

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°20 Febbraio 2013

La Biblioteca di Pianoterra

Diabolik di A. e L. Giussani

Le "sorelle del crimine" nel 1962 diedero vita all'antieroe più amato del fumetto italiano, Diabolik...

----- lo leggi a pag. 5

Dateci le strisce blu!

Frenate brusche, visi impauriti, mancato rispetto dell'incrocio e di conseguenza qualche volta...

----- lo leggi a pag. 5

Nikola Tesla

Un genio dimenticato

In questo numero vi voglio parlare di uno scienziato particolare...

----- lo leggi a pag. 7

Le elezioni politiche in Roma antica

La parola italiana "candidato" deriva evidentemente dal latino...

----- lo leggi a pag. 8

Quei meravigliosi anni 80

I "cattivi" del Rock

Nell'Era dell'immagine per antonomasia, dell'apparire invece dell'essere, del "glitter", dell'effimero...

----- lo leggi a pag. 12

... e ancora

- La melodica
- Champagne
- Il caffè
- Il panettone del Visconti e il ...



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!

L'editoriale

DA IMPARARE A MEMORIA... Costituzione Italiana Art. 11.

La bandiera della Repubblica è il tricolore italiano: verde, bianco e rosso, a tre bande verticali di eguali dimensioni.

Quousque tandem abutere, Catilina, patientia nostra! Parte seconda

Che cosa chiediamo ai nostri politici!

Quando questo giornale sarà uscito mancherà una manciata di giorni alla convocazione dei collegi elettorali per il rinnovo dei deputati e dei senatori per la Camera e per il Senato della Repubblica e, in alcuni casi, dei rappresentanti regionali. Tale evento è uno dei momenti più alti della nostra democrazia in cui e per cui milioni di cittadini scelgono ed eleggono "a suffragio universale e diretto" (come è scritto nella nostra Costituzione) poco meno di mille individui che li sostituiranno per i prossimi cinque anni nel prendere decisioni per il bene del Paese e, di conseguenza, di tutti i cittadini.

Mai come in questi ultimi tempi si era creato un distacco, un allontanamento dei cittadini dalla politica dei partiti e dei loro aderenti. Tutte le indagini di mercato commissionate dai diversi partiti politici sono concordi nel ritenere che la percentuale di elettori ancora indecisi o che abbiano già deciso di non votare è ai livelli da record nel nostro paese, che invece ha visto, nelle precedenti elezioni, sempre una

alta percentuale di votanti, maggiore di quanto registrato negli altri Stati.

Il motivo è ben chiaro. Le cronache giudiziarie, da troppo tempo e sempre più spesso, sono state riempite di notizie che hanno visto inquisito un numero notevole di "rappresentanti del popolo", con accuse di aver fatto gli interessi personali o di una ristretta schiera di "amici", piuttosto che quelli dell'intera Nazione. Acquisto o ristrutturazione di abitazioni private, paghetta ai propri figli, acquisto di auto per uso personale, rimborsi di conti dei ristoranti, fino al rimborso dei caffè, gelati e lecca-lecca, tutto con fondi pubblici, fondi che dovevano essere piuttosto utilizzati per migliorare la qualità dei servizi a disposizione dei cittadini.

Il danno non è solo economico, ma sociale, con un evidente crollo della fiducia dei cittadini e la diffusione tra gli stessi di una visione pessimistica del futuro proprio e delle prossime generazioni di figli e nipoti.

I nostri rappresentanti, che stiamo per scegliere tra pochi giorni, devono essere veri "servitori dello Stato", devono unicamente pensare a curare i nostri interessi, a raccogliere le nostre aspettative e a rendersi sempre disponibili a migliorare la qualità della vita di tutti.

Ai nostri rappresentanti del territorio in cui abitiamo e dove svolgiamo una parte importante della nostra giornata, dove abbiamo i contatti con il lavoro, dove è la scuola dei nostri figli e dei nostri nipoti, dove incontriamo i nostri amici commercianti, chiediamo in sostanza una maggiore attenzione per i servizi di decoro delle strade, dalla manutenzione alla pulizia, al traffico, al verde. Non vogliamo più

sentire "scuse" di competenze di questo e di quell'ufficio che impediscono di portare a termine i progetti. Se esistono ostacoli alla realizzazione di un qualsiasi progetto è compito dei nostri rappresentanti, proprio quelli che stiamo per eleggere e delegare, rimuoverli speditamente e procedere oltre. L'Ufficio Complicazione Affari Semplici (U-CAS) è una invenzione dei politici e va soppresso! Chiediamo una maggiore attenzione per una politica sanitaria che rispetti non solo i malati (il diritto alla salute è sacro) ma anche gli operato-

ri della sanità negli ospedali, in tutti i centri medici e fino alle farmacie. L'ignobile conduzione del settore della Sanità da parte dei nostri eletti ha fatto precipitare, negli ultimi decenni, la qualità del servizio a livelli da Terzo Mondo.

Chi non se la sente di aderire a queste nostre legittime richieste, non accetti l'incarico e non si presenti affatto nelle liste elettorali, perché, a dirla con le parole di Cicerone, "fino a quando abuserete della nostra pazienza?".

Fiorenzo Catalli

Per la vostra pubblicità

Chiamate i numeri 339.7780737 - 06.35346513

Email: marketing@pianoterra.com

Immagine in copertina

Il Senato romano

Pianoterra alla Balduina

Direttore Responsabile

Stefano Benedetti

Direttore Editoriale

Gaetano Papaluca

Redazione

Fiorenzo Catalli, Paolo Cruciani

Hanno collaborato

Maria Grazia Merosi, Alessandra Giorgio, Alfredo Palieri, Dr. Giovanni Peliti, Cecilia Pomponi, Giulio Consoli

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.

FEDERICO GUIDI
CONSIGLIERE DI ROMA CAPITALE

BENITO PERI
VICEPRESIDENTE MUNICIPIO XIX

ANGIOLINO ALBANESE
CONSIGLIERE MUNICIPIO XIX

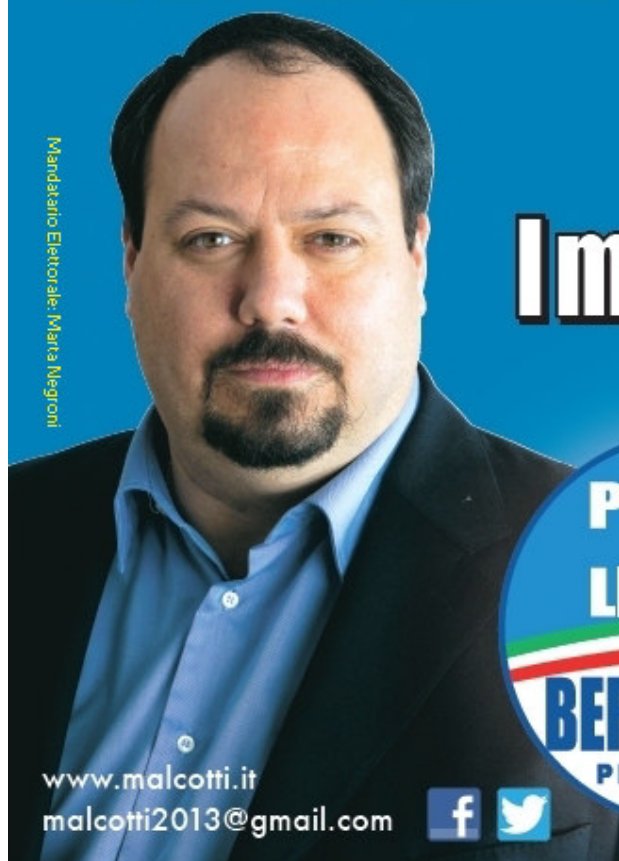
STEFANO ODDO
DELEGATO POLITICHE GIOVANILI
MUNICIPIO XIX

INVITANO A SOSTENERE AL
CONSIGLIO REGIONALE DEL LAZIO

LUCA
MALCOTTI

Fatti compiuti
Impegni concreti

Mandatario Elettorale: Marta Negroni



www.malcotti.it
malcotti2013@gmail.com



www.pdlbalduina.net
www.guidifederico.it

Grafica: Valerio Scambelluri Comunicazione - Roma



La melodica

Ciao! E tu chi sei?

Ciao! Io mi chiamo **Melodica**, sono uno strumento musicale.

Come strumento io non ho mai sentito parlare di te.

Beh, si usa molto nella didattica, nelle lezioni di musica.

Come sei fatto?

La mia casa di produzione si chiama **Hohner**, è una casa specializzata nella produzione di armoniche e accordéon (diciamo una versione francese della fisarmonica). Ho un'estensione di due ottave (25 tasti) o due ottave e mezzo, volendo sono munito di un beccuccio di plastica che si collega alla tastiera e consente di soffiare aria in modo comodo, mettendo la tastiera su un piano d'appoggio. Il suono si avvicina a quello della fisarmonica.

Di storia non è che ne hai tanta però...

Dipende. Guarda che io sono veramente utile e importante!

Ad esempio: hai presente un'opera lirica? Chi pensi dia la nota di intonazione dietro le scene ai cantanti?... Io!

Come un buon maestro sostituto al momento preciso dell'opera, quando l'artista deve attaccare, gli da l'attacco e... vai!

Davvero? Grande questa cosa! A quanti artisti sei stato utile?

Tanti! Ho conosciuto tanti artisti... tra i più grandi!... Il bello che dipendevano da me per la nota d'attacco! Quanti con la fifa! A volte lì dietro eravamo più melodiche per altrettanti cantanti... che tensione...

Però... che belle opere che ho conosciuto! Quanti grandi personaggi!

Ecco, questo sono! La melodica ormai si usa per musica di ogni genere, quindi... attento a come parli di me!

Scusa, hai ragione, rispetto per ogni strumento capace di trasmettere sempre più emozioni e per la sua storia. Anzi, voglio conoscerti meglio cara Melodica, credo proprio che comincerò a studiarti...

Bravo! bravo! Ti aspetto allora.

Ciao.

Gaetano Papaluca

La biblioteca di Pianoterra

Diabolik di Angela e Luciana Giussani

Le “sorelle del crimine” nel 1962 diedero vita all’antieroe più amato del fumetto italiano, Diabolik. Maestro del furto impossibile e della fuga in extremis, il Re del Terrore dagli occhi di ghiaccio e la sua ancor più perfida e fedelissima compagna, Eva Kant, colpiscono senza pietà in un mondo che pietà non ha. Diabolik non è un giustiziere alla Robin Hood, né un avido ladro qualunque, rubare è per lui uno stile di vita, la sua ragion d’essere: lo spinge l’amore del rischio, la possibilità di giocare tutto sul filo del rasoio, in

un’eccitazione criminale che, senza la sua dolce (e letale) metà, si spegnerebbe

sotto il naso. La chiave del successo di Diabolik è nell’intreccio delle storie,



per sempre. A fare da contraltare è l’ispettore Ginko, per il quale Diabolik nutre profondo rispetto, che tuttavia è destinato a vederse- lo eternamente sfuggire da

nella suspense data da situazioni apparentemente senza via d’uscita che, alla fine, il Nostro riesce sempre a ribaltare con un colpo di scena. Ma, soprattutto,

è nella protesta sociale: Diabolik colpisce l’arida e arrogante borghesia dritto nel suo ventre molle, il suo bersaglio è la società corrotta che ha basato ogni cosa sulla ricchezza e si sente intoccabile, al sicuro nei propri castelli pieni di allarmi super sofisticati, cani da guardia, sentinelle e trappole. È tutto inutile, niente può fermare Diabolik, perché lui esiste proprio per ricordare a un mondo che si crede invincibile il suo punto debole, la precarietà del potere.

Cecilia Pomponi

Dateci le strisce blu!

Frenate brusche, visi impauriti, mancato rispetto dell’incrocio e di conseguenza qualche volta... anche un brutto investimento.

Dove?... In via Ugo De Carolis angolo via Andrea Baldi.

Quando si deciderà, chi di competenza, a prendere provvedimenti affinché un signore anziano, un giovane o un bambino non debba mettersi a correre all’arrivo di una macchina o moto a forte velocità, che spesso frena bruscamente e quasi lo sfiora?

Signori! Sono cittadini che pagano tutte le imposte (volenti o nolenti), ma volete accogliere qualche volta anche le nostre richieste?

In fondo è per questo che siete lì... o no?

Questo incrocio ha bisogno di un piccolo dorso oppure di strisce ben visibili. Davanti alle chiese, ad esempio, ci sono delle belle strisce bianche e blu che saltano agli occhi, mentre invece su questa via (come su altre) oltre a essere bianche sono tutte scolorite a causa della mancanza di manutenzione.

Spero che questo mio appello possa essere ascoltato da chi di competenza onde evitare, come al solito, di prendere provvedimenti solo quando, come si suol dire, ci scappa il morto. (Il proverbio dice: “Non chiudere la stalla quando sono scappati i buoi”).

Ricordate, i proverbi non sbagliano mai!!!

Maria Grazia Merosi

Champagne

Bollicine: coppa o flute?!? Quante volte abbiamo sentito dire: "Mi porta una coppa di Champagne?!?". Questa frase fa parte del linguaggio comune, ma è da considerarsi sbagliata.

Lo Champagne nasce verso la fine del 600 ed originariamente era un vino dolce, aromatico e proprio per questo motivo veniva utilizzata la coppa, che era uno strumento più che appropriato con il quale sorseggiarlo, poiché permetteva il disperdersi dei profumi.

Arriviamo al 1874: gli inglesi fanno pressioni perché vogliono bere bollicine secche, così, tra lo scetticismo più totale, fu Madame Pommery a voler produrre il primo Cham-

pagne brut della storia (Champagne Pommery Nature, questo era il suo



nome) e da subito fu un successo.

Dal momento che lo Champagne non era più dolce e aromatico la coppa non andava più bene, poi-

ché i profumi non erano più così tanti e la poca profondità non permetteva neanche di ammirare quelle ipnotiche fila di bollicine; ora serviva un bicchiere dalla forma stretta e allungata che potesse esaltare e accentuare proprio il flusso di bollicine che risale verso la sommità, mentre l'area superficiale, poco estesa, concentra i pochi profumi che le bollicine trasportano e rilasciano quando scoppiano.

Ora che ne abbiamo preso conoscenza possiamo finalmente affermare che dal 1874 in poi la frase corretta da rivolgere ad un interlocutore è: "Mi porti una flutes

di Champagne?!?".

Piccola nota simpatica:

Secondo una leggenda la coppa di Champagne sarebbe stata modellata sui celebri seni di Madame de Pompadour, amante di Re Luigi XV.

Durante la prima lezione del corso da sommelier il signor Mallozzi che ci faceva docenza ci ha quindi chiesto: "Ma se la coppa è stata modellata sui seni di Madame De Pompadour, su cosa è stata modellata la flutes?!".

Eh eh...

Forse non tutti sanno che: Champagne è la zona di produzione di questo vino a presa di spuma che viene lavorato con il metodo classico o metodo Champenoise.

Giulio Consoli

Consoli

Il Vini & Oli dal 1958

Via Andrea Baldi 33 - 00136 Roma

Consegne a domicilio gratuite

Enoteca

Vino Sfuso

Uova Fresche

Olio Biologico

Birre e Distillati Nazionali ed Esteri

Indirizzo e-mail: vinieoliconsoli@gmail.com

Tel. : 0635343303

Nikola Tesla

Un genio dimenticato

In questo numero vi voglio parlare di uno scienziato particolare, sconosciuto ai tanti, ma che ha dato un apporto fondamentale all'umanità con delle scoperte straordinarie, il suo nome è Nikola Tesla.

Nikola Tesla è un ingegnere elettrico, inventore e fisico nato a Smiljan in Serbia il 18 Luglio 1856. Pochi scienziati al mondo hanno avuto attorno a se un'aura di leggenda come Tesla. Come tutti i geni ha vissuto una vita sregolata e spesso è stato incompreso, ma a lui dobbiamo invenzioni straordinarie come la corrente alternata e il suo trasporto su lunghe distanze, i raggi x, la radio, il motore a induzione. La corrente alternata, quella che utilizziamo ai nostri giorni, fu messa a punto da Tesla dopo il suo trasferimento negli Stati Uniti, quando fu assunto nel laboratorio di quello che diventerà in seguito un suo acer-



rimo nemico, Thomas Edison. Durante la sua permanenza nel laboratorio ebbe una forte disputa con Edison (suo datore di lavoro) circa l'utilizzo della corrente alternata come fonte primaria di alimentazione. Edison era infatti un convinto sostenitore della corrente continua. Dopo quella disputa Tesla si licenziò e nel 1886

creò una sua società, la Tesla Electric & manufacturing, con non pochi problemi di appoggi finanziari. Nel 1887 Tesla riuscì a ottenere ben sette brevetti negli Stati Uniti nel campo del trasporto dell'energia polifase. Grazie a questi brevetti ci sarà di lì a poco l'interessamento di George Westinghouse che, intuendo le doti di Tesla, decise di acquistare immediatamente tali brevetti garantendo a Tesla, oltre ad una lauta somma di contanti, delle Royalties (diritti) sulla quantità di energia elettrica venduta.

Con questa transazione Westinghouse si pose ovviamente in forte contrasto nei confronti di Thomas Edison, con il quale si accenderà un'aspra disputa per la fornitura di energia elettrica nel paese. Alla fine prevarrà la soluzione migliore, ovvero quella di Tesla/Westinghouse, i quali riuscirono a vincere una serie di gare per la fornitura elettrica di alcune città. Nel 1893 il duo Tesla/Westinghouse firmò il contratto per lo sviluppo della centrale elettrica delle cascate del Niagara, che produceva la corrente per alimenta-

re l'intera cittadina di Buffalo a 30 km di distanza. Grazie a questo successo la centrale elettrica venne progressivamente ingrandita allo scopo di fornire la prima illuminazione elettrica alla città di New York. Il vero pallino di Tesla fu però la ricerca del trasporto di grosse quantità di energia elettrica senza fili. Tale pas-

sione lo portò per altro a inventare nel 1891, molto prima di quanto non fece Guglielmo Marconi, la radio. Come sappiamo il Nobel per la Fisica fu assegnato nel 1909 a Guglielmo Marconi con la seguente motivazione "... a riconoscimento del contributo dato allo sviluppo della telegrafia senza fili". Tesla rivendicò la paternità della radio più volte, avendo lui per primo condotto esperimenti in tal senso (Tesla nel 1891, Marconi nel 1895), ma tale riconoscimento avvenne solo dopo la sua morte.

Fino a qui il Tesla scienziato e inventore, di seguito voglio parlare del Tesla leggenda. Si narra infatti che Nikola Tesla abbia compiuto numerose invenzioni di cui non sono rimaste tracce e si adduce come motivazione il fatto che lo Scienziato collaborò per parecchi anni con l'esercito americano, per cui molti dei suoi progetti vennero secretati dopo la sua morte. Tra questi ricordiamo: gli studi che condusse per dimostrare che le forze elettriche e magnetiche potessero distorcere o addirittura modificare il tempo e lo spazio; la macchina per fotografare il pensiero; la radio per comunicare con forme di vita extraterrestri chiamata "Telascopio"; mezzi di trasporto mossi da un sistema "free Energy", ovvero da un motore che viene alimentato dalle forze presenti sul nostro pianeta.

A proposito della "free Energy" esiste numerosa letteratura in materia che racconta di un episodio avvenuto nel 1931 in cui Tesla realizzò un'autovettura a motore elettrico che era in

grado di muoversi senza l'ausilio delle batterie!!! La vettura in questione era una Pierce-Arrow (foto in basso) la quale, tolto il motore



a benzina, fu equipaggiata con un motore elettrico a corrente alternata da 80 cavalli. Tesla assieme a un personaggio di nome Petar Savo, alla guida dell'autovettura, percorse un centinaio di chilometri. Come già accennato, la vettura non era equipaggiata di batterie e il motore elettrico veniva alimentato da un sistema elettronico realizzato da Tesla che, attraverso un'antenna di 1,83 metri montata sul retro dell'autovettura riusciva, secondo lo scienziato, a convertire le onde elettromagnetiche a bassa frequenza presenti in una zona dell'atmosfera terrestre chiamata "cavità di Schumann" in energia elettrica! Non vado oltre nella descrizione, ma cercando su internet, potrete trovare numerosissima letteratura in materia. Ovviamente questa invenzione rimarrà leggenda fino a quando non verranno resi pubblici i progetti di Tesla secretati dal Governo Statunitense immediatamente dopo la sua morte, avvenuta in piena solitudine nella sua camera del New Yorker Hotel, a New York, il 7 Gennaio 1943.

Vi ricordo inoltre che potete postare i vostri dubbi, curiosità e opinioni sulla nostra pagina Facebook, sarò lieto di rispondervi.

Paolo Cruciani

Le elezioni politiche in Roma antica



La parola italiana “candidato” deriva evidentemente dal latino *candidatus* con il significato di “colui che aspira ad una carica” o “chi è sottoposto ad un esame”. Al tempo stesso *candidatus* ha la stessa radice di *candidus* = candido, immacolato e di *candor* = candore. Dunque il candidato alle elezioni politiche deve, per la stessa etimologia della parola, essere candido, puro, integerrimo, qualità che i nostri attuali rappresentanti della politica hanno spesso dato dimostrazione di non possedere.

Lo sapevano anche i nostri antenati romani, lo sapeva anche Cicerone in occasione della sua campagna politica per diventare console, per quanto lui stesso abbia poi ammesso, in una lettera al fratello Quinto, di “essersi dato da fare” promettendo favori e raccomandazioni a tutti, senza negare nulla a nessuno, lasciando intendere che i vecchi debiti nei suoi confronti sarebbero stati cancellati a fronte di un impegno dei debitori a diventare procacciatori di voti per la sua persona.

Nell'antica Roma l'espressione del voto per il rinno-

vo ogni anno delle cariche politiche era consentito solo ai cittadini romani maschi in età maggiore di 18 anni, ma la partecipazione all'evento era attiva e diretta di tutti, compresi gli e-

clusi dal voto, le donne, i liberti, gli schiavi e gli stranieri. Oltre al passa parola tra i sostenitori, lo stesso candidato si impegna-va direttamente girando di quartiere in quartiere, un po' come fanno oggi i nostri candidati con i tours in pulman o in camper.

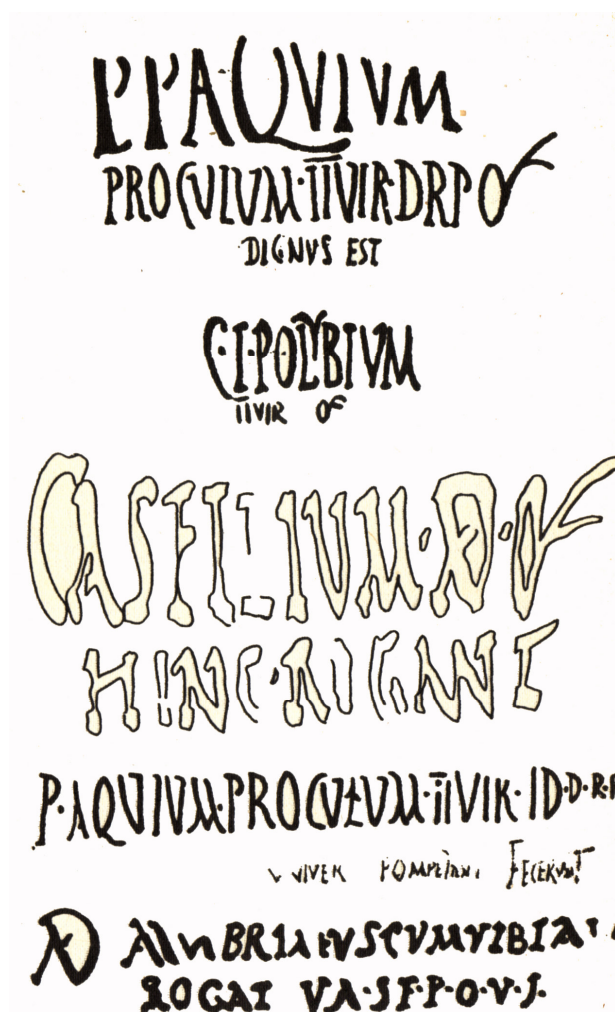
La propaganda elettorale si avvaleva anche di manifesti elettorali ovviamente non cartacei, ma tracciati a pennello sui muri della città (come sui muri di Pompei da cui vengono numerosi esempi) o gridati

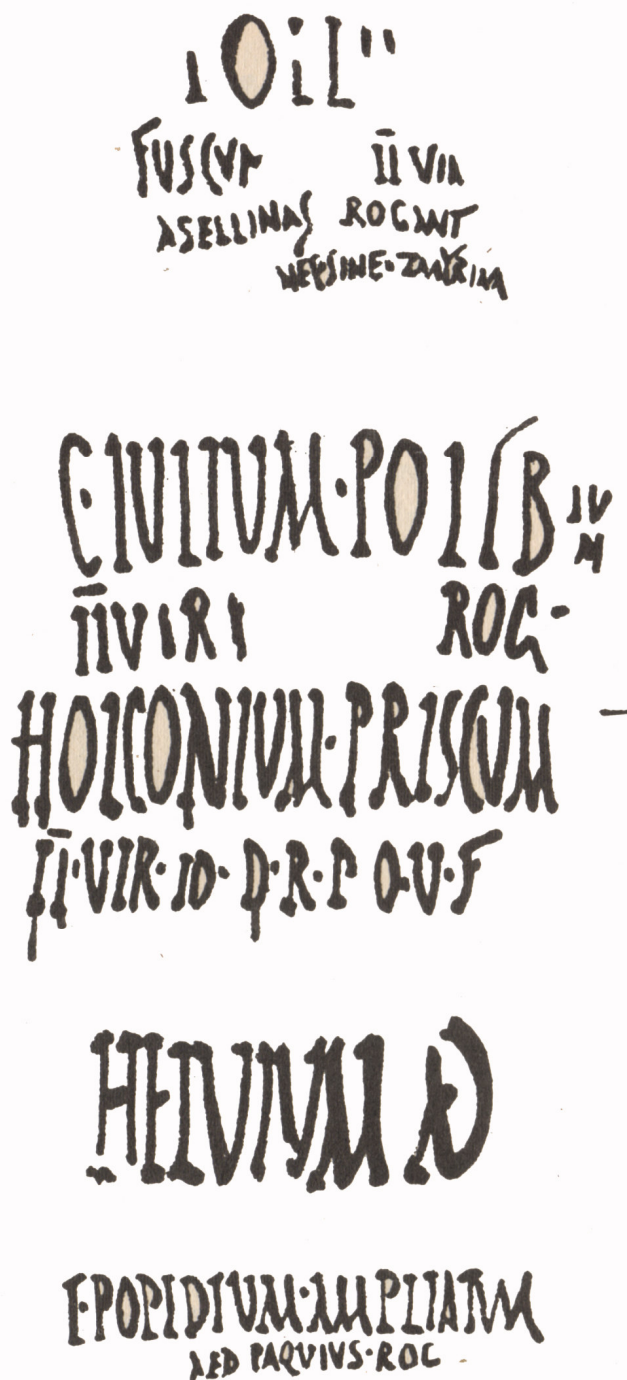
a voce per strada da incaricati dell'entourage del candidato fino al giorno stesso delle votazioni.

Anche allora i candidati erano esibiti come campioni di onestà, di saggezza, di capacità, tutti convinti che per amministrare la cosa pubblica occorresse, soprattutto e prima di ogni cosa, essere onesti. Per cui il candidato è presentato come *vir bonus, egregius* o *probus*, pieno di modestia *verecundissimus*, virtuoso *dignus*, meritevole *benemerens*, parco *frugis*, integerrimo *integrus*.

Gli amici, i parenti, i sostenitori in genere richiedono il voto per lui con la formula canonica *oro vos faciat...* = “prego voi di eleggere..., promettendo favori dalle divinità per la scelta fatta, elogiando le benemeritenze della famiglia di provenienza del candidato o ricordando le opere che lo stesso aveva portato a termine in un precedente incarico, anche se di livello inferiore. Ma ovviamente non mancavano le solenni promesse di organizzare spettacoli per il popolo, di sistemare le strade, di arricchire ed abbellire la città con nuovi edifici pubblici, anche ricorrendo a generose elargizioni personali.

Interi categorie di elettori o di amici e sostenitori del candidato si schieravano a sostegno del loro pupillo: dai pollivendoli (*gallinari*) agli orefici (*aurifices*), ai panettieri (*pistores*) e barbieri (*tonsores*), ai tintori (*fullones*) e mulattieri (*muliones*), ai venditori di lupini (*lupinari*), di focacce (*clibanarii*), tutti *rogant ut faciat* il loro campione.





I muri di Pompei sono una miniera di informazioni su questo evento: *Holconium Priscum duovirum fullones universi rogant* (i tintori chiedono di eleggere come duo viro Olconio Prisco); *Popidium Secundum aedilem dignum rei publicae probissimum invenem oro vos faciatis* (Votate Popidio Secondo come edile, ottimo giovane meritevole della pubblica amministrazione); *Aulum Suetium Verum aedilem oro vos faciatis*. *Tigillus veterarius rogat*

(Votate Aulo Suetio Vero come edile. Tigillo il panettiere chiede il voto); *Caium Lolium Fuscum duovirum viis aedibus sacris publicis procurandis*. *Asellinas rogant nec sine Zmyrina* (Per Caio Lollio Fusco duo viro addetto alle strade e agli edifici sacri pubblici. Chiedono il voto per lui le Aselline non senza Zmyrina); dove le Aselline, probabile "nome d'arte", dovevano essere le ragazze dell'osteria addette al servizio per i clienti e

Zmyrina, evidentemente originaria della città di Smirne, la più ricercata per le sue "grazie". Il servizio di "affissione" doveva avvenire a tutte le ore, ma anche di notte per non farsi scoprire a cancellare la pubblicità dell'avversario, come si evince dal manifesto pompeiano che recita: *Lucium Statium Receptum duovirum iure dicundo oro vos faciatis vicini dignus. Scripsit Aemilius Celer vicinus*. *Invidiose qui deles aegrotos* (Votate, o vicini, per Lucio Stazio Recepto come duo viro giurisdicente. E' degno. Ha scritto Emilio Celer vicino di casa. Invidioso che cancelli, che ti venga un male.) Chi si avventurava di notte a lasciare la pubblicità aveva bisogno di un collega che gli facesse luce e gli tenesse la scala: *Caium Iulium Polybium aedilem viis aedibus*

sacris publicis procurandis. Lanternari tene scalam (Votate per Caio Giulio Polibio come edile addetto agli edifici sacri pubblici. Lanternario, reggi la scala); *Bruttium Balbum duovirum hic aerarmi conserva bit. Genialis rogat* (Bruzio Balbo come duo viro: lui preserverà il bilancio pubblico. Geniale invita a votarlo).

Tante promesse, dunque, come oggi! La reazione è su un graffito trovato in diversi punti della città che recita: *Admiror, paries, te non cecidisse ruina, qui tot scriptorum taedia sustineas* (Ti ammiro, o parete, perché riesci a non crollare, tu che sostieni tante sciocchezze scritte).

Fiorenzo Catalli



SERENA S.A.S.

di: PERUGINI MAURIZIO & C.

**MANUTENZIONI
PULIMENTO - DISINFESTAZIONE
DERATTIZZAZIONE
GIARDINAGGIO
E POTATURE ALTO FUSTO**

**Via Gavoi, 27/C - 00148 Roma
Tel. 339.2116530**

Il caffè

Uno dei momenti più gradevoli della giornata è quando ci si può rilassare davanti al gran sorriso di Gaetano parlando di musica ed assaporando il suo profumato caffè.

Come tutte le cose piacevoli si è portati a ripetere più volte l'esperienza, ma un dubbio sorge: **mi farà male tutto questo caffè?**

Quanti caffè potrò prendere senza che, per esempio, la mia pressione alta ne risenta? Lo stesso quesito se lo sono posti anche i medici e sono stati condotti molti studi per rispondere a questi quesiti.

La SINU (Società Italiana di Nutrizione Umana), **la FOSAN** (Fondazione per lo studio degli Alimenti e della Nutrizione), **la fondazione Don Gnocchi, il Policlinico S. Orsola Malpighi di Bologna**, sono tra le istituzioni Scientifiche che hanno condotto studi sull'argomento ed hanno effettuato metanalisi (analisi di serie di lavori scientifici già pubblicati sull'argomento) che riguardavano lavori scientifici sul caffè e sua correlazione con ipertensione e cardiopatia ischemica, svolti su un totale di 440.000 persone.

In sintesi cosa si ricava da tutti questi studi?

Primo risultato molto importante: il consumo di una quantità lieve/moderata di caffè corrispondenti a tre tazzine al dì (200/300 mg di caffeina) **NON provoca** un aumento del rischio di ammalare di cardiopatia ischemica!

Secondo risultato: effetti della caffeina sulla pressione sistolica! La caffeina assunta da sola provoca rialzi della pressione sistolica di circa



4,16 mm Hg, mentre se è assunta attraverso il caffè l'incremento è molto più modesto: solo 1,22 mm Hg! Inoltre si è osservato che il caffè espresso (come quello che ci offre Gaetano) ha l'influenza minore sulla pressione arteriosa rispetto a quello americano o bollito.

Terzo risultato: il caffè è ricco di sostanze antiossidanti (composti fenolici) tanto che da sole possono contribuire alla attività antiossidante totale della dieta nella misura di 40/60%! La loro attività antiossidante influenza l'ossidazione delle LDL e l'aggregazione piastrinica, fattori determinanti per la insorgenza della cardiopatia ischemica, con effetto protettivo su questa patologia!

Ultimo (ma non ultimo): il **British Nutrition Foundation Bulletin** ha pubblicato uno studio che evidenzia come l'assunzione regolare del caffè riduce il declino

cognitivo legato all'età negli anziani e riduce **l'incidenza dell'Alzheimer e del Parkinson!**

Rassicurato da tutte queste notizie potrò godermi con tutta calma il piacere del caffè e delle chiacchiere musicali di Gaetano!

Dr. Giovanni Peliti

Medico di Medicina Generale

Docente del Master di Secondo Livello in Medicina Generale Università Sapienza

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

Il panettone del Visconti e il dolce di Alfredo il grande

È nota la storia dello sgattero dei VISCONTI a Milano, che, invece di stare attento al forno, si distrasse con la fidanzata. “Ahimè! Si è bruciato il dolce!” esclamò... Ma, tolta la crosta esterna, venne fuori l'ottimo... PANETTO-NE! Che tutti lodarono e che oggi è largamente imitato.

Ma quest'altra storiella è meno nota. Siamo nel IX secolo, nel Sud dell'Inghilterra. Il padre ed i cinque fratelli maggiori di Alfredo(quello che diventerà"IL GRANDE") sono caduti combattendo contro i DANESI. Alfredo, divenuto adesso lui il PRINCIPE del WESSEX, ad appena venti anni, stipula saggiamente un armistizio con i DANESI (sia pure a suon d'oro ed argento!), ma intanto, con i suoi generali, nei nascosti sotterranei, studia i piani per la riscossa. Per non farsi notare, si presenta con vesti modeste e con fare dimesso... Una donna gli chiede di stare attento al suo forno, mentre lei va al mercato.”Sì, sì!”dice ALFREDO, che però torna ad occuparsi dei piani bellici, con i suoi generali. “Ahi! il forno che dovevo controllare!” esclama ad un certo punto. Il dolce è bruciato! Ma anche qui ALFREDO con un coltello toglie la crosta esterna e viene fuori... il DOLCE di ALFREDO il GRANDE!.

Così raccontava la nostra Antologia al Ginnasio: “ALFRED AND THE CAKE”!

Considerazioni? Talvolta da una dimenticanza o da un errore può scaturire qualcosa di buono!.

Per esempio? Sbaglio a giocare al LOTTO, ma così facendo, azzecco proprio la scheda vincente (che non avrei azzeccato giocando la scheda preventivata).

E... Casi simili!

Alfredo Palieri



L'Associazione Culturale Pianoterra organizza visite guidate in musei ed aree archeologiche con il seguente calendario:

- **Sabato 23 marzo** - La necropoli romana e la Palazzina dell'Algardi in Villa Doria Pamphili
- **Domenica 28 aprile** - I sotterranei delle Terme di Caracalla
- **Domenica 26 maggio** - I luoghi del potere: La casa di Augusto sul Palatino
- **Domenica 23 giugno** - Le catacombe a Roma

Info e prenotazioni al N.0635346513, sul sito www.pianoterra.com e sulla pagina Facebook Pianoterra alla Balduina

Quei meravigliosi anni 80

I "cattivi" del Rock

Nell'Era dell'immagine per antonomasia, dell'apparire invece dell'essere, del "glitter", dell'effimero, come spesso sono stati definiti gli Anni 80; laddove la neonata emittente televisiva MTV favoriva la diffusione di massa del video clip, si veniva a creare tutta una serie di dinamiche nuove nell'ambito della musica.

Accendendo la TV appariva ormai chiaro: nessuno voleva rinunciare alla sua fetta di torta, il mondo dell'heavy metal, del rock quello più "duro", fino ad allora di nicchia, diciamo così, non voleva essere da meno e la musica commerciale stava cedendo il passo.

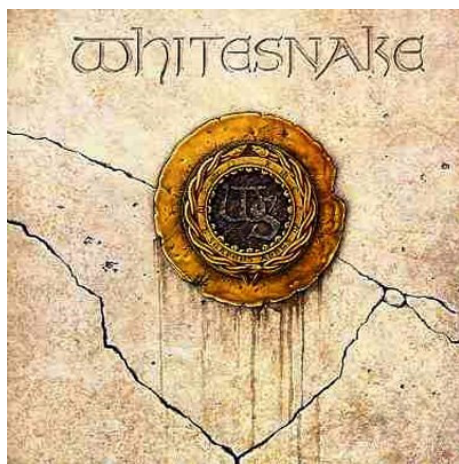
Esplodeva l'**Hair metal** (sottogenere dell'heavy metal) soprattutto negli Usa verso la metà degli Anni Ot-

importante quanto la musica stessa e, insomma, smusando un po' gli angoli, anche i Rockers sfruttarono l'esposizione mediatica di MTV.

Non era quindi difficile vedere passare video come ad esempio "Home Sweet Home" classe 1985 o "Wilde Side" e "Girls Girls Girls" '87 dei **Mötley Crüe**. Maggiori esponenti della più specifica corrente Glam metal, per la loro immagine spesso un po' androgina e il loro stile di vita che promuoveva ogni tipo di eccesso e sregolatezza, sono coloro che meglio incarnano la definizione di **"Cattivi del Rock"**, nonché da sempre una delle mie band preferite.

Sulla loro scia glam altri gruppi a seguire come i **Poison** ("Flesh & Blood"). Ma a segnare l'esplosione

dell'ondata Hair metal furono i **Bon Jovi** nel 1986 con l'album "Slippery When Wet". Seguito dall'LP "Hysteria" dei **Def Lep-**



MOTLEY CRUE





pard del 1987.

Da sempre la capitale del genere, Los Angeles ospitava molte delle band, native o di adozione che fossero. I **Van Halen**, con la strepitosa "Jump", il cui chitarrista Eddie Van Halen rivoluzionò definitivamente la tecnica della chitarra heavy metal.

I **Faster Pussycat**, e gli **L.A. Guns**, che con il loro stile più grezzo venivano considerati appartenenti ad un'ulteriore sotto-classificazione (lo Sleaze metal) insieme anche ai **Guns N'Roses**. Questi ultimi con "Paradise City", "Sweet Child O' Mine" o "November Rain" sono tra i gruppi di maggior successo, con quasi 100 milioni di dischi venduti in tutto il mondo e sono coloro che hanno poi meglio resistito al successivo declino dell'Hair metal.

I **Dokken** a cui viene riconosciuto uno stile molto più elegante e raffinato. Altri gruppi esterni all'area di Los Angeles o della California, come i **Cinderella**, i

White Lion, gli **Skid Row** e le **Vixen**, una delle rare band del genere tutta al femminile.

Tra i gruppi europei più importanti (a parte i già citati Def Leppard) ri-



cordiamo invece gli **Europe**, gli **Hanoi Rocks** e i **Whitesnake** con il loro album "1987", a parer mio, una pietra miliare del genere (copertina altra pagina).

Alcune band più o meno rilevanti sono state omesse, causa la mancanza di spazio, ma un discorso a parte meri-



segno, ma che sono sulla scena dal '60/'70 e hanno fatto la storia dell'hard rock e dell'heavy metal, quindi come definizione mi sembra un po' riduttiva...

Alla scena losangelina faceva da sfondo una Sunset Strip che pullulava di rock club ancora oggi famosi come **Whisky a go go** (foto a sinistra), **Rainbow**, **Viper Room** o **Roxy**, che hanno lanciato molti di questi gruppi, ma a cui devono di riflesso il loro successo.

Per circa un decennio l'Hair metal e i suoi protagonisti la faranno da padroni. Ma con gli anni 90 e l'arrivo del

grunge lo scintillio e il divertimento sfrenato verranno messi in ombra da una visione più cupa della vita e mol-



tano i **Kiss**, gli **Scorpions** e gli **Aerosmith** che in alcuni casi sono etichettati come Hair metal, in quanto hanno dato, sì, un enorme apporto al genere in questione con brani che hanno lasciato un

te delle band che non riusciranno ad adattarsi si scioglieranno... per eventualmente ripresentarsi rinnovate negli anni a seguire...

Alessandra Giorgio

RADIO ELETTRICA BALDUINA



FOTO STEFANO RICCARDINI

Via Ugo De Carolis 85/C 00136 - Roma T.06/35404528

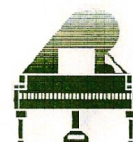


Associazione Culturale

PIANOTERRA

Via Andrea Baldi, 63 - Roma

Tel./Fax. 06.35346513 - www.pianoterra.com



ATTIVITA' DIDATTICA MUSICALE

Direzione artistica: Roberto De Rosa - Gaetano Papaluca

Corsi di ogni livello per:

Adulti - Ragazzi - Bambini

(individuali o in piccoli gruppi)

CLASSICI

Pianoforte

Chitarra

Flauto

Violino

Sax

Altri

Canto Lirico

Impostazione Vocale

Canto Corale

Tecnica del
rilassamento e della
respirazione

TEORICI

Solfeggio - Armonia - Storia della musica

Guida e preparazione esami di conservatorio

MODERNI

Chitarra acustica-elettrica - Basso - Tastiera Elettronica
(corsi specifici per ogni età)

Laboratorio musicale - Saggi - Attestati

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



Vigili del fuoco
Via A. Verga n. 2
tel. 06.30601230



XIX Comando Polizia Municipale
Via Federico Borromeo, 67
tel. 06.67697200,
06.67697201



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 Torrevicchia, 592
tel. 06.301901



Numero verde 800174471



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 Torrevicchia, 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 ARREDO BAGNO

Via R.R. Pereira 157/163

Tel. e Fax 06 35498848 - 06 35400099

Offerta prodotti Rinnai

RINNAI 17 Lt c aperta	€ 640,00 C/iva
RINNAI 20 Lt c aperta	€ 750,00 C/iva
RINNAI 16 Lt c stagna	€ 640,00 C/iva

Offerta prodotti Ferroli

CALDAIA Domiprojet c aperta 24KW	€ 450,00 C/iva
CALDAIA Domiprojet c stagna 24KW	€ 500,00 C/iva
ELEMENTO alluminio INT 600	€ 9,00 C/iva
ELEMENTO alluminio INT 700	€ 10,00 C/iva
ELEMENTO alluminio INT 800	€ 11,00 C/iva

Offerta prodotti Junkers Bosch

CALDAIA 24KW risc+ acqua sanitaria C.Stagna Comp. Kit fumo	€ 700,00 C/iva
SCALDABAGNO A GAS 14 LT C.A	€ 340,00 C/iva
SCALDABAGNO A GAS 18 LT C.A	€ 375,00 C/iva
SCALDABAGNO A GAS 14 LT C.S	€ 530,00 C/iva
SCALDABAGNO A GAS 17 LT C.S	€ 660,00 C/iva