



OCTOBER
2020

fao Casa gazette

Mensile - No 10 - 2020 - Reg. Trib. N. 574 dell'8/10/1990

- L'ARTE DI ESSERE FELICI

- WORLD BREASTFEEDING WEEK IN ITALY 2020

- SCUOLA E FAMIGLIA AI TEMPI DEL COVID

- ECSTATIC DANCE

ACI - ITALIAN AUTOMOBILE CLUB

MONDAY 14:30 -17:00 WEDNESDAY 9:30-12:30 | E-014 52893

BICYCLE REPAIRS

WEDNESDAY 12.00-14.00 | BLG. D CAR PARK

DRY CLEANING

MONDAY & THURSDAY 14:00-17:00 | E-020 56069
WEDNESDAY & FRIDAY 12:00-14:00 | **WFP**

FINANCIAL PLANNING

TUESDAY 10.00-12.00 | E-021 - FRIDAY 12.00-14.00 | E-014 53142

FISCAL ADVISER

THURSDAY 10:00-12:00 | (BY APPOINTMENT) E-014 53142

GADAI MEDICAL INSURANCE

TUESDAY 10:00-12:30 | (BY APPOINTMENT) E-014 52893

GARMENT REPAIRS

TUESDAY 13:30-16:30 & FRIDAY 8:00-12:00 | E-020 56069
THURSDAY 12:00-14:30 | **WFP**

HOUSING

MONDAY TO FRIDAY 9:00-13:30 | E-016 53142

INFORMATION

MONDAY TO FRIDAY 9:00-13:30 | E-016 53142

INPS CONSULTANT

WEDNESDAY 14:30-17:00 | (BY APPOINTMENT) E-014 53142
TUESDAY 12:00-17:00 | **WFP**

ITALIAN LANGUAGE COURSES

MONDAY TO THURSDAY 17:00-19:00 | E-021 53142

LAWYER

TUESDAY & THURSDAY 13:30-15:30 | 53142
(BY APPOINTMENT) E-014

LIBRARY

MONDAY, TUESDAY, THURSDAY & FRIDAY (closed on Wednesdays)
11:30-14:00 | E-008 53479

NOTARY SERVICE

WEDNESDAY FROM 14:30 ONWARDS | (BY APPOINTMENT) E-021 53142

SHOE REPAIRS

WEDNESDAY 14:00-17:00 | E-020 56069

THEATRE BOOKING

MONDAY TO FRIDAY 9:00-13:30 | E-016 53142

FAO STAFF COOP SERVICES



The "FAO CASA GAZETTE"
is the registered title of
the journal of the FAO STAFF COOP

FAO STAFF COOP BOARD

Chairperson: Enrica Romanazzo
Vice-Chairperson: Shaza Saker
Secretary: Wulian Weng
Treasurer: Cinzia Romani
Publicity Officer: Shaza Saker
Members: Antonella Alberighi
Anna Maria Rossi
Antonio Stocchi

Auditor: Giulio Cerquozzi
Editorial Director: Stefano Testini
Editorial Committee: Antonella Alberighi
Francoise Point
Cinzia Romani
Enrica Romanazzo
Shaza Saker
Wulian Weng
Anna Maria Rossi

Sports Activities: Antonio Stocchi
Cultural Activities: Anna Maria Rossi

Contributors 2020: Jamie Kidd
Dominique Alheritiere Edith Mahabir
Giampiero Bartolucci Orhan Memed
Larbi Bennacer Cinzia Michilli
Fahmi Bishay Patrick Monti
Patrizio Boccia Daniele Moroni
Michael Bruschi Janine Claudia Nizza
Urs Bultemeier Elisabetta Parisi
Arianna Capobianchi Enrica Romanazzo
Elettra Cipriani Cinzia Romani
Carolina D'Angelo Mohammed Saker
Terry De Simone Veronica Lazzarini Viti
Silvia De Mari Rosa Vulf
Tina Etherington Sompit Watkins
Cristina Giannetti
Irene Habib

Graphic Design by: Emiliano Pinnizzotto
Copy Editing and Coordination by: Flavia Iacovitti
Printing by: Eurointerstampa S.r.l.
Finished printing: September 2020



Foto di Copertina:
VERMONT (USA)

SOCIETY

8 **L'arte di essere felici**
di Enrica Romanazzo

EVENTS

12 **Breastfeeding Week 2020**
By Camille Alm ras

SOCIETY

16 **Scuola e famiglia ai tempi del Covid, a
150 anni dalla nascita di Maria Montessori**
di Cinzia Romani

POEMS

18 **Fine Estate**
di Armando Bettozzi

SPORT & WELLNESS

20 **Ecstatic Dance**
de Maria Cecilia Galera

EVENTS

26 **Motonautica, accordo di collaborazione tra
UIM e Universit  degli Studi di Messina**
di Matteo Spinelli

POEMS

30 **Preludio Autunnale**
di Armando Bettozzi

For Advertising:
FAO STAFF COOP OFFICE
Viale delle Terme di Caracalla - 00153 Roma
Tel: 06/57053142 or 06/57056771
Email: fao-staff-coop@fao.org - Website: www.faostaffcoop.org

FAO STAFF COOP



Typewritten electronic contributions for the FAO CASA Gazette are welcome. These can be articles, poems, drawings, photographs, etc., in fact, anything interesting that staff members and/or their families in Rome or in the field may wish to contribute. These contributions can be in English, French, Italian or Spanish.

No anonymous material will be accepted, and the Editor reserves the right to choose and/or reject material that is not in keeping with the ethics of the Organization. Send contributions electronically to the Editor at fao-staff-coop@fao.org or leave signed copies with the Coop office on the ground floor of building E.

The deadline for editorial material is the 10th of the month preceding the date of issue.

The Editor may schedule articles according to the priorities and editorial requirements of the FAO Staff Coop. The FAO CASA Gazette is published every month.

The FAO Staff Coop does not take any responsibility for commercial advertisements published in the FAO Casa Gazette or services rendered by third parties, as foreseen by the relevant conventions stipulated with advertisers/service providers. The views and/or opinions expressed in the FAO Casa Gazette are solely those of the author/s and do not necessarily reflect those of the FAO Staff Coop.

STAFF COOP OFFICE

Building E Ground Floor | Ext. 53142 – 55753 – 56771 | Monday to Friday 09:00 – 13:30

Services and Special Interest Groups

MEMBERSHIP

Full membership of the FAO Staff Coop is open to all FAO and WFP staff. Associate membership is available for spouses and those who work with FAO/WFP and associated UN agencies. The FAO Staff Coop fee is € 25 una tantum, while the annual dues for both categories are € 25 for singles and € 30 for families.

Apply for membership at the FAO Staff Coop Office (E-016) Monday to Friday 09:00 – 13:30.

FOR ADVERTISING – CRISTINA GIANNETTI

FAO Staff Coop Office

Viale delle Terme di Caracalla – 00153 Roma

Tel: 06/57053142 or 06/57056771

Email: fao-staff-coop@fao.org – Website: www.faostaffcoop.org

JOIN OUR ACTIVITIES

CULTURAL

ARTISTS	<i>Ms I. Sisto</i>	53312
ASSOCIAZIONE CASA	<i>Ms N. Bramucci</i>	53248
LOÏC		
CARIBBEAN CULTURAL	<i>Ms S. Murray</i>	56875
HUMAN VALUES	<i>Ms C. D'Angelo</i>	55966
HISPANIC CULTURAL	<i>Ms M. Murchio</i>	55386
GROUP		
INDIAN CULTURE	<i>Mr I. Animon</i>	55297
ITALIAN DRAMA	<i>Mr P. Tosetto</i>	53585
MUSIC THERAPY	<i>Ms N. Rossi</i>	56253
PET GROUP	<i>Ms M. Dupont</i>	56688
POSITIVE THINKING	<i>Ms R. Gupta</i>	55554
PRANIC HEALING	<i>Ms E. Capparucci</i>	52147
WE CARE	<i>Ms S. Saker</i>	53964
PHOTOGRAPHY		53142/56771
PIANO LESSONS	<i>Mr O. Memed</i>	
MINDFULNESS	<i>Ms B. Monjaras</i>	53572

CHOIR

GOSPEL CHOIR	<i>Ms P. Franceschelli</i>	53554
HISPANIC CHOIR	<i>Ms B. Killerman</i>	53142
FAO STAFF COOP CHOIR	<i>Ms G. Loriente</i>	54163

DANCING

BOLLYWOOD	<i>Ms A. Noorani</i>	55016
DANCERCISE: ZUMBA	<i>Ms J. Nanadiago</i>	55575
MODERN	<i>Ms A. Vignoni</i>	53547
TAP DANCE	<i>Ms M. Infante</i>	56415
PIZZICA	<i>Ms C. D'Angelo</i>	55966/53142

GYMNASTICS

FUNCTIONAL TRAINING	<i>Ms C. Romani</i>	53043
FELDENKRAIS	<i>Ms Eileen Larkin</i>	56399
FITNESS & MUSCLE TONING	<i>Ms D. Rozas</i>	52630
YOGA FLOW	<i>Ms P. Franceschelli</i>	53554
YOGA SILHOUETTE	<i>Ms S. Thomas</i>	54986
LOTTE BERK	<i>Ms A. Falcone</i>	52595
PILATES	<i>Ms F. Faivre</i>	54860
TAI-CHI	<i>Ms G. De Santis</i>	53344
POSTURAL TRAINING	<i>Ms Hinrichs Angela</i>	54070
YOGA BASIC/ ASHTANGA	<i>Mr A. Lem</i>	52692
GYM MUSIC	<i>Ms D. Casalvieri</i>	52620
STRETCHING	<i>Ms D. Casalvieri</i>	52620
SELF DEFENCE	<i>Ms C. Romani</i>	53043
KRAV MAGA		
LOW PRESSURE	<i>Ms E. Mahabir</i>	55753

SPORTS

ATHLETICS	<i>Mr F. Consalvi</i>	56438
CRICKET	<i>Mr G.S. Malakaran</i>	54928
CYCLING	<i>Mr F. Calderini</i>	53828
DARTS	<i>Ms C. Canzian</i>	52617
FOOTBALL MEN	<i>Mr S. Evans</i>	53532
FOOTBALL WOMEN	<i>Ms R. Nettuno</i>	56742
GOLF	<i>Mr A. Stocchi</i>	53142
TABLE TENNIS	<i>Ms B. Killerman</i>	55552
TENNIS	<i>Ms A. Gabrielli</i>	53012

ALL ACTIVITIES ARE FOR STAFF COOP MEMBERS ONLY



Ogni volta che ti sentirai smarrita, confusa, pensa agli alberi, ricordati del loro modo di crescere. Ricordati che un albero con molta chioma e poche radici viene sradicato al primo colpo di vento, mentre in un albero con molte radici e poca chioma la linfa scorre a stento. Radici e chioma devono crescere in uguale misura, devi stare nelle cose e starci sopra, solo così potrai offrire ombra e riparo, solo così alla stagione giusta potrai coprirti di fiori e frutti.

E quando poi davanti a te si apriranno strade e non saprai quale prendere, non imboccarne una a caso, ma siediti e aspetta. Respira con la profondità fiduciosa con cui hai respirato il giorno in cui sei venuta al mondo, senza farti distrarre da nulla, aspetta e aspetta ancora.

Stai ferma, in silenzio, e ascolta il tuo cuore. Quando poi ti parla, alzati e va dove lui ti porta.

SUSANNA TAMARO



MARYMOUNT
INTERNATIONAL SCHOOL ROME

Join us on Your Journey



EARLY LEARNING
AGES 2-5

ELEMENTARY SCHOOL
AGES 6-11

MIDDLE AND HIGH SCHOOL
AGES 11-18

OUTSTANDING IB PROGRAM
GRADES 11-12

TOP UNIVERSITIES
A GLOBAL NETWORK

Via di Villa Lauchli 180
00191 Rome, Italy
+39 06 362 91012
www.marymountrome.com
admissions@marymountrome.com



L'ARTE DI ESSERE FELICI



di Enrica Romanazzo

Sostiene e promuove da anni le attività della FAO STAFF COOP. Nel contempo segue ed organizza eventi in difesa dell'ambiente e per la valorizzazione del territorio salentino

“È nel nostro interesse recitare ciascuno la nostra parte sulla scena della vita nella maniera migliore di cui siamo capaci. Dopo tutto, si tratta della nostra unica rappresentazione”

Mario Vassalle



“La felicità ha il profumo del mare ed i colori del sole”

Finita l'estate si pensa già all'anno che scivola inesorabilmente verso la sua fine. Abbiamo avuto una primavera durissima, un intermezzo estivo che ha rappresentato una piccola illusoria tregua dalle limitazioni e difficoltà di un'emergenza che stando alle misure in atto ormai da vari mesi, rischia di diventare cronica. I tempi che ci attendono non saranno facili. Per questo dobbiamo attrezzarci per affrontarli al meglio. Dobbiamo uscire dalla gabbia della paura ed incamminarci verso la speranza di tornare alla vita ripensandola in termini di comunità, autosufficienza, ritorno alla terra e resilienza.

*La vita è l'anelito al bene. L'anelito al bene è la vita.
(Lev Tolstoj)*

Anche nei momenti più duri bisogna essere in grado di scoprire il senso del nostro esistere e formulare un progetto di vita. Non dobbiamo mai smettere di lottare per costruire un mondo migliore.

Questo deve diventare il nostro progetto di vita.

La percezione del benessere è più alta in una vita significativa, con sentimenti e propositi reali, piuttosto che in una vita in cui il concetto di benessere è legato alla ricerca di una felicità costruita tutta intorno a noi, incentrata sul consumo e proiettata verso la difesa dei propri personali esclusivi privilegi.

“La felicità è vera solo se condivisa”, diceva Christopher McCandless nel film “Into the Wilde”, a sottolineare appunto il fatto che non possiamo prescindere dal riconoscere i principi di interconnessione, altruismo insiti nella natura stessa dell'uomo.

Ritrovare il senso di comunità è anche una soluzione alla solitudine ed alla paura. Ora più che mai è importante ricostruire i legami che sono fortemente penalizzati dalla pratica ormai in uso di isolarsi fisicamente e mentalmente. Stare con gli altri e vivere a contatto con la natura, sono condizioni fondamentali per recuperare il nostro benessere psico fisico.

Cerchiamo quindi di aprirci agli altri, di rincorrere emozioni positive rimanendo connessi con il creato, e sforziamoci di essere ottimisti.

Per star bene dobbiamo dimenticare il recente passato, vivere appieno il presente, evitando di pensare con angoscia al futuro. Alla base dello sviluppo della capacità di essere felici c'è l'Arte di Vivere nel Presente: non dobbiamo ricercare grandi cose ma apprezzare le piccole gioie quotidiane che fanno grande la vita.

La vita è un arcobaleno inesauribile di colori, che forse abbiamo smesso di ammirare perché improvvisamente l'esistenza ci è apparsa come uno spettacolo in bianco e nero....

BACK to SCHOOL

Two weeks Free Trial

Call us and use the code: **#FAOGAZETTE**

KUMON
THE FIRST CENTER IN ROME
KUMON ROMA
PORTUENSE - GIANCOLENSE

**KEEP TRAINING AT HOME
IN MATH AND ENGLISH
WITH KUMON**

+39 3663042771
+39 3463207805
info@kumonroma.it
www.kumonroma.com

Riscopriamo la poesia delle emozioni, quelle che la paura e le difficoltà di questi tempi bui sembrano aver anestetizzato.

Se non possiamo escludere la sofferenza e il dolore dalla nostra vita, impariamo ad accogliere esperienze traumatiche per allenarci ad essere più forti, per crescere ed evolvere.

“Noi usciremo fuori da questo decadimento solo attraverso un’immensa rettificazione morale, insegnando di nuovo agli uomini ad amare, a sacrificarsi, a vivere, a lottare e a morire per un ideale superiore. In un secolo in cui si vive soltanto per sé, occorrerà che centinaia, migliaia di uomini non vivano più per se stessi ma per un ideale comune, disposti sin dall’inizio a sostenere per esso tutti i sacrifici, tutte le umiliazioni, tutti gli eroismi. Contano soltanto la fede, la fiducia ardente, l’assenza completa di egoismo e di individualismo, la tensione di tutto l’essere verso il servizio.”

Léon Degrelle, libro Militia

AVENTINO

POLIAMBULATORIO 38 MEDICAL OFFICES



Dr Gabriel E. Buntin
Orthopedic Trauma Surgeon
X-Ray and Ultrasound facilities
 English – French – Italian – German

Dr Massimiliano Magaletti
Orthopedic Trauma Surgeon
Shoulder, Knee, Ankle Surgery
 English – Italian

Dr Vittorio Candela
Orthopedic Trauma Surgeon
 English – Italian

Dr Livio Antinucci
Osteopath
 Italian – English

Dr Giuseppe Calandra
Angiology
 English – Italian

Dr Carmelo Dominici
Cardiac Surgeon
 English – Italian

Dr Elena Nobili
Gynecology and Obstetrics
Ultrasound Facilities
 English – Italian

Dr Zuzana Stloukalova
Gynecology and Obstetrics
Ultrasound Facilities
 English – Italian – Czechoslovak

Dr Christian Abi Nassif
Liver and Metabolic Diseases
 English – French – Italian – Lebanese

Dr Andrea Guerriero
Acupuncture – Doctor for family
 English – Italian

Dr Gregory Strabach
MD General Practitioner
 French – English – Italian

Dr Elena Agafonova Battisti
Internal Medicine – Ultrasound
 ВРАЧ ОТДЕЛЕНИЯ ТЕРАПИИ И УЗ ДИАГНОСТИКИ
 Italian – English – Russian

Dr Giorgio Balsamo
Otolaryngology ENT
 Italian – English

Dr Sibylle Hueck
Otolaryngology ENT
 Italian – English – German

Dr Giorgia Chiarottini
Physiatry
 English – Italian

Physiotherapeutical Centre
Allianz and De Besi-Di Giacomo affiliated

Dr Massimo Mancone
Cardiology - ECG - Echocardiography
 Italian - English

Dr Alberto Spaziani
Cardiology - ECG
 Italian - English

Dr Maria Giuliana Cacciaguerra
Dermatology
 Italian - English - French

Dr Alessandro Calarco
Urology - Andrology
PhD in Urological Oncology Expert in
Minimally Invasive Techniques
 English - Italian

Dr Simone Di Rezze
Neurology Electromyography
 English – Italian

Dr Yeganeh Manon Khazrai
Nutrition - Patient Centred Counsellor
Diabetes Educator
 Italian - English - Iranian

Dr Francesca La Farina
Molecular Biology - Nutrition
 Italian - English

Dr Valentina Scalzi
Rheumatology - Musculoskeletal Ultrasound
 Italian - English

CELEBRATING NATURE'S ELIXIR OF LIFE: BREASTFEEDING WEEK 2020



WABA | WORLD BREASTFEEDING WEEK 2020

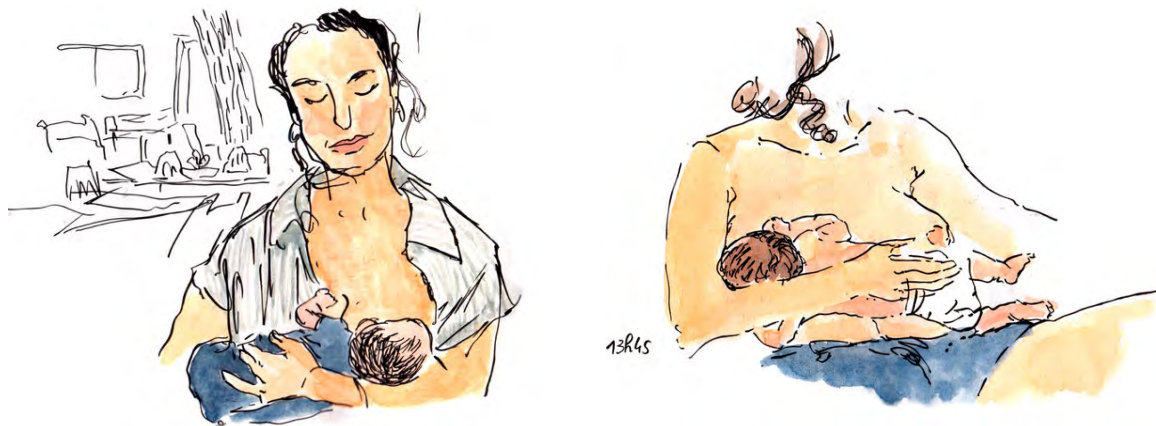
World Breastfeeding Week 2020 will be celebrated across Italy as people unite to “support breastfeeding for a healthier planet” from October 1st to 7th. This is part of a campaign organised by the [World Alliance for Breastfeeding Action \(Waba\)](#) celebrated annually in about 120 countries since 1991.

Maternal milk: the ideal first food for the start of life. The World Health Organization (WHO) recommends breastfeeding babies exclusively

for the first six months of life, and continuing breastfeeding with appropriate complementary foods until two years and beyond, or for as long as the mother and baby wish.

[As indicated by WHO](#), breastfeeding is one of the most effective ways to ensure child health and survival. Breastmilk is safe, clean and contains antibodies which help protect against many common childhood illnesses. Breastmilk provides all the energy and nutrients that the infant needs for the first months of life. It continues to provide up to half or more of a child's nutritional needs during the second half of the first year, and up to one third during the second year of life.

Research also shows that breastfed children perform better on intelligence tests, are less likely to be overweight or obese and less prone to diabetes and asthma later




in life, in particular through a positive impact on the gut microbiome development. Mothers who breastfeed draw health benefits, notably with a reduced risk of breast and ovarian cancers. Some of the effects seem to be dose dependant (increase with breastfeeding duration).

Breastfeeding is also good for the planet. By opting to breastfeed, we can not only improve our health, but also reduce our environmental footprint. Unlike breastmilk, baby formula contributes to carbon emissions. [A study published by the journal of Cleaner production](#) showed that breastfeeding for six months can save 95–153kg of carbon dioxide equivalents (CO₂e) per baby compared to formula feeding. The production of raw (cow) milk through dairy production contributes to most of the carbon footprint of breastmilk substitutes.

In terms of waste, a 2009 study also showed that 550 million infant formula cans – comprising 86,000 tons of metal and 364,000 tons of paper – are added to landfills every year. Formula is supplemented with additives such as palm, coconut, rapeseed, and sunflower oils; fungal, algal, and fish oils; and minerals and vitamins, whose production/harvesting has an undeniable effect on the environment. Other costs of formula to the environment that have not been documented include transportation at multiple stages in the production, and the marketing and sale of breastmilk substitutes.

Breastfeeding requires few resources and produces minimal or zero waste.

Breastfeeding can often be a challenge. Mothers who wish to breastfeed need to be able to access information and adequate support to initiate and continue breastfeeding. The promotion of exclusive breastfeeding requires public and workplace policies and services that enable mothers to be close to their new-born during the first months.



**DO YOU FEEL EXHAUSTED OR ARE YOU OFTEN LACKING ENERGY?
DO YOU FEEL ANXIOUS, NERVOUS, SAD OR AGGRESSIVE?
DID YOU EXPERIENCE ANY TRAUMATIC EVENT?**

THERE ARE SOLUTIONS... FRENCH AND ENGLISH SPOKEN,
HOME SESSIONS IN ROME POSSIBLE.

LET'S MEET UP AND FIND OUT THE MOST APPROPRIATE WAY TO HELP YOU.

LEARN HOW TO DEAL WITH YOUR EMOTIONS AND DISCOVER WHAT TRIGGER THEM.
AND FINALLY, ENJOY THE MOST INTERESTING AND WONDERFUL JOURNEY...
THE ONE OF YOUR LIFE!

Sylvie VAXELAIRE-LOPEZ, MSc. | +39 334 780 50 48
Sylvievaxlopez@gmail.com

FAO support to Member Nations includes the promotion of breastfeeding through projects addressing child and maternal nutrition, recognizing young children and women as priority targets given their vulnerability to food insecurity and malnutrition. At corporate level, FAO is increasingly supporting maternity and breastfeeding, with the recent extension of maternity leave to six months for Staff (but unfortunately not for consultants). FAO also offers facilities for breastfeeding and breast pumping at Rome headquarters, as well as childcare services so that mothers can breastfeed during the workday.



If you are an expectant mother or recently had a baby, and you need help in Rome, consider contacting the following groups which provide skilled breastfeeding counselling :

- [Latte e Coccole](#) (IBCLC lactation consultant)
- [Casa Maternità Zoè](#) (IBCLC lactation consultant specialized in twins and premature babies breastfeeding)
- Fatebenefratelli's hospital breastfeeding support group "Storie di Latte" animated by midwives specialized in breastfeeding and peer mothers
- [Bellies Abroad/Milk Bar](#)
- [Il Nido](#)
- [Leche League websites, available in various languages](#)



It's time to celebrate the most natural elixir of life: breastmilk!



Illustrations by Camille Alméras



Excellence Done differently



**ST. STEPHEN'S
SCHOOL ROME**

American international
day and boarding school

sssrome.it / +39 06 575 0605

SCUOLA E FAMIGLIA AI TEMPI DEL COVID, A 150 ANNI DALLA NASCITA DI MARIA MONTESSORI



di Cinzia Romani

Staff member lavora attualmente nella Divisione "Finance". Ha svolto attività di rappresentante sindacale per i Servizi Generali UGSS ed attualmente è membro del Direttivo della FAO Staff Coop. Appassionata di balli latini, ama viaggiare e promuovere attività sportive, sociali e culturali.

Il 31 agosto 2020 si è celebrato l'anniversario della nascita di Tecla Artemisia Montessori. Nata a Chiaravalle (AN) il 31 agosto 1870 nella sua vita svolse attività di educatrice, pedagoga, medico, neuropsichiatra infantile, filosofa e scienziata italiana. In Italia, fu una tra le prime donne a laurearsi nella facoltà di medicina. Divenne famosissima nel mondo grazie al famoso metodo educativo per bambini che prese il suo nome, ovvero il "Metodo Montessori". Questo metodo inizialmente fu utilizzato in Italia, ma a breve fu adottato in tutto il mondo, e ancora oggi le scuole montessoriane sono una delle eccellenze del nostro Paese.



Perché il metodo Montessori è ancora così attuale ed è un modello al quale ispirarsi sia nella scuola che in famiglia? Personalmente nella nostra società ci deve essere un'attenzione costante alle esigenze del bambino e ai suoi diritti, a volte disattesi sia a scuola che in famiglia. La Montessori ha una visione centrica del bambino, sottolinea l'importanza dell'ambiente che lo circonda come nutrimento (bellezza degli spazi familiari e scolastici a misura di bambino, rapporto con la natura, bellezza della natura). L'adulto è colui che ha la responsabilità di tenere insieme tutti gli ambienti, ha il ruolo di protettore delle varie fasi dello sviluppo del bambino, non deve soffocare ma tutelare, creare armonia e non avere aspettative.



La didattica Montessoriana dà peraltro molta importanza a tutto l'aspetto ludico, alla socializzazione e all'interazione, all'importanza di essere autocritici e collaborare.

Sappiamo bene quanto è stato difficile in tempi di COVID-19 e di DAD (didattica a distanza) per i ragazzi rinunciare alla socialità, all'incontro con i propri compagni durante la quarantena.

Il 14 settembre 2020 dopo un lungo periodo lontani dalla scuola, finalmente alunni, professori e genitori hanno potuto riascoltare il suono della campanella.

Nel libro "Il bambino in famiglia" Montessori invita a trasferire il suo metodo dalla scuola alla vita quotidiana e tra le pareti domestiche, con l'obiettivo di rendere i nostri figli liberi di manifestare il proprio carattere, la propria creatività.

Mi piacerebbe pensare che il **Patto di Corresponsabilità** tra scuola e famiglia che ci è stato chiesto di firmare, non fosse soltanto una lista di regole rigide (anche se importanti per la tutela della salute dei ragazzi) ma che andasse ben oltre.

L'augurio affinché questo nuovo anno scolastico e quelli a venire abbiano come tema principale non più il Covid o i banchi con le rotelle, ma la costruzione di un' "educazione cosmica" (Montessori) dove l'educazione è l'unico modo per avere un mondo pacifico, educazione cosmica come legame fra tutti gli esseri in tutto il mondo, accettare l'origine comune di tutta l'umanità, nel rispetto della fratellanza che vada al di là di ogni religione, poiché siamo tutti esseri umani.

E così concludo augurando buon compleanno alla coraggiosa Maria Montessori.. facendo un grosso in bocca al lupo a tutti i ragazzi per questo nuovo anno scolastico, e in particolare a mio figlio...

Insieme ce la faremo.



Here, there is no therapy that does not involve MASSAGE. There are different types, with different purposes, we have made massage a philosophy and a foundation of our rehabilitative protocols. Info: +39 06 78851271 - Via Latina 497 - Rome



#theRightHands SPORT HEALTH Center of FISIOTERAPIA

FINE ESTATE



*Poi piove...
Viene il temporale
e chiude gli ombrelloni.
Il sole perde il round,
passa la mano,
sorpreso...
Impotente, la spiaggia,
si risente,
e aspetta altre occasioni
sola e silenziosa...
Sforgia ricordi un vento ancora caldo,
e mette a nudo
sogni durati un palpito di cuore...*

Armando Bettazzi - 20 Agosto

clements
WORLDWIDE

Life has its ups and downs.



We're here for every
bump in the road.

Auto • Health • Life

**Global insurance
coverage that travels
with you.**

1.800.872.0067

Info@Clements.com

Clements.com/Personal



ECSTATIC DANCE

MOVIMIENTO VITAL EXPRESIVO



De Maria Cecilia Galera

Terapeuta corporal italo-argentina, masajista y socióloga. Formada en Buenos Aires, con la fundadora del Sistema Río Abierto, participó además de diversas capacitaciones y seminarios en movimiento espontáneo, 5 ritmos y eneagrama en la Scuola SAT Italia. Coordina desde hace más de 8 años espacios de trabajo personal (grupales e individuales) a través del cuerpo y el autoconocimiento.

“La vida es movimiento, el movimiento es vida.”

“Ecstatic dance” es una propuesta dinámica de movimiento que se sustenta en la sabiduría innata del cuerpo para favorecer el desarrollo de la conciencia y el autoconocimiento. Es una invitación a explorar dentro de nosotros mismos, y reconocernos a través del movimiento corporal para despertar la vitalidad, la creatividad y la conexión.



Convocamos nuestra atención y danzamos para sentirnos presentes y conectados al mundo.



Inspirados en los 5 Ritmos propuestos por Gabrielle Roth, el Movimiento Vital Expresivo del Sistema Río Abierto y el Coaching Corporal, las sesiones de Ecstatic Dance proponen transitar una ola de música y movimiento espontáneo para enraizar nuestra conciencia en el cuerpo y celebrar la vida en nosotros.

Trabajamos el enraizamiento-receptividad; la energización-acción; el soltar-descargar; la liberación-expansión; y el vaciamiento-integración.

Los encuentros son un laboratorio en el que, a través del movimiento corporal y una secuencia musical cuidadosamente seleccionada, buscamos habitar nuestro ser más auténtico, vulnerable, instintivo, apasionado.

Las sesiones nunca son iguales, aunque hay ciertas dinámicas habituales: Ejercicios de precalentamiento, movimientos articulares y de respiración consciente. Lo sigue una

FREE EYE-TEST FAR AND FOR NEAR DISTANCE
EXPERTS IN REFRACTIVE PROBLEMS
SPECIALISTS IN KIDS EYEWEAR
THE BEST EYEWEAR BRANDS
CUSTOM PROGRESSIVE LENSES+CONTACT LENSES
SPECIAL PRICE FOR FAO STAFF

40+ YRS OF EXPERIENCE

OPEN FROM
9.00 TO 19.30
NON-STOP,
MONDAY
TO SATURDAY

VIALE AVENTINO, 78 - 00153 ROMA T. 065758413
INFO@OTTICA-AVENTINO.COM - WWW.OTTICAVENTINO.COM

OTTICAVENTINO
L'ottica migliore con cui guardare il mondo



sección guiada desde el cuerpo o la palabra para activar la energía vital en el cuerpo y nuestros apoyos. Luego un despliegue libre en el que se invita a expresar con el cuerpo, dejándonos llevar por la propuesta musical. Se emplean variados estilos para estimular el movimiento, generar distintos climas y estados anímicos. El movimiento nos devolverá a la quietud para un momento de relajación y, si lo sentimos necesario, habilitamos un espacio grupal para compartir la experiencia personal con el grupo.

La práctica sostenida del movimiento expresivo genera diversos beneficios: En lo corporal: revitaliza, desarrolla la auto-percepción, propicia la fluidez y el equilibrio. El “permiso” para soltar la voz, para disfrutar del cuerpo, reconocer qué necesito, qué me genera placer. Libera tensiones y ablanda la coraza muscular.

A nivel emocional: favorece la expresividad, disminuye los niveles de estrés y ansiedad, y libera la memoria emotiva. Convocar nuestra atención, abrir nuestra escucha, ir a la sensación corporal, calma la actividad mental y estimula la creatividad. Además

la exploración lúdica favorece el contacto con nuestro niño interior, y en el contexto grupal crea complicidad y conexiones. Nos reconocemos y nos nutrimos del/con el otro, aún en el contexto virtual. Cada uno emprende su propio viaje pero con la conciencia de que nos movemos en red.



Esta práctica ayuda a tomar contacto con la sabiduría interna y con la propia esencia, al mismo tiempo de generarnos una sensación de comunión y pertenencia.

No hace falta tener experiencia previa ni saberes particulares, sí es necesaria la curiosidad y las ganas de experimentar. ¡Los espero!

HAVE YOU CONSIDERED A PART-TIME MASTER'S DEGREE?

The Graduate School of The American University of Rome is pleased to announce that from Fall 2020 its three Master's degree programs - Food Studies, Peace Studies, and Sustainable Cultural Heritage - will be offered on a part-time basis in addition to the current full-time programs.

There are a number of benefits to studying part-time

- Flexibility for those with commitments such as work and family
- Potential for partial or total funding by an employer
- Broaden horizons and opportunities for those seeking a career change
- Increased employability
- Increased salary prospects
- Opportunity to network with like-minded students and professionals

If you'd like to find out more, visit our website at www.graduate.aur.edu or drop an email to gradschool@aur.edu



THE AMERICAN
UNIVERSITY OF ROME
GRADUATE SCHOOL





CONTACTO:
INSTAGRAM: @CECIGALERA
FACEBOOK: CECI GALERA

Hi everyone!

Join us for an Ecstatic Dance session, a method that combines breathing exercises, stretching and free style movements in order to come in contact with the needs of our body and allow us to liberate tensions, express emotions and, most importantly, to enjoy while dancing!

Like a river that flows unstoppable towards the ocean and says YES to life, so the dance allows us to flow with life and to see obstacles as a creative opportunity, to remember and whisper ourselves: Go with the flow...

The rhythm of the present moment!

Like life, the Ecstatic journey is made out of waves and allows us to practice presence in all levels of being, all kinds of feelings and emotions are welcome to be expressed through the dance.

We meet every Monday at 5:45 pm via FAO Staff Coop's Zoom
 (The virtual room will open 15 minutes before)

You only need to register to access the session with the link we will provide.

For info and registration:
 FAO-STAFF-COOP@fao.org / mceciliagalera@gmail.com



Contribution €10 per session / € 30 per month
 (first trial lesson is free)

Guided by Cecilia Galera, Argentinian body therapist, instructor of the "Rio Abierto" system and sociologist.

Much love and many dances!

For info, please contact FAO Staff Coop, x.53142/fao-staff-coop@fao.org
**kindly note that the FAO STAFF COOP is in no way responsible for services provided by third parties who respond directly to clients*

MOTONAUTICA, ACCORDO DI COLLABORAZIONE TRA UIM E UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI MESSINA



di Matteo Spinelli

Giornalista pubblicitaria

Il Presidente della Federazione Mondiale Motonautica (UIM) Dr. Raffaele Chiulli e il Magnifico Rettore dell'Università degli Studi di Messina Prof. Salvatore Cuzzocrea hanno firmato uno storico accordo di collaborazione. L'UIM, che già aveva accreditato i laboratori di Progettazione Nautica ed Industriale del Dipartimento di Ingegneria dell'Università di Messina come

“UIM certified Test Laboratory”, svilupperà assieme all'Università di Messina sinergie su ambiti di comune interesse tra i quali seminari divulgativi, conferenze tecniche e scientifiche, programmi congiunti di insegnamento, attività e progetti di ricerca, pubblicazioni e trasferimento tecnologico, programmi ed attività per ricercatori e dottorandi di ricerca e per studenti e laureati attraverso tesi di laurea, stage e tirocini.

«Sono particolarmente soddisfatto – ha affermato il Presidente della UIM Raffaele Chiulli – che la nostra federazione internazionale, tra le più antiche istituzioni sportive a livello mondiale, con un secolo di storia, riconosciuta dal Comitato Olimpico Internazionale (CIO) come organo di governo mondiale della Motonautica e membro di ARISF (l'Associazione di tutte le federazioni sportive internazionali riconosciute dal CIO) e di GAISF (l'Associazione di tutte le federazioni sportive olimpiche e non olimpiche) che mi onoro entrambe di presiedere, abbia firmato questo accordo di collaborazione con l'Università degli Studi di Messina. Al riguardo – ha proseguito Chiulli – concrete sinergie tra le due Istituzioni sono già in essere, non ultimi i test di verifica sulla cella di sicurezza, effettuati dai laboratori di Progettazione Nautica e Industriale del Dipartimento di Ingegneria, coordinati dal Prof. Ing. Eugenio Guglielmino e Ing. Filippo Cucinotta, effettuati sull'imbarcazione “Tommy One” che, con i

piloti Maurizio Schepici e Giampaolo Montavoci, tenterà il record del mondo nelle acque tra Messina e Vulcano. Il Magnifico Rettore Prof. Salvatore Cuzzocrea ha voluto con la sua presenza dar risalto alla collaborazione fornendo sin da subito concrete risposte operative e la prova di record del mondo nelle acque di Messina ne è esempio palese».

«Ringrazio il dott. Chiulli - ha commentato il Rettore - per aver creduto nella nostra Università e per aver siglato l'Accordo che è frutto di una lunga collaborazione consolidatasi nel tempo e di un rapporto di fiducia instauratosi dopo aver testato le qualità delle nostre eccellenze. Sulla barca c'è tanto del nostro Ateneo, anche in termini di sicurezza e sostenibilità ambientale, e sono felice che Maurizio Schepici, insieme al copilota, abbia scelto la sua città per tentare di stabilire il nuovo record. Mediante questo memorandum che abbiamo sottoscritto i nostri studenti, attuali e futuri, potranno svolgere dei tirocini presso grandi imprese ed i nostri docenti potranno ampliare il ventaglio delle loro collaborazioni.

In questi due anni l'Università di Messina ha profuso tutto il suo impegno per la crescita delle sue aree di ricerca e, tra queste, vi è anche quella della Nautica».

Un accordo importante, arrivato poco prima del record citato dal Presidente Chiulli e raccolto da Maurizio Schepici e Giampaolo Montavoci. Al termine della prova, il Presidente della Federazione Mondiale Motonautica Raffaele Chiulli ha

dichiarato: «Messina ha dimostrato di essere all'altezza di organizzare eventi sportivi internazionali, evidenziando tutto il potenziale del nostro sport. Questo evento ha dimostrato che la motonautica ha grandi potenzialità grazie a piloti come Schepici e Montavoci. La UIM a Messina ha trovato grande entusiasmo e passione verso la motonautica. Un particolare ringraziamento al Team Schepici-Montavoci e a tutti coloro che hanno contribuito al successo dell'evento in piena sicurezza».

Un battesimo importante, quindi, per l'Università di Messina, arrivato subito a ridosso della firma di un accordo importante e di grande valenza pratica. Con questo accordo le due realtà, infatti, lavoreranno insieme su seminari tecnici e scientifici, programmi di insegnamento congiunti, attività e progetti di ricerca, pubblicazioni e trasferimento di conoscenze e tecnologie. Verranno inoltre realizzati programmi e attività per ricercatori, dottorandi e laureati.



SOSTENIAMO L'AMBIENTE E LA CURA DEI NOSTRI CAPELLI

BioHairExpert è pronta a coccolarti e rilassarti tra profumi inebrianti e rigeneranti tisane, trattamenti ideali per chi è in dolce attesa e per chi soffre di allergie e intolleranze

Negli anni sempre di più si sta prendendo consapevolezza di quanto le nostre azioni quotidiane impattino sul nostro pianeta e sulla vita dei suoi abitanti, si



fanno spazio sempre di più due termini nel gergo moderno: Naturale e Sostenibile. Il termine naturale attrae perché sta indicare tutto ciò che è simile e affine all'organismo, dunque più delicato. Sostenibile, invece, riguarda la consapevolezza dell'impatto che hanno le nostre scelte sull'ambiente.

Per questo in momenti di grande difficoltà del nostro ecosistema emerge

la consapevolezza, che le scelte e la vita frenetica dell'uomo procura gravi crisi ambientali come decisivi cambiamenti climatici.

Bisogna, dunque avere la capacità e la voglia di fare nel nostro quotidiano per apportare un aiuto alla terra.

In questo particolare e delicato momento storico in cui l'attenzione al dettaglio, all'igiene e alla salute è tutto non si può ignorare anche quella dei nostri capelli e della loro salute.

Da qui nasce Biohairexpert l'idea, di un imprenditore Romano, Gianni Casale che decide di portare la sua consapevolezza all'attenzione al dettaglio e all'ambiente. Nasce a Maggio 2018 nel cuore di Roma adiacente al parco del parco della Caffarella, in Via Macedonia 70,A. Un concept totalmente Bio, dall'arredamento ai prodotti per la cura dei capelli, in uno splendido ambiente ecosostenibile si usano erbe tintorie mescolate con l'acqua e altri ingredienti veg-



etali e gli scaffali sono colmi di spezie, fiori e piante in polvere per coccolare i capelli in maniera naturale e delicata. Non solo. Sposano la sostenibilità, prediligendo accessori rigorosamente plastic free, energia da fonti rinnovabili, sistemi atossici per gli scarichi e trattamenti ayurvedici per le chiome. Le linee dei prodotti sono certificate biologiche e rispettano l'ambiente,

non contengono parabeni, , petrolati, coloranti ma sono a base di essenze naturali che si adattano ad ogni tipo di capello.

La scelta ideale per le dolci attese o per chi soffre di allergie o per chi ha problematiche di salute.

Presso il negozio si eseguono trattamenti personalizzati in base alle esigenze specifiche del cliente grazie all'utilizzo della trico-camera che permette ai nostri consulenti di verificare lo stato di salute della tua cute e dei tuoi capelli, e in seguito utilizzare prodotti certificati costituiti da miscele complesse ottenute da olii vegetali puri estratti a freddo ed essenze pure di fiori e piante. Personale professionale e attento al dettaglio ti seguirà durante tutto il tuo percorso di bellezza e verranno strutturati pacchetti ad hoc per la cura dei tuoi capelli, senza l'utilizzo di prodotti chimici o con parabeni.

BioHairExpert è l'originale salone biologico ed è il punto di riferimento a Roma per chi desidera trattamenti naturali ed ecosostenibili per i propri capelli.

Vieni a scoprire di più con una consulenza su misura per te.

**Bio
HAIR
expert**

+39 06 89021840
BIOHAIREXPERT
BIOHAIREXPERT
VIA MACEDONIA, 70A
WWW.BIOHAIREXPERT.IT

PROMO 20% OFF

PRELUDIO AUTUNNALE

(Premiata a "Racconti e Poesie d'autunno", 2010)

*Là, dietro lo scuro telone
s'è andato a nascondere il sole,
e il vento che ormai è padrone
fa quel che gli piace e che vuole.*

*E sbatte furioso ogn'impasta
e fischia pei spenti camini;
volteggia qual furia scomposta
su siti lontani e vicini.*

*E soffia e sballotta ogni cosa
ed anche i pensier che carpisce
e neanche un momento riposa
e gli alberi scuote e ferisce.*

*E spazza le strade e i giardini,
e petali e foglie ammatassa,
e piovono gli aghi dai pini,
e il fulmine il cielo sconquassa.*

*Trasporta il lamento del mare
finché si disperde lontano
e poi incomincia a ululare
nell'aria ch'è densa, e fa strano !*

*Scarrozza roteando ogni dove
eppur - più di sempre - la vita
par ferma a aspettar...ma non piove,
e fuori una gatta è impaurita.*

Armando Bettozzi



BROOKE HOUSE COLLEGE
ENGLAND

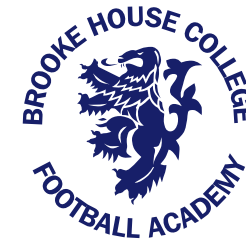


World Student Advisors

in partnership with

Brooke House College

UK's best Boarding School with
boys and girls Football Academy



*A family managed independent
international co-educational
boarding school with full-boarding
facilities for 11 to 19 year olds*

- A wide choice of subjects and courses of study available
- Key stage 3, GCSE, A Level
- University foundation programme
- Intensive pre-sessional English and ESL support IELTS
- Boy & girls football academies
- Motorsport
- Summer school ages 10 to 17
- One or two week football player assessment



Contact Tim Hunt, CEO of
World Student Advisors

Brooke House College
12 Leicester Road
Market Harborough
Leicestershire
LE16 7AU
England



WhatsApp: +44 791 4797 830
Tim.Hunt@[WorldStudentAdvisors.com](mailto:Tim.Hunt@WorldStudentAdvisors.com)

**Partial Scholarships available
for children of UN staff**

www.WorldStudentAdvisors.com/football-academy-uk

Safe, Tax Efficient and Portable Pension and Wealth solutions for your retirement



Complimentary COVID-19 retirement planning health check

How has coronavirus affected your existing pensions and investments?

For staff and consultants near to or already in retirement

BOOK YOUR FREE 30 MINUTE CONSULTATION NOW:

clientrelations@unityfinancialpartners.com

or Call (+39) 06 454 29867 or (+39) 375 547 3136

**In person at our office directly across from FAO at Viale Aventino 80
or online using Zoom or Skype**

- Check that you are not holding more than the deposit guarantee scheme will reimburse you for if the bank fails
- Check how your investments are performing and if they are aligned with your tolerance for risk and capacity for loss
- Check that your personal pensions and investments are aligned with your financial goals and your ethical values