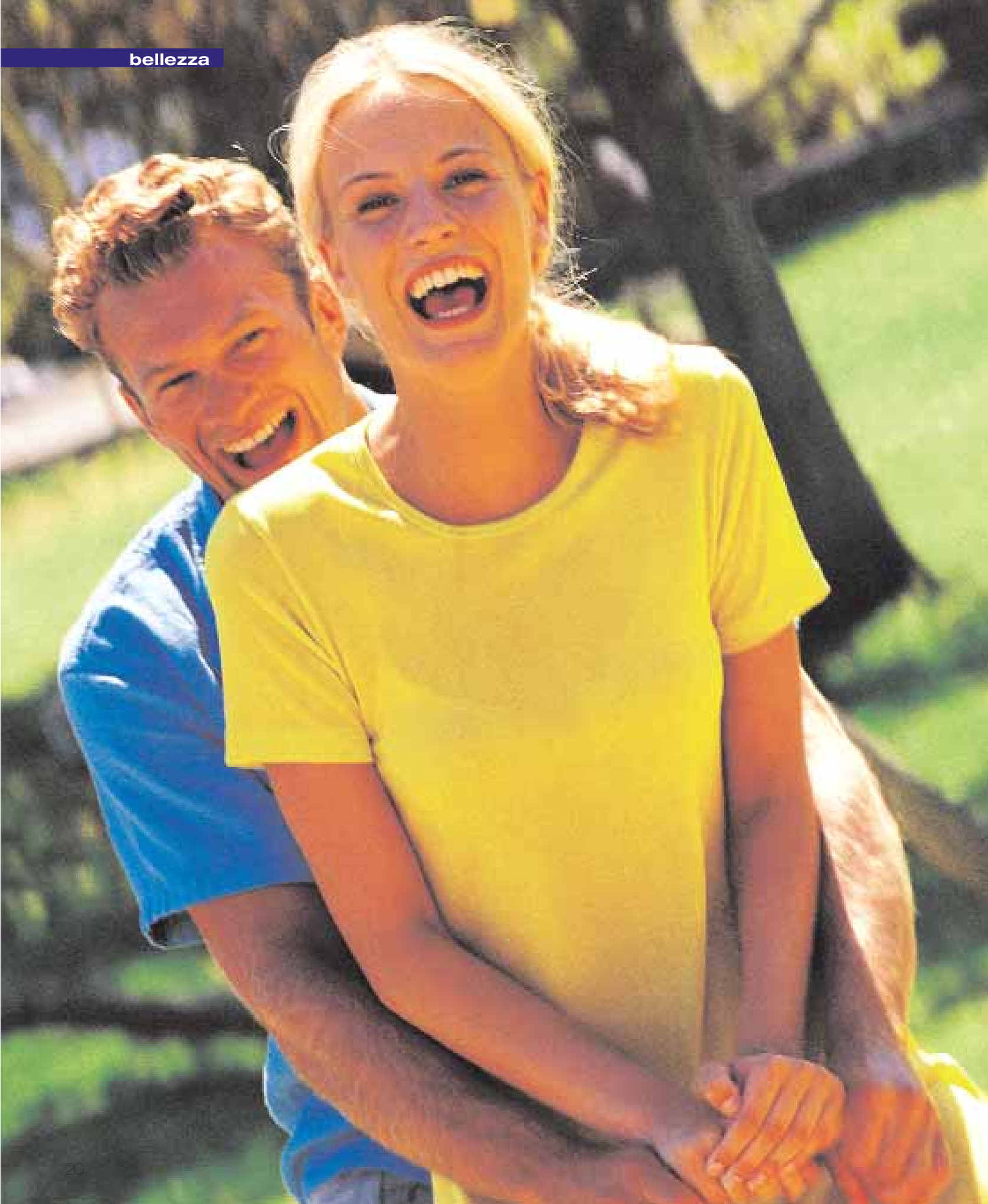
Sulla scia del successo ottenuto in Emilia Romagna, le Marche tentano di ripetere l'esperienza delle fattorie didattiche.

**L**a Regione Marche sta istituendo un elenco di strutture idonee a svolgere attività didattica e a ospitare ragazzi per far trascorrere loro una giornata in campagna nella massima sicurezza. Così a partire dal prossimo anno scolastico i bambini della scuola materna, della scuola elementare e i ragazzi della scuola media avranno la possibilità di trascorrere una giornata in campagna per vedere mungere una mucca o, scoprire come si fa il formaggio o lievita il pane.

**Le "fattorie didattiche" soddisferanno la curiosità dei ragazzi, portandoli alla scoperta dei segreti della natura.** L'iniziativa rientra nell'ambito dei progetti avviati dalla Regione per avvicinare la scuola all'agricoltura. Concorsi, orti e giardini biologici hanno impegnato, negli anni scorsi,

numerosi istituti marchigiani, stimolandoli a confrontarsi con la campagna, i processi produttivi, l'importanza di una corretta alimentazione e il ruolo insostituibile dell'agricoltura.

**Per poter essere inserite nell'elenco regionale delle fattorie didattiche, le aziende agricole devono possedere una serie di requisiti.** Primo tra tutti sistemi di produzione biologica, integrata o a basso impatto ambientale, locali accoglienti, puliti, arredati in modo tale da poter ospitare i ragazzi in caso di mal tempo e inoltre spazi per farli giocare e mangiare. Il numero dei bambini accolti in ogni azienda deve essere proporzionato al numero di operatori presenti e l'itinerario didattico dovrà essere predisposto in funzione dell'età e del ciclo scolastico dei visitatori.



# e tu, di che profumo sei?

**D**i ritorno in città, ancora cariche di energia positiva, vale la pena di mettere a frutto quella voglia di rinnovarsi in qualcosa e sentirsi belle, di ottenere quella vitalità che, quando c'è, si irradia misteriosamente rendendo più affascinanti. In fondo basta poco perché ogni giorno diventi più speciale come indossare, quasi come un abito segreto, la fragranza di un profumo. Alzi la mano chi non abbia mai provato quella certa "attrazione di pelle", cioè quell'irrazionale, incontenibile istinto che si prova davanti ad un partner, che ai nostri occhi diventa unico e irrinunciabile. I profumi della pelle sono un'arma afrodisiaca, poiché l'olfatto è un canale determinante per l'eccitazione sessuale. Dunque, se c'è compatibilità di naso, c'è anche attrazione fra due persone. E come facciamo a farci guidare dall'istinto facilmente? Innanzitutto scegliendo un profumo adatto alla nostra pelle. E perché no, alla nostra personalità. Vero alleato di buon umore, un profumo va scelto in base agli ingredienti. Infatti, gli aromi contenuti nelle fragranze, stimolano una zona del cervello, cosicché si ha un effetto tonificante e antistress naturale.

## Ma quali sono queste fragranze dalle armoniose capacità?

- la cannella - profumo intenso e penetrante, risveglia il buon umore.
- Il cipresso - leggermente speziato, si adatta alle lunghe performance d'amore.
- la rosa - molto femminile, stimola la circolazione.
- la lavanda - dà un senso di benessere generale.
- il patchouli - è sensuale, ma anche calmante.
- agrumi - stimolante per il gusto e la vista.

- ylang-ylang - afrodisiaco.
- gelsomino - intensifica le emozioni e la capacità intuitiva.
- vetiver - piuttosto calmante.

## L'INTENSITA' DEL PROFUMO

L'estratto: il cui profumo rimane molto concentrato.

L'eau de toilette: l'intensità è ancora sostenuta e persistente.

L'eau de cologne: il bouquet è meno intenso e spesso corretto da una nota fresca.

## A FAVORE DELL' EROS

Se ansie e paure allontanano dal sesso: 1 goccia di melissa, 1 goccia di cedro, 2 gocce di bergamotto. Massaggiare dolcemente, con la punta delle dita, il centro del padiglione dell'orecchio (che corrisponde alla proiezione del plesso solare) così risveglieremo la sessualità.

## RIMETTERSI IN GIOCO

Dopo una rottura affettiva o per superare le proprie resistenze: 2 gocce di gelsomino, 2 gocce di lavanda e 1 goccia di menta. Massaggiare lungo i polsi.

A scegliere fragranze leggere e fresche per il giorno. Vaporizzatele pure su tutto il corpo.

All'utilizzo dello spruzzatore per l'acqua di colonia. Per un profumo concentrato è meglio il contatto diretto sulla pelle.



# DOPO L'ABBRONZATURA... cambiamo pelle

bellezza



Passata l'estate ci ritroviamo con i residui dell'abbronzatura a tirare le somme dei piccoli danni fatti dal sole, a causa di fotoesposizioni incaute, senza l'uso di appropriate creme protettive, e con qualche piccolo segno del tempo in più.

**E** questo il momento per iniziare le cure di ringiovanimento cutaneo e recuperare il tono perso. Già gli antichi egizi usavano sostanze chimiche come agenti esfolianti per ringiovanire l'aspetto

cutaneo. Il peeling chimico è una tecnica medico-estetica, che consiste nell'applicazione di uno o più agenti chimici esfolianti che provocano l'eliminazione degli strati cutanei superficiali della cute. Gli anglosassoni utilizzano due diversi

di Margherita Fermani

termini per indicare i possibili effetti del peeling:

- freshening, quando si ottiene un'esfoliazione superficiale;
- rejuvenation, quando si ha, per una azione più profonda, un'attenuazione delle rughe, delle iperpigmentazioni e dei depositi di elastina.

Oggi la continua ricerca scientifica mette a disposizione del medico numerose sostanze chimiche in grado di rispondere alle diverse aspettative e alle diverse problematiche del paziente chiamato in causa. Il più conosciuto è sicuramente **il peeling a base di acido glicolico**, che insieme agli acidi lattico, malico e citrico, fa parte degli alfa-idrossiacidi derivati dalla frutta di cui oggi tanto si parla. L'acido glicolico si presenta in varie concentrazioni al 50%, 70%, 90% con diversi gradi di ph, ossia di acidità, caratteristica che differenzia i vari tipi di acido e quindi di azione dello stesso a livello cutaneo. Nei dieci giorni che precedono il peeling la paziente eseguirà un trattamento pre-peeling domiciliare di preparazione con applicazione di crema a basso contenuto di acido glicolico. Questo servirà per rendere maggiormente recettiva al peeling la cute e, nel contempo, a saggiare eventuali intolleranze cutanee al prodotto. Si passa quindi al trattamento ambulatoriale, in cui si procede alla detersione cutanea e poi all'applicazione del peeling con un pennello a cresta di gallo. Dopo qualche minuto, alla comparsa di un lieve arrossamento cutaneo, si

neutralizza l'azione dell'acido con dei batuffoli bagnati e si sciacqua abbondantemente la zona trattata. Sulla cute asciutta si applicano poi delle sostanze attive sul metabolismo cutaneo; l'asportazione dello strato più superficiale della cute facilita la penetrazione dei principi attivi attraverso l'epidermide permettendo un effetto di biostimolazione. Il peeling all'acido glicolico deve essere eseguito per almeno otto sedute, distanziate da diciquindici giorni l'una dall'altra, raccomandando sempre alla paziente l'utilizzo dei prodotti domiciliari, che prolungano e intensificano l'azione del peeling. Un ulteriore utilizzo dell'acido glicolico è nel peeling del corpo, dove associando un agente cheratolitico e glicolico ad alta concentrazione, si hanno ottimi risultati nel trattamento delle condizioni di lassità ed ipotonia cutanea, nelle smagliature di recente insorgenza, nella cellulite.

Nato negli ultimi anni **il peeling all'acido salicilico** è invece utilizzato, oltre che per il trattamento dell'invecchiamento cutaneo, anche per la terapia dell'acne in tutte le sue forme. Abbiamo poi peeling ad azione più elettiva sulle macchie cutanee,

**A livello epidermico** il peeling agisce diminuendo l'adesione dei cheratinociti, cellule cutanee superficiali, rimuove lo strato corneo della cute, il tappo di occlusione dei comedoni (o punti neri), aumenta il rinnovamento cellulare con conseguente esfoliazione, inibisce l'attività delle ghiandole sebacee. Si avrà come risultato un notevole effetto schiarente e levigante della superficie cutanea.

**A livello dermico** il peeling esercita un effetto irritante con conseguente eritema ed edema. Si avrà quindi una stimolazione dei fibroblasti alla produzione di nuove glicoproteine di membrana e collagene, che daranno alla pelle maggiore elasticità e compattezza.

“...nel mantenimento di una pelle ottimale assume notevole importanza lo stile di vita dato da un'alimentazione ricca di vitamine e sali minerali...”

lentigo solari, pigmentazioni post infiammatorie. Si tratta di preparati ad azione depigmentante come acido cogico e acido fitico che agiscono da inibitori dell'enzima responsabile della biosintesi della melanina. L'associazione di questi principi attivi con acido glicolico permette di stimolare la rigenerazione del tessuto dermico e di favorire la penetrazione delle molecole depigmentanti.

Un'altra sostanza di recente utilizzo è **l'acido piruvico**, un'alfa chetoacido con azione elettiva a livello dello strato corneo, dell'epidermide, del derma papillare e dei follicoli pilo-sebacei. Applicato a basse concentrazioni provoca un distacco delle cellule dello strato corneo dell'epidermide con conseguente assottigliamento, mentre ad alte concentrazioni, quindi con una penetrazione maggiore, si arriva al derma papillare con una spiccata azione sulla sintesi di nuovo collagene.

Uno degli ultimi nati è invece un **peeling basato sulla combinazione di ac. Retinoico (vit. A), ac. Fitico, vit. C, ac. Cogico ed ac. Azelaico**. Le sostanze in questione agiscono sinergicamente stimolando e rigenerando la pelle invecchiata ed eliminando i depositi di melanina dermo-epidermica. Inoltre l'associazione tra acido retinoico, cogico, fitico e vitamina c in forma liposolubile conferiscono al preparato proprietà terapeutiche topiche nei casi di acne, nelle varie forme.

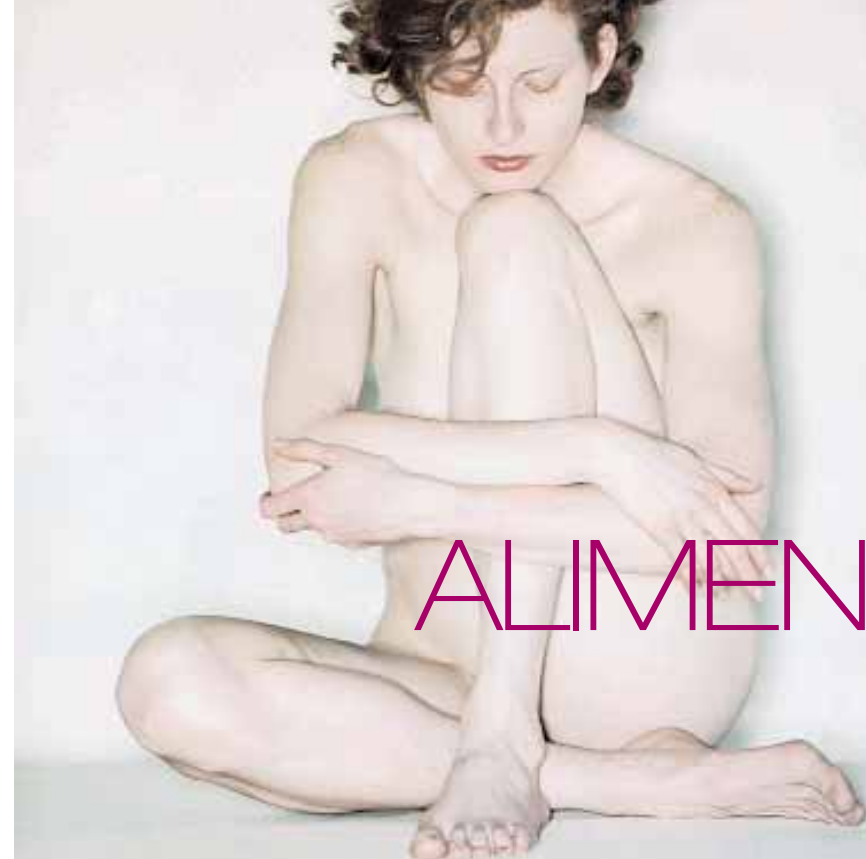
Un ruolo importante nella cura dell'invecchiamento cutaneo lo gioca un'altra tecnica che tende a stimolare le cellule fibroblastiche, parliamo della biostimolazione cutanea. Da diversi anni vengono introdotti per via intradermica, con tecniche mesoterapiche, diversi principi attivi in grado di migliorare lo stato biologico ed estetico della cute. Si utilizzano due diversi tipi di sostanze:

- sostanze ad azione farmacologica che stimolano le cellule migliorando il trofismo cutaneo;
- sostanze riempitive ad azione igroscopica che, richiamando acqua, determinano un aumento dell'idratazione e quindi del turgore cutaneo.

Ovviamente nel mantenimento di una pelle ottimale assume notevole importanza lo stile di vita dato da un'alimentazione ricca di vitamine e sali minerali provenienti da frutta e verdura, un largo consumo di acqua, che migliorerà l'idratazione cutanea, l'uso di creme con schermi solari e di creme idratanti e nutrienti. E' buona norma inoltre pulire sempre ed accuratamente la pelle con un buon latte detergente ed un tonico prima di applicare qualsiasi prodotto. E' importante ricordare che sia i peeling che la biostimolazione cutanea sono tecniche esclusivamente mediche, quindi è bene rivolgersi a professionisti del settore preparati all'esecuzione di questo tipo di trattamenti.



**Il peeling chimico è una tecnica medico-estetica, che consiste nell'applicazione di uno o più agenti chimici esfolianti che provocano l'eliminazione degli strati cutanei superficiali della cute.**



## donne e ALIMENTAZIONE

La presenza di un regolare ciclo mestruale è ciò che si aspetta ogni donna.

di Francesca Romana Cingolani

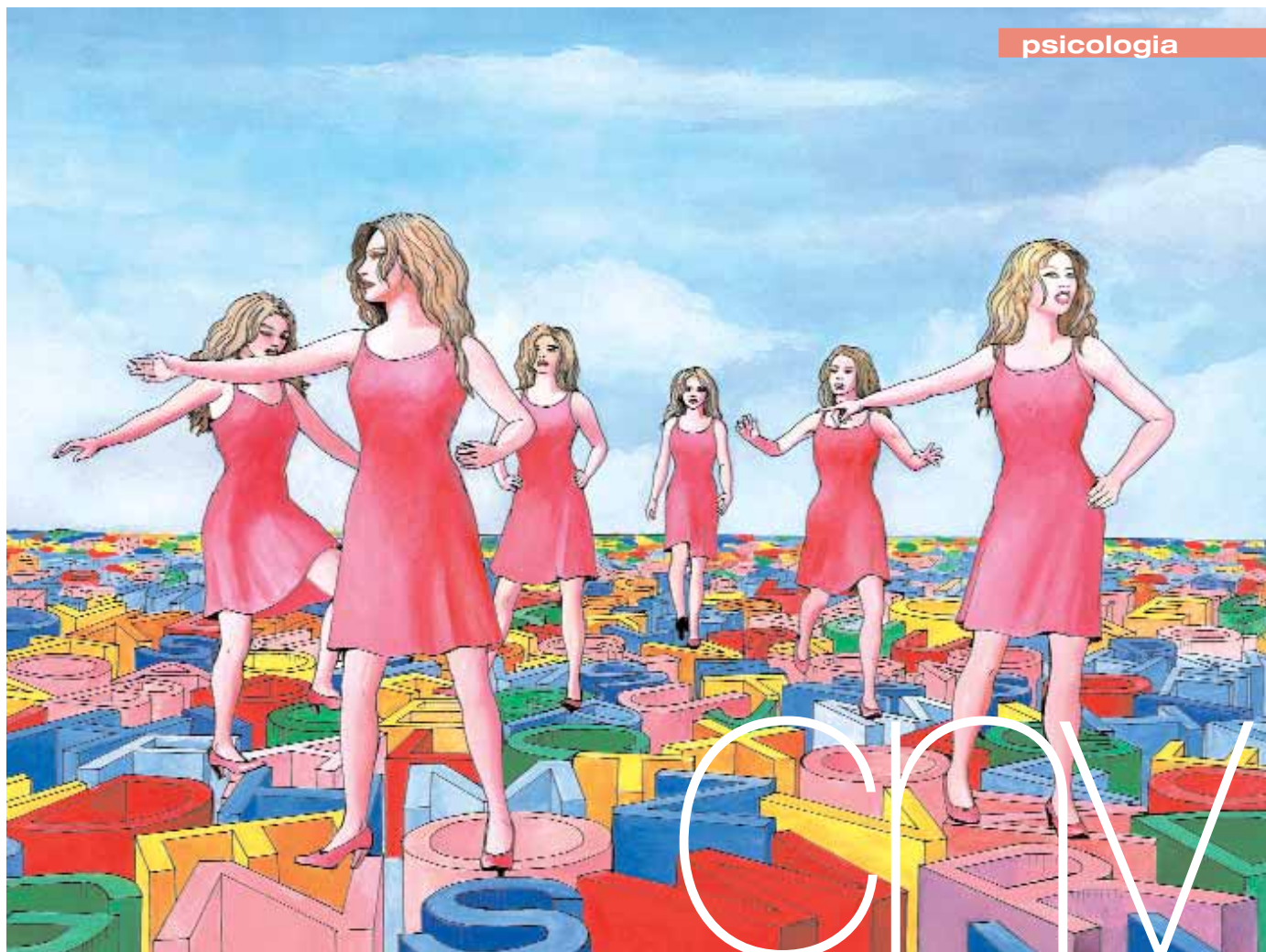
**Q**uesta presenza mensile rappresenta per ogni donna la femminilità e la consapevolezza di una possibile maternità; è però anche il segnale di un equilibrio di tutto l'organismo. Quando le mestruazioni iniziano a “fare capricci”, si fanno irregolari o scompaiono addirittura per alcuni mesi è possibile che ci sia qualche problema e che l'irregolarità mestruale ne sia solo una espressione. Il ciclo mestruale è infatti regolato attraverso un delicato equilibrio tra strutture del cervello, ovaie, utero su cui s'inseriscono poi altri organi e ghiandole come la tiroide. **Ecco perchè spesso l'amenorrea è il primo sintomo che conduce la donna dal medico.**

L'amenorrea, in una donna che ha già avuto le mestruazioni, si definisce come la scomparsa delle stesse per un periodo di tempo tre volte superiore al normale intervallo intermestruale cui essa è abituata o per sei mesi. Perchè si abbia un corretto funzionamento di ciò che è alla base del ciclo mestruale è importante che l'intero organismo riceva un adeguato apporto di energie con l'alimentazione, adeguato in qualità e quantità. Sia la perdita di peso rapida e/o cospicua, che l'obesità possono portare all'amenorrea. L'amenorrea delle pazienti obese è più spesso legata a cicli anovulatori (senza ovulazione). Clinicamente la situazione si presenta con un'ampia gamma di possibilità: dall'amenorrea di breve durata associata ad una dieta incongrua alla paziente gravemente sofferente fino ad essere in pericolo di morte per un'anoressia nervosa. Purtroppo non è facile differenziare i due tipi

di pazienti all'esordio del disturbo dell'alimentazione. E' vero che esiste un profilo psicologico molto ben definito della donna con anoressia nervosa ma bisogna avere ben presenti alcune situazioni che rappresentano condizioni di rischio. La nostra cultura esalta la magrezza ed in tempo d'estate i richiami alle diete diventano irresistibili.

Poter controllare l'apporto di cibo con diete ferree, essere in grado di sottoporsi a strenua attività fisica possono rappresentare solo l'inizio di un processo che diventa poi difficile modificare. Non è meno preoccupante se a drastiche diete si accompagnano mangiate pantagrueliche seguite da vomito autoindotto, dall'uso di lassativi. In ogni caso, infatti, l'organismo è costretto a subire delle restrizioni che a vari livelli obbligano a fenomeni di adattamento, di “risparmio” delle energie la cui prima espressione è spesso proprio l'alterazione mestruale. Ciò che è confortante è che con il solo recupero del peso corporeo tutte le modificazioni metaboliche tornano a normalizzarsi: **il 30% circa delle pazienti, però, rimane affetto da amenorrea**, sono queste le pazienti in cui la modifica del peso corporeo rispetto al peso forma è stato più rapido o di più lunga durata. Importante è riconoscere all'esordio i disturbi dell'alimentazione prima che i meccanismi diventino tanto radicati da indurre a porre una prognosi grave. Insomma siamo attente ai richiami alla cura del corpo ma vogliamoci bene fino in fondo; prendiamoci cura del nostro corpo senza dimenticare i rischi che comportamenti troppo avventati possono procurarci.





## [LA COMUNICAZIONE NON VERBALE]

In questo numero e nel prossimo analizzeremo tutti gli elementi della comunicazione non verbale a partire dall'aspetto esteriore fino ad arrivare ai gesti. Cominciamo il nostro excursus proprio da uno dei suoi aspetti più importanti al quale, anche se incoscientemente, ognuno di noi presta molta attenzione.

**L'aspetto esteriore:** l'aspetto esteriore comunica importanti informazioni rispetto agli individui e influenza le espressioni che gli altri possono riportare. Diversi sono gli elementi non verbali che compongono l'aspetto esteriore: la conformazione fisica, il volto, (nei suoi tratti fisici), gli abiti, il trucco, l'acconciatura. Nonostante la conformazione fisica non sia considerata rilevante per indicare le caratteristiche della personalità di un individuo, diverse ricerche sulla decodificazione di questi segnali hanno accertato che questa sicuramente condiziona il giudizio e le impressioni degli altri. Gli abiti

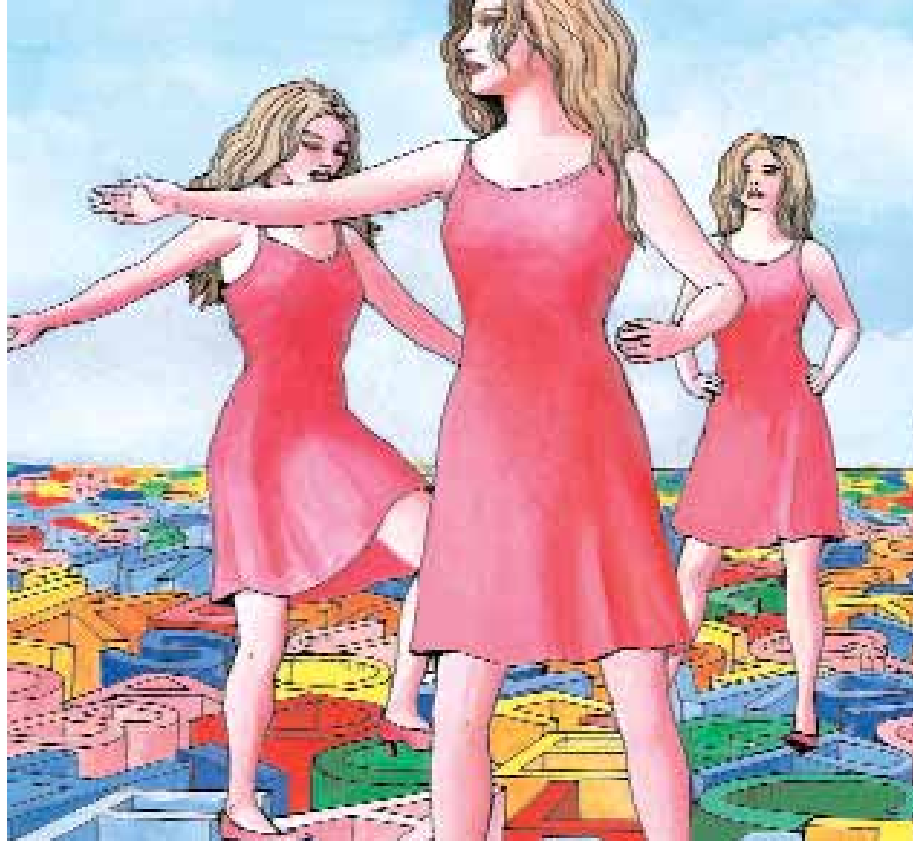
sono un importante strumento di segnalazione sociale. Anche le persone che ritengono di non prestare una particolare attenzione alla cura del proprio abbigliamento forniscono inevitabilmente precise informazioni sui propri stati d'animo, sulla personalità, sui loro ruoli sociali e sugli atteggiamenti che hanno verso gli altri e verso la cultura cui appartengono. Si possono indossare gli abiti più alla moda in un determinato momento o vestirsi solo in base a un criterio di praticità e comodità, in ogni caso si trasmettono messaggi relativi alla personalità e al grado di conformismo alle regole sociali.



**Attrazione fisica:** dipende in gran parte dalle caratteristiche fisiche possedute da ogni individuo, ma anche dagli stratagemmi che si usano per valorizzarle e attenuare certe caratteristiche che si considerano poco attraenti. La cura della propria persona, dello stato della pelle e dei capelli attraverso l'igiene, l'uso di cosmetici, profumi, abiti e accessori appropriati serve a questo scopo.

**Il volto:** molta più importanza assumono invece le espressioni del volto. Esse hanno la fondamentale funzione, durante l'interazione sociale, di comunicare le emozioni e gli atteggiamenti verso gli altri, di sostenere e accompagnare il discorso. Il volto possiede una gran mobilità e può assumere una molteplicità di espressioni, per questo si può suddividerlo in due aree: una superiore costituita dagli occhi, dalla fronte, dalle sopracciglia, e una inferiore, che comprende il naso e la bocca. Il volto, insieme al contatto fisico con la madre, costituisce la principale fonte di stimoli per i neonati ed è importante elemento dell'interazione fra adulti e bambini. Il volto è il più importante canale per esprimere le emozioni, ma anche quella su cui si può esercitare un maggior controllo.

**Lo sguardo:** diversi sono gli elementi che costituiscono lo sguardo. Alcuni sono di tipo fisiologico e involontario, come la dilatazione delle pupille o il battito delle palpebre; altri, come i movimenti e le espressioni degli occhi, vengono il più delle volte usati consapevolmente nei rapporti sociali. Gli individui interagiscono tra loro facendo largo uso di sguardi reciproci, osservando i comportamenti degli interlocutori, prestando attenzione alla quantità e all'intensità degli sguardi che vengono loro rivolti. L'essere guardati può provocare diverse reazioni; il modo in cui le altre persone ci guardano, il tempo che dedicano a quest'osservazione e il tipo e la quantità degli sguardi che ci rivolgono influenzano in maniera notevole i nostri stati emotivi e i nostri comportamenti. Di solito le persone guardano maggiormente e più a lungo coloro per i quali nutrono interesse, simpatia, attrazione. Guardare a lungo l'interlocutore è considerato segno di gradimento. Essere guardati in questo modo è quindi un'esperienza gratificante, può assumere un significato di ricompensa e induce, per lo più, ad atteggiamenti amichevoli e di cooperazione con gli altri. Nella presentazione di sé,



l'oggetto di riferimento immediato è lo sguardo degli altri; l'essere osservati induce quindi a regolare il proprio comportamento per salvaguardare la propria immagine o l'impressione di sé che si vuole dare agli altri. Rispetto alle emozioni, lo sguardo rivela soprattutto l'intensità delle emozioni più che il tipo di emozione; viene indicata, soprattutto, dalle variazioni e dalla frequenza dello sguardo. Le emozioni si riconoscono meglio dalla globalità delle espressioni del volto, si considerano, cioè, lo sguardo anche gli altri elementi.

#### La voce e gli aspetti non verbali del parlato.

Gli elementi paralinguistici possono essere divisi in due categorie: 1) la qualità della voce: il tono, risonanza, aspetti che si riferiscono a caratteristiche individuali del soggetto (età, sesso, provenienza); 2) le vocalizzazioni: costituite da suoni che si possono suddividere ulteriormente in:

- caratterizzazioni vocali (sospiro, pianto, riso, sbadiglio)
- qualificatori vocali (intensità, timbro ed estensione)
- segregati vocali (i suoni come "Uh", "Hum", le ispirazioni, le pause e tutto ciò che accompagna o serve l'intercalare delle parole).

**I movimenti del corpo e i gesti:** questi movimenti coinvolgono diverse parti del corpo; i più importanti sono quelli che si producono con le mani, vi sono poi i cenni del capo e quelli che riguardano le espressioni facciali. I movimenti corporei sono molto espressivi e assolvono diverse funzioni principalmente in relazione ai messaggi verbali e all'espressione di stati emo-

“...Il volto è il canale più informativo per esprimere la contentezza e la collera, la voce il migliore per comunicare la tristezza e la paura, ma il peggiore per esprimere la contentezza...”

tivi. Essi assumono poi differenti significati a seconda del contesto sociale e culturale; sono infatti, fra i segnali non verbali quelli più influenzati dalla socializzazione e dalla cultura. In genere si definiscono “gesti” tutte le azioni che vengono prodotte volontariamente per comunicare informazioni a chi guarda; questi costituiscono la parte più rilevante e significativa del comportamento gestuale. Ekman e Friesen considerano soprattutto i movimenti delle mani, definiscono cinque tipi di gesti: emblematici, illustratori, regolatori dell'interazione, indicatori dello stato emotivo, d'adattamento.

**Gesti emblematici:** sono segnali emessi intenzionalmente da una persona e il cui significato può essere direttamente traducibile in parole. Il significato di questi gesti può essere facilmente compreso e intuitibile da individui che appartengono a certi gruppi sociali e subculture, perché questi individui attribuiscono ad un particolare gesto lo stesso significato (significato che invece può variare secondo le culture). I gesti emblematici possono sostituire o ripetere un messaggio verbale: ad esempio, il segno che si usa per fare l'autostop, i gesti utilizzati per indicare un oggetto, una direzione, un luogo, che rafforzano o costituiscono espressione verbali come “qui, là, via in quella direzione”, si può agitare la mano in segno di saluto e questo significa “ciao, arrivederci, ci vediamo”. I gesti emblematici sono più rapidi delle parole e si possono eseguire in silenzio, sono quindi utilizzati quando la comunicazione verbale è ostacolata o diventa difficoltosa, a causa ad esempio della distanza o del rumore. Vengo-

no, infatti, usati in alcuni ambiti o in certe professioni: negli studi radiotelevisivi, negli aeroporti, durante gare sportive, dagli operatori di borsa, dai sommozzatori.

**I gesti illustratori** sono costituiti da tutti i movimenti, compiuti soprattutto con le mani, che le persone fanno mentre parlano. Sono collegati, molto più dei segnali emblematici, al discorso e aumentano in modo considerevole la quantità d'informazioni trasmessa dal messaggio verbale; il loro uso e la loro frequenza variano a seconda delle culture. Questi gesti sono emessi consapevolmente, anche se non sempre intenzionalmente e sono utilizzati per chiarire o ripetere ciò che si dice, per enfatizzare, sottolineare, scandire alcune parti del discorso, indicando oggetti, azioni, figure, relazioni spaziali.

**I segnali regolatori** vengono utilizzati, durante l'interazione, sia da chi parla sia da chi ascolta per diversi scopi: mantenere il flusso della conversazione, sincronizzare gli interventi di ciascuno, mostrare quando si vuole prendere la parola, indicare l'interesse o l'approvazione-disapprovazione a quanto viene detto. Con un cenno del capo, affermativo o negativo, si comunica la propria opinione rispetto a ciò che l'interlocutore dice; tenendo la mano a mezz'aria un oratore indica che vuole continuare a parlare.

**Gesti che rivelano gli stati emotivi di una persona.** Anche se le emozioni vengono espresse od occultate, principalmente dal volto, i movimenti del corpo rivelano gli stati d'ansia e la tensione emotiva di un individuo o un comportamento aggressivo, ad esempio agitare un pugno in segno di rabbia. Altri gesti, quasi sempre inconsapevoli e non portati a termine, vengono usati dalle persone quando si trovano in particolari circostanze per soddisfare e controllare i bisogni, stati emotivi, intenzioni. Rappresentano un modo per adattarsi alla situazione e, infatti, vengono definiti come gesti d'adattamento. Le diversità nell'uso e nel significato dei gesti possono portare di frequente a dei fraintendimenti, rifiuto e intolleranza verso persone che appartengono a gruppi culturali e etnici differenti; questo è spesso dovuto a una scarsa conoscenza o a un'errata interpretazione della loro cultura, ma anche nella loro lingua e del loro comportamento non verbale.



# l'ultimo sguardo ALL'ESTATE

Dai locali al cibo, dalla moda ai personaggi. Tutto quello che ha fatto tendenza nelle Marche in quest'estate in dirittura... d'archivio.

Dopo che il rigore freddo dell'inverno, scemando dolcemente (quest'anno neanche tanto...), ci aveva condotti al piacevole risveglio primaverile, ecco che l'estate ci travolgeva, lasciandoci senza respiro: solo qualche mese fa eravamo tutti lì, "eccitati" e "rapiti" da quell'aria piena di colori e profumi, presi dalla voglia di "leggerezze" e di evasioni, invasi dalla smania di acquistare costumi e cagnani, catturati dalla cosid-

detta sindrome del "travel agency tour"... e, in men che non si dica, eccoci qua: l'estate è ormai agli sgoccioli! Ed ora, tornati dalle ferie e richiuse le valigie in soffitta, per evitare che la frizzante euforia estiva abbandoni repentinamente i nostri cuori, mentre ci aggiriamo ancora tra foto, souvenir e cartoline, tuffiamoci in una "retrospettiva" di quelli che sono stati gli imperativi della stagione nella nostra regione: i colori indossati, i sapori gustati, le tendenze seguite, i vip e i personaggi criticati, i



di Letizia Carella

locali che hanno "tirato" e i ristoranti-rifugio dopo lunghe e afose giornate trascorse sotto il solleone...

Iniziamo con un vero ever green, è infatti sempre il primo a fare capolino sul palco scenico dell'estate: più che una tendenza è un classico intramontabile a cui tutti, almeno una volta (se non di più...), ci siamo lasciati andare: è l'amore estivo in tutte le sue infinite "gradazioni", dalla simpatia, all'invaghimento, fino al vero e proprio "raptus" di passione. Del resto l'estate è da sempre il momento più "adatto" per dare vita a storie e "storielle" di vario tipo, perché ci si sente leggeri leggeri, l'aria si fa piacevolmente "frizzante" e... e poi ci sono i raggi del sole! Avete capito bene, sono loro la causa di tutto; e sembra anche che sia scientificamente provato! Meglio allora non abbassare mai la guardia (vale anche per le coppie collaudate): in una bella giornata assolata a qualcuno è di sicuro capitato di dimenticare l'olio abbronzante, le pinne e... il proprio partner...

E allora, la parola d'ordine è: seduzione, seduzione, seduzione! Non è forse quello che tutti, più o meno consapevolmente, cerchiamo? Sì, sedurre! Non è forse per questo che, nati appiccicati sulle vetrine, occhi (falsamente indifferenti) pronti a captare i segnali dei modaioli, mani che sfogliano riviste, ancora prima dell'inizio di una nuova stagione, cominciamo a tenerci informati e a documentarci sulle nuove tendenze (lo stiamo forse già facendo per l'inverno??)? E tutto questo ci conduce ad una constatazione di fatto: **i marchigiani adorano vestire alla moda, amano seguire le tendenze** e, in base a quanto afferma qualche locale "osservatore", sarebbero proprio le donne le "seguaci" più "attente". Le Marche sembrano essere in generale una regione alquanto "sui generis" a riguardo: in un panorama tutto sommato "classiceggiante" (intendendo per "classico" il diffondersi uniforme di una tendenza, che



"... nella nostra regione capita addirittura di acquistare prima la scarpa e poi l'abito!"

diventa quindi "normale"; un esempio: i capelli degli uomini, ormai raramente rasati, ma quasi sempre lunghetti), emergono, da un lato, quelli che seguono le tendenze in maniera soft e pacata, dall'altro i "pazzi", quelli che si fanno notare per stranezza ed eccentricità. Volendo poi fare un'analisi geografica a riguardo, sembra che siano **le Marche del sud le più "dotate" di gusto nella scelta di abiti e accessori, forse perché "masticano quotidianamente la moda"** – sottolinea Carlo, art director del Miu Miu - lì sono presenti le grandi aziende e lì si acquisisce un "occhio" più attento". Non per nulla sono proprio le scarpe (per lo più fabbricate in provincia di Macerata e Ascoli Piceno) a fare da padrone: "Le scarpe che i marchigiani

indossano sono sempre all'ultimo grido, sono scarpe "locali" e di pregio – fa notare Cristina, bar girl del Babaloo – nella nostra regione capita addirittura di acquistare prima la scarpa e poi l'abito!"

Ecco allora i risultati delle nostre incursioni estive in giro per locali, spiagge, ristoranti e concerti, ecco i risultati del nostro "monitoraggio". Non possiamo che iniziare parlando di righe, le vere "regi-nette" dell'estate: le abbiamo trovate ovunque (abiti, accessori, biancheria e oggetti di design). Altro "must" il "lascio vedere e intravedere", come conseguenza naturale del "minimo e impalpabile": gonne, camicie e abiti leggeri leggeri, realizzati in chiffon stropicciato, fiorato o leopardato, arricciato, micro e trasparente... a volte un po' irriverente (alzi la mano chi non si è scoperta le spalle, la schiena o il pancino!)... E poi ancora: la camicia in tutte le sue versioni (etnica, orientale o total white), il versatilissimo denim, il morbido e svolazzante pareo, il turchese e le frange, lo stile capri con pants e infradito, le stampe colorate anni '70, le zeppe e le care vecchie "All Stars", sì, proprio loro, quelle del liceo...





Volendo poi puntare lo sguardo anche sui nostri "ometti" ... non erano carini vestiti anche loro, (immaneabilmente) di righe che si muovevano in tutte le direzioni? E quei braccialetti in cuoio e metallo o fili colorati? E i boxer stretch? E i jeans vintage con le camicie fuori dai pantaloni? Morale: **un gusto invidiabile quello marchigiano, scelte attente ma soft, le nostre, scelte perfettamente in linea con le tendenze nazionali, ma "rivisitate"** con quel quid in più.

**E** oltre all'amore per l'abbigliamento giusto, ne abbiamo anche un altro: quello per i posticini particolari, speciali, unici. E' probabilmente sull'onda di quella che si configura ormai come una necessità, che nelle Marche, negli ultimi anni, hanno aperto (o riaperto) i battenti locali, discoteche, chalets e ristoranti di ogni tipo, tutti diversi, ma con un massimo comun denominatore: essere ambienti piacevoli e adatti a chi si vuol far coccolare e viziare. Eccoci dunque, quanto a tendenze, in pole position: nato negli Stati Uniti, **anche da noi si sta diffondendo il cosiddetto nesting** (dall'inglese "nest", nido), ovvero il



gusto per tutto ciò che è intimo, confortevole, comodo e, allo stesso tempo, superaccessoriato per il soddisfacimento di ogni nostra necessità e di ogni nostro desiderio. Mi viene in mente, a riguardo, il Cigar Bar (l'unico in regione) del Babaloo di Porto Potenza Picena (MC), con la sua atmosfera soft, elegante e anche un po' d'élite: fantastici quei "lettoni" su cui sedersi, stendersi o accucciarsi sorvegliando un brandy invecchiato, fumando un sigaro o parlando con gli amici. Accogliente, romantica e colorata, invece, l'estate del Miu Miu di Marotta (PU), con il suo cortile di Santorini interamente e perfettamente ricostruito nel cuore delle Marche. Interessanti poi gli angolini-chiacchiera del Mahé di Pedaso (AP) e quelli del Go Go Tiburon di Porto S. Elpidio (AP): tutti immersi in un distensivissimo verde e alternati alle piste su cui scatenarsi senza rischiare il soffocamento (dato che sono all'aperto). Questa voglia di riappropriarci di comodi e intimi spazi privati e di farci coccolare senza pensare a nulla ci conduce ad una sorta di fuga verso mete un po' "decentrate", verso locali scenografici ed accoglienti, in grado di soddisfare l'amore per il bello e per il comodo di noi marchigiani un po' viziati.

Tra i posti che sono stati teatro di lunghe e tranquille chiacchierate tra amici e spasimanti, mi va di ricordare, ad esempio, Castel di Luco ad Acquasanta Terme (AP), dove, prima di gustare le prelibatezze della casa, è possibile effettuare una romantica visita guidata del castello. C'è poi Il Vecchio Granaio a Treia (MC), dove si cena sotto i porticati o accanto alla magnolia situata al centro della vecchia aia: mattoncini, vecchi tavoli e un cielo stellato come soffitto o ancora il Merlo Nero a Mergo (AN), vecchia taverna arroccata su una collina e arredata in stile "vecchie Marche" con bilancine d'epoca e vecchi lumi.

**L**estate appena trascorsa è stata per noi marchigiani piena di voglia di un divertimento sano, positivo e frivolo, **un divertimento che, secondo qualcuno, rievoca un po' quello degli anni '60**, "leggero" e frivolo. Ma divertirci qui da noi significa anche mangiare bene e la tradizionale cucina contadina, saporita e sostanziosa, sembra fare ancora la parte del leone, apprezzata com'è dai più



giovani, come dai più anziani; non si disdegnano però cenette con menù particolari, magari un po' etnici, né le svariate sperimentazioni che i nostri chef ci propongono; non dimentichiamoci poi della pizza, orgoglio nazionale, che ormai anche i sommelier più "tradizionalisti" consigliano di accompagnare ad un buon vino (e mi sembra che nella nostra regione non manchi!).

E poi gli allegri e profumati cocktails: vodka e succhi di ogni tipo hanno riempito i bicchieri di tanti di noi. E, per non dimenticare un'estate così bella come quella del 2002, niente di meglio di un revival di personaggi e vip che hanno girovagato per la regione, dividendosi tra discoteche, concerti e partite di beneficenza. Un po' tutti, da Wendy Ingerman, a Paolo Calissano, a Elisa, a Paolo Conte, a Teo Teocoli, a Panariello, a Giobbe Covatta, a Barbara Chiappini, a Corrado Tedeschi, a Gigi Sammarchi, sembrano avere apprezzato "l'ambiente naturale" e la sua accoglienza, il cibo e i localini, ma soprattutto la "popolazione autoctona"... pare che... proprio a Panariello sia sfuggito un "mica male le donne marchigiane"... immaginatelo in toscano...

giovani, come dai più anziani; non si disdegnano però cenette con menù particolari, magari un po' etnici, né le svariate sperimentazioni che i nostri chef ci propongono; non dimentichiamoci poi della pizza, orgoglio nazionale, che ormai anche i sommelier più "tradizionalisti" consigliano di accompagnare ad un buon vino (e mi sembra che nella nostra regione non manchi!). E poi gli allegri e profumati cocktails: vodka e succhi di ogni tipo hanno riempito i bicchieri di tanti di noi. E, per non dimenticare un'estate così bella come quella del 2002, niente di meglio di un revival di personaggi e vip che hanno girovagato per la regione, dividendosi tra discoteche, concerti e partite di beneficenza. Un po' tutti, da Wendy Ingerman, a Paolo Calissano, a Elisa, a Paolo Conte, a Teo Teocoli, a Panariello, a Giobbe Covatta, a Barbara Chiappini, a Corrado Tedeschi, a Gigi Sammarchi, sembrano avere apprezzato "l'ambiente naturale" e la sua accoglienza, il cibo e i localini, ma soprattutto la "popolazione autoctona"... pare che... proprio a Panariello sia sfuggito un "mica male le donne marchigiane"... immaginatelo in toscano...



# PASSEGGIANDO a Londra

(con le marche nel cuore)

danza



Londra – Hyde Park, Lunedì 15 luglio 2002 – ore 17,30

Sono seduta su una panchina con l'intento di continuare la mia lettura de Il grillo del focolare di Charles Dickens, autore che più di altri ha saputo tracciare, con le sue descrizioni d'ambiente, un quadro insuperabile della Londra dell' '800 facendone rivivere le atmosfere, ma ho con me il block notes e preferisco annotare qualche impressione del mio viaggio.

L'aiuola davanti a me è un tripudio di colori ed un bel sole riscalda questa tersa e limpida giornata londinese. Per la verità la settimana scorsa le giornate non sono



state né calde né assolate bensì bagnate da una pioggerellina leggera ed intermittente. Una famiglia italiana, con due bambini, davanti a me aspetta che uno scoiattolo scenda dall'albero dove si è arrampicato e da dove si guarda bene invece dal farlo per lasciarsi osservare da vicino. C'è molta gente in giro e distesa sull'erba a prendere il sole.

Mi trovo in Inghilterra per frequentare, come da qualche anno a questa parte, un corso di lingua inglese per insegnanti. D'altra parte questa nazione sta utilizzando l'internazionalità del suo idioma come importante veicolo di incremento turistico, commerciale e quindi economi-

## IL "METODO" CECCHETTI

**Enrico Cecchetti** nacque a Roma nel 1850 da Cesare e Serafina Casagli, ma trascorse gran parte della sua vita a Civitanova Marche, città che alla memoria del grande maestro dedica una piazza ed un teatro. Debuttò alla Scala di Milano nel 1870, tappa iniziale di una luminosa carriera che lo portò in tournée in tutta Europa. Dal 1890, oltre che ballerino, accetta anche l'incarico di maître de ballet, ossia insegnante di ballo. Insegnò presso la Scuola Imperiale di Varsavia e di San Pietroburgo, dove aprì una scuola privata e fu per diversi anni l'istruttore personale della celebre ballerina Anna Pavlova.

Lavorò ed aprì una sua scuola a Londra, la Cecchetti Society, e, di ritorno in Italia, dal 1925 fu maître de ballet alla Scala di Milano. Nella carriera artistica di questo eccelso interprete e innovatore del balletto classico del primo '900, spiccano inoltre numerose collaborazioni prestigiose e grandi riconoscimenti ottenuti in ogni angolo d'Europa. Molti



Il Maestro Enrico Cecchetti con Magda Cella e Gisella Caccialanza alla Scala nel 1927 (foto archivio Livia Brillarelli)

dei suoi allievi divennero artisti leggendari, brillanti insegnanti, coreografi geniali e fondatori e direttori delle compagnie più importanti del mondo.

Enrico Cecchetti, spentosi nel 1928, lascia al mondo della danza una preziosa eredità: quel suo "Metodo Cecchetti" che ancora oggi è in grado di accrescere notevolmente il livello tecnico ed espressivo dei danzatori e di porsi

danza

come ispirazione per gli insegnanti. Si tratta di un metodo scientifico che presenta un programma ben definito di esercizi quotidiani per ogni giorno della settimana, atto ad insegnare al ballerino come adoperare correttamente il proprio corpo con un coinvolgimento muscolare ottimale, massimo controllo e totale padronanza della cinetica. Il danzatore istruito secondo questo metodo sviluppa fluidità, ampiezza ed armonia di movimento, purezza, forza, coordinazione e velocità; libero da limiti tecnici può esprimere una maggiore sensibilità e qualità di movimento, qualità necessarie per la corretta esecuzione del vocabolario classico, neoclassico e contemporaneo, ed è preparato ad interpretare ruoli sempre diversi. Cecchetti è stato il primo a formulare una metodologia scientifica per l'insegnamento della danza, inserendovi elementi di bio-meccanica. Lo stile di danza secondo il Metodo Cecchetti è semplice, coordinato e naturale, di quella naturalezza che nell'arte è conosciuta nel mondo come una grande qualità italiana.

di Giulietta Bascioni Brattini

co e il numero degli 'studenti' in questo periodo, secondo me è di gran lunga superiore a quello dei semplici turisti. Quest'anno sono a Londra per quindici giorni e sto imparando a muovermi in questa città-labirinto abbastanza velocemente ed a conoscerla meglio. Mi sembra comunque che ci siano ancora tante Londra da scoprire, in cui immergersi, le tante Londra che "si sono succedute nei secoli", come afferma Mario Maffi, studioso di letteratura americana e di culture urbane "dalla vaga trama di sentieri che univano i villaggi dei britanni alla città romana, da quella medievale alla Londra devastata dal Grande Incendio del 1666, dalla capitale vittoriana, con le sue stazioni-cattedrali, a quella bombardata durante la seconda guerra mondiale a quella moderna opulenta e trionfalistica (Millenium Dome, Millennium Wheel)".

Le amiche di San Benedetto del Tronto Sandra, Luana e Francesca sono partite dopo una settimana di studio, di 'vagabondaggi' culturali e di sortite a spettacoli veramente interessanti come la "The Complete Works of William Shakespeare" al Criterion Theatre,

interpretato in chiave umoristica dalla The Reduced Shakespeare Company ed un indimenticabile spettacolo di danza al Royal Theatre. La Londra che sto visitando, da sola, dall'alto dell'autobus a due piani che si muove goffamente ma allo stesso tempo agilmente attraverso i più inattesi scorci di bridges, gardens, squares, lanes, streets..., mi permette di scoprire, anche casualmente, quartieri e strutture a me sconosciute (Banglatown, in Brick Lane, St. Pancras, la modernissima New British Library...) oltre che di rivisitare le mete obbligate Westminster, la City, il Tower Bridge, Trafalgar Square, Piccadilly Circus, la Torre, Regent Park, il Globe.... Il tempo sembra non bastare mai poi per ripercorre le sempre emozionanti mete artistiche quali il British Museum, la National Gallery e la deliziosa National Portrait Gallery, la meno nota Galleria dei dipinti, sculture, fotografie dei personaggi inglesi dal '500 ad oggi, l'enorme Galleria d'arte moderna Tate Gallery, ricavata dalla centrale elettrica abbandonata, dove si può ammirare in questo periodo anche una interessante mostra di Picasso e Matisse, il Natural History Museum ecc.



“...la tecnica è basata sulla impostazione del grande Maestro di danza Enrico Cecchetti, alla cui dinastia Civitanova Marche ha dato i natali...”

Ma tra le tante suggestioni vissute prepotente riemerge il ricordo dello spettacolo del Royal Ballet School, l'“Annual Matinée Performance” di sabato 13 Luglio presso la Royal Opera House, l'imponente, maestoso, sontuoso Teatro del Covent Garden. Lo spettacolo è stato dedicato quest'anno alla memoria di Sua Altezza Reale la Principessa Margaret, Contessa di Snowdon, per molti anni Presidente del Royal Ballet School. La danza di introduzione, eseguita in sua memoria, con l'orchestra diretta da Gavin Sutherland, è stata proprio “Princess Margaret's Strathspey”, di ispirazione scozzese, accompagnata dalla prima cornamusa di Sua Maestà la Regina Elisabetta. Sono seguiti numeri di straordinario valore artistico ed abilità fisica. Le esecuzioni di grande armonia e leggerezza erano coniugate ad una grande disciplina tecnica. L'emozione è stata maggiore anche perché la tecnica usata è basata sulla impostazione del grande Maestro di danza Enrico Cecchetti, alla cui dinastia Civitanova Marche ha dato i natali ed il cui ricordo è mantenuto vivo con tante importanti iniziative, tra cui “Civitanova Danza”, rassegna Internazionale di Danza. Il responsabile della Cecchetti Society Classical Ballet Faculty of the I.S.T.D. (Imperial Society of Teachers of Dancing) inglese è infatti Richard Glasstone che svolge il ruolo di Former Senior Teacher for Boys presso la

Royal Ballet School. In occasione del Convegno Internazionale sul Metodo Cecchetti che si è tenuto a Civitanova Marche nell'Aprile del 1999 Richard Glasstone ha detto: “Alle soglie del nuovo millennio, noi devoti del grande patrimonio lasciatoci da Enrico Cecchetti, possiamo guardare indietro con orgoglio a più di un secolo di risultati artistici. Ma possiamo anche guardare avanti verso un futuro ricco di rinnovamento e inventiva originale. Esso, in diverse maniere, riserverà delle cose che Enrico Cecchetti stesso non avrebbe potuto immaginare, però degli aspetti di questo futuro saranno saldamente basati sui principi importanti dell'insegnamento del Maestro”. E mentre le ovazione del grandissimo Teatro gremito in ogni ordine di posti rendeva omaggio ai bravissimi interpreti, tutti in scena per il Grand Défilé, non potevo non ripensare alle sue parole ed a quanto il Genio di Enrico Cecchetti è stato importante per tutto il mondo internazionale della danza e quanti meravigliosi risultati artistici ha prodotto e continuerà a produrre.

Mi accorgo che gli italiani se ne sono andati. Forse è tempo che anch'io mi incammini verso la fermata del bus che mi dovrà riportare verso Wells Street, una traversa di Oxford Street dove si trova il residence nel quale alloggioro. Questa sera la mia insegnante ha detto che non dovrò mancare al Tour sulle orme di Jack The Ripper (Jack lo Squartatore), nella zona di Whitechapel. In fondo mi piace questo andare indietro nel tempo, Dickens, Cecchetti, Jack...beh, forse il collegamento è un po' forzato. Ma Londra è anche questo: è tutto ed il suo contrario, un po' come accade nella celebre storia scritta da Robert Luis Stevenson la razionalità e distinzione dello scienziato Jekyll sono contrapposte al corpo animalesco, con pulsioni incontrollabili di mister Hyde.





# UNA GITA a...



Questo mese Classe Donna vi porta a scoprire gli affascinanti panorami e i suggestivi scorci medievali di un paesino dell'entroterra Anconetano: Piticchio.

**P**iticchio è un castello medievale a 400 metri di altitudine, sullo sfondo del tipico paesaggio collinare marchigiano. Le sue origini risalgono al secolo XII. E' edificato su un poggio circolare racchiuso da mura e sopraelevato rispetto alla campagna circostan-

te. Al suo interno è costituito da edifici separati da strette viuzze mattonate e lievemente digradanti rispetto alla sommità su cui sorge la chiesa parrocchiale. La perfetta conservazione degli edifici e dell'aspetto urbano originario, il fascino delle piccolissime stradine, i

di Martina Tombolini

suggestivi scorci panoramici di cui si gode dagli spalti, è sembrato ai promotori lo scenario naturale per organizzare una manifestazione dove l'uomo riacquista la coscienza della propria natura e dove il passare del tempo e la continua evoluzione della scienza sono al servizio dello stesso e non contro l'essere umano. **Parliamo della prima edizione del "Meeting del Benessere"**, che si è svolto lo scorso mese di giugno quando, per due giorni interi, il borgo ha letteralmente "staccato la spina", isolandosi dal mondo e consentendo ai suoi ospiti (complici gli abitanti del paese) di vivere un'esperienza unica nel suo genere. Un evento così importante a



"... è costituito da edifici separati da strette viuzze mattonate e lievemente digradanti rispetto alla sommità su cui sorge la chiesa parrocchiale..."



“...nel paesino dei sogni quasi al capolinea della statale “Arceviense”, decine di giapponesi, attratti da musica, danze, atmosfere fuori dal tempo e da un cibo, rigorosamente biologico...”



**E** alla fine sono arrivati anche loro, attirati dalle bellezze storiche e naturali del posto, ma anche dall'evento che ha fatto sì che a Piticchio si vivesse in un clima magico ed irripetibile. Impossibile quindi – loro malgrado – da copiare. Ma, ne siamo certi, ci proveranno ugualmente e magari anche a Tokyo o ad Osaka si

parlerà di Piticchio d'Arcevia. Ad arrampicarsi fin quassù, nel paesino dei sogni quasi al capolinea della statale “Arceviense”, decine di giapponesi, attratti da musica, danze, atmosfere fuori dal tempo e da un cibo, rigorosamente biologico. Una “full immersion” insomma a Piticchio, trenta abitanti o poco più, per due giorni trasformatasi

nel Paese del Benessere totale: un benessere però non improvvisato, ma piuttosto ricercato, intenso, vero:

**meditazioni e massaggi, cristalloterapia e musicoterapia, linguaggio del corpo e della mente per liberarsi dal quotidiano** e, soprattutto, da se stessi. Gli Amici di Piticchio (l'Associazione organizzatrice) ci sono riusciti: era una scommessa – condivisa in oneri ed onori con la cooperativa “La Terra e Cielo” – che ha dato un segnale importante nel territorio, marchigiano e non solo, dimostrando (soprattutto alle istituzioni) che la volontà e l'entusiasmo valgono più di tanti discorsi.

**E**d è stato bello incontrare bambini biondi dagli occhi azzurri o moretti con gli occhi a mandorla mentre sorridevano insieme ai loro genitori (parliamo dei tanti stranieri giunti a Piticchio) per le esilaranti performance di clown improvvisati ma non per questo meno efficaci, o di attori di strada, animatori e danzatrici africane; oppure gli occhi, non meno sbalorditi, **degli anziani del posto che quasi stentavano a riconoscere vicoli e piazzette trasformate con spighe di grano, girasoli, mandale di pietra; ed ancora bandierine tibetane “intrise” di incenso** a circondare le mura del Castello medioevale, che sventolavano, più che per il vento (quasi assente), per le magnifiche note della Danza delle Emozioni composta dal Maestro Oliver Kuscas. La seconda giornata del Meeting, ha lasciato più spazio alle visite degustative ed alle cantine, riaperte per l'occasione, dando la possibilità ai visitatori di scoprire angoli ignoti e suggestivi di questo borgo straordinario e facendo sembrare ancor più buoni i prodotti offerti dai “cantinieri”. Non solo vino però: dolci fatti in casa, degustazioni di olio crudo extravergine e biologico, seitan e miglio hanno fatto riscoprire il piacere del naturale e, perché no, dello stare a tavola che qui – a Piticchio – ha assunto i toni di una vera e propria meditazione.

cui il Ministro alle politiche agricole Gianni Alemanno ed il sottosegretario all'economia Mario Baldassarri non sono voluti mancare.



**C**on l'insediamento in zona della cooperativa “La Terra e il Cielo”, ai membri dell'associazione “Amici di Piticchio” era apparso subito importante unire le due potenzialità in modo da raggiungere entrambi, nel miglior modo possibile, i propri scopi. Obiettivo di questa associazione, nata nel 1985, senza finalità speculative, è in realtà quello di promuovere e valorizzare Piticchio, creare eventi che possano permettere la raccolta di fondi da destinare alla protezione e conservazione del centro storico e dell'ambiente circostante. Fin dalla nascita, questa associazione ha organizzato nel mese di Novembre, una manifestazione denominata “Festa d'Autunno”, una delle prime dell'intera regione giunta ormai alla 17ma edizione. L'impegno economico da sostenere è diventato enorme, visto che partecipa con l'amministrazione comunale al rifacimento di parti importanti del castello, oltre che alla sua manutenzione ordinaria. In conclusione, il tentativo è quello di rendere Piticchio più attraente per attirare più persone, raccogliendo così i primi fondi per migliorarlo sempre più.





# l'arte orientale della DIFESA

“E così, a Osimo, città dei “senza testa”, è nata la “filiazione” della scuola giapponese di Iwama, il “doyo”, ovvero il luogo dell' arte dell'aikido...”

La chiamano la città dei “senza testa”, e il fatto piuttosto originale che un pezzo di Giappone con le sue antichissime tradizioni sia approdato proprio qui, potrebbe rendere profetico il detto. Ma Paolo Nicola Corallini, cittadino di Osimo, dentista “tra i rari stupidi dentisti che non cercano soldi”, dice di sè, ed erede di un grande maestro dell'aikido, la testa ce l'ha. Anche se alla ragione quest'uomo riflessivo e “maniacale” (come lui stesso si definisce), 51 anni, credente, un figlio che segue le sue orme e una moglie comprensiva che non lo ostacola, anzi, unisce una passione che ha seguito un percorso tutto particolare, e che lo ha portato, quasi 35 anni fa, dalla curiosità per le arti marziali allora in voga e per i film di kung fu, a diventare il “figlio” spirituale del maestro Saito, a sua volta erede del fondatore dell'aikido, Morihei Ueshiba.

E così, a Osimo, città dei “senza testa”, è nata la “filiazione” della scuola giapponese di Iwama, il “doyo”, ovvero il luogo dell' arte dell'aikido, e lo studente marchigiano che cercava sicurezza in se stesso rappresenta ora a livello internazionale il maestro Saito, morto alcune settimane fa. Come sempre in Oriente, l'attualità e la tradizione si mescolano, e così, mentre a pochi chilometri da Iwama, patria di quella “grande alchimia spirituale” che è l'aikido,

si svolgono i mondiali di Calcio, l'antica arte, fa capire il dentista “convertito”, **potrebbe entrare nella realtà di ogni giorno, essere materia di insegnamento nelle scuole militari, aiutare le donne a respingere aggressioni, gli anziani a mantenere viva la memoria**, tutti a conservare un perfetto equilibrio psico-fisico. Oltre 6.000 appassionati in Italia, distribuiti fra circa 200 società, almeno 23.000 nei Paesi che Corallini visita in virtù del suo ruolo (in Europa, Africa, Balcani, nord dell'ex Urss, Polinesia e Australia). “Perchè il fine dell'aikido -spiega- non è sovrastare, ma conoscere la violenza per diventare amici. D'altra parte, il primo ideogramma della parola “aikido” significa “amore”. “Normalmente -aggiunge- si identificano le arti marziali con la violenza, per la derivazione da Marte, dio della guerra. Ma, all'origine, questa è la via del cavaliere, che incarna la virtù della protezione. Il cavaliere esperto d'armi, che le mette a servizio del bene”. Anche in un'epoca come questa? “A maggior ragione: bisogna rendersi conto -risponde- della preziosità della vita, e del fatto che l'uomo è ponte, 'pontefice', tra la terra e il divino”.

Corallini non esclude, anzi vede di buon occhio, il fatto che questa disciplina possa essere appresa anche dalle nostre forze di polizia: “Ho insegnato per 4-5 anni in

Inghilterra, e la mia allieva più brava era a Scotland Yard, dove l'aikido viene accettato come arte ufficiale, come in Giappone e in diverse scuole militari. Perchè è legittima difesa: non posso fare niente se non sono stato aggredito, e la risposta si dosa in base all'offesa ricevuta. Quando una persona è violenta, vuol dire che ha perso cognizione del proprio equilibrio. Questa disciplina dà il tempo di riappropriarsene”.

L'aikido, fusione di 7 arti marziali di tradizione, si pratica a mani nude, con un complicato codice “d'onore” a seconda dell'aggressione, stando in ginocchio, o con il bastone e la spada se l'avversario è munito di bastone o spada. Da Corallini **vanno persone di ogni età, dai 18 ai 60 anni (“i bambini sono più portati alla competizione e al gioco”), e a praticare quest'arte è ben il 35% delle donne**. Per difesa? Anche, ma soprattutto perchè, commenta lui, le donne hanno facoltà mentali più sviluppate, e quella sensibilità, il fine intuito psicologico che servono per praticare l'aikido. Inoltre, esso ha valenze immense dal punto di vista neurofisiologico, perchè obbliga a eseguire le tecniche sia a destra che a sinistra, sviluppando entrambi gli emisferi. Corallini non ha un “nome d'arte”: “Sono Paolo Nicola”, risponde asciutto e ironico. Ma il maestro Saito lo chiamava “kodomo”, figlio, ecco perchè gli ha lasciato questa grande eredità. “Quando lo conobbi fu come l'annuncio alla Madonna: sono a casa, pensai, questa è la luce. Continuerò sulla sua strada finchè avrò un alito di vita”.



# il TANGRAM

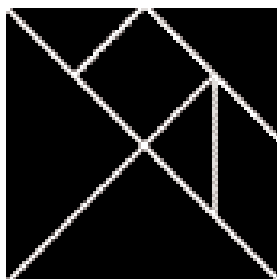
## un gioco senza tempo

Con Classe Donna questo mese in regalo c'è il Tangram, un semplice gioco d'accostamento all'apparenza e una sfida alla vostra abilità, se avrete la pazienza di tentare. Provare per credere!



Il Tangram è un antichissimo gioco cinese che risale al 740-730 a.C., conosciuto anche coi nomi di "puzzle cinese", "tavoletta delle verità", "tavoletta delle sette astuzie" o "tavoletta delle sette pietre della saggezza", in quanto si diceva che la padronanza di questo gioco potesse essere la chiave per ottenere saggezza e talento.

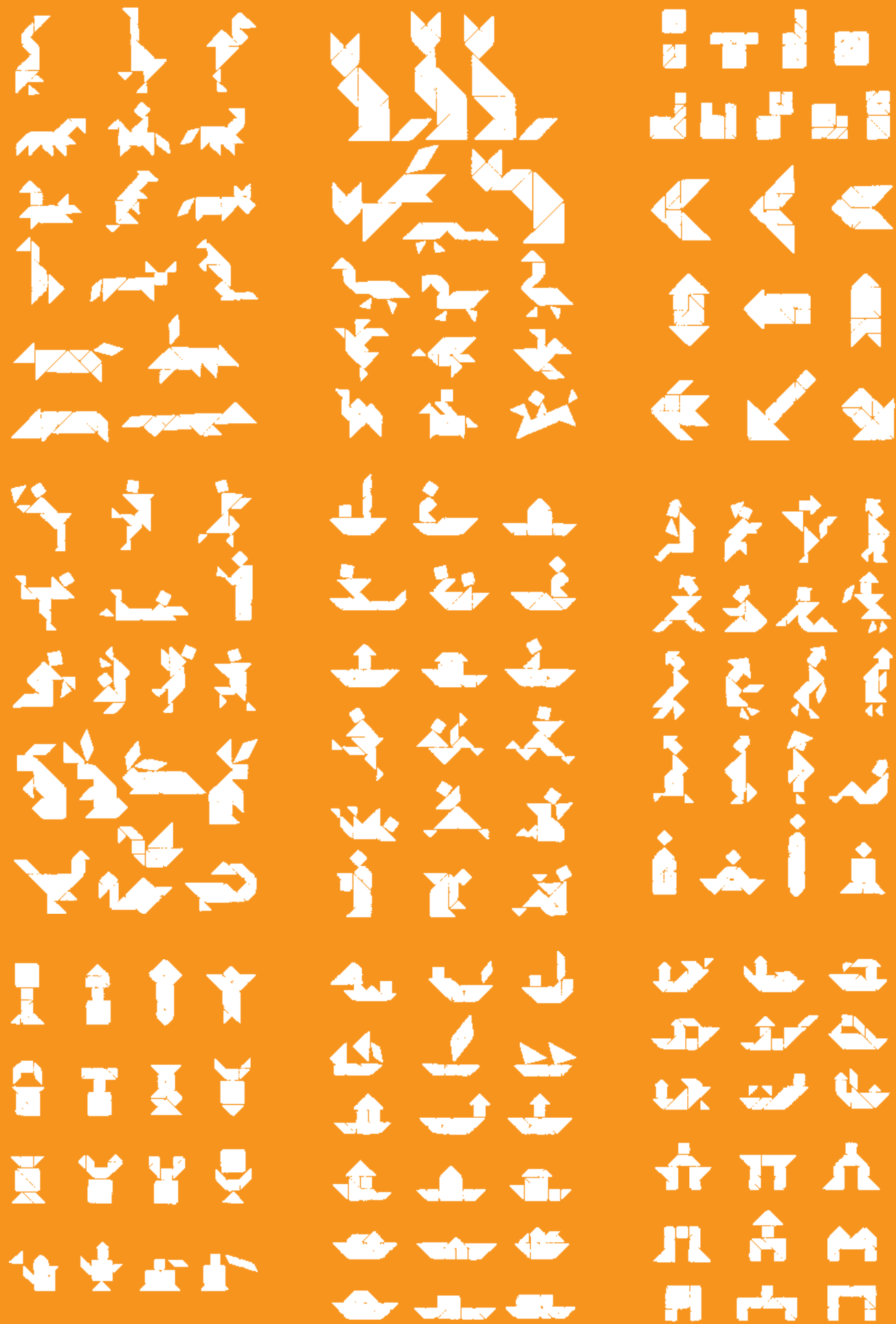
Ottenuto dalla scomposizione di un quadrato in sette forme geometriche – cinque triangoli, un quadrato e un parallelogramma, che possono essere realizzati in diversi materiali – il Tangram è un gioco senza tempo, conosciuto in tutto il mondo, sul quale sono stati pubblicati centinaia di libri con migliaia di possibili problemi e relative soluzioni. Dalle forme geometriche, agli animali, a case, persone o oggetti di ogni tipo, il suo scopo rimane lo stesso, **quello di accostare i sette elementi in modo da riuscire a formare la figura che si desidera realizzare**. E le regole sono semplici: le figure devono essere composte **utilizzando tutti e sette gli elementi, che non possono essere sovrapposti** uno sull'altro, e naturalmente bisogna riprodurre esattamente la figura che si prende come esempio.



Presto vi renderete infatti conto che basta veramente poco nel modo di comporre le figure per crearne una completamente differente, e questo è l'aspetto più affascinante del Tangram: quello di stimolare l'abilità e la pazienza del giocatore, ma volendo, anche la sua fantasia nell'inventare sempre nuove personali combinazioni, oltre a quelle che vi vengono proposte. Un gioco utile e istruttivo insomma, adatto anche per i vostri bambini, che, vedrete, se ne staranno buoni tutti intenti a dar sfogo alla loro immaginazione semplicemente combinando insieme sette tasselli. Trovate **a pagina sinistra una serie di figure composte (i problemi) e sulla pagina successiva le relative soluzioni**. Questi non sono che un piccolo esempio delle infinite possibilità di combinazione realizzabili con il Tangram, il resto alla vostra fantasia. Ma prima ancora un avviso: non gettate la

spugna troppo presto. La pazienza e la perseveranza sono le virtù dei forti, e possono scaturire anche da un "semplice" giochino. Che dire poi di Napoleone Bonaparte, che durante il suo esilio nell'isola di Sant'Elena pare ne divenne un appassionato giocatore? Osservate quindi le figure da imitare, date un'occhiata ad alcuni esempi di soluzioni e mettetevi alla prova.





# RAKU!

Che le Marche abbiano antiche tradizioni per la lavorazione della ceramica è ormai un fatto assodato. Molti, infatti, sono i centri in cui questa usanza si tramanda da secoli. Ciò che incuriosisce è, invece, il diffondersi di una particolare tecnica di lavorazione che proviene dal Sol Levante e che miete molti proseliti: la ceramica Raku.

In questa pagina opere di Paolo Lusenti

Il termine "Raku" designa una particolare tecnica ceramica nata in Giappone nel XVI° secolo. Il suo ideatore, Chojiro, diede origine ad una dinastia di ceramisti che da quindici generazioni continua a tramandare la tradizione: la dinastia Raku, appunto. In Giappone questa tecnica è legata fin dalla sua nascita alla cerimonia del tè (cha-no-yu), ed ogni oggetto è il risultato di una precisa successione di operazioni che acquistano un carattere quasi "rituale". Dopo la pubblicazione del libro di Bernard Leach "Potter's Book" la tecnica Raku si è diffusa nel mondo occidentale, subendo radicali trasformazioni. La particolarità del Raku sta nel fatto che **i pezzi sono estratti dal forno ancora incandescenti per essere sottoposti ad una serie di interventi**. Molti ceramisti agiscono modificando di volta in volta il procedimento apportando varianti personalizzate al fine di ottenere effetti sempre nuovi e spesso non del tutto prevedibili. La ceramica, nata quindi come mezzo pratico per gli usi quotidiani, è diventata, col passare degli

anni, un'espressione artistica. Le ciotole, fatte per essere utilizzate come contenitori, divennero oggetti che esprimevano i concetti Zen dei monaci che le creavano. Il Raku che oggi viene creato, è distante dalla tradizione originaria, ma riesce al contempo ad esprimere la tecnica appresa dagli Americani, studiata e praticata nelle loro Università e rinata carica di contenuti tecnici ed espressivi. La ceramica Raku, si differenzia dalla ceramica tradizionale per l'immediatezza e la duttilità dei risultati.

楽焼

L'ideogramma "Raku" tradotto significa "godimento, gioia, soddisfazione, liberazione". La sua vera origine è, però, legata a "Jurakudai", il nome dello stile architettonico tipico dell'epoca Momoyama, il periodo in cui Chojiro e Sen Rikyū diedero origine alla ceramica Raku.



## La tecnica Raku

Per la produzione di ceramica Raku è necessario l'utilizzo di argilla composta da un particolare impasto ceramico (fatto con dell'argilla refrattaria, cioè resistente a forti escursioni termiche), modellata con la tecnica a mano libera, a colombino, al tornio ecc., e plasmata nella forma voluta, fatta essiccare e cotta ad una temperatura di 980/1000°C (biscottatura), come la ceramica tradizionale (maiolica, terracotta, ecc.). La sua particolarità consiste nella secon-

in questa pagina, in senso orario, opere di: Gianluigi Mele, Christopher Mathie, Luca Leandri.



in questa pagina, opere di: Eloisa Lobello (in alto), Nathan Bray (a destra).

Info su: [www.ceramicaraku.com](http://www.ceramicaraku.com)



## La modellazione a mano libera

Una delle più antiche e tradizionali tecniche di modellazione della ceramica Raku è quella a mano libera. Motivo di questa scelta è il legame del Raku alla filosofia Zen. Con la diffusione del Raku nel mondo occidentale molti ceramisti l'hanno utilizzata per la produzione di oggetti di varia natura e non più soltanto per quelli legati al cerimoniale del tè.

In questa tecnica vengono utilizzate le sole mani partendo da una palla di argilla. Così il ceramista può trasmettere liberamente e direttamente la propria sensibilità nell'oggetto creato. Per ottenere una ciotola il pollice deve esercitare una pressione sulla palla d'argilla fino ad ottenere un incavo che arrivi ad un paio di cm. dal fondo. Tenendo la palla in una mano, con l'altra si comincia ad allargare il foro assottigliando a poco a poco le pareti e ruotando di tanto in tanto la ciotola fra le mani fino ad ottenere la forma desiderata.

## L'Associazione Raku Quattro Elementi

**S**piegare il perché l'uomo ha bisogno di esprimersi sarebbe troppo lungo. "E' bello dopo la morte vivere ancora". Questa frase esplica in qualche modo una necessità che nasce all'inizio dei tempi. Il connubio tra la libertà espressiva e la libertà tecnica è la spiegazione della nascita dell'Associazione Raku. L'unione di persone con capacità tecniche in diversi linguaggi o diverse esperienze artistiche, di ceramisti, semplicemente persone, che con il Raku possono esprimersi e creare sin dal primo incontro, entrando nell'affascinante mondo della ceramica Raku.

La sede sociale è a Urbino. Luogo di realizzazione delle opere, spesso e volentieri cielo amico e natura possibilmente incontaminata, piazze e manifestazioni. La denominazione sociale è nata dal nome di un maestro di questa tecnica in Giappone (RAKU). L'utilizzo di questo nome, forse improprio, è ormai entrato nell'uso quotidiano per definire la tecnica di ridurre i manufatti ceramici durante e dopo la cottura ed è associato ai quattro elementi ARIA, TERRA, ACQUA, FUOCO. Questi rappresentano il processo e la creazione di un'opera RAKU.

- **ARIA:** il controllo dell'elemento aria è significativo per la corretta decorazione dell'opera (tecnica della riduzione).
- **TERRA:** la madre terra, il suo fascino e la sua duttilità è il passaggio di un pensiero che prende forma.

- **ACQUA:** l'acqua in combinazione con la terra la rende plastica e modellabile.

- **ENERGIA:** l'energia che si sprigiona all'interno del forno permette il cambio della materia e viene impressa nell'opera ceramica.

I QUATTRO ELEMENTI: essenziali per la vita e fondamentali per il Raku interagiscono tra loro in ogni passaggio di questa tecnica. Il mutamento permette meravigliosi effetti ed innumerevoli espressioni artistiche.

Dal 1998 l'Associazione Raku Quattro Elementi organizza ogni anno la Festa della Ceramica Raku. Un evento sicuramente unico nel suo genere che vede insieme artisti, ceramisti, artigiani, formatori, studenti e semplici appassionati di questa particolare tecnica, provenienti da tutta Italia. La festa è strutturata come un laboratorio a cielo aperto, in cui il pubblico può operare e realizzare direttamente. L'Associazione dà la piena disponibilità a chiunque volesse partecipare alla festa, trovando sistemazione, attrezzatura e supporto logistico per le giornate della manifestazione.

Per frequentare i corsi o altre informazioni:

**Associazione Raku Quattro Elementi**  
Piazza della Repubblica 11 - Urbino (PU)  
Tel./Fax 0722320471  
[www.rakuitalia.com](http://www.rakuitalia.com) [info@rakuitalia.com](mailto:info@rakuitalia.com)

da cottura che differisce da qualunque altro tipo di tecnica ceramica, l'oggetto viene messo in forno e portato ad una temperatura di circa 800/900°C nel giro di circa mezz'ora. Nel Raku giapponese il biscotto viene sottoposto ad una seconda cottura che serve a vetrificare il rivestimento. Il pezzo, una volta raggiunta la temperatura di fusione dello smalto, viene estratto dal forno e lasciato raffreddare rapidamente all'aria aperta.

Nella tecnica tradizionale nulla è lasciato al caso, l'artista segue una precisa sequenza di operazioni che acquistano un carattere quasi rituale. La ciotola è sempre eseguita a mano, senza l'ausilio di particolari strumenti: in questo modo le mani possono esprimersi liberamente trasmettendo all'argilla la sensibilità dell'artista. Con la diffusione del metodo Raku nel mondo occidentale il vincolo con la cerimonia del tè si è perso e la tecnica ha subito profonde trasformazioni. L'introduzione di varianti personalizzate, la speri-

mentazione libera e continua, hanno fatto di questa tecnica ceramica un'importante mezzo di espressione artistica, anche se per le stesse ragioni lo stesso termine "Raku" ha perso a poco a poco il contatto con la sua origine. L'innovazione più importante rispetto alla tecnica tradizionale è quella che prevede una post cottura riducente anziché ossidante. Il pezzo viene estratto ancora incandescente e messo in un recipiente metallico contenente carta, segatura, foglie secche ecc. e subito chiuso con un coperchio. In questo modo l'oggetto brucia l'ossigeno all'interno del contenitore creando una forte riduzione. La reazione chimica degli ossidi metallici presenti nello smalto usato per la decorazione e anche quelli contenuti nell'argilla impiegata per la realizzazione del manufatto, i diversi materiali utilizzati per la riduzione, il tempo di cottura e le condizioni atmosferiche, creano riflessi e luminosità che fanno dell'oggetto Raku un pezzo unico ed irripetibile.



# la REGIONE informa

Ci sono anche i Comuni di Ancona e San Benedetto del Tronto fra le 54 città italiane che entro il 31 dicembre 2003 emetteranno quasi tre milioni di nuove carte di identità elettroniche, come prevede la seconda fase del progetto lanciato dai ministeri dell'Interno e dell'Innovazione. Ad Ancona le prime Cie (la carta elettronica si chiama così) vengono emesse in questo mese di settembre, gratuitamente, con durata quinquennale. A riceverle sarà una prima quota di cittadini, ma con gradualità la distribuzione riguarderà nel tempo tutta la popolazione dei due comuni. La Cie sarà una carta 'multiservizi', valida come documento di riconoscimento, tessera sanitaria e tessera valida per il voto.

carte d'identità

scuola

Grazie alle risorse stanziare dall'Unione Europea, la giunta ha approvato il progetto 'Scuole in rete', finalizzato alla realizzazione di una rete informatica tra gli istituti scolastici di competenza provinciale, la Provincia di Ancona e i Centri per l'impiego e la formazione. L'obiettivo è quello di favorire il controllo del fenomeno della dispersione scola-

stica, obbligo formativo, formazione professionale, dell'apprendistato e dell'incrocio tra domanda e offerta di lavoro. Il progetto prevede la fornitura e la configurazione, in ogni sede di istituto scolastico di istruzione secondaria superiore, di una stazione di lavoro completa di pc, con relativi software, e di stampante laser. Inoltre, ad uso degli studenti e

**treni** L'intesa raggiunta Regione e Trenitalia mira a sostenere e sviluppare il trasporto pubblico su rotaia, che nelle Marche ha fatto registrare, lo scorso anno, un incremento di viaggiatori del 16,3%, tra i più elevati dell'intera rete ferroviaria nazionale. Il nuovo accordo punta al progressivo innalzamento degli standard qualitativi del trasporto ferroviario. Nel corso di quest'anno, ad esempio, il 92% dei treni regionali può accumulare ritardi massimi di 5 minuti (contro il 90% previsto in precedenza), mentre la percentuale si eleva al 93% nel 2003. Un'altra novità riguarda la percorrenza. I 165 treni giornalieri, che circolano lungo i 380 Km della linea ferroviaria marchigiana, nei giorni feriali treni viaggeranno soprattutto lungo le tratte di maggiore affluenza: Pesaro-Ancona, Jesi-Ancona, Ascoli-San Benedetto-Civitanova-Ancona. Nelle ore di punta, è previsto un treno ogni mezz'ora. Nelle restanti tratte, a domanda più debole, viene facilitato il pendolarismo di lavoratori e studenti.

delle persone in cerca di occupazione, verrà realizzato un portale web congiunto scuola-Cif.



**PASTICCERIA**  
*Cognigni*  
**L'ARTE DEL DESSERT**

*Produzione artigianale - Buffet a domicilio*  
*Forniture per Bar e Ristoranti*

*40 anni di raffinata  
magica pasticceria*

Porto San Giorgio - Via Solferino, 2 - Tel. 0734.679393 - Fax 0734.685337 - E-mail: cognigni@yahoo.it

curiosando

Figlio di Pesaro e della nobile arte della maiolica marchigiana, vi presentiamo il grande ceramista **Ferruccio Mengaroni**, artista inquieto e profondamente brillante, invitandovi a visitare l'esposizione delle sue opere al Museo delle Ceramiche di Pesaro.



**Ferruccio Mengaroni** nacque a Pesaro il 4 ottobre 1875 in una serena famiglia borghese, eppure il suo temperamento irrequieto, impulsivo ed esuberante mal si coniugava con le aspettative dei suoi genitori. A 12 anni venne espulso



Piatto, maiolica, Fabbrica Mengaroni, 1910-15

da diverse scuole dei dintorni per "gravi atti contro la disciplina scolastica", quindi mandato nella storica fabbrica di ceramiche Molaroni ad apprendere l'arte del grande fuoco. Qui trovò la sua strada, quando si accese la sua passione per l'antica arte pesarese della ceramica. Tornato nella sua città natale, si costruì una propria fornace, e presto la sua produzione si diffuse in tutta Italia e all'estero, amato ed apprezzato da antiquari e collezionisti. Quest'artista così fervido fu il creatore di "invenzioni mirabilissime", sempre spinto dalla grande passione e dedizione nella ricerca di una forma superiore, e da un profondo tormento che per un periodo lo avvicinarono alla politica, della quale abbracciò le idee anarchiche.

La sua straordinaria tecnica e padronanza del colore, quella plasticità che sapeva infondere alle forme, quel saper dar vita a miniature come a



"Medusa", maiolica, 1925

colossi, quella profonda capacità di interpretazione dei modelli classici e al tempo stesso di dar vita a opere moderne e d'avanguardia per il suo tempo, gli valsero l'appellativo di Principe della Maiolica alla prima Biennale d'Arte Moderna Italiana di Monza nel 1923. Mengaroni era solito comporre i suoi mirabili colori prendendo pizzichi da vari cartocci e cartocchini senza

pesarli; quando gli si diceva di pesarli, rispondeva che la bilancia lo avrebbe tradito, perché egli poteva sentire i colori e i suoi componenti con le mani e con gli occhi, sensibilità questa che una bilancia non poteva avere.

La sua vasta e multiforme produzione culminò con l'ardua prova della colossale "Medusa", un enor-

curiosando...  
tra i personaggi illustri delle Marche



“La sua multiforme produzione culminò con l’ardua prova della colossale “Medusa”, un enorme tondo del peso di 12 quintali e di 10 metri di circonferenza...”

me tondo del peso di 12 quintali e di 10 metri di circonferenza con la raffigurazione della testa della Gorgone. Il 13 maggio 1925, mentre allestiva la sua esposizione per la seconda Biennale alla Villa Reale di Monza, una delle assi sulle



Targa, maiolica istoriata, 1922-23

Impossibile giudicare e rendersi ben conto della grandezza e dell’abilità delle opere di Ferruccio Mengaroni osservandole attraverso una fotografia, in quanto essa non può cogliere la natura vitale della ceramica, composta di colore, smalto, lustro, iridescenze, ecc. Prendiamo ad esempio i pavimenti del Mengaroni, nei quali egli sapeva meglio che altrove esprimere quel sentimento ornamentale spontaneo e vivace, sempre ricco di rinnovate serie di motivi. E ancora nei pavimenti è possibile ammirare una delle più alte qualità della sua arte: il sentimento musicale del colore. Una musicalità squisitamente espressa nel contrappunto e nell’armonia tra gli accordi delle tonalità del colore e la loro magica risonanza sul fondo. Ammirare questi spettacoli in fotografia senza avere un’idea della sensazione che possono trasmettere dal vero, non può rendere giustizia a questo “Principe della Ceramica”.

#### FERRUCCIO MENGARONI AL MUSEO DELLE CERAMICHE DI PESARO

Fino al 30 dicembre 2002. Museo delle Ceramiche di Pesaro, piazza Toschi Mosca, 29. Orario: martedì e mercoledì 9.30-12.30, da giovedì a domenica 9.30-12.30, 16.00-19.00; lunedì chiuso; Ingresso 2,58 euro, gratuito fino a 25 e oltre i 65 anni. Info tel. 0721 387474



Caffetteria,, maiolica istoriata, 1917

quali veniva trasportata la gigantesca Medusa si spezzò e questa schiacciò il suo autore che così si spense. Solo qualche anno prima, nella sua primavera artistica, incise su una delle sue opere la frase “Un bel morir tutta la vita onora”, quasi un’ amara predizione della sua tragica morte.

Le immagini qui riprodotte sono state concesse del Comune di Pesaro/Servizio Musei



## Il basilico NELLA TRADIZIONE ASCOLANA

Sulla scia delle polemiche che infuriano tra la Nestlé e la Regione Liguria per il riconoscimento del marchio DOP al basilico genovese, ci è sembrato doveroso, visto che il basilico utilizzato dalla multinazionale proviene dalla nostra regione, fornirvi notizie sulle tradizioni che lo legano alla nostra terra.

Il basilico è sicuramente una delle piante più utilizzate nel periodo estivo per dare aroma alle vivande, simbolo ormai della cucina mediterranea. **Meno nota è la leggenda che lega Sant'Emidio a questa pianta.** Si

narra, infatti, che nell'oscurità della grotta dove fu rinvenuto il corpo del Santo, fiorisse una piantina di basilico che diffondeva il piacevole aroma. Da allora la tradizione vuole che il 5 agosto, giorno di S.Emidio, gli ascolani nel rendere omag-

**Il Basilico: erba regale.** E' una delle piante aromatiche più preziose in cucina. Il gusto è dolce, fragrante e sembra ancora più forte quando, in estate, il sole ne aumenta l'intensità. Le foglie più profumate sono quelle che si raccolgono poco prima la fioritura, poiché contengono una maggiore quantità di sostanza oleosa che ne determina l'aroma; le foglie più vecchie tendono ad avere un sapore più piccante.

**Un po' di storia.** Il basilico è un'erba regale di origine orientale. Il suo nome deriverebbe dal greco basilicòn che vuol dire regale e sembra che il basilico, la più mediterranea delle erbe usate in cucina, sia originaria dell'India. La sua introduzione in Europa la dobbiamo prima ai Greci e poi ai Romani. In Egitto fu utilizzata come uno dei componenti del balsamo usato per la mummificazione. Presso i Romani, oltre ad essere simbolo degli innamorati, figurava tra gli odori utilizzati in cucina.



gio alla tomba del Santo, prendano, per devozione, un rametto di basilico e, con un'antica usanza entrino in Duomo per la celebrazione dei Vespri solenni della vigilia tenendo in mano, appunto, la piantina profumata. "La notte di Santamidio sonete, cantete, ballete e magnate li taralli" recita un vecchio detto popolare che sintetizza in maniera molto efficace quello che accadeva fino all'ottocento, quando il "contado" si riversava in città per le festività in onore del Santo Patrono e in quella occasione era particolarmente sentita anche la tradizione del basilico.

Il 5 agosto tutti dovevano procurarsi questa odorosa pianticella e sulle gradinate del Duomo erano



**Varietà**

Esistono circa 40 varietà di basilico. Quelle comunemente usate sono due: il "basilico genovese", dal profumo acuto e quello "napoletano" a foglia di lattuga, più delicato e con un lieve sentore di menta. Altre varietà sono il "fine verde compatto", di taglia ridotta, il "mam-mouth" dalle foglie larghissime e proprio per questo il più adatto ad essere essiccato. Esistono infine varietà a foglie colorate: il basilico a foglie rosse dentellate ed il basilico opale scuro coltivate principalmente a scopo decorativo.

**Il segreto in cucina**

E' meglio aggiungere il basilico alle pietanze all'ultimo momento, prima di servirle poiché il basilico tende a perdere il suo prezioso sapore. E' questo il motivo per cui non si dovrebbe mai tagliuzzare il basilico con il coltello... molto meglio sminuzzarlo con le dita.

schierate le venditrici che invitavano a gran voce a comperarla. La consuetudine voleva che **i contadini portassero il basilico al di sopra delle orecchie, le "villanelle" sul petto o sulla cinta del vestito e i cittadini in uno degli occhielli della giacca.** Il basilico è presente, inoltre, anche in un'altra festa, quella dell'Ascensione: gli uomini si mettevano questa pianticella sul cappello e dietro le orecchie, le donne al seno o alla cintura.

Un'altra figura ascolana legata al basilico è quella di S. Polisia. In un canto popolare che si intona in occasione della festa dell'Ascensione, si ricorda la tradizione secondo la quale Polimio, sdegna-

to per il battesimo della figlia per mano di S.Emidio, la mandò a prendere dai soldati mentre Polisia cercava la fuga tra i boschi del Monte Nero. Quando i soldati stavano per raggiungerla, una voragine, apertasi all'improvviso, rapì la giovane sottraendola alla loro vista. In questa canzone popolare si parla dell'"erba santa", il basilico appunto, che si credeva crescesse alla vigilia della festa dell'Ascensione, quando la gente della campagna era solita salire sul monte per devozione.



**I prodotti DOP e IGP marchigiani**

Anche le Marche hanno i prodotti tipici con denominazione DOP (Denominazione d'origine Protetta) e IGP (Indicazione Geografica Protetta).



● I prodotti DOP sono il **Prosciutto di Carpegna** e la **Casciotta d'Urbino**. La DOP è il riconoscimento più elevato che un prodotto agroalimentare può ottenere, in quanto sancisce la forte dipendenza del prodotto dall'ambiente geografico dove nasce. La Regione Marche sta cercando di ottenere altri riconoscimenti di questo tipo per prodotti come l'Oliva Tenera Ascolana del Piceno, il Miele delle Marche, il Ciauscolo dei Sibillini e il Ciauscolo Tipico delle Marche.

● La denominazione IGP, è già stata ottenuta dal **Vitellone Bianco del**

**l'Appennino Centrale** (di cui le Marche sono una delle regioni più rappresentative). I prodotti IGP non si differenziano molto da quelli DOP ma hanno minori vincoli di natura geografica, poiché non tutte le fasi di lavorazione del prodotto devono avvenire nell'area di riferimento.

In questi ultimi anni la Regione Marche ha anche iniziato un intenso lavoro di ricerca attraverso il quale ha riscoperto 93 prodotti agroalimentari che rischiavano di scomparire o di perdere le loro caratteristiche per potersi adeguare alla normativa (di origine Europea) in

materia di igiene e salubrità. Questa campagna è stata condotta a livello nazionale per salvare prodotti come il Formaggio di Fossa o il Lardo di Colonnata ed è stata vinta con la pubblicazione del Decreto legislativo n. 173 del 1998. Nell'elenco dei prodotti marchigiani vi sono prodotti conosciuti come il **Formaggio di Fossa, la Lonza di Fico, il Vino Cotto, il Tartufo Bianco e i Maccheroncini di Campofilone**, ed altri legati ad ambiti geografici più piccoli e con piccole produzioni. Questa lista verrà aggiornata ogni anno per aggiungervi quei prodotti che non è stato ancora possibile includere. Inoltre i nomi dei prodotti di questa lista non potranno essere registrati da una singola impresa ma sono un patrimonio della collettività.

**Basilico DOP**

La Liguria incontra una serie di ostacoli non indifferenti per il riconoscimento del marchio DOP (denominazione di origine protetta) per i suoi prodotti regionali. Così dopo il pesto è la volta del basilico. Nel 1999 la Germania sembra ne abbia registrato la prima denominazione con il nome di "Genova", la Nestlé ne ha registrate altre due varietà con il nome di "Pesto" e "Sanremo" presso l'Unione Europea. Ciò ha scatenato le ire del presidente della Regione Liguria che, ha annunciato azioni legali e un personale boicottaggio **dei prodotti della multinazionale per l'uso di un basilico che non viene prodotto in Liguria**, ma all'estero. La Nestlé ha replicato invece che il basilico utilizzato per la produzione del pesto Nestlé **proviene da coltivazioni tradizionali, ubicate nella zona di Ascoli Piceno**.

**Il Basilico** è una pianta erbacea, della famiglia delle Labiate. Il fusto eretto, raggiunge un'altezza di 30-60 cm con foglie opposte, di colore verde intenso sul lato superiore e verde-grigio in quello inferiore. I fiori sono piccoli, di color bianco. E' una pianta annuale, le foglie giovani sono le più profumate e le foglie dovrebbero essere usate quando la piantina è alta circa 20 cm. Il basilico cresce bene in terreni semplici, ben soleggiati e ben drenati.

Le varietà di basilico registrate dalla Nestlé sono state selezionate da un centro di ricerca francese con ibridazione tradizionale di varietà già esistenti, sulla base di alcune caratteristiche che lo rendono particolarmente adatte alla produzione su

larga scala di pesto (ossidazione più lenta, persistenza del profumo, ecc...).

Il Ministro delle politiche agricole Gianni Alemanno fa sapere intanto che farà valere con forza la richiesta di denominazione di origine protetta per il basilico ligure presentato all'Unione Europea e che solleciterà i produttori liguri a chiedere la denominazione di origine protetta anche per la ricetta. Il Ministro sta valutando, infatti, per il pesto di avviare l'istruttoria, oltre che per la DOP, anche per la STG, specialità tradizionale garantita.





# la rètare

## la donna che faceva le reti da pesca

Classe donna vi invita a scoprire questo mese un mestiere ormai scomparso ma che fa parte della nostra tradizione.

**S**pago e linguetta, punto dopo punto a tessere un intreccio di maglie infinite, uguali a se stesse per una lunghezza quasi sterminata, paragonabile a tanto tempo quanto era dato di vivere, tolti gli anni della primissima infanzia: la figura della rètare si staglia ancora vivida nella memoria visiva di coloro che hanno superato di un po' gli...anta. Accovacciata sulla seggiolina posta appena fuori dall'uscio delle casucce marinare, messe su mattone dopo mattone a costituire il primigenio incasato dei nostrani borghi marinari -oggi denominati "centri storici dall'aspetto pittoresco", per via dei colori, dei tabernacoli, dei gerani che ne vivacizzano l'insieme- la rètare trascorreva così la sua vita, tra chiacchiere con le vicine, compagne di lavoro e di condivisione della fortuna e metri e metri di reti che si sviluppavano

di Silvana Scaramucci

dalle sue mani pratiche e leste. Fino a qualche decennio fa, quando ancora la costa marchigiana non aveva raggiunto la densità di popolazione che oggi la caratterizza, e non ancora il turismo era intervenuto a indicare altre più redditizie fonti economiche, la risorsa fondamentale per la sopravvivenza veniva dal mare, dalla pesca.

**La società marinara, incontaminata dall'industrializzazione e da ogni sorta di rivendicazione si componeva di nuclei familiari allargati in cui erano rappresentate un po' tutte le età e tutti concorrevano a creare "ricchezza" attorno all'unico bene rappresentato dalla barca. Se all'uomo era riservato il mare, la donna era tuttavia la silenziosa**



comprimaria di un lavoro, quello del pescatore, duro e non sempre redditizio, sufficiente appena al sostentamento della famiglia, talvolta amaro come l'acqua del mare quando s'ingojava uomini, barca e pescato, portandosi dietro illusioni, aspettative, serenità dell'intera famiglia. Se all'uomo il destino talvolta riservava la morte per annegamento – "in mare non c'è taverna" dice un detto popolare -per la donna si prospettava allora una vita di lutto, di dolore, di nero in ogni senso e i punti della rete potevano non bastare più ai bisogni primari, come diceva "la Pannelletta", mitica figura sambenedettese dei primi decenni del Novecento che

dalla mala sorte seppe trarre forza e coraggio per avviare in proprio un commercio marittimo dai prospetti risvolti, bell'esempio di intelligenza e intraprendenza femminile. **L'ultima mitica rètare è stata**





“Accovacciata sulla seggiolina  
posta appena fuori dall'uscio  
delle casucce marinare, messe  
su mattone dopo mattone a  
costituire il primigenio incasato  
dei nostrani borghi marinari,  
oggi denominati *centri storici*  
dall'aspetto pittoresco...”

**Benedetta Torquati,  
ancorata alla sua rete  
come alla sua via  
Laberinto, nel cuore di  
San Benedetto** dove, tra

perimetri di nuovi palazzi

che racchiudono le antiche casette dei pescatori, si respira ancora il profumo del brodetto. Poi la “linguetta fine e lu spaghe” hanno ceduto il passo all'industria... ma la memoria dei sambenedettesi ha immortalato la rêtare in opere degne di nota: tali i versi di Giovanni Vespasiani, poeta vernacolista sambenedettese “Appena l'alba schiare le culline/La prima a sturnellà jè la rêtare,/Rrèmpie de spaghe la linguette fine/E annòde tante maje pé llà mmare.../”, così come il monumento a firma dello scultore offidano Sergiacomi posto all'imbocco dell'attuale isola pedonale di via Moretti.

**M**a l'anima della sambenedettesità – se così si può dire – è còlta nell'opera di una giovane scrittrice sambenedettese, Benedetta Trevisani Capriotti, autrice del volume “La rete e il tempo”, già nel giro di un anno alla seconda edizione per i tipi di

“...una quotidianità semplice e attiva, intrisa di lavoro, sacrificio, profumi di cucina, calore di affetti, di sentimenti autentici, di malignità e pudori...”

Maroni editore. Il libro, a metà fra il romanzo e il saggio, ci introduce nella vita quotidiana di una famiglia tipica sambenedettese “sudentrina” -detta così da su dentro, ossia abitante nell'incasato del paese alto, primo nucleo urbano di San Benedetto del Tronto, dove sta il Torrione per intenderci- la cui economia e realizzazione ha come perno il mare-. L'abilità narrativa della Trevisani ci disvela una quotidianità semplice e attiva, intrisa di lavoro, sacrificio, profumi di cucina, calore di affetti, di sentimenti autentici, di malignità e pudori, dove si vivono trepidazioni e ansie e dove si rivolgono sguardi talvolta anche impietosi sull'agire del vicinato con cui si conviveva gomito a gomito secondo il costume di una volta.

Il racconto, condotto in prima persona dall'autrice in veste di voce narrante, si dipana attraverso il concorso di più voci muliebri, ciascuna delle quali è indicativa della tipologia delle figure femminili che gravitavano

attorno al pescatore e ognuna, sul filo della propria memoria, concorre “a tessere” storie individuali, che s'intersecano, si rincorrono, s'intrecciano fra loro sullo sfondo del mare fino a costruire la “storia” del mondo marinaro nostrano. Non esce indenne la storia degli uomini del mare dal libro della Trevisani: essi, quando sbarcavano, correvano all'osteria. Al contrario **si eleva invece la figura della donna a cui veniva demandata ogni responsabilità familiare, dalla gestione dei magri guadagni all'educazione dei figli, dalla tessitura delle reti o al rammento delle stesse alla vendita del pesce che il marito riportava**, tenendo il meno pregiato per la mensa della casa.

Su tutte le donne che popolano l'opera della scrittrice sambenedettese spicca la figura della nonna. Minuta e scarna ormai avanti negli anni, la nonna Nicolina -



che continua a fare reti anche quando non servono più, per una sorta di abitudine alla laboriosità o di attaccamento al lavoro del mare- appare un monumento di grandezza umana, per la saggezza, la capacità di sopportazione delle traversie che la vita le ha riservato, il gran senso di tirar fuori le risorse dopo la morte del marito per un fortunale in mare, il giudizio nel saper affrontare i casi della vita. Il titolo stesso dell'opera ci invita a una lettura che va al di là della storia in sé, indicandoci trama e ordito di una rete di sentimenti,

costumi, modi di pensare e intendere la vita secondo valori che hanno caratterizzato generazioni e generazioni di un mondo marinaro avido di energie umane e parsimonioso anche delle piccole gioie umane come, per esempio, il godimento della sessualità coniugale: riunite attorno al letto della mamma ammalata... “Le pettegole delle figlie volevano notizie intorno alla prima notte. -Io non so niente. Ho chiuso subito gli occhi e li ho riaperti quando tutto era finito e lui dormiva-”





# LE DONNE di lunaria

**G**ianna Nannini, Margherita Hack, Fernanda Pivano, Amanda Sandrelli, Milva, Sandra Milo, Anna Bonaiuto, Vivian Lamarque, Mariella Nava, Simona Cavallari, Paola Turci, Teresa De Sio hanno sicuramente una cosa in comune: sono le donne di Lunaria, ovvero quelle presenze femminili che hanno dato vita insieme ad altri artisti alle sette edizioni della manifestazione recanatese organizzata dall'associazione Musicultura in collaborazione con il Comune di Recanati. La

rassegna estiva che più di ogni altra ha acceso la curiosità e l'interesse del pubblico e degli addetti ai lavori e che si è posizionata tra gli eventi dell'estate marchigiana. Alcuni tra i più noti personaggi del mondo dello spettacolo, del cinema, della parola e della musica hanno avuto il piacere di salire sul palco del bel salotto di piazza Leopardi e di dar vita a quelle serate congregate dalla ingegnosa personalità del direttore artistico Piero Cesanelli che andranno a far parte dei "momenti unici e



di Giuliano Rossetti - gr@club.org (ufficio stampa Musicultura)

irripetibili" della storia dello spettacolo. Il ruolo della donna in questa rassegna è stato fondamentale e mai dipendente dal partner maschile. Come si può non ricordare la performance di Fernanda Pivano che dall'alto della sua intelligenza e delle sue capacità intellettuali riusciva a suonare le maracas a Jovanotti e a "rappeggiare" con lui le poesie americane, oppure Anna Bonaiuto che riusciva ad interessare, con gli Avion Travel, frammenti di discorsi amorosi e infinite altre felici combinazioni sarebbero da citare.

Ognuna alla sua maniera è riuscita ad accendere il pubblico che ha gremito piazza Leopardi sorseggiando questo cocktails di divertimento e cultura. **"Lunaria - La parola, la musica, la voce- è un progetto che,**

**partito nell'estate 1996, si è imposta come una delle manifestazioni di punta dell'estate marchigiana.**



Seguita da un pubblico folto ed eterogeneo (quasi 25.000 presenze in Piazza Leopardi a Recanati nelle quattro date dell'edizione 1999), Lunaria si è segnalata più volte all'attenzione dei mezzi di

informazione nazionali per l'originalità del cartellone e dei contenuti. La manifestazione riprende la collaudata formula del Premio Città di Recanati, l'altra rassegna ideata da ed organizzata dall'associazione Musicultura sotto la direzione artistica di Piero Cesanelli, sviluppandone e approfondendone i contenuti. Rispetto al "Premio", dove a prevalere invece è il carattere della rassegna, "Lunaria" concentra attenzione su due ospiti alla volta: un esponente di spicco della "canzone" ed uno della "parola", individuati per affinità o contrasto che sono chiamati a condividere per una sera la

stessa scena e a confrontare i rispettivi codici espressivi.

L'obiettivo non è quello di "nobilitare la Canzone attraverso la Poesia", ci si propone semmai l'inver-

**Sandra Milo**, protagonista della grande stagione cinematografica italiana degli anni 60. Una delle attrici preferite di Federico Fellini con la quale ha ottenuto l'oscar con: "Otto e mezzo".

**Anna Bonaiuto**, l'attrice cult del cinema italiano. Interprete preferita e moglie del regista Mario Martone con il quale ha realizzato uno dei film migliori del nuovo cinema italiano: "L'amore molesto".

**Margherita Hack**, astrofisica di fama mondiale, autrice di numerose opere di alto valore scientifico, ha pubblicato ultimamente: "La storia dell'astronomia" utilizzando come prima parte del compendio "La storia dell'astronomia" di Giacomo Leopardi.

**Mariella Nava**. Cantautrice da sempre ed autrice di alcune tra le più belle pagine della musica d'autore. Memorabile la sua "Spalle al muro", interpretata da Renato Zero.

**Gianna Nannini**. La rappresentante femminile più famosa del mondo Rock italiano. Numerosissimi album al suo attivo e canzoni quali "Fotoromanza", "I maschi". "Meravigliosa creatura" che sono diventati hit internazionali.

**Milva**. Ha diviso la sua vita artistica più prestigiosa tra le opere di Bertold Brecht e le regie di Giorgio Strehler. Innumerevoli i successi di motivi presi dal patrimonio della musica popolare.

**Teresa De Sio**. Cantautrice sulla scena italiana da più di 30 anni. Rappresentante insieme a Pino Daniele della nuova linea melodica partenopea. Collaborazione internazionali anche con Brian Eno.

**Paola Turci**. Cantautrice ma soprattutto sensibile interprete della canzone d'autore. Per lei hanno scritto da Ron alla Consoli.





**Amanda Sandrelli.** Figlia d'arte si è inserita con grande gusto e sensibilità nel cinema italiano e nelle produzioni televisive. "Non ci resta che piangere" con il duo Troisi e Benigni l'ha consacrata.

**Vivian Lamarque.** Poetessa con numerose pubblicazioni al suo attivo, vincitrice del Premio Viareggio, ospite e giurata al Premio Recanati.

**Simona Cavallari.** Attrice di cinema e televisione, ha interpretato tra le altre, l'opera televisiva "La Piovra". Nel cinema protagonista del film di Marco Bellocchio "Il sogno della farfalla".

**Fernanda Pivano,** scrittrice, poetessa traduttrice. Una delle figure intellettuali più vive ed importanti del '900. Ha introdotto la letteratura americana nel nostro paese. Storica la sua traduzione di "Spoon River".



so, ovvero garantire alla parola scritta e parlata l'opportunità di accedere ad un pubblico il più vasto possibile (quello abituato al quotidiano contatto con la musica popolare contemporanea). Ne sortiscono eventi inediti, in bilico tra ricerca, tradizione, capaci di offrire agli spettatori intensi momenti di godimento e di riflessione. L'ingresso gratuito e la cornice suggestiva di Piazza Leopardi, con tutte le implicazioni simboliche del luogo, sono le altre caratteristiche della manifestazione.

#### Piero Cesanelli

è nato a Recanati ed è laureato in Lettere con una tesi sulla "Storia della canzone e delle tradizioni popolari". Ha svolto l'attività di insegnante di lettere per 25 anni, dando vita inoltre a corsi sperimentali di teatro e creando un'intensa attività drammaturgica nelle scuole in cui ha insegnato. È autore e interprete di canzoni, ha pubblicato tre album: "Fuori stagione" (ed. Bentler), "Generazione improvvisata" (ed. Bentler), "Le tue foto" (ed. Sciuscià). Ha partecipato a numerose trasmissioni radiotelevisive, sia come cantautore che in veste di direttore artistico: "Via Asiago", "Buona Domenica", "Ho perso il trend", "Hobo" solo per citarne alcune. Nel 1987, insieme a Vanni Pierini, ha fondato l'associazione Musicultura, organizzatrice e ideatrice del "Premio Città di Recanati" e "Lunaria". Nel 2000 ha scritto e realizzato, sempre insieme a Pierini, lo spettacolo "Viaggiatori sedentari". Piero Cesanelli è direttore artistico del "Premio Città di Recanati" e di "Lunaria", fin dal primo anno e dal 2000 è rimasto da solo a condurre entrambe le rassegne, avvalendosi della produzione esecutiva di Ezio Nannipieri.



servizi fotografici a cura di Walter Mandolini ed Andrea Pompei

## Sul palco di Lunaria 2002: il magico incontro di Gianna Nannini e Margherita Hack.

Cosa vuol dire avere delle buone conoscenze in "alto". Margherita Hack, grande esperta di astronomia, attenta conoscitrice delle meccaniche celesti ha alzato gli occhi e il cielo come per incanto è diventato amico, terso, azzurro, pronto a far da soffitto all'ultimo appuntamento in programma di Lunaria. Giovedì 1 agosto, **il salotto buono di piazza Leopardi a Recanati ha ospitato l'appuntamento più atteso del cartellone della rassegna: la rockeuse Gianna Nannini e la scienziata Margherita Hack.** "Canzoni e storie di cielo e di terra", questo il titolo che Musicultura ha voluto dare alla serata. E su questo tema si è dipanato lo spettacolo.

Gianna Nannini in grande forma ha iniziato il suo concerto proponendo sia le atmosfere eteree del suo ultimo album che i vecchi successi, intonati da tutto il pubblico presente. La cantautrice ha poi introdotto la "meravigliosa creatura" che ha incantato il pubblico raccontando di stelle, di pianeti, di altre ipotetiche celesti vite. **Tra le due protagoniste è poi scattato un botta e risposta intrigante e fulminante,** all'insegna della schiettezza della loro anima toscana: "Se tu fossi

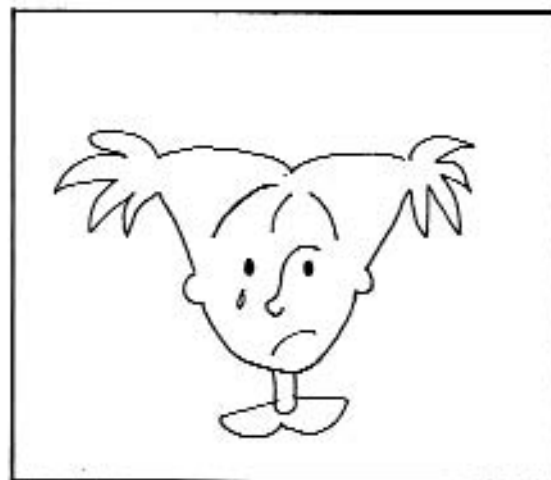


nata ai tempi di Giordano Bruno o di Galileo che ti sarebbe successo?" ha chiesto ad esempio Gianna alla scienziata; "Probabilmente sarei finita abbrustolita, anche se non posso escludere un'abiura, come fece Galileo". Gianna Nannini: "Cosa dice la scienza di Dio?" Margherita Hack: "La scienza non è in grado né di dimostrare né di escluderne l'esistenza, il mio ateismo è una fede pari a quella di un credente, scientificamente la posizione dell'agnostico sarebbe la più corretta". La complicità tra Gianna

e Margherita ha toccato il culmine quando la cantautrice ha addirittura coinvolto l'astrofisica in un canto a cappella di "Firenze sogna" una delle canzoni più note dedicate al capoluogo toscano. Parlare del pubblico presente è quasi imbarazzante, non più una piazza ma una Recanati traboccante di gente proveniente da tutte le parti. Alla fine si poteva leggere la soddisfazione negli occhi della Hack e della Nannini, che parlavano della serata come di un evento da consegnare alle loro memorie.



# SILVIA



testi: E. Cuffaro - disegni: Alicestudio



## PAOLO FILIPPO

# Bragaglia

un compositore musicale  
a servizio dell'arte

di Marco Bragaglia

**G**ran parte della visione dei nostri programmi televisivi preferiti viene interrotta dagli spot pubblicitari: grosse produzioni girate in Italia o all'estero.

Reclame che spesso subiamo ma che a volte ci divertono ed entusiasmano cambiando i nostri modi di esprimerci e pilotando le nostre scelte. Difficilmente immagineremo che tante colonne sonore di questi film brevi vengono composte, arrangiate e suonate proprio qui nelle Marche in provincia di Macerata da Paolo Filippo Bragaglia. Un compositore che alterna lavori per le mul più importanti quali: Microsoft, Audi, Sony, Telecom, Omnitel, Fomarina... A produzioni di colonne sonore per film e spettacoli teatrali senza tralasciare di comporre la propria musica. In occasione dell'uscita di sue due nuove produzioni discografiche -Kinomuziq e Mensura- Classe Donna ha incontrato questo poliedrico artista che quotidianamente rimanendo dietro le quinte, attraverso milioni di riflettori catodici entra nelle case di tutti gli italiani

### Come hai iniziato a comporre colonne sonore per il cinema?

Dopo tanti anni passati a far musica, la classica trafilà, i gruppi rock, nei quali componevo oltre a suonare, ho iniziato ad interessarmi alla cosiddetta multimedialità, ovvero sposare al concerto una serie di immagini in simbiosi con la musica. Oggi può sembrare una cosa ovvia, ma vi assicuro, alla fine degli anni ottanta era un approccio assolutamente innovativo e stimolante. Musicai diversi progetti in questo modo e, nel frattempo, nella cerchia degli amici si venne a creare una specie di "Factory" di produzione di video indipendenti tutta marchigiana. Fu un passo assolutamente naturale cominciare a lavorare alle colonne sonore di queste produzioni selvagge ed indipendenti.

### Quale rapporto si crea tra il musicista e il regista durante la sonorizzazione di un film?

Dipende. Dal regista, dal musicista e dal progetto. Se c'è intesa, identità di vedute e rispetto reciproco la libertà lasciata al musicista è totale. Chiaramente sta poi al regi-

sta approvare o respingere le scelte operate dal compositore. In alcuni casi, esistono invece precisi schemi stilistici, esempi già scelti dal regista per comporre la musica originale di un audiovisivo. Oppure semplicemente indicazioni sul "peso" e lo stile che la musica dovrebbe avere per accompagnare una certa scena del film.

### Le immagini sono per te fonte di ispirazione?

Senza dubbio, penso che il grosso del fascino del comporre musica per le immagini risieda proprio nelle immagini, nell'emozione che c'è nello scoprire quel qualcosa di nuovo e spesso di imprevisto che scaturisce dall'unione di questi due elementi

### Hai lavorato con registi marchigiani?

Principalmente. Beniamino Catena, Marco Bragaglia, Paolo Doppieri sono tutti registi con i quali si sono condivisi i primi passi di attività. Come dicevo questa mia attività è nata in un contesto principalmente marchigiano, per poi espandersi in altre direzioni, come è purtroppo necessario. In seguito poi hanno preso corpo le collaborazioni con registi milanesi come Max Croci, Carlo Sigon e tanti altri.

### Creare musica per la pubblicità, ovvero jingle pubblicitari per spot televisivi, è difficile?

Dipende dal tipo di spot, dalla chiarezza di idee dei creativi dell'agenzia pubblicitaria e del regista. A volte tutto funziona al primo colpo, ma spesso sono necessari numerosi provini prima di centrare l'obiettivo ed ottenere l'approvazione. E tutto deve essere sempre sincronizzato al montaggio delle immagini, che spesso viene cambiato innumerevoli volte.

### E' gratificante lavorare e rapportarsi con le più grandi agenzie pubblicitarie ed aziende a livello internazionale?

Sicuramente può essere molto divertente, anche se quanto più la campagna è importante tanto crescono le aspettative. E tutto diventa un po' più faticoso.



### In quali altre produzioni musicali hai lavorato?

A parte i miei dischi, e tutte le colonne sonore mi piace ricordare le prime esperienze multimediali alla fine degli anni '80 con "Goticoromantico" ed "Ebdo" all'inizio degli anni '90. Ho partecipato a diverse compilation e composto musiche per CD Rom e Videogames. Ricordo con particolare soddisfazione il lavoro svolto per una videoreografia di Enzo Procopio, presentato anche a New York, al "Dance on Camera festival". Attualmente sto inoltre iniziando l'attività nel settore della produzione musicale di altri artisti, per me un mondo nuovo ed affascinante. Ed un'ottimo sistema per mettere a frutto l'esperienza accumulata in questi anni di attività

### Hai collaborato anche con il famosissimo violinista Mauro Pagani (uno dei fondatori della Premiata Forneria Marconi), il quale compare nel tuo disco Magnum Chaos. Come è nata questa collaborazione cui è seguita anche una forte amicizia?

Ho conosciuto Mauro a metà degli anni '90, in occasione di una collaborazione per la colonna sonora del film "L'ultimo uomo" di Beniamino Catena. Ne nacque un lavoro davvero interessante, che univa le mie parti electro-orchestrali alle sue scorribande violinistiche. Da quella volta siamo rimasti in contatto e, quando si è trattato di realizzare il mio primo disco "Magnum Chaos", ho chiesto a Mauro se gli fosse interessato comparire anche in questo lavoro: lui accettò, con mia grande gioia. Mauro Pagani è un musicista davvero straordinario, capace di confrontarsi con tutti i generi musicali con gusto unico e personale e un'esperienza che ha dell'incredibile. Si tratta davvero di uno personaggi di maggior rilievo del panorama italiano, sia come musicista che come produttore. Per me è stato davvero un motivo di grandissima soddisfazione collaborare con lui.

### Nel tuo prossimo disco "Mensura" ci sono dei brani cantati da una voce femminile...

La voce è di Monica Demuru, una bravissima cantante di origine sarda che vive a Roma e divide il proprio tempo

tra importanti collaborazioni musicali e l'attività di attrice, tra gli altri, con la Societas Raffaello Sanzio.

### Hai due studi dove componi musica, il primo nelle Marche e più precisamente a Montefiore di Recanati, e l'altro a Milano: comporre in due luoghi così diversi influisce nella tua creatività?

Senza dubbio, nelle campagna intorno Recanati ci sono le colline, vedo il mare ed i gatti mi entrano in studio, cosicché posso farli correre sulla tastiera del piano, registrare quello che zampettano e trarne ispirazione. A Milano mi riesce un po' più difficile ma è il luogo dove si svolge gran parte del mio lavoro. Gran parte delle case di produzione, le agenzie pubblicitarie e la mia casa discografica stanno là.

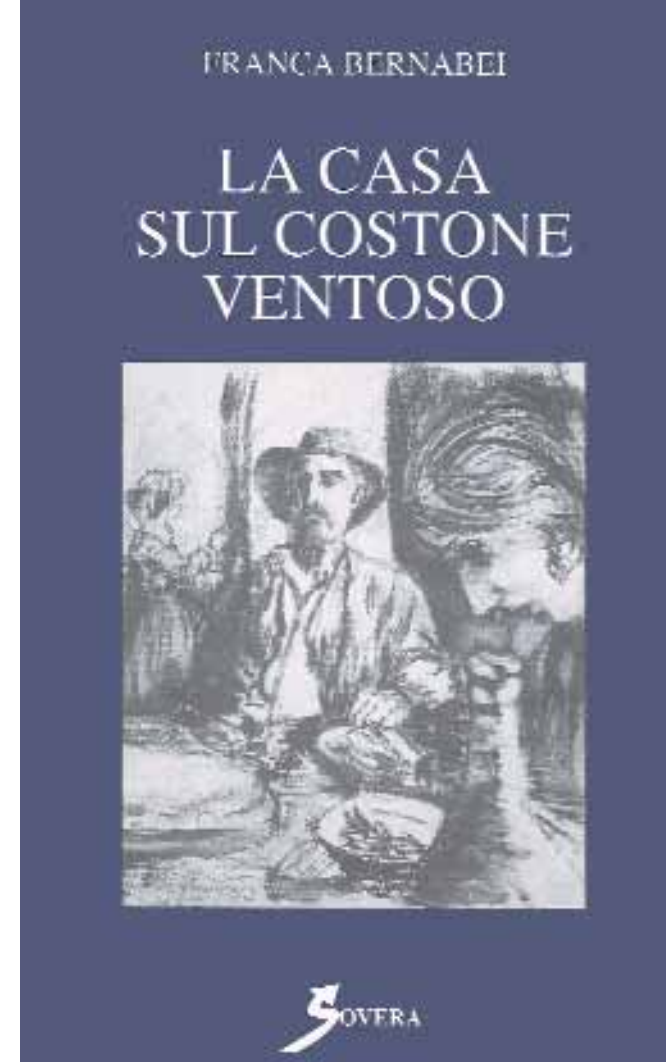
### Utilizzi il computer per la comporre musica, per te è uno strumento fondamentale? Consideri limitante suonare con strumenti tradizionali?

Sicuramente il computer gioca un ruolo fondamentale nella produzione musicale odierna, specialmente quando è necessario lavorare su tempi strettissimi di realizzazione e sono indispensabili sofisticati sistemi di sincronizzazione con le immagini. Facendo poi io musica principalmente elettronica, va da sé che utilizzo il computer in maniera particolarmente intensiva. Quando ce n'è la possibilità, per i tempi e budget, è comunque naturale affiancare anche gli strumenti tradizionali agli strumenti elettronici.

### Che cosa vuoi dire alle nostre lettrici che vogliono avvicinarsi al mondo della musica da protagoniste?

Sia che si desideri iniziare il lavoro di cantante/interprete che di musicista/compositrice, consiglio di cercare di comprendere e valorizzare al massimo quelle che sono le proprie peculiarità, senza prendere nessun modello di riferimento in maniera assoluta e totalizzante. Sempre meglio cercare di essere se stessi piuttosto che l'ennesimo clone di un certo artista.

**Kinomuziq, Mensura e il futuro.** La FridgeRecords di Milano, vedendo la grande quantità di master delle colonne sonore fatte nel corso degli anni ha proposto a Paolo di pubblicarle in una raccolta. Sono stati scelti 27 brani dai progetti più disparati, alcuni rimixati e reregistrati, ed ecco uscire a giugno Kinomuziq. La cosa più intrigante di questo lavoro è la presenza di un gran numero di brani dalle caratteristiche diversissime tra di loro. Dai brani orchestrali al garagepunk più dissennato passando per il jazz e l'elettronica più astratta. Tra breve uscirà anche un album di brani inediti Mensura. L'obiettivo di questo nuovo disco è quello di creare un suono piuttosto scarno, ritmico ed elettronico che abbia un certo calore "organico" ma mantenga, al tempo stesso un legame con le atmosfere che contraddistinguono le produzioni precedenti. Il titolo stesso significa "misurazione" in latino e vuole essere un riferimento al mondo digitale, dove tutto è riducibile in numeri. I progetti a breve scadenza di Paolo Filippo Bragaglia consistono nel terminare il nuovo disco e mettere in piedi uno spettacolo live che si avvalga dei contributi strumentali e vocali che arricchiscono questo lavoro.



## FRANCA BERNABEI: ricordando le Marche degli anni '50

L'appuntamento è davanti all'hotel Ginestra, nel centro storico di Recanati. Franca Bernabei arriva e l'impressione è subito di una persona disponibile e simpatica. Sarà una bella chiacchierata.

di Davide Amurri

Mi accompagna nella sua casa appena fuori le mura e intanto mi racconta qualcosa della sua vita. Fa e ha fatto molte cose: collaborazioni con riviste, organizzazione di manifestazioni ed eventi culturali, letture alla radio: «mi piace molto leggere oltre che scrivere», mi confessa. Con rimpianto mi dice che è un'autodidatta, che non ha studiato: «ero molto brava, ma i miei genitori non vollero; una ragazza doveva pensare a sposarsi e la scuola non serviva a trovare marito: si usava così». Arriviamo nella sua casa e subito iniziamo. La prima domanda però

è l'intervistata a farla. Curiosa mi chiede: «le è piaciuto il mio libro?», poi tesse le lodi di un ragazzo, tra i tanti che hanno letto il libro a scuola, che recensendolo, ha avuto il coraggio e l'onestà di 'stroncarlo'.

**"...della propria infanzia,  
ma anche delle Marche  
contadine della fine degli  
anni '50, con i suoi perso-  
naggi, ambienti e usi..."**

Il libro di cui parlo è "La casa sul costone ventoso", un romanzo in 34 racconti - pubblicato nel 1999 e ristampato quest'anno - dove Franca Bernabei parla di sé, della propria infanzia, ma anche delle Marche contadine della fine degli anni '50, con i suoi personaggi, ambienti e usi. Edmondo Coccia, che ha curato la prefazione, sostiene che il suo libro non è solo

“Ho iniziato a scrivere questi racconti senza sapere bene cosa facessi, ma sicuramente non è casuale. La ciclicità del lavoro nei campi, il fatto che si concretizzava il lavoro di un anno intero si sposa bene con la ciclicità naturale, della vita e della morte...”



il ricordo autobiografico, bensì “un ricupero liricamente espresso di una dimensione irripetibile”, insomma “un romanzo psicologico-agricolo”. Non uno sguardo della memoria ma uno “sguardo dell’anima”. I racconti coprono l’arco di un anno, di “un ciclo”, dalla battitura del grano, alla battitura dell’anno successivo e sono ambientati nella casa dei nonni paterni - la casa sopra il costone ventoso del titolo, appunto-. Ma chiacchierando con Franca Bernabei scopriamo che non è esattamente così, o non solo.

**Nel libro troviamo alcuni ricordi, una famiglia contadina, come ancora l’Italia, ma soprattutto le Marche della fine degli anni ’50; non ci sono storie o intrighi, non c’è lo scemo del villaggio, non ci sono episodi particolarmente drammatici, né avvenimenti da romanzo: solo due occhi che raccontano la loro di vita; occhi a un metro da terra perché appartengono a una bimba di cinque anni. Tutto normale, eppure queste pagine sono una scoperta e ci si appresta a vedere come va a finire...**

Beh, al lettore superficiale può sembrare così, e a dire il vero, a molti è sembrato così. In realtà è un libro tutt’altro che leggero, anzi direi che è pieno di drammi personali, sociali e umani; per esempio affronto, anche e tra gli altri, il tema della morte, il diventare vegetariani, l’handicap. Però è vero pure che la narrazione è volutamente ‘leggera’, un po’ per rispetto verso le persone che racconto; un po’ perché il tempo ci mette lo zampino e addolcisce i ricordi; un po’ perché quei drammi li ha vissuti una bimba e li ha ricordati una donna molti anni dopo; un po’, forse, perché era la prima volta che usavo la prosa come forma espressiva.

I personaggi sembrano addirittura troppo veri, in realtà li ho “trasfigurati”: nessuno di loro era veramente così come descritto, ogni personaggio doveva essere anche funzionale a ciò che avevo da dire. Forse serve una seconda lettura per rendere giustizia al libro.

**Rettifico un po’: forse un eroe c’è; un’eroi-na, anzi: nonna Stella.**

Sì, certamente. Ma nonna Stella è anche la mamma, sono anche io. Il nome e l’affetto che ci legava sono quelli veri. Però le ho messo in bocca anche frasi mie e di altri. Diciamo che nonna Stella rappresentava bene tutto quello che volevo dire. E poi abitava nella casa sul costone, che è rimasta uguale a com’era allora, anche se ristrutturata, con i due cipressi davanti. Si trova a Montelupone.

**La casa sul costone ventoso è un titolo molto evocativo. È un luogo fisico, un luogo della memoria e dell’anima: tutto insieme; talmente vero che sembra irreale...**

Sì, è un titolo evocativo. È nato da una frase che si trova all’inizio de La battitura del ’59, il primo racconto, scritto quasi per caso, senza saper bene cosa volessi raccontare e senza sapere se fossi capace di scrivere in prosa, dato che fino allora il mio linguaggio era stato esclusivamente quello dei versi. Mi presentai dall’editore con alcune frasi e tirai fuori questo titolo. La casa esiste, ma non tutto quello che racconto è realmente accaduto lì. Quindi è insieme un luogo reale e irreale, ma sicuramente vero.

**Lo stile del suo libro volutamente è semplice, per lingua e stile di scrittura, e chiaro; ma leggendo i suoi racconti ho avuto l’impressione che non sia stata una “pic-**

**cola” a scrivere, né una “grande”, una donna, scrittrice e poetessa. Insomma chi ha scritto questi racconti? Forse una “piccola” ospite di una “grande”?**

Sì, una ‘piccola’ ospite di una ‘grande’. O forse una ‘grande’ ospite di una ‘piccola’. In fondo la risposta la devono dare i lettori.

**Lei ha vissuto la transizione, quasi ha officiato, insieme alla sua generazione, la cerimonia funebre. Lei non vive più del lavoro dei campi e forse la sua generazione è quella che ha visto allentarsi prima, spezzarsi poi, il legame tra il ciclo della natura e quello della vita.**

Non l’ho vissuta in modo così drammatico. Non mi sento donna di mezzo. E poi io ho raccontato fatti che hanno carattere intimo e personale, non avevo intenzioni di fare un saggio sulla società contadina degli anni ’50.

Con questo libro, anzi, mi è accaduto di fare da ponte fra generazioni. La casa sul costone ha fatto incontrare e confrontare, tra gli altri, i bimbi di una scuola di Pesaro e gli anziani di un centro sociale. Se mi sono trovata in mezzo ho fatto da tramite e non da becchino.

**“Di nuovo il grano era maturo”. Così inizia l’ultimo racconto. Ma il libro parte con il racconto della “magica notte” della battitura, con i suoi riti, il trambusto e gli odori. Il grano come la festa attesa da una bimba, da una famiglia, da una società e una cultura intera. Sicuramente non è casuale...**

Ho iniziato a scrivere questi racconti, soprattutto il primo, senza sapere bene cosa facessi, ma sicuramente non è casuale. La ciclicità del lavoro nei campi, il fatto che si concretizzava il lavoro di un anno intero si sposa bene con la ciclicità naturale, della vita e della morte.

Nel libro racconto la morte del mio bisnonno come l’esaurimento di un ciclo, qualcosa di naturale. Non avevo paura, gironzolavo con il triciclo nella stanza dove il bisnonno aveva vissuto immobile negli ultimi anni e dove immobile giaceva in quel momento con la lampadina sopra la testa che lo illuminava, il letto era accostato alla parete e c’era molto spazio per scorrazzare.

## leri e oggi: cambia lo stile di vita ma non cambiano i sentimenti

**In questo libro non solo gli affetti dell’infanzia, ma anche un racconto di una civiltà contadina e marchigiana che sembra lontanissima dal nostro stile di vita, ma è distante solo un paio di generazioni. Una civiltà ormai morta e sepolta, tanto che è oggetto di “rievozione storica” nelle feste estive e accostata all’Ottocento - spesso a uso e consumo di turisti-. Quando la memoria va tenuta viva del resto, significa che ormai soltanto la memoria ci rimane: un passato trapassato nonostante molti rappresentanti siano vivi e vegeti e alcuni giovani.**

Non sono così d’accordo. Quella società non c’è più, ma in fondo gli uomini non cambiano molto, anche se il mondo intorno cambia: gli affetti, i sentimenti, non cambiano. Certo la vita frenetica di oggi ci lascia poco tempo per vivere questi sentimenti, però la tenerezza tra le persone, tra nonna e nipote, tra uomo e donna è la stessa. Quella società non c’è più, ma ciò non significa che quelli che l’hanno vissuta siano per forza rimasti legati ad essa e non si schiodino. Ho una nonna (non è nonna Stella, n.d.r.) giovanissima di 96 anni. Tutti quelli della sua generazione, e anche più giovani, se ne stanno andando. Lei però vive oggi, ne ha voglia, e progetta il futuro, è lucida e insofferente verso i suoi coetanei che continuano a parlare dei ricordi, dei tempi andati - non ne può più.

**Cosa pensa dei giovani di oggi?**

Questo libro mi ha dato l’occasione di incontrare molti ragazzi (è stato adottato da molte scuole medie marchigiane come lettura, n.d.r.) e molti anziani. A tutti dico che non bisogna essere troppo nostalgici. I ragazzi di oggi hanno molto di più. Certo si trovano un mondo un po’ più consumato, ma hanno possibilità di scelta prima impensabili. Ciò che manca ai ragazzi e che noi avevamo è la noia. Anche la noia aiuta a crescere. Trovo negativo il fatto che i ragazzini abbiano da subito la vita organizzata - e non da loro stessi ma dagli adulti -, il tempo sempre impegnato. Dovrebbero poter sperimentare anche momenti di noia, di ‘non fare’, di vuoto. Un vuoto da riempire con la fantasia. Queste cose le dico anche in versi: non vogliamo restare soli perché abbiamo paura di guardarci dentro e scoprirci meno perfetti di quanto pensiamo, e viviamo in branco e abbiamo sempre da fare così possiamo permetterci di non pensare

**Un passaggio che mi ha fatto sorridere, testimonia proprio questo suo non essere nostalgici. Lei ricorda sua nonna che lavava i panni fuori di casa, al freddo per risparmiare l’acqua e con il sapone fatto a mano. Ricorda il bucato bianchissimo e “diverso” rispetto a quello di oggi. Però confessa di preferire - e benedice - la lavatrice...**

È uno degli elettrodomestici più comodi e a cui non saprei rinunciare. Oggi il bianco è più grigio, ma è anche vero che ci si cambia molto più spesso. Per una donna era un lavoro faticosissimo lavare, e si lavava tutto, non si buttava nulla, “l’usa&getta” era sconosciuto. Io non l’ho vissuto direttamente; guardavo la mamma o la nonna, ma non ne sento la mancanza. Come ho già detto, non bisogna rimpiangere troppo il passato.



**Nel mondo della piccola Franca non c'è spazio per altri momenti che scandivano la società contadina come riti collettivi: la vendemmia e la raccolta delle olive, anche se il ricordo degli uomini che competevano e si vantavano di avere il "vino buono" si affaccia spesso nei suoi racconti.**

Quei momenti, in quel periodo, li ho sentiti e vissuti meno. Del resto non ho parlato del Natale e di come mio padre preparava il presepe: non so il perché e comunque non ho scritto un "diario". Mi sono invece dilungata sulla Pasqua e forse, a pensarci bene, per i contadini era un momento più importante. Bah, le olive, il Natale, forse neanche partecipavo poi molto perché era freddo: un po' il tempo che passa, un po' è venuto così.

**Lei è anche o prima di tutto una poetessa. La sua prima pubblicazione è la raccolta di poesie Se dovere dovessi del 1997.**

La poesia è il mio vero piacere. Tutti i racconti de La casa sul costone potrebbero essere stati scritti in versi, e qualcuno – come I sogni - è proprio la traduzione in prosa di versi.

Ho iniziato a scrivere da piccolissima; scrivevo bene a scuola, ma mi dicevano che ero troppo coincisa. Tutto è andato perso. E mi dispiace molto. Qualche poesia e uno dei racconti del libro è anzi il tentativo di recuperare cose scritte da piccola, di cui conservo il ricordo. Nell'adolescenza smisi, per ricominciare molti anni dopo, quando accompagnavo mio figlio, già alle elementari, a piccoli concorsi letterari. Nessuno conosceva questo mio lato.

Se dovere dovessi è stato pubblicato quasi per caso. Giravo per le manifestazioni culturali, anche fuori regione, con i miei versi dattiloscritti su fogli svolazzanti. Mi fecero notare che era meglio presentarsi con un libro. Me lo richiesero: così selezionai le composizioni che poi vennero pubblicate. Ma non ne sentivo il bisogno. Bisogno che invece ho avvertito per La casa sul costone ventoso.

**Lei è il direttore artistico del "museo d'arte imminente Inarcuata" di Arqua-**

**ta del Tronto, uno spazio multifunzionale dove oltre alla mostre si può assistere ed eventi e recital di cui lei è anche autrice. Ci parli di questa esperienza.**

Sono il direttore artistico di quattro recital in un ambiente particolare, una casa museo di Arquata del Tronto, che si trova sull'Appennino, in provincia di Ascoli Piceno.

Mi interessa anche di altre manifestazioni legate alla poesia. Presenterò nella notte di San Lorenzo, la serata Sotto il cielo di Montevulpino. Incontri di poesia povera, dove "scrittori" di tutta la regione, ragazzi da 16 fino a 85 anni, leggeranno i loro componimenti in un incontro semplice e amichevole.

Il mio libro mi ha poi portato a partecipare a parecchie manifestazioni e dibattiti in tutta la regione. Trovo sempre interessante confrontarmi.

**Sulla brochure di Inarquata scrive "direttore artistico", non il più politically correct "direttrice artistica".**

Non ci trovo molta differenza, ma non è casuale. Suona meglio direttore, e mi sembra più rappresentativo. E poi questa battaglia sul "genere" ha poco senso. Non mi piace neanche che mi chiamino poetessa. Spesso te lo dicono con ironia. Ma a pensarci bene neanche poeta calza. La poesia è una cosa talmente seria e alta, che solo la poesia conta.

**Perché scrive?**

«Io non scrivo per essere ricordata con una targa appesa in qualche vicolo, angolo o piazza...». Devo dire che sentire queste parole in una città che quasi viene identificata con un poeta, dove strade, vicoli, piazze, alberghi, parchi, scuole, pizzerie e ristoranti e quasi ogni pietra hanno a che fare con Leopardi, suona singolare: scusate l'interruzione. «anzi trovo risibile che si possa vivere per il dopo morte. Voglio essere ricordata dai miei cari, da chi mi conosce, come persona. Io scrivo e mi piace leggere, anche cose non mie e l'ho fatto anche in radio. Io scrivo: non è un bisogno, è un piacere che riempi i miei spazi vuoti. In silenzio assoluto».

#### Un branco di solitudini

Non vogliamo restare soli  
per non guardarci dentro  
e scoprirci diversi.

Abbiamo paura di non essere  
così perfetti come crediamo  
e di non piacerci.

E così viviamo in branchi  
con qualcosa sempre da fare  
per non avere il tempo di pensare.

E non ci conosciamo  
non ci vogliamo bene  
con un vuoto che ci cresce dentro.

Una voragine che c'inghiottirà.

Ci circondiamo di molto  
e...

Ci accontentiamo di poco  
di surrogati di verità



# come valorizzare l'ingresso

di Sabina Pellegrini

**A**vete un giardino ampio ma trascurato che ha bisogno di essere restaurato. L'ingresso principale, appare immediatamente a chi entra, nascosto e anche molto disordinato. La soluzione per valorizzare l'accesso pedonale all'abitazione, è di ripulire l'aiuola centrale, che nella situazione attuale si presenta con delle rocce piccole distribuite un po' a caso e delle essenze sempreverdi come la thuja occidentale (falso cipresso) juniperus chinensis (ginepro cinese) che non sono giusti né per lo stile della casa né all'ambiente naturale circostante, poiché ci troviamo nei pressi del Monte Conero. Alla destra dell'ingresso si scorge una strada secondaria, e poi uno spazio verde dove andre-

mo a posizionare la piscina. Il viale dal cancello scende dietro casa dove troviamo i garage, ma non è corretto che chiunque segua questa via parcheggi a ridosso dell'abitazione.

Il giardino a lato della casa si presenta molto verde ma assente di colore, va valorizzato con delle fioriture perenni.

#### FIORITURE PER GUIDARCI NEL GIARDINO

Ricavando un piccolo parcheggio alla destra del cancello, incorniciato da arbusti sempreverdi non molto alti da dove s'intravede il tetto del gazebo della piscina, ed il bellissimo scorcio in fondo alla strada del Monte Conero, abbiamo risolto il problema per l'ospite che, arrivando, lascia qui l'auto e

percepisce immediatamente dove è l'ingresso principale; che è ben visibile ora che l'aiuola centrale è stata semplificata con un ampio prato verde, che culmina verso la casa con una bordura azzurra d'agapanthus e di secpuglioni sempreverdi arbutus unedo (corbezzolo) e della pistacia lentiscus, con al centro una bellissima phoenix canariensis. che decora la facciata della casa.

Il lato sinistro del giardino è stato reinterpretato creando grandi zone di prato libero, spostando le alberature esistenti verso il perimetro della proprietà e lasciando solo quelle più belle come l'olivo e i cipressi, che sono stati incorniciati e valorizzati da fioriture bianche e rosa di margherite, di verbena, e di rose tappezzanti bianche.

Vi siete seduti su un prato e i vostri pantaloni si sono macchiati di verde? Per eliminare le macchie basta immergere la parte macchiata nel latte bollente.

Siete tornati dalle vacanze e avete il sospetto che durante la vostra assenza il frigo si sia scongelato? Per eliminare qualsiasi dubbio prima di partire mettete nel freezer una bottiglia di acqua in orizzontale, una volta congelata posizionatela in verticale. In questo modo sarà molto semplice capire se è avvenuto qualcosa di anomalo.

Non buttate i sacchetti dei confetti, perché diventeranno deodoranti per biancheria: basterà riempirli con fiori di lavanda, chiuderli con un nastrino e disporli nei cassetti.

Insaporite le solite cotolette, sbriciolando nel pane grattugiato, un po' di dado per brodo. Sentirete che saporino.....

Purtroppo non sempre i limoni sono morbidi e succosi. Che fare allora? Spremeteli in abbondanza nella loro stagione migliore e conservatene il succo in freezer, nei contenitori per i cubetti di ghiaccio.

-FIORERIA-

# la Bottega delle Fate

*Piccoli dettagli che fanno la differenza*

*Confetti*



*Fiori e Pianticole*

*Bambini*



*Articoli da Regalo*



*Articoli da Regalo*



via cialdini 66 - Montelupone ( MC ) - tel. 0733226785

# oroscopo

## ARIETE

AMORE: Forse il partner non vi comprenderà a fondo, ma non esagerate: autocontrollo.  
LAVORO: Grazie alla vostra simpatia, potrete scegliere tra molte opportunità in arrivo.  
SALUTE: Marte favorevole vi darà la carica, e la forma è davvero smagliante.

## TORO

AMORE: Il rapporto non è proprio come lo desideravate: ma è molto stuzzicante!  
LAVORO: Frequentate gente e ambienti nuovi: troverete occasioni per migliorarvi.  
SALUTE: Buona nel complesso, ma concedetevi ogni tanto delle pause.

## GEMELLI

AMORE: Giorni bellissimi e dolcissimi. Per vivere al meglio, basterà abbandonarsi alla fantasia.  
LAVORO: Nei vostri progetti complice sarà la fortuna. E' tempo di osare al meglio.  
SALUTE: E' l'unico neo: il Sole negativo porta nervosismo e alti e bassi di vitalità.

## CANCRO

AMORE: Qualche difficoltà metterà in crisi un rapporto collaudato. Se invece è recente...  
LAVORO: Grazie a delle iniziative che avete preso in precedenza, otterrete molta stima e successo.  
SALUTE: Inutile forzare il ritmo per stare al passo. Prendetevi tutto il tempo che occorre.

## LEONE

AMORE: Venere vi spinge a osare in amore. La passione fisica svanisce, il sentimento rimane.  
LAVORO: Fidatevi del vostro intuito e qualche volta evitate di dare ascolto a certi consigli.  
SALUTE: Settembre vi potrebbe tentare troppo con cibi calorici. Cercate delle distrazioni.

## VERGINE

AMORE: Le cose si mettono per il verso giusto. Evitate, però, di impuntarvi, come spesso vi capita.  
LAVORO: Importante gestire bene risorse ed energie che avete accumulato durante l'estate.  
SALUTE: Non fate caso a qualche piccola defaillance dovuta al cambio di stagione.

## BILANCIA

AMORE: Amanti del bello e del divertimento, ma gli astri, questo mese, prevedono nozze in vista.  
LAVORO: Grande momento per contatti e pubbliche relazioni: di cui voi siete maestri.  
SALUTE: Leggera insonnia dovuta a ritmi un po' frenetici. Non trascurate il problema.

## SCORPIONE

AMORE: La voglia di amare non vi è passata, nonostante qualche burrasca in piena estate.  
LAVORO: Chiudete un contratto entro la prima decade del mese. Non spendete in cose inutili.  
SALUTE: La passione sfrenata fa parte del vostro segno. Ma ogni tanto concedetevi una tregua.

## SAGITTARIO

AMORE: Inizio di mese strepitoso, vedrete nascere una nuova storia d'amore.  
LAVORO: Non fatevi trovare impreparati a nuove occasioni di lavoro. Buttatevi.  
SALUTE: Non mettete da parte i trattamenti di bellezza. I risultati saranno eccellenti.

## CAPRICORNO

AMORE: Energia rinnovata in quello che ormai considerate un rapporto di vecchia data.  
LAVORO: Evitate di prendere impegni se poi non riuscite a portarli avanti. Soldi in arrivo.  
SALUTE: Nervosismo e scatti d'ira: sono conseguenze del vostro umore instabile.

## ACQUARIO

AMORE: Voglia di emozioni intriganti vi faranno rompere una relazione che si trascina da tempo.  
LAVORO: Ottimo periodo per realizzare progetti a cui avete lavorato moltissimo.  
SALUTE: Forma super. Seguite un programma fitness per mantenerla tale.

## PESCI

AMORE: La tristezza e le preoccupazioni sembrano prendere spazio. Concedetevi degli svaghi.  
LAVORO: Buona ripresa di studi e lavoro. Perfetta anche la lucidità mentale che dà la carica.  
SALUTE: Cercate l'equilibrio energetico? Provate con il massaggio plantare.



Aiutaci a capire qual è il pubblico delle nostre lettrici rispondendo a questo semplice questionario, e spediscilo a CLASSE DONNA - Vicolo Borboni 1 - 62012 - Civitanova Marche (MC) oppure invialo via fax allo 0733.776371 o via e-mail all'indirizzo [dominaeditori@libero.it](mailto:dominaeditori@libero.it)

- Qual è la tua età? ☐ 20/30 ☐ 30/40 ☐ 40/50 ☐ altro
- Sei: ☐ nubile ☐ coniugata
- Di quanti elementi si compone la tua famiglia? ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ più
- Qual è il tuo titolo di studio? ☐ Licenza elemen. ☐ Licenza media inf. ☐ Diploma ☐ Laurea
- Qual è la tua professione?
  - ☐ studentessa ☐ commerciante ☐ impiegata ☐ libera professionista ☐ casalinga ☐ altro
- Quali sono i tuoi hobby preferiti? ☐ leggere ☐ cucinare ☐ viaggiare ☐ shopping ☐ la TV
  - ☐ giardinaggio ☐ bricolage ☐ sport ☐ musica ☐ ballare ☐ scrivere ☐ cinema
- Possiedi un: ☐ auto ☐ cellulare ☐ stereo ☐ internet ☐ DVD ☐ PC ☐ imp. satellitare
- Ti interessa di più leggere di (scegli anche più risposte) ☐ attualità ☐ salute ☐ moda
  - ☐ cucina ☐ cultura ☐ società ☐ casa ☐ gossip ☐ bellezza ☐ arte
- Quali sono gli aspetti che ti colpiscono di più di una rivista? (scegli anche più risposte)
  - ☐ le foto ☐ la pubblicità ☐ il regalo ☐ il prezzo ☐ i temi trattati ☐ la varietà delle rubriche
  - ☐ altro \_\_\_\_\_

● Come hai scoperto CLASSE DONNA?

\_\_\_\_\_

● Quali articoli hai trovato più interessanti e quale meno?

+ \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

● Nome \_\_\_\_\_ Cognome \_\_\_\_\_

Via \_\_\_\_\_ Cap \_\_\_\_\_ Città \_\_\_\_\_

tel \_\_\_\_\_ email \_\_\_\_\_ ● firma \_\_\_\_\_

☐ Sono informata e consento che i miei dati personali siano utilizzati per la partecipazione al presente questionario. Potrò, nel caso, oppormi al loro utilizzo e chiederne la cancellazione o modificazione (legge 675/98).

☐ Se inoltre sei interessata a sottoscrivere un'abbonamento a CLASSE DONNA, fai una croce qui e inviaci questa pagina con i tuoi dati oppure chiama lo 0733.817543

Abbonamento a Classe Donna per un anno (12 numeri) **Euro 25,00** (quasi il 20% di sconto rispetto al prezzo di copertina). L'abbonamento avrà decorrenza entro due mesi dall'invio del bollettino.

Le prime cinquanta lettrici che invieranno il questionario compilato riceveranno in omaggio una copia di **Ciminiera**, il nuovo bimestrale di poesia narrativa, musica, teatro, cinema.



conosciamoci meglio

# INDIRIZZI

**Pepol**

Tel. 0733.811254  
www.pepol.it

**Bottega delle fate**

Via Cialdini, 66  
Montelupone (Mc)  
Tel. 0733.226785

**Pellegrini Garden**

Via Aldo Moro  
Civitanova M. (Mc)  
Tel. 0733.815980  
www.pellegrinigiardini.it

**Vecchio Caffè Maretti**

Palazzo Sforza,  
P.zza XX settembre  
Civitanova M. (Mc)  
Tel. 0733.774305

**Sun Center New**

Numero Verde  
800559500

**Fashion Group**

Via Einaudi, 20  
Civitanova M. (Mc)  
Tel. 0733.785577  
Fax 0733.829671

**Pasticceria Cognigni**

Via Solferino, 2  
Porto San Giorgio (Ap)  
Tel. 0734.679393  
Fax 0734.685337  
cognigni@yahoo.it

**La Torre**

Zona industriale A, 137  
Civitanova M. (Mc)  
Tel. 0733.898521  
Fax 0733.897077  
info@cammina.com  
www.cammina.com

**Terme di Sarnano**

viale Baglioni, 14  
Sarnano (Mc)  
Tel. 0733.657274  
Fax 0733.658290

**Jeordie's**

Tel. 0733.966413  
Fax 0733.953133  
www.jeordies.it

**Centro Degradè Joelle**

Tel. 0733.776956  
www.degradejoelle.it

## nel PROSSIMO numero



## REPORTGAGE

**l'ippoterapia: quando  
gli animali ci aiutano  
a star bene**

\* attualità: ?

\* turismo: ?

tutti gli eventi in regione su:

**Dove&Quando**

in edicola a solo

**1 euro!**

**IN EDICOLA**  
a ottobre