

PIANOTERRA

alla Balduina

Grazia BAR

Caffè biologico
Panini, Tramezzini,
Confezioni regalo
Via A. Baldi, 35
00136 - Roma
tel. 06.35343419

Mensile di Attualità, Cultura e Costume diretto da Stefano Benedetti - Distribuzione Gratuita - N°13 Ottobre 2011

Lei sì, era una Regina

Elena di Savoia

A seguito del terribile terremoto di Messina e Reggio del 28 dicembre del 1908 i primi soccorritori ...

----- lo leggi a pag. 3

Eroi alla Balduina

Sila Persichelli

I vecchi alunni (che si ritrovano su Facebook) e i nuovi, oltre naturalmente a tutto il corpo ...

----- lo leggi a pag. 4

Fisica Spicciola

Dal piano terra all'attico, ma anche al sottoscala!

“Energia potenziale, energia cinetica... calore che si trasforma...”

----- lo leggi a pag. 7

Liszt alla Balduina

Anniversario dei 200 anni dalla nascita

Tra il 1863 ed il 1866 il compositore/pianista ungherese Franz Liszt soggiornò a più riprese...

----- lo leggi a pag. 8

Un dialogo improbabile

Mi trovavo nell'ultima sala del museo Borghese quando ad un certo punto alle mie spalle ho avvertito un sommesso bisbiglio...

----- lo leggi a pag. 11

Abbasso la crisi

Guadagnare di più è difficile, spendere meno è più facile

Siamo in un periodo di “austerità”, tutto aumenta a causa della crisi mondiale meno che gli stipendi (quando ci sono), ecco allora che per sanare il “precario” bilancio familiare occorre ridurre le spese...

----- lo leggi a pag. 13

... e ancora

- Quei meravigliosi anni 80
- La Biblioteca di Pianoterra
- Roma a distretti: turisti nella nostra città?
- Alan Ford e il Gruppo TNT



ASSOCIAZIONE GIANNI ELSNER ONLUS

Seguiamo le sue orme...

ADOTTA UN BAMBINO...
... ADOTTERAI TE STESSO!

INFO 388.19.31.036 - WWW.ASSOCIAZIONEGIANNIELSNER.IT



L'editoriale

DA IMPARARE A MEMORIA...

Costituzione Italiana

Art. 6. La Repubblica tutela con apposite norme le minoranze linguistiche

LA RIPRESA...

Nei ritmi della vita moderna la ripresa delle attività cittadine non rispecchia più il capodanno consolidato al 1° gennaio, né l'inizio dell'anno della tradizione contadina del marzo con l'avvento della buona stagione, ma si lega indiscutibilmente al mese di settembre.

Lo sa bene chi ha avuto la ventura (ma forse lo ha fatto per preciso calcolo!) di rimanere al lavoro nel mese di agosto potendo godere di una città deserta con tempi di spostamenti minimi da un punto all'altro, inimmaginabili in altri periodi. Sia utilizzando i mezzi pubblici, certo meno frequenti, ma per niente affollati, sia utilizzando l'auto propria con una certa soddisfazione per avere solo l'imbarazzo della scelta nel parcheggio.

La ripresa è arrivata puntuale con la riapertura delle scuole... e con tutte le sue conseguenze... facendo riapparire i titoli sui quotidiani: "Lunedì nero per il traffico"... "Traffico in tilt in tutta la città", con la ripresa anche degli scioperi cui fanno da corona notizie poco rassicuranti (che, in verità, sono tali da tempo!) sull'economia e sulla politica italiana.

Facciamo sempre finta di stupircene... ma in realtà lo sapevamo... e mentre raccontiamo all'amico/a al telefonino le nostre ultime avventure vacanziera (se serve anche esagerando un po' sui benefici per vantarci delle nostre scelte!)... siamo lì in fila nella nostra scatola di latta (oh! Scusate! nella nostra monovolume) imbottigliati nel traffico impazzito...

Due piccoli consigli... prendetela con filosofia... e cercate di smorzare la nostalgia delle vacanze passate approfittando ancora di qualche bell'appuntamento che ci viene offerto a poca distanza da Roma, per trascorrere, se non un fine settimana,

anche un pomeriggio in piacevole compagnia.

Il suggerimento viene dalla nostra collaboratrice Paola Antonelli che ci propone l'immane sagra dell'uva a Marino nella prima settimana di ottobre. Occasione per ricordare la vittoria della flotta cristiana contro i Turchi, nella battaglia navale di Lepanto del 1571, alla quale avevano partecipato anche dei marinesi sotto la guida di Marcantonio Colonna, allora signore di Marino. Non perdetevi il corteo storico in costume rinascimentale, la sfilata di carri addobbati con centinaia di grappoli d'uva che vengono distribuiti ai partecipanti alla festa e, nel pomeriggio, la fuoriuscita di vino dalle principali fontane della cittadina laziale.

Se non vi basta... nella seconda settimana di ottobre andate a Sermoneta (Latina) ove si ricorda lo stesso episodio e la partecipazione alla battaglia del comandante generale della fanteria pontificia il Duca Orlando IV Caetani con soldati sermonetani. La leggenda vuole che il Caetani avesse fatto voto alla Madonna di erigere un tempio, in caso di vittoria, lo stesso ove fu sepolto per suo volere e da quell'anno la Madonna fu chiamata "della vittoria". Anche qui non manca il corteo storico che rievoca il ritorno del condottiero con i suoi soldati, cui va incontro la duchessa Agnesina Colonna, sposa del Duca. L'incontro e gli altri momenti della sfilata sono recitati nel linguaggio cinquecentesco.

Ma l'elenco delle manifestazioni è assai più lungo. Gli esclusi perdonino la nostra scelta limitata solo dallo spazio! Un'ultima considerazione che riempie di soddisfazione tutta la redazione di Pianoterra alla Balduina: col passare dei mesi e dei numeri del giornale la collaborazione alla stesura degli articoli da parte dei residenti alla Balduina cresce senza soste. Ciò significa che i residenti sentono loro questo giornale e noi ne siamo immensamente fieri. Ci promettono e ci consegnano articoli, ci offrono foto di ambienti del quartiere ancora in fasce, materiali ben al di sopra delle nostre possibilità di spazio. Cercheremo di accontentare tutti... Grazie...

Fiorenzo Catalli

Per la vostra pubblicità

**Chiamate il n. 339.7780737
oppure il n. 06.35346513**

e-mail

redazione@pianoterra.com
marketing@pianoterra.com

Indirizzo

Via Andrea Baldi, 63
00136 - Roma

Foto in copertina

La chiesa della Madonna del rosario alla Balduina

Pianoterra alla Balduina

Direttore Responsabile

Stefano Benedetti

Direttore Editoriale

Gaetano Papaluca

Redazione

Fiorenzo Catalli, Paolo Cruciani

Hanno collaborato

Maria Grazia Merosi,
Alessandra Giorgio,
Oreste Genta,
Angela De Pace,
Paola Antonelli,
Alfredo Palieri,
Chiara Suite Boari Ortolani,
Alessandra Pignotti,
Giancarlo Bianconi,
Cecilia Pomponi

Sede

Via Andrea Baldi, 63
00136 - Roma

Tipografia

Valerio Scambelluri
Comunicazione S.r.l.
Via Ugo De Carolis, 93
00136 - Roma

Reg. Tribunale di Roma n°434

del 18 Dicembre 2009

La responsabilità degli articoli è dei singoli autori. Salvo diversi accordi, la collaborazione a questo periodico è da intendersi del tutto gratuita e non retribuita. Non è consentita la riproduzione anche parziale di testi e contenuti senza l'autorizzazione della direzione del giornale. In nessun caso si garantisce la restituzione dei materiali inviati.

Lei sì, era una Regina

Elena di Savoia

A seguito del terribile terremoto di Messina e Reggio del 28 dicembre del 1908 i primi soccorritori ad intervenire furono i marinai delle navi russe che si trovavano nel porto di Augusta, al comando dell'Ammiraglio Ponomaroff;

Con tutte le navi e a tutta velocità raggiunse Messina che, all'alba del 29, gli apparve illuminata dagli incendi che vi si erano sviluppati e iniziò subito con i propri marinai l'opera di soccorso e ordine pubblico.

Nelle primissime ore del 30 la Regina Elena, con il consorte, raggiunse i luoghi disastrati e fu instancabile nell'opera di soccorso e di cura dei sinistrati che a mano a mano venivano ricoverati sulle navi. Rimase nella zona del cataclisma tre settimane durante le quali profuse il suo coraggio, le sue azioni di solidarietà umana e di amore verso il prossimo, senza alcuna limitazione che avrebbe potuto imporre il suo stato di Regina.

Quando sorsero difficoltà per il trasporto a Napoli dei terremotati più gravi ella si rivolse all'Ammiraglio russo con queste parole: "Ammiraglio, non è la Regina d'Italia che vi parla e nemmeno la principessa del Montenegro,

è una donna che in nome dell'umanità vi supplica di trasportare subito a Napoli questi infelici che



altrimenti morirebbero".

A questo sublime invito il Comandante non esitò un istante.

Come ricordava il Papaluca, durante il primo conflitto mondiale (1915-1918) si prodigò come infermiera a tempo pieno e con

l'aiuto di sua suocera - la Regina Margherita - trasformò in ospedale sia il Quirinale che la villa Margherita (l'abitazione di quest'ultima). Finanziò opere benefiche per gli encefalici, per le madri povere, per i tubercolosi e per gli ex combattenti.

Si tenne sempre lontano dalle questioni politiche e si mantenne sempre umile e discreta,

ma ferma nel carattere.

Vorrei infine citare il dono che Elena, nel 1935, fece alla chiesa della SS. Annunziata della città di Sabaudia: si tratta della preziosissima Cappella che faceva parte della villa Margherita e che attualmente è sistemata a sinistra dell'Altare maggiore con la dizione: "Cappella Reale".

In Montenegro a Cetinje (suo luogo di nascita) Elena viene identificata con la "fata delle loro montagne": La mitica "Viela" (il suo nome in montenegrino).

Forse non tutti sanno che alla morte di questa Regina fu aperto il processo di canonizzazione e venne proclamata "Serva di Dio".

E' vero, Gaetano: Lei, sì, era una Regina. Il ricordo di questa mamma, di questa donna sublime, penso dovrebbe spronarci, in

questa nostra convulsa vita, a sentimenti di comprensione, di bontà e di amore reciproco.

Non resta che l'estrema scelta...

Oreste Genta

PIANOTERRA ALLA BALDUINA

è su Facebook!!!

Cerca la nostra pagina e clicca su "mi piace", vota i sondaggi, controlla gli eventi e scrivi in bacheca.
Ti aspettiamo!!!

Eroi alla Balduina

Sila Persichelli

I vecchi alunni (che si ritrovano su Facebook) e i nuovi, oltre naturalmente a tutto il corpo insegnante, amministrativo e tecnico della Scuola Media Statale Persichelli sono certamente già a conoscenza di chi fosse quel "S. Persichelli" cui è intitolato il loro Istituto.

A vantaggio di quei pochi lettori del nostro giornale che ancora lo ignorano, vorremmo ricordare il personaggio, Sila Persichelli, che, in linea con buona parte della toponomastica del nostro quartiere Balduina, rientra tra le persone insignite di una o più, come nel nostro caso, medaglie al valor militare.

Sila Persichelli fu un Generale del glorioso Corpo dei Granatieri di Sardegna, ufficiale veterano, con ben 36 anni di ininterrotto servizio tra i più decorati della storia militare italiana (Ordine Militare di Savoia, Medaglia d'oro al V.M., tre Medaglie d'argento al V.M., due Medaglie di bronzo al V.M. e una Croce di guerra al V.M., oltre a tre promozioni per merito di guerra e sette ferite di guerra).

Nato a Montereale (L'Aquila) il 22 maggio 1890 da Giovanni e Anita Rampelli, partecipò alla guerra del 1915-1918 con il grado di Sergente Maggiore del 2° Reggimento Granatieri di Sardegna; già nei combattimenti del giugno 1915 a Monfalcone si guadagnò la sua prima Medaglia di bronzo per aver respinto un improvviso attacco nemico.

Durante il ripiegamento dell'ottobre-novembre 1917, con il grado di Tenente al comando di una Compagnia mitragliatrici dello stesso Reparto, conquistò la prima Medaglia d'argento; la seconda gli fu concessa il 9 dicembre 1917 a Caposile per il costante esempio di coraggio offerto ai suoi soldati.

Nella battaglia del Piave, dal 2 al 6 luglio 1918, come Capitano della sua Compagnia si batté, seppure ferito, a sostegno di altri Reparti ottenendo la seconda Medaglia di bronzo. Il valore del granatiere abruzzese si con-

fermò nella guerra per la conquista dell'Africa Orientale. Nel febbraio del 1936, Capitano del 6° Btg. Indi-



geni, fu decorato sull'Amba Aradan con una Croce di guerra.

Nell'aprile del 1936, da Primo Capitano ebbe una promozione straordinaria al grado di Maggiore, in seguito alle operazioni condotte sul lago Ascanghi; nel dicembre dello stesso anno conseguì la terza Medaglia d'argento nella battaglia di Lechemt-Gore, partecipando all'occupazione di Gore e di altri paesi dell'Etiopia occidentale.

Nel 1938 ancora un riconoscimento al valore con la concessione della Croce di Cavaliere dell'Ordine Militare di Savoia per le operazioni da lui condotte, pur isolato e con le poche forze disponibili, nella zona di Marabetiè.

Nel luglio del 1939 fu promosso al grado di Tenente Colonnello per meriti di guerra, per aver svolto una sagace azione politica tesa a ristabilire il controllo delle armi italiane nelle vaste zone di Marabetiè, Caia Zaret, Giorù e Mored.

Durante la seconda guerra mondiale Sila Persichelli continuò a dimostrare il proprio coraggio nella difesa dell'Africa Orientale; nel settembre del

1940 fu promosso Colonnello per aver debellato definitivamente nuove formazioni ribelli ed obbligato le sopravvissute alla sottomissione nelle zone di Bulga, Noari, Giorù, Monfer, Marabetiè e Sostamba.

Fra il febbraio e il marzo del 1941, nella battaglia di Cheren, in Eritrea, dove si distinsero il 10° e l'11° Reggimento Granatieri di Savoia, con il 4° Battaglione Coloniale Toselli, 2a Brigata coloniale, Sila Persichelli, già ferito in precedenti azioni e pluridecorato, continuò a combattere addirittura sorretto dai suoi soldati con tale efficacia e valore da meritare la Medaglia d'oro. La motivazione è la seguente: Ufficiale superiore di altissime virtù militari, dette nell'eroica e lunga difesa di Cheren (Eritrea - febbraio/marzo 1941) le più illuminate prove di singolare capacità di comando, della sua intrepidezza, del suo alto valore personale, del suo elevatissimo sentimento del dovere. In aspri combattimenti su posizioni fortemente contestate dall'avversario fu l'anima delle azioni eroiche della sua unità, e riuscì, dopo molte ore di tenaci e persistenti corpo a corpo, a vincere la resistenza di forze nemiche decisamente superiori di mezzi e di numero e a ricacciarle dalle posizioni raggiunte. Minorato fisicamente per gravi ferite riportate in successive cruente azioni e in condizioni ambientali difficilissime, non volle mai cedere il suo comando, e sorretto a braccia dai suoi dipendenti, si tenne sempre negli attacchi e violenti contrattacchi alla testa della sua unità, entusiasmando con il suo indomito valore e con l'esempio di saldo spirito ed abnegazione tutti i suoi dipendenti sì da moltiplicarne le virtù guerriere cavallerescamente riconosciute ed esaltate dallo stesso avversario.

Rientrato in Italia si spense ad Arco, in provincia di Trento, il 25 luglio 1961. Nel capoluogo abruzzese una via è intitolata a questo valoroso cittadino.

(tutte le notizie biografiche sono state tratte dal Dizionario biografico-Gente d'Abruzzo, Vol. VIII, Andromeda Editore, Teramo, 2007, a cura di Pierluigi Capaldi).

Quei meravigliosi anni 80

Lo sapevate che...?

Ed anche questa estate è andata... Eccoci di nuovo tutti alle prese, già da un po', con il famigerato "Rientro" come lo chiamiamo noi o "La rentrée", come dicono i francesi, ma il fatto è che come lo si chiama lo si chiama ha sempre quel gusto "dolce-amaro". Perché, diciamoce lo chiaramente: a volte è anche piacevole dopo una bella vacanza tornare a scuola o al lavoro, baciati dal sole, rilassati, rivedere famigliari, amici e colleghi. Abbiamo tanti aneddoti da raccontare, souvenir da distribuire, ore di filmini e foto da sottoporre al malcapitato di turno! Ma alla fine a chi è che dopo le tante sospirate ferie va di tornare alla solita vita di tutti i giorni? Alle prese con il traffico, il parcheggio, il capoufficio isterico, i professori, le interrogazioni, i compiti in classe, le giornate buie e sempre più corte? A me no, a voi?... Allora, senza tante pretese, distraiamoci un po' con qualche curiosità pescata qua e là e dal sapore tutto Anni 80!

Lo sapevate che... tra il primo ed il secondo film della saga "Ritorno al Futuro" è cambiata l'attrice che impersona Jennifer Parker, la fidanzata di Marty McFly? Nel primo Jennifer è interpretata dall'attrice **Claudia Wells (nella foto al centro, appunto, con Michael J. Fox alias Marty McFly)** che però fu costretta a dare forfait per le riprese del secondo film a causa della malattia della madre. A quel punto Spielberg scriverà per il ruolo Elizabeth Shue. Singolare è la parte iniziale del secondo episodio, che in pratica riprende esattamente la fine del primo: scene, inquadrature e battute sono le stesse, ma l'attrice cambia.



Lo sapevate che molti cantanti degli anni 80 hanno avuto esperienze più o meno importanti come attori? **Jon Bon Jovi (foto in alto a destra)**, cantante dei Bon Jovi, che ha recitato in oltre 20 pellicole tra cui ricordiamo "U571" (2000) e "Un sogno per domani" (2000). Sting, prima cantante dei Police e poi una lunga carriera da solista, che ha recitato in diversi film tra cui "Dune" (1984) e "Le avventure del Barone di Münchhausen" (1988). Tra questi va citato anche Roland

Gift, frontman del gruppo Fine Young Cannibals, che ha recitato in diversi film, tra cui Scandal (1989) e in alcune puntate della Serie TV Highlander.

Lo sapevate che Carlo Rambaldi nella creazione del viso di "E.T." si ispirò ai volti di Albert Einstein, Ernest Hemingway e Carl Sandburg, un famoso poeta statunitense vissuto a cavallo del '900?

Lo sapevate che nel film "E.T." era presente un cameo di Harrison Ford, nel ruolo del preside di El-



liott (il bambino protagonista), ma Spielberg, durante il montaggio, decise di tagliarlo in quanto avrebbe distratto il pubblico dalla storia? Lo sapevate che nel film "Staying Alive" (1983) compare per pochi istanti il regista Sylvester Stallone che si scontra per strada con Tony Manero? Troviamo inoltre il futuro e compianto attore Patrick Swayze che fa parte del Corpo di Ballo e un giovanissimo Richie Sambora che successivamente diventerà famoso come chitarrista dei Bon Jovi.

E lo sapevate che i Frankie Goes to Hollywood, famoso gruppo musicale anni 80, vengono ricordati anche come la seconda band nella storia della musica britannica a raggiungere la prima posizione con i loro primi 3 singoli ("Relax", "Two Tribes" e "The Power of Love"), eguagliando i Gerry and the Pacemakers che ottennero lo stesso risultato nel 1964?

Errata corrige

Nel n. 12 di settembre, in questa rubrica, si è verificato un errore durante la lavorazione ed è stata omessa una parola: nella classifica alla posizione 21 la canzone cantata dai Propaganda è "Duel". Ci scusiamo.

Happy Halloween!

Alessandra Giorgio

Serena SaS

di Perugini Maurizio

Impresa di pulimento - disinfestazioni - derattizzazioni

tel. 339.2116530

Prodotti autorizzati dal Ministero della Sanità

La biblioteca di Pianoterra

La sposa ribelle di Hanan Al-Shaykh Ed. PIEMME

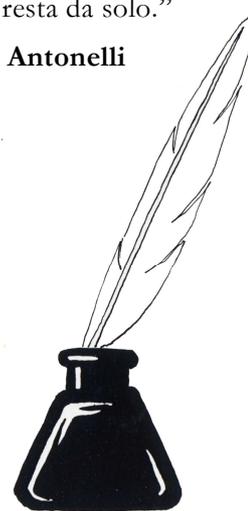
Kamila a undici anni viene promessa in sposa al marito, rimasto vedovo, di sua sorella. Poco prima di arrivare alle nozze incontra Muhammad, che sarà l'amore della sua vita. A 14 anni subirà il matrimonio con il cognato, avrà da lui due bambine - una delle quali è l'autrice del romanzo - ma continuerà a incontrare clandestinamente il suo vero amore fino a giungere all'inevitabile divorzio con la conseguente, dolorosissima, perdita delle figlie.

La storia è ambientata a Beirut, nella prima metà del novecento, ed è una storia d'amore a trecentosessanta gradi che prescinde

luoghi e culture per incarnare e rispecchiarsi nell'essenza stessa della femminilità. Kamila è la mamma dell'autrice e racconta la storia della sua vita, una vita irta di difficoltà, dure rinunce, ma sempre e comunque vissuta con coerenza, coraggio, un pizzico di follia e tanto amore. Due donne a confronto: una, la scrittrice, abbandonata da bambina e alla ricerca di una spiegazione che possa condurla al perdono; l'altra, la madre, una donna che ha pagato care le sue scelte e che si trova a un certo punto a pensare: "E' strano, le persone che si amano dormono vicine, ma in realtà, una

volta addormentato, l'essere umano resta da solo."

Paola Antonelli



Pittrice, diplomata scenografa all'Accademia di Belle Arti, realizza opere su commissione con colori acrilici o acquerelli.

Idee regalo:

- un ritratto
- il quadro della tua casa
- la celebrazione di un evento

Organizza:

- degli inviti speciali
- anche con oggetti decorati a mano

Scegli i soggetti dal sito Internet o utilizza una tua fotografia del soggetto.

<http://www.pepperomano.com/mp>

335 6358633 (pomeriggio)

Mariapaola

Fisica spicciola

Dal piano terra all'attico, ma anche al sottoscala!

“Energia potenziale, energia cinetica... calore che si trasforma in energia... ho le idee confuse!”

È facile. Un masso in cima ad una montagna ha energia potenziale. Beh! È come un bel gruzzolo che Paperon de Paperoni ha messo in banca. Poi... il masso comincia a scendere lungo i fianchi della montagna, acquista velocità (che i “dotti” chiamano “energia cinetica”). Una parte del gruzzolo Paperone l'ha trasformato in soldoni!

Il masso arriva a valle, sbatte un po' contro le rocce, dissipa in calore un po' d'energia, ma con quella residua riesce a risalire. Ecco, Paperone, uomo saggio, ha fatto sì qualche spesa utile, ma il resto del gruzzolo l'ha rimesso in banca...

Ma, attento! Può darsi che il masso, arrivato a valle, sbatta tanto contro le rocce da frantumarsi: tutta l'energia se ne va in calore!

È come se quello sciagurato del figlio di Paperone si sia impossessato dei soldi del padre, e, novello figliol prodigo, se li sia spesi tutti in gozzoviglie con gli amici! E non rimane più niente per la banca!

“ho capito! L'energia del masso si è trasformata in calore!

Ma senti un po'! Dicono che il calore a sua volta si trasforma in energia... com'è sta storia?”

“Ascolta... ricordi “Misericordia e Nobiltà” di De Filippo? Beh!... veramente, Nobile è l'Energia che sta al piano attico. Invece il calore si ripartisce fra pianoterra e sottoscala.

Bene: tu hai 10 litri di acqua a 100 gradi. Sono $10 \times 100 = 1.000$ calorie. Hai anche 100 litri di acqua a soli 10 gradi. Anche qui hai $100 \times 10 = 1.000$ calorie, come nel primo caso ma, quest'ultimo è un **calore deprezzato**, perché è a temperatura bassa, cioè, come dicono in fisica, è malato per eccesso di “Entropia!”

Ma, senza volerti fare la testa come un... pallone:

al pianoterra hai il calore “meno misero”, cioè quello ad alta temperatura, mentre il calore più misero, cioè a bassa temperatura, sta al sottoscala!

Adesso: al motore della tua auto arriva la benzina che, combinandosi con l'ossigeno dell'aria, sviluppa un sacco di **buon calore ad alta temperatura** fino a 2.000 gradi! Che, nei cilindri, si trasforma in Energia, per far marciare la tua auto.

(dal pianoterra siamo saliti all'attico!), ma non tutto il calore (ad alta temperatura) può trasformarsi in energia! Una parte di questo calore viene spedito al sottoscala, con temperature ridotte sì, ma pur sempre intorno ai 1.000 - 1.200 gradi! Che faccio? Butto via questo calore residuo coi gas di scarico? Sono liberissimo! Ma... se sono furbo, quel calore sia pure nel sottoscala, lo mando alla Turbina, la quale aziona il Compressore e così nei cilindri arriva più aria, bella impacchettata, a pressione, per cui... “Ascolta!” Puoi permetterti il lusso di avere

la stessa potenza, ma con cilindri e pistoni più piccoli, cioè con motori più piccoli... meno masse di pistoni in moto alterno.

“Capisci?” Grazie al Turbo, questo calore, anche se a bassa temperatura, riesce a rendersi ancora utile, permettendoci di avere la stessa potenza, pur con motori più ridotti!

(“Ehi! Che la Potenza, cioè i cavalli, vuol dire lavoro sviluppato in un secondo lo sai già... vero?”).

“Bene! Hai ascoltato e hai capito tutto! Bravo!” E adesso, una piccola riflessione.

Lo stesso avviene con noi uomini. I doni di natura sono come il calore sviluppato dalla benzina nell'esempio precedente.

Noi!

Noi, questo calore (ad alta temperatura) lo trasformiamo in attività utili per noi, la famiglia, la società, ecc.

Insomma, la Nobilitiamo, inviadoli al piano attico, ma, siccome siamo sempre anche un po' trascurati, fra perditempo, chiacchiere, ecc... ecco che una parte di questi doni iniziali finisce al sottoscala...

Ma anche qui, non vengono sprecati! Perché anche da quelle che sembrano chiacchiere, o azioni trascurabili, può sempre ancora scaturire qualcosa di utile (un consiglio, un aiuto) per gli altri.

Alfredo Palieri

Il Giornale **PIANOTERRA ALLA BALDUINA** lo potete trovare in molti negozi, edicole, uffici del quartiere e non solo.

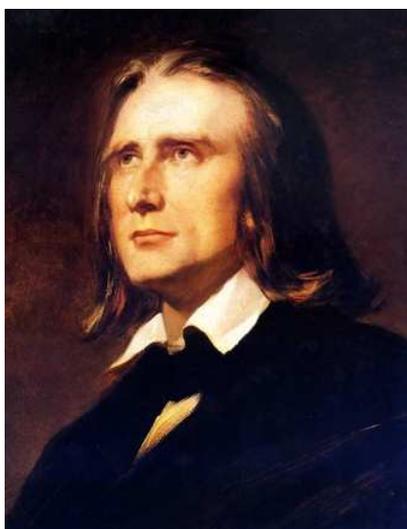
I principali punti di distribuzione sono:

- **La Farmacia IGEA in Largo Cervinia, 8**
- **Le edicole di:**
 - **Piazza Belsito**
 - **Piazza della Balduina**
 - **Largo Maccagno**
 - **Via Appiano**
 - **Piazza Giovenale**
 - **Via Marziale**
 - **Piazzale degli Eroi**
 - **Piazza Madonna del Cenacolo**
 - **Piazza Guadalupe**

Liszt alla Balduina

Anniversario dei 200 anni dalla nascita

Tra il 1863 ed il 1866 il compositore/pianista ungherese Franz Liszt soggiornò a più riprese presso il **Monastero Madonna del Rosario**, sito nel quartiere delle Vittorie su Via trionfale (il solo pensiero che questo grande artista e pianista sia vissuto e abbia conosciuto gli stessi panorami che ancora noi possiamo ammirare da Monte Mario mi riempie di emozione e gioia).



Dopo aver subito ferocemente i lutti della morte dei figli Daniel (1859) e Blandine (1862) e dopo altre traversie legate alla sua salute, Liszt decise di meditare fortemente sulla vita e sulla morte e da chierico qual'era si ritirò presso la **Madonna del rosario alla Balduina**. Siamo intorno agli anni 1864-65 e

il 50enne Liszt ormai esausto del concertismo praticato e bisognoso di ricostruire la sua anima travagliata da amori incompiuti e desideri irrealizzati, come per esempio il matrimonio con la Wittgenstein (le nozze si sarebbero dovute celebrare nella chiesa di San Carlo al Corso il giorno 22 ottobre 1861) che lui tanto desiderò durante il periodo romano, scelse quindi la Madonna del Rosario. Non solo perché lontano dai salotti romani, ma soprattutto perché in quel luogo, superbo panoramicamente, poteva porre al termine l'oratorio Christus per voci e orchestra a cui tanto teneva, portato a termine il 29 settembre del 1865. Ed è proprio attraverso questa trasfigurazione in musica del dolore umano, del senso della vita e dei misteri di essa che Liszt gettò un ulteriore punto fermo sulla orchestrazione e sulla composizione dei quali ne trarrà beneficio un altro grandissimo compositore, quasi coetaneo, **Richard Wagner**, anch'egli tribolato nella vita, nell'amore e nella fede. E sarà proprio grazie alla promozione che farà negli anni successivi l'abate Liszt di Richard Wagner che al lipsiense verranno aperte tutti teatri d'Europa.

Per tornare alla permanenza di Liszt sul Monte Mario, sappiamo per certo che egli fu ospitato in un piccolo appartamento nel qua-

le fino a pochi anni orsono era stato conservato il pianoforte, sul quale il compositore teneva appunto l'oratorio sovra citato. C'è da aggiungere che le frequentazioni dell'abate anche presso l'appartamento sito in Roma in Via Felice, confermano che il Christus è opera eminentemente romana di Liszt. D'altra parte c'è da aggiungere che in questo la relazione, le conversazioni e gli incontri religiosi che si svolgevano in casa Wittgenstein, amante di Liszt, favorirono sicuramente la maturazione del progetto Christus e ne determinarono molto probabilmente la stesura.

Oggi presso la Madonna del rosario su Monte Mario la presenza di Liszt è testimoniata da questa targa commemorativa

La lapide qui posta il 22 ottobre 1911, recita:

"A questa altura

da cui si apre tanta visione

di bellezza e di storia

chiese tranquillità e salute

Franz Liszt

e nell'armonia del luogo

trovò sublimi accordi per Christus"...

Va ricordato inoltre, e non per ultimo, che proprio nel 1911 moriva a Vienna un altro grande compositore, Gustav Mahler, debitore per orchestrazione verso F.Liszt.

Chiara Suite Boari Ortolani



Consoli

Vini e oli

Via Andrea Baldi, 33 - Roma

Tel. 06.35343303

Consegne a domicilio gratuite

Roma a distretti: turisti nella nostra città?

I distretti centrali di Roma

Roma è una città che oggi conta un enorme centro abitato, di cui solo il 4% è il Centro Storico. Si tratta di una città che risulta rispetto alle sue "concorrenti" europee un centro caotico, congestionato dal traffico, disorganizzato nella

Per un turista Roma rappresenta una tappa fondamentale del tour italiano. Quello che un turista consapevole e rispettoso di Roma deve sapere è che questa città non è come quelle del resto d'Europa concepita con un piano urbanistico

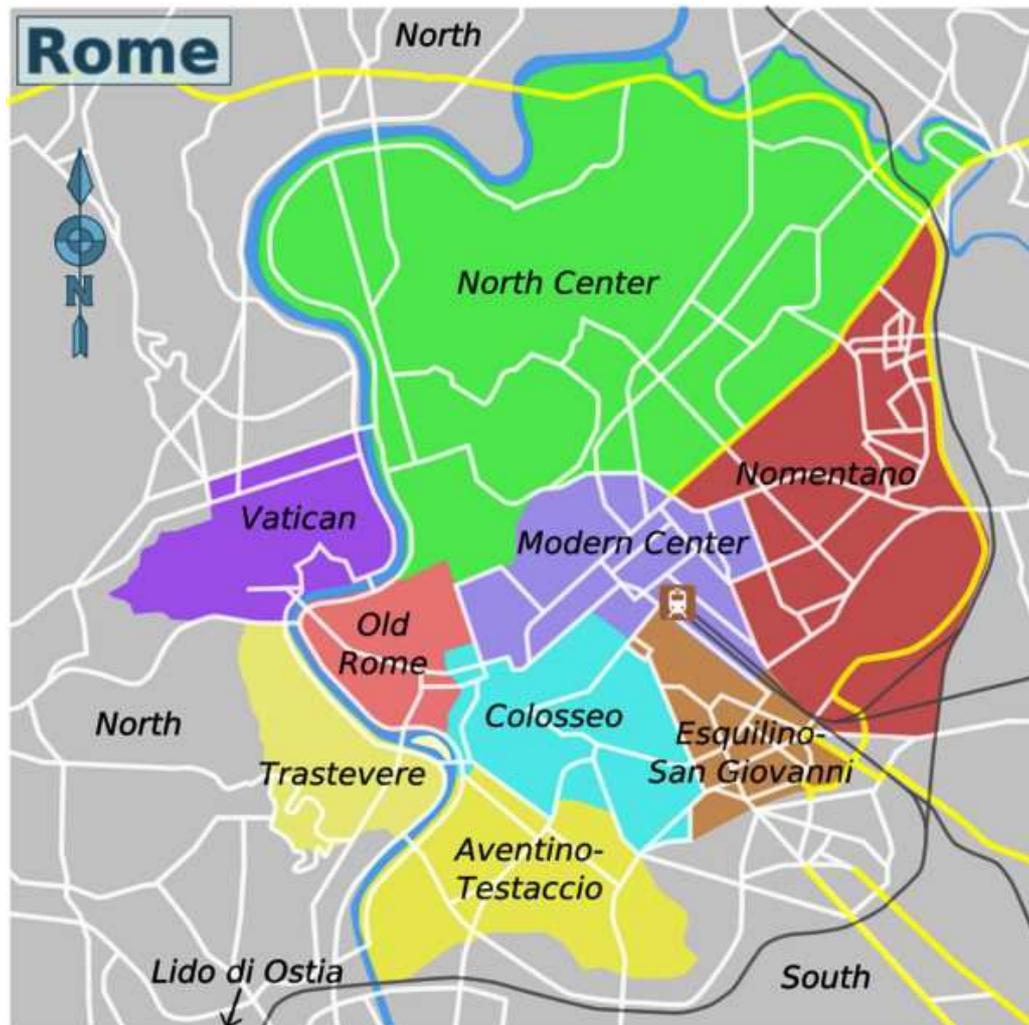
ropee e di altri paesi - Roma passa da realtà urbane molto ridotte e di dimensioni ristrette a situazioni di spazi ampi e innovativi; inoltre, si passa dalla sovrapposizione di insediamenti a zone periferiche simili a campagna, anche in periferie di alta densità demografica e ben note.

Questa sua complessità penso, come altri studiosi ed esperti, che possa essere esemplificata da una scomposizione della città, anziché in Rioni o Municipi, che hanno confini e denominazioni mutevoli nel tempo e nello spazio urbano, in Distretti Centrali e del Suburbio denominando con la parte storica o toponomastica predominante e servendosi delle coordinate cardinali. Per un turista italiano e straniero conoscere la città secondo questa convenzione (es. Distretto antico o nord), facilita e gratifica l'orientamento e la conoscenza della città. Roma dopo quasi 2000 anni dalla sua fondazione stupisce ancora genti e popoli di ogni età con le sue meraviglie e i suoi luoghi magici dell'Antichità, del Medioevo, dell'Età Moderna e Contemporanea.

La divisione in distretti è un ricorso necessario per un "non Romano" per riuscire a districarsi nei meandri urbani.

C'è da dire inoltre che per gli stranieri di lingua inglese il termine district significa quartiere, non quelli piccoli nostri, ma vaste aree di vicinato di una città. È quindi per me, più semplice agli occhi e per la spiegazione ad uno straniero fatta in questi termini toponomastici e cardinali dei quartieri di Roma.

Alessandra Pignotti



gestione delle Infrastrutture, in particolari del trasporto pubblico, che quasi quotidianamente collassa. È però, una delle città più visitate ed è una città museo; è una delle poche città d'arte che ha anche musei e scavi archeologici di altissimo pregio.

Il Centro Storico, le proprietà extraterritoriali della Santa Sede e i Beni fino alle Mura di Urbano VIII sono ormai dal 1980 i primi, dagli anni 90 gli altri, patrimonio dell'UNESCO.

che rientra nei parametri delle metropoli moderne, ma è una città bimillennaria che si può dividere in due grosse zone:

- 1) l'area dei "distretti centrali" più prettamente turistici (vedi mappa con nomi vari dei singoli distretti).
- 2) l'area dei distretti periferici e limitrofi il centro (nella mappa le parti in grigio).

Essendo Roma una metropoli di notevoli estensioni che si presenta in maniera disordinata e senza una planimetria regolare circolare, ortogonale ecc. come le altre città eu-

Associazione Gianni Elsner Onlus



Cari amici,

eccoci di nuovo per raccontarvi le iniziative della nostra Associazione Gianni Elsner Onlus.

L'estate ci ha portato bellissime notizie dal Paraguay: Nelle prossime settimane si terrà l'inaugurazione della Sala Polifunzionale "Gianni Elsner", una sala multiuso inserita nel progetto "Villa del Sol". Questa sala funzionerà come Teatro per i giovani e i bimbi, per corsi per le donne artigiane, per gli incontri delle famiglie dei nostri bambuccini, per riunioni della comunità e per tante altre attività.

Potete immaginare quanto sia emozionante per noi sapere che presto tanti paraguaiani potranno usufruire di un luogo intitolato proprio a Gianni Elsner, colui che ha creato tutto questo nel lontano 1989!

A proposito di ciò, vogliamo ricordarvi in anticipo l'appuntamento che ci sarà a gennaio con i missionari del Paraguay.

Come ogni anno, infatti, anche nel 2012 continua la tradizione che vede Padre Attilio, Hermana Fabiola, Hermana Clara e Anna Maria Cordioli venire a Roma in Piazza dei Quiriti per incontrare i padrini e le madrine, per consegnare loro le pagelle e le fotografie, per raccontarvi la situazione del Paraguay. Quindi non dimenticate, chiunque tra voi volesse rinnovare la sua adozione o farne una nuova, può farlo a gennaio in Piazza dei Quiriti.

Prima di salutarvi, vi ricordiamo che prosegue l'iniziativa delle bomboniere solidali: vi diamo la possibilità di acquistare delle graziosissime bomboniere il cui ricavato sarà devoluto all'Associazione.

Per vedere le nostre bomboniere, e per ogni informazione sulle attività della nostra Onlus, potete visitare il sito www.associazionegiannielsner.it, per maggiori informazioni potete telefonare al **388.19.31.036**.

Vi ricordiamo infine, come sempre, le coordinate per sostenere l'Associazione Gianni Elsner Onlus:

Bonifico bancario IBAN IT02 A032 3103 2070 0000 0233 400 intestato a: Associazione Gianni Elsner Onlus.

Conto corrente postale n° 2968097 intestato ad Associazione Gianni Elsner Onlus.

5x1000 sulla Dichiarazione dei Redditi con il n° di codice fiscale 107.105.110.06

A presto con le iniziative dell'Associazione Gianni Elsner Onlus!

Federico Ghilardi

Peppe Romano



Scultore e pittore autodidatta dal suo studio di Monte Mario ha prodotto:

- sculture
- argenti
- gioielli e medaglie
- disegni a china
- disegni acquerelli
- disegni a pastello.

Alcune opere sono ancora disponibili per l'acquisto. La Galleria completa, la Critica e la storia sono visibili su Internet all'indirizzo:

www.pepperomano.com

email:
eredi@pepperomano.com

telefono:
daniele 335 6358633
(pomeriggio)

a Natale regala un'opera d'arte in oro o argento !



Monumenti: a Roma i Cavalli del San Filippo Neri, a Terracina la Madonna della Luna, a Chicago la Madonna del Carmelo, in Sierra Leone Free Pony, nella Cattedrale di Lourdes l'Ostensorio, e al Palazzo Apostolico in Roma la Statua di San Michele Arcangelo.



Un dialogo improbabile

Mi trovavo nell'ultima sala del museo Borghese quando ad un certo punto alle mie spalle ho avvertito un sommesso bisbiglio senza però affermare bene né le parole né, tanto meno, individuare il luogo da dove proveniva. Lì per lì non ho dato molta importanza al fatto; mi sembrava abbastanza naturale del resto, anzi inevitabile direi, che i vari visitatori scambiassero fra di loro, sia pure sommessamente, impressioni su qualcuna delle varie opere esposte. Poi, però, ho realizzato che pochissimi erano i visitatori presenti nella sala e singoli per giunta, come me del resto e anche piuttosto discosti l'uno dall'altro. Un dialogo fra questi, quindi, era assolutamente impossibile. *Ma da dove provengono queste voci?*

si che avevo in mano (e "pro tempore" elevati alla funzione di appunti) per non suscitare la possibile altrui curiosità, l'ho messo in funzione mentre mi accostavo il più possibile al quadro per dare l'impressione di osservarne meglio i particolari, ma in realtà con la precisa intenzione di cogliere meglio le parole di questo improbabile dialogo. E mentre maneggiavo con poca destrezza e molta irrequietezza il mio registratorino, dai miei lontani ricordi liceali stavano confusamente riemergendo talune nozioni concernenti la tela. E così mi sono rammentato che dai vari indizi presenti nel dipinto gli studiosi erano pervenuti alla conclusione che la dama vestita, con ogni probabilità, è Laura Bagarotto, simboleggiante la

que, vedi di non fare tanto la spiritosa con domande inutili, cara: lo sai benissimo che né io posso voltarmi a guardarti, né tu puoi muovere il tuo braccio o altro. E poi non vedi che c'è gente?

VENERE - E allora? Qual è il problema? Ti infastidisce forse la presenza della gente?

LAURA - N-no... no. È solo che la gente in un certo qual modo mi mette a disagio.

VENERE - E perché mai? Allora cosa dovrei dire io che tutti i visitatori che sostano qui davanti a noi - e quando dico *tutti* intendo dire proprio *tutti* - più che osservarmi mi esaminano accuratamente, esplorano cupidamente ogni particolare del mio corpo, ricercano avidamente chissà cosa?

LAURA - *E te credo fija benedetta che ...*, cioè... lo credo bene che ti contemplano con tanta intensità, anche perché questa scena passa quotidianamente anche sotto i miei occhi, non dimenticarlo. Viceversa con me non osano più di

tanto! Un'occhiatina di sfuggita, e anche un po' distratta e superficiale, direi.

VENERE - E certo! Cosa vuoi che osino, con tutti i chilometri e quintali di stoffa che hai indosso? Addirittura i guanti hai infilato!

LAURA - Ma ti rendi conto o no, mia cara, che sto andando a sposarmi? A sposarmi, dico, e no ad un ballo rock. Sto andando a sposarmi con il mio Niccolò..., Niccolò Aureli intendo, e cioè con uno dei membri del Consiglio dei Dieci, l'organo cioè che, come ben sai (o dovresti sapere) governa la Repubblica della Serenissima. Ma che pretendi che vada all'altare abbigliata come te e cioè praticamente... nuda? E poi l'abito che indosso, d'argento



mi sono quindi domandato. Ho perciò teso bene l'orecchio, come si suol dire, e ho realizzato, con estremo stupore, che le voci provenivano dalla bellissima tela di Tiziano nota come *Amor sacro e amor profano*. Un dialogo, cioè, fra le due donne raffigurate nel dipinto. Resomi conto di questa straordinaria circostanza, nonostante il mio più totale sbalordimento che mi aveva praticamente reso incapace di qualsiasi movimento, sono tuttavia riuscito (non si sa bene come!) ad avere la presenza di spirito di cavare di tasca il piccolo reggitore che - guarda il caso, più unico che raro nella vita - neanche una mezz'ora prima avevo ritirato dal riparatore. E così con l'aria totalmente concentrata su due dépliant qualsia-

felicità terrena, mentre la figura femminile quasi totalmente nuda è sicuramente Venere, raffigurante la felicità celeste sottolineata dal vaso con la fiamma, simbolo dell'amore divino. E così da quel momento ho iniziato a seguire (e a registrare consciamente) il dialogo fra le due donne. Eccolo.

VENERE - Ma, insomma, non puoi negare, mia cara Laura, che sia io ad avere la fiamma dell'amore. La vedi, no, qui nella mia mano sinistra? O vuoi che te l'agiti dinanzi agli occhi?

LAURA - La conosco bene la tua fiamma, mia cara, e, secondo me, assomiglia maledettamente a una bomba a mano e anche alquanto pericolosa debbo dire. Comun-

con la manica destra rossa e bianca quella sinistra e i guanti è appunto il modo di abbigliarsi qui a Venezia delle spose che vanno all'altare. E poi non ho il volto ben scoperto e anche una discretamente generosa scollatura?

VENERE - *See, addio core?* Cioè, voglio dire, ma non ti rendi conto del mondo che ti circonda? Non vedi le ragazze di oggi, tue coetanee, come si vestono e come si atteggiavano?

LAURA - Vorresti, insomma, darmi ad intendere che forse è la dignità del mio portamento, il mio atteggiamento apparentemente un po' freddo e distaccato che non incoraggia, anzi spegne proprio, qualsiasi velleità men che ...

VENERE - Ebbene, sì, mia cara, lascia che te lo dica con tutta sincerità.

LAURA - Ma cosa mi manca per farmi desiderare, vorrei proprio sapere e che tu invece ...

VENERE - O cosa vorresti insinuare con questo tuo «*tu invece?*»?

LAURA - Ma insomma, mia cara, non vorrai sostenere di essere molto coperta, vero? Te ne stai lì, come *màmmeta t'ha fatto* e in atteggiamento anche un tantino ... Vabbe', basta! Sono discorsi, questi, che non mi piacciono per niente. Ecco! Da te che sei una dea, poi, mi sarei aspettato ...

VENERE - Ah, mi avevi riconosciuto, allora! E come ...

LAURA - E certo che ti avevo riconosciuto! Non vedi che nella mia mano destra tengo stretta una corona fatta con la pianticina che ti è così cara tanto da diventare il tuo simbolo?

VENERE - Ah, il mirtillo? E come potevo vederlo? Sai bene che, come giustamente mi hai fatto osservare tu poc'anzi, neanche io posso fare alcun movimento, e quindi non posso ruotare né lo sguardo né tanto meno il volto verso la tua mano. Ad ogni modo una cosa voglio dirtela: ma non ti rendi conto, oltre tutto, che sei in ritardo almeno di quattro o cinque secoli? Perché sostiene che io sia nuda? Sono vestita invece! Alla moda di oggi, s'intende: in topless! E con questo? E quanto alla mia posizione, poi, direi che è

estremamente corretta, castigata addirittura oserei dire.

LAURA - Beh, per carità di patria, lasciamo stare questo argomento, via! Invece mi farebbe piacere sapere, da te che sei una dea e che, quindi, sai (o dovresti sapere) molte ma molte più cose di noi mortali, come si deve contenere una neomoglie con il proprio neo-marito.

VENERE - Ah, questa sì che una bella domanda, mia cara Laura! Domanda alla quale non mi sarà difficile rispondere e, ritengo, anche in modo esauriente poiché non sarò io a fornirti la risposta che tu vai cercando ma Tiziano stesso. Anche se ora, qui con te, sono diventata eterna - come te, del resto, tanto vero che se deperiamo ci restaurano - sono pur sempre una donna e, in quanto tale, con i tuoi stessi istinti, desideri, piaceri, passioni di ...

LAURA - Ti prego, tesoro, non entrare in particolari sconvenienti. A parte ogni altra considerazione, sento che il colorito delle mie gote sta diventando molto più intenso di quanto non lo abbia dipinto a suo tempo messer Tiziano.

VENERE - Ok, hai ragione, mia cara! Allora, stavo dicendo che Tiziano raffigurandoci in questo modo ha inteso manifestare al mondo intero la sua precisa convinzione sul tema dell'amore. In altri termini: ha rappresentato me ... in *désabillé* diciamo così, con il mantello rosso e con in mano la fiaccola ardente simboli, entrambi, della mia natura passionale, poiché sono parte del creato e della natura; e te, che

invece hai il senso del peccato, vestita con in mano una corona di mirto simbolo della fedeltà coniugale, perché temi di render peccato ciò che invece è gioia, felicità, piacere, fecondità. In una parola: amore.

A questo punto della conversazione si è inserita una terza voce che subito dopo ho scoperto essere quella dell'Amorino che, in mezzo alle due donne, è tutto assorto a giocare con l'acqua contenuta in un sarcofago per facente funzione di vasca, il quale, senza peraltro interrompere il suo passatempo né tanto meno alzare lo sguardo, quasi mormorando fra sé, sentenza: «ma possibile che ancora non siate riuscite a capire che di amore ve n'è uno solo: unico, indivisibile e indistinguibile. E che voi non siete che due donne, due povere donne, bellissime certamente, ma tali per esclusiva volontà dell'immenso Tiziano che, con i suoi mezzi s'intende, vuole far comprendere che di amore ve n'è uno solo ma che, come Giano, è per così dire bifronte, e cioè è sacro e profano a un tempo. E pertanto il comportamento saggio da tenere nel corso dell'intera via matrimoniale - e non solamente di quella neo-matrimoniale - deve e dovrà sempre essere quello dell'armonia, dell'equilibrio fra amore spirituale e amore materiale giustamente miscelato».

Poi il silenzio.

Giancarlo Bianconi

Abbigliamento
e accessori

L'armadio di MuPà
di Laura e Antonella

Via Ugo de Carolis, 102/c - 00136 Roma - Tel. 06.35400556

Abbasso la crisi

Guadagnare di più è difficile, spendere meno è più facile

Siamo in un periodo di "austerità", tutto aumenta a causa della crisi mondiale meno che gli stipendi (quando ci sono), ecco allora che per sanare il "precario" bilancio familiare occorre ridurre le spese.

Sembrerebbe un'impresa ciclopica, in realtà mi sono accorto che in un bilancio familiare gli sprechi sono innumerevoli.

Partiamo dalla questione bollette: la famiglia media paga oggi una bolletta per ciascuno dei servizi diciamo così "essenziali" ovvero Luce, Gas e Telefono. Recuperate, se possibile, più bollette di ciascuna utenza, l'ideale sarebbero i 12 mesi precedenti e calcolate il costo medio mensile di ciascuna utenza di bolletta. Una volta ottenuti questi tre valori medi verificate i costi delle nuove offerte che attualmente prevedono con lo stesso fornitore due o addirittura tre forniture contemporaneamente. Molto probabilmente vi accorgete che "accorpando" le forniture la vostra spesa media mensile diminuirà sensibilmente. Tra l'altro questa modalità semplificherà le operazioni di pagamento e ridurrà le commissioni in quanto con una sola bolletta potrete pagare due o addirittura tre forniture.

Nelle famiglie italiane esiste attualmente una quarta fornitura ove è possibile ottenere dei consistenti risparmi: il telefono. Oltre a questo occorre dire che una grossa percentuale di italiani pagando la bolletta del telefono pagano anche il servizio ADSL ovvero la connessione ad internet. Anche in questo caso occorre verificare se tra i vari fornitori esistono delle offerte migliori di quelle che avete attualmente. Fate attenzione perché di questi tempi va molto di moda fare delle offerte sensazionali, ma che, approfondendo, sono a tempo (12/24 mesi).

Inoltre dovete fare un piccolo esercizio per capire quale offerta si adatta meglio alla quantità e alla tipologia di telefonate che normalmente effettuate.

Un'altra "fonte" di notevole risparmio è quella dei consumi. Sostituite tutte le lampade tradizionali con quelle a basso consumo. Ad oggi le esistono due tipi di lampade a basso consumo: al Neon oppure a LED. Le lampade al neon consumano circa 4/5 volte meno di una lampada tradizionale, mentre le lampade a LED consumano circa la metà delle lampade al Neon e quindi 8/10 volte meno delle lampade tradizionali. La tecnologia a LED è una tecnologia di nuova generazione (di cui abbiamo già parlato in un precedente numero) che sta prendendo piede abbastanza velocemente nel mercato dell'illuminazione. Se è vero che una lampada a LED costa 5/6 volte una lampada al Neon occorre tenere presente che la durata media di una lampada al neon è di circa 6.000 ore, mentre la durata media di una lampada a LED è circa 60.000/70.000 ore! Inoltre è certo che i costi delle lampade a LED, con la progressiva diffusione, si ridurranno sensibilmente. Riguardo agli elettrodomestici è scontato che utilizzando quelli di nuova generazione in classe A oppure AA c'è un considerevole risparmio di energia elettrica, ma qui i costi iniziali potrebbero essere elevati e non tutti possono permettersi di sostituire frigorifero, lavastoviglie e lavatrice. Per concludere mi vorrei soffermare su una fonte di "spreco" energetico

che spessissimo passa inosservata. Ormai la televisione è un elettrodomestico presente in tutte le famiglie italiane e spesso una famiglia possiede 2/3 o addirittura 4 televisori. Lo spegnimento del televisore tramite telecomando pone l'apparecchio in una modalità di Stand-By ovvero dormiente. In questa modalità è vero che il consumo è bassissimo, ma l'effetto è paragonabile a quello della goccia cinese. I televisori, fatto salvo quando sono accesi, sono in Stand-By per 365 giorni all'anno, 24 ore al giorno e se lo moltiplicate per il numero di televisori che avete in casa potete facilmente intuire lo spreco e quindi il possibile risparmio. L'ideale sarebbe quello di spegnere il televisore tramite l'interruttore generale, ma quelli di ultima generazione non ce l'hanno, oppure quello di acquisire, con poca spesa, un'apparecchiatura che consente di togliere completamente l'alimentazione al vostro televisore e dotata di telecomando.

Un'ultima nota la vorrei fare per quanto riguarda l'Acqua che beviamo. Verificate quanto spendete l'anno per l'acqua minerale e valutate un possibile risparmio utilizzando uno di quegli apparecchi che depurano l'acqua corrente (peraltro ottima a Roma) e se necessario la erogano più o meno gassata. Molto spesso utilizzando un simile dispositivo si ottengono forti e inaspettati risparmi e si contribuisce alla riduzione dell'inquinamento eliminando le bottiglie di plastica... Mica male.

Paolo Cruciani

L'Associazione Culturale Pianoterra promuove il proprio LABORATORIO TEATRALE

- Per scoprire cosa c'è dietro il sipario (ma anche un po' dentro se stessi)
- Per mettersi in gioco (ma anche per giocare un po')
- Per fingere (ma con sincerità)
- Per sperimentarsi in un contesto protetto
- Per fare come se...

Il laboratorio è finalizzato anche a migliorare la propria comunicazione e a sviluppare le proprie attitudini creative ed espressive. Può inoltre aiutare a contenere l'ansia del parlare in pubblico e dell'interazione.

Il programma prevede la realizzazione (facoltativa) di un saggio finale.

Il laboratorio è condotto da **Serena Frascetti**

Attrice – Regista – Conduttore di classi di esercizi di bioenergetica

Per informazioni: tel. 329 9017555

Alan Ford e il Gruppo TNT

di Bunker & Magnus

Il Numero Uno, Grunf, la Cariatide, Geremia, il cleptomane Conte Oliver, il complessato Bob Rock, Alan Ford biondo e ingenuo, Clodoveo, il Cirano e la Squitty: sono questi i componenti del Gruppo TNT, la banda di agenti segreti più sgangherata della storia dei fumetti, nata nel 1969.



Su tutti spiccano però il Numero Uno, capo bisbetico del gruppo, così vecchio da sostenere di aver "ispirato" Virgilio nella stesura dell'Eneide e Bob Rock, burbero e sfortunato, ma con un grande cuore.

A fare da copertura alla loro base è uno scalcinato negozio di fiori, dove ogni tanto qualcuno entra illudendosi di poter acquistare fiori freschi e ricavandone solo spazzatura.

Per un gruppo così valoroso c'è bisogno di antagonisti d'eccezione: nasce allora una lunga serie di cattivi caricaturali e imbranati, tra i

quali Gommafex, Arsenico Lupon, il Cospiratore e Superciuk, che trae i propri superpoteri da "un fiasco de vin", per la precisione della pessima Barbera.

Il genio assai prolifico di Max Bunker (autore tra l'altro di Satanik e Kriminal), unito al tratto inconfondibile di Magnus ci regala dei personaggi mitici le cui avventure,

parodie delle spy stories convenzionali, non smettono di divertirci.

In tempi di crisi (Alan Ford e compari ne sanno qualcosa, visto che il Numero Uno trattiene gran parte dei loro guadagni), poiché solo l'ironia ci salverà, il Gruppo TNT è un ottimo antidoto.

Cecilia Pomponi

Consigli dalla vostra Erborista

Bentornati dalle vacanze, con tanti bei ricordi, ma la cosa che più ci strazia dal rientro è avere pelle e capelli disastriati.

Ora vi aiuto io:

Pelle:

Scrub da fare in casa:

Olio di Mandorle dolci p.f.

Miele

Zucchero

Massaggiare delicatamente poi risciacquare sotto la doccia.

Dopo la doccia olio di Argan.

Assumere delle perle di olio di borragine

Capelli:

Maschera con un mix di olio di riso, mandorle, jojoba, ricino.

Prendere degli integratori a base di Miglio.

Un saluto a tutti

Ombretta



ERBORISTERIA

L'Angelo della Vita di Ombretta Vita

Via R. R. Pereira, 193-b
00136 Roma
Tel./Fax 0635404310

Numeri Utili

Popolazione: circa 42.000 abitanti

Altezza massima: 138 metri s.l.m.



Via Guido Alessi, 19
tel. 06.3540811



Ottavia – Via R. Filamondo n. 33
tel. 06.30812820

Balduina – Via U. Bignami n. 41
tel. 06.35452385

Via Forte Trionfale
tel. 06.35072349

Via S. Maria di Galeria
tel. 06.3046090



Via A. Verga n. 2
tel. 06.30601230



Guasti elettricità 800130336
Guasti acqua 800130335
Guasti lampioni stradali
800130336



Guasti e dispersioni 800900999



Numero verde segnalazioni
800867035



Centralino 06.68351

Ufficio Relazioni con il Pubblico

Borgo S. Spirito, 3
00193 – Roma

tel. 06 68352553

Scelta medico di base

P.zza S. Zaccaria Papa n. 1

tel. 06.68353420



Via Torvecchia, 592
tel. 06.301901



Numero verde 800174471

atac



Infomobilità 06.57003

Numero verde sosta 800201670



Delegazione ACI

Via Ugo De Carolis, 80/B
00136 – Roma
tel. 06.35450629



Farmacie Comunali

Farmacia Mario Fani
Via Cortina d'Ampezzo, 317
00135 – Roma
tel. 06.35073196

Farmacia Palmarola
Via Casal del Marmo, 370
00135 – Roma
tel. 06.30812848

Azienda Farmasociosanitaria
Capitolina
Via Torvecchia, 555
00168 – Roma
tel. 06.35506936, 06.35511752



Farmacie di Zona

Farmacia Balduina
Via Filippo Nicolai, 105
00136 – Roma
tel. 06.35347139, 06.35496393

Farmacia Cappelli
Via Duccio Galimberti, 21
00136 – Roma
tel. 06.39736901

Farmacia Cerulli
Via della Balduina, 132
00136 – Roma
Tel. 06.35450157

Farmacia Igea
Largo Cervinia, 23
00135 – Roma
tel. 06.35343691, 06.35343020

La Farmacista
Via Ugo De Carolis, 91
00136 – Roma
tel. 06.35498992

Farmacia Gerardini D.ssa Renata
Via R.Rodriguez Pereira 217 A
tel. e Fax 06.35497546

Farmacia Pollicina Dott. Francesco
Largo Giorgio Maccagno, 15/A
00136 – Roma
tel. 06.35341225

Farmacia Rallo Gaspare
Piazza Carlo Mazzaresi, 40
00136 – Roma
tel. 06.35451861

Apoteca Dott. Melchiorre
Via Ugo De Carolis, 76D/E
00136 – Roma
tel. 06.35294381

Parafarmacia D.ssa Poratto
Piazza della Balduina, 38
00136 – Roma
tel. 06.35491733

Farmacia Gaoni S.N.C.
Di Paolo e Roberta Gaoni
Viale Medaglie D'Oro, 417
00136 - Roma
tel.06.35347748 fax.06.35348836

Farmacia Trionfale
Dr. Sbrigoli Romano
Piazzale Medaglie D'Oro, 73
00136 - Roma
tel.06.35344440 fax.06.35452596

Farmacia Vaccarella Dott. Salvatore
Via Livio Andronico, 8-10
00136 - Roma
tel.06.39728810 fax.06.39728810

Parafarmacia Le Naiadi S.R.L.
D.sse Ortensi A. - Gibilisco C.
Via Alfredo Fusco N° 7 / 9
00136 Roma
tel. 06.35498266

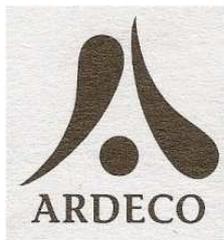
**Mancano indirizzi utili?
Ci sono degli errori?
Segnalacelo, scrivendo
all'indirizzo di posta elettronica
redazione@pianoterra.com
oppure per posta tradizionale a:**

**Redazione
Pianoterra alla Balduina
Via Andrea Baldi, 63
00136 – Roma
Tel e fax. 0635346513**



IDROTERMICA PETRELLI S.r.l.

Commercio materiale idraulico, termico, condizionamento e arredo bagno



Idrotermica Petrelli S.r.l. Via R.R. Pereira, 157/163 00136 - Roma
Tel. e Fax 06/35498848 - 06/35400099
Email idropet@tiscali.it