



DECEMBER
2022

fao Casa gazette

Mensile - No 12 - 2022 - Reg. Trib. N. 574 dell'8/10/1990

- I GIOIELLI NASCOSTI: NATALE IN SALENTO

- BERNINI: AN ITALIAN GENIUS IN ART

- SHIATSU

- GLUTEN-FREE LINZER COOKIES

*Our services are no longer provided on FAO premises,
therefore please contact us for relevant information*

ACI - ITALIAN AUTOMOBILE CLUB

(Available by phone or email, currently unavailable at HQ) fao-staff-coop@fao.org 53142

BICYCLE REPAIRS

(Available by phone or email, currently unavailable at HQ) fao-staff-coop@fao.org 53142

DRY CLEANING

(Available at WFP, currently unavailable at FAO) 53142
WEDNESDAY & FRIDAY 12:00-14:00 | **WFP**

FINANCIAL PLANNING

(Available by phone or email, currently unavailable at HQ) fao-staff-coop@fao.org 53142

FISCAL ADVISER

(Available by phone or email, currently unavailable at HQ) fao-staff-coop@fao.org 53142

GADOI MEDICAL INSURANCE

(Available by phone or email, currently unavailable at HQ) fao-staff-coop@fao.org 53142

GARMENT REPAIRS

(Available at WFP, currently unavailable at FAO) fao-staff-coop@fao.org 53142
THURSDAY 12:00-14:00 | **WFP**

HOUSING

MONDAY TO FRIDAY 9:00-13:30 | fao-staff-coop@fao.org 53142

INFORMATION

MONDAY TO FRIDAY 9:00-13:30 | fao-staff-coop@fao.org 53142

INPS CONSULTANT

(Available by phone or email, currently unavailable at HQ) fao-staff-coop@fao.org 53142

ITALIAN LANGUAGE COURSES

(Available by phone or email, currently unavailable at HQ) fao-staff-coop@fao.org 53142

LAWYER

(Available by phone or email, currently unavailable at HQ) fao-staff-coop@fao.org 53142

NOTARY SERVICE

(Available by phone or email, currently unavailable at HQ) fao-staff-coop@fao.org 53142

SHOE REPAIRS

(Available outside FAO on appointment) fao-staff-coop@fao.org 53142

THEATRE BOOKING

MONDAY TO FRIDAY 9:00-13:30 | fao-staff-coop@fao.org 53142

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 2022:

Antonella Alberighi	Emiliano Pinnizzotto
Flavia Beniamini	Pasqualina Raspaolo
Rosa Basso	Enrica Romanazzo
Giovanna Bellelli	Cinzia Romani
Fahmi Bishay	Silvia Rossetti
José Cavalieri	Mattia Maria Rossi
Silvia De Mari	Anoop Sharma
Annalisa Di Giacomo	Matteo Spinelli
Bin Liu	Gerard Sylvester
Cesare Maramici	Giancarlo Trobbiani
Antonio Messina	Luciano Tudini
Janine Claudia Nizza	
Rossana Pavoni Gallo	
Domenico Perre	



FOOD&CULTURE

- 6 **Auguri ai Soci**
di Enrica Romanazzo

TOURISM

- 8 **Natale - i Presepi Viventi negli antichi borghi del Salento - Specchia**
di Enrica Romanazzo

ART&CULTURE

- 14 **Bernini: An Italian Genius in Art**
by Fahmi Bishay

WELLNESS

- 20 **Il senso del tocco nello Shiatsu di Pia Stanek**
di Silvia Rossetti e Annalisa di Giacomo

FOOD&CULTURE

- 28 **Gluten-Free Linzer cookies**
by Pasqualina Raspaolo

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.

Also membership registration and renewals available online on www.faostaffcoop.org.

You can pay with Paypal or Credit Card.

FOR ADVERTISING – CRISTINA GIANNETTI

FAO Staff Coop Office

Viale delle Terme di Caracalla – 00153 Roma

Tel: 340/6116572

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

FAO STAFF COOP



JOIN OUR ACTIVITIES

CULTURAL

ext:

ARTISTS	<i>Ms I. Sisto</i>	53312
THE ART CLASS ONLINE	<i>Ms P. Franceschelli</i>	53554
ASSOCIAZIONE CASA Loïc	<i>Ms N. Bramucci</i>	53248
CARIBBEAN CULTURAL	<i>Ms S. Murray</i>	56875
HUMAN VALUES	<i>Ms C. D'Angelo</i>	55966
HISPANIC CULTURAL GROUP	<i>Ms M. Murchio</i>	55386
INDIAN CULTURE	<i>Mr I. Animon</i>	55297
ITALIAN DRAMA	<i>Mr P. Toso</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
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>	55552
FAO STAFF COOP CHOIR	<i>Ms G. Loriente</i>	54163

DANCING

BOLLYWOOD	<i>Ms A. Noorani</i>	55016
MODERN	<i>Ms A. Vignoni</i>	53547
TAP DANCE	<i>Ms M. Infante</i>	56415

GYMNASTICS

ext:

FUNCTIONAL TRAINING	<i>Ms C. Romani</i>	53043
FELDENKRAIS	<i>Ms Eileen Larkin</i>	56399
FITNESS & MUSCLE TONING	<i>Ms D. Rozas</i>	52630
VINYASA 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 Ahmed Raza</i>	53126
PADEL	<i>Mr S. Evans</i>	53532
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



Cari Soci,

Si avvicina il periodo natalizio, il momento più magico dell'anno, il tempo per festeggiare e stare insieme alla famiglia e agli amici, il momento per porgervi i nostri più sentiti auguri di Buone Feste!

Questa vuole anche essere un'occasione per ringraziarvi della fiducia accordataci in questo anno passato e assicurarvi che continueremo a lavorare per voi, seppure tra mille difficoltà.

Il 2022 è stato l'anno delle riaperture, dei nuovi inizi e del ritorno alle care abitudini che insieme abbiamo riconquistato con sollievo, ma anche un anno che ci ha posto di fronte a nuove incertezze e nuove sfide come quella di mantenere in vita la nostra associazione.

Anche se penalizzati dal blocco delle attività che speriamo possano riprendere in presenza il prossimo anno, nonostante le difficoltà abbiamo cercato di lavorare con l'entusiasmo di sempre per ottenere i migliori risultati possibili.

Il Natale non è solo un momento di bilanci ma anche il tempo per le riflessioni su quello che ci attende per il futuro. L'anno che verrà sarà ancora caratterizzato da forti incertezze perciò lavoreremo ancora più intensamente per venire incontro alle vostre esigenze, ma deve essere chiaro che senza il sostegno della FAO, sia morale che finanziario, non saremo in grado di continuare la nostra attività. Forse è arrivato il momento di chiarire con l'Amministrazione le strategie future, cioè se esiste la volontà e la possibilità di continuare a promuovere il benessere dello staff tramite la FSC.

Da parte nostra possiamo solo dire che senza una comunanza di scopi, senza un serio impegno da parte dell'Amministrazione FAO, senza il clima di fiducia e collaborazione con cui abbiamo operato negli anni, la FSC, così come la conosciamo, cesserà di esistere. Siamo molto dispiaciuti alla sola idea perché crediamo nell'importanza della FSC la cui funzione è quella di contribuire a migliorare la vita di tutti - e sottolineiamo tutti - noi della famiglia della FAO, WFP e IFAD (personale, consulenti, non-staff, pensionati, ecc.).

Noi presidente e consiglieri della FSC siamo personale attivo o pensionati che lavorano su base volontaria - senza compenso - semplicemente perché crediamo in ciò che facciamo e ci piace farlo; per noi è un modo di restituire ad altri quello che abbiamo ricevuto da coloro che ci hanno preceduti. Nel corso degli anni abbiamo mantenuto la memoria storica della nostra associazione ed acquisito esperienza in materie tra loro diverse che richiedono competenze varie, e siamo dispiaciuti all'idea che tutto questo patrimonio di conoscenze possa andare perduto.

Ci conforta comunque continuare a ricevere da voi apprezzamento per quello che facciamo e vogliamo che sappiate che saremo felici di continuare a lavorare per voi al meglio delle nostre possibilità.

*Consiglio di Amministrazione
FAO Staff Coop*

Dear Coop members,

Christmas is approaching, the most magical time of the year, a time to celebrate and to be together with family and friends. We take this opportunity to send you our warmest wishes for Happy Holidays!! We would like to thank you for your support during this past year and reassure you that we keep working for you, in spite of many difficulties.

This 2022 has been a year of reopening, of new beginnings, of return to our beloved habits that we have resumed with relief, but also a year which has presented new uncertainties and new challenges, such as keeping our association alive. Although we were penalized by the forced blockage of our activities during the lockdowns and the consequent closing of our offices on FAO premises for a long time, we have tried to work with the same enthusiasm as usual in order to get the best possible service to the staff.

So far we have not been able to reopen our offices full time in spite of our repeated requests to Administration, and as a consequence we could not restart the activities that were conducted in the past on FAO premises.

As soon as we receive the green light we will resume all such services/activities. Christmas is not just a time for balance sheets, but also a time for reflection on our future. The coming year will still be characterized by strong uncertainties, and we are ready to work even harder to meet your needs but it has to be clear that without FAO's support, both moral and financial, we will not be able to continue. Perhaps this is the time to clarify whether FAO Management intends to continue promoting the welfare of the staff through the FAO Staff Coop or has other plans. On our side, we can only say that without a commonality of goals, without a firm engagement on the part of Administration that would restore a climate of confidence and collaboration, the FAO Staff Coop, as we know it, will cease to exist.

We are very saddened at the idea, because we see a role for the FSC in improving the lives of all – really all – those who gravitate around FAO, WFP, IFAD (staff, consultants, non-staff, retirees, etc.). We the FSC president and the Board members are staff or retirees who work on a voluntary basis – without compensation – simply because we believe in what we do and enjoy doing it; for us it is a way to give back what we have received from those before us. Over the years we have acquired and maintained the historical memory of the association and gained an experience on matters of a diverse nature, which require diverse competencies, and we would be sorry to see this wealth of knowledge go lost. It comforts us, however, to continue receiving a positive feedback from you and would like you to know that we are pleased and willing to continue serving you at the best of our capacity.

We do hope that this consensus we receive from our membership may play a role in putting the future of FSC on a positive track once again for the good of us all.

*Board of Directors
FAO Staff Coop*



Gioielli Nascosti

RUBRICA PER ACCOMPAGNARVI ALLA SCOPERTA
DELLE BELLEZZE DEL NOSTRO PAESE

L'Italia è il Paese della grande bellezza. Custodisce tesori paesaggistici e capolavori artistici di valore inestimabile, apprezzati in tutto il mondo.

La FAO Staff Coop Gazette attraverso questa rubrica vuole condurre i lettori nel cuore dell'Italia in una passeggiata nella storia alla scoperta di caratteristici borghi dal fascino antico. Storia, arte, natura, terra e mare saranno i protagonisti della nostra rubrica in cui vogliamo raccogliere curiosità, immagini, colori e bellezze da celebrare e condividere con i nostri lettori.

L'Italia è un paese di poeti, navigatori e paesini addormentati.

Probabilmente in qualsiasi punto dello stivale ci si trovi, nel raggio di un centinaio di chilometri c'è un borgo-gioiello ai più sconosciuto.

Nella nostra penisola la storia si è sbizzarrita con un tale entusiasmo da lasciarsi alle spalle villaggi ed uomini in un alternarsi inarrestabile di invasioni, saccheggi, guerre, terremoti, frane, siccità, povertà, cambiamenti nelle rotte commerciali.

Questi eventi hanno concorso a creare un'altra Italia, quella fuori dal tempo e dolcemente imprigionata in esso.

Un'Italia che si concentra soprattutto nel cuore del Belpaese.

E noi vogliamo partire da qui, dai borghi abbandonati, impregnati di un fascino antico che ancora resiste e che abbiamo il dovere di difendere e valorizzare.

Come sottolineato dall'architetto Paolo Portoghesi

“Questi borghi rappresentano la nostra verginità e conservarla corrisponde ad uno dei pochi ideali del nostro tempo”



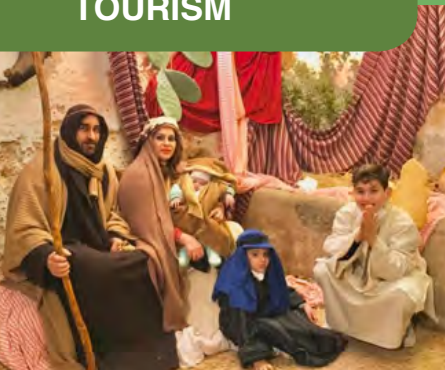
di Enrica Romanazzo

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

NATALE - PRESEPI VIVENTI NEGLI ANTICHI BORGHI DEL SALENTO

UN'INTERESSANTE VIAGGIO CULTURALE ALLA SCOPERTA DELLE RADICI E DEI SAPORI DEL SALENTO. A NATALE L'ANTICO BORGO DI SPECCHIA DIVENTA BETLEMME, CON SPETTACOLARI RAPPRESENTAZIONI, TRA ODORI, SAPORI, PROFUMI E RUMORI DI VECCHI MESTIERI.

Il Salento è una penisola nella penisola, un balcone sul Mare Mediterraneo, ricordato nelle navigazioni letterarie come l'Odissea e l'Eneide, attraversato nei secoli da mille rotte marittime e terrestri e costituisce un *unicum* del *mare nostrum*, il Mare Mediterraneo. È una terra dal fascino antico che difende le sue radici. L'esperienza del passato è un patrimonio collettivo da preservare anche attraverso i presepi viventi che richiamano migliaia di visitatori. Come ogni anno nel mese di dicembre, il Salento diventa lo scenario perfetto per la realizzazione del presepe. Sono moltissimi infatti i paesini che celebrano la magia dei presepi, partendo dai più piccoli Presepi Artistici, che ritraggono in miniatura la scena della Natività fino ad arrivare ai Presepi Viventi, vere e proprie rappresentazioni della vita di un tempo. I Presepi Artistici vengono esposti un po' ovunque, come



ad esempio nelle chiese di ogni città, nel periodo natalizio. Alcuni, vengono realizzati in cartapesta e terracotta, frutto di una antica tradizione artigianale, che si tramanda da generazioni nel Salento. I Presepi Viventi vengono realizzati prevalentemente nei centri storici, nelle cave ed a volte nei palazzi nobiliari, da appassionati riuniti in associazioni che realizzano spettacolari rappresentazioni come in un teatro a cielo aperto.



SPECCHIA: UNI DEI BORGHI PIÙ BELLI D'ITALIA

COMUNE AD ENERGIA GREEN, DOVE VIVERE UNA VACANZA IMMERSI IN UN'ATMOSFERA MAGICA DI ALTRI TEMPI, PER UN SOGGIORNO ALL'INSEGNA DEL VERO RELAX E DELLA CULTURA

A 54km da Lecce, nel Capo di Leuca, è incastonata la minuscola Specchia, gioiello del Basso Salento, situata a metà strada fra il Mare Adriatico e il Mar Ionio. Specchia, Bandiera Arancione per il Touring Club Italiano, è tra le cittadine architettonicamente più interessanti della Regione, qualità che le è valso il riconoscimento di Gioiello d'Italia e l'inserimento nel club dei "Borghi più Belli d'Italia". A stilare la speciale classifica delle località più caratteristiche della Penisola è stato il portale ufficiale di Skyscanner, specializzato in viaggi e luoghi fra i più interessanti del pianeta. Situata su una piccola collina a quasi 150 metri sopra il livello del mare, Specchia gode di una bellissima visuale su tutta la pianura salentina. Il paesaggio e l'atmosfera sono del tutto originali e ciò è dovuto soprattutto alla tranquillità tipica di questo borgo, grazie alla scelta di chiudere al traffico le strade, e al tipico assetto che ricorda molto le antiche città medievali con la presenza di una serie di resti originali dell'epoca. La cittadina prese il nome dalle cosiddette specchie, i mucchi di pietra di forma conica che fungevano da torri d'avvistamento e che servivano a difendere la popolazione dai frequenti assalti dei saraceni. Il termine "specchia", pertanto, deriva dal latino "specula", ovvero luogo sollevato dal terreno (quindi luogo ideale per avvistare le minacce nemiche provenienti dal mare) ed i primi a costruire queste preistoriche torrette furono i Messapi, un'antica popolazione di origine illirica che, verso il VII secolo a.C.,

si stanziò nelle Murge meridionali e nell'attuale Salento. Specchia vanta uno dei centri storici più affascinanti del Salento. Sembra che il tempo qui si sia fermato: l'armonia delle architetture tra le graziose case a corte dai balconcini fioriti, e gli eleganti palazzi nobiliari è rimasta inalterata e i giorni scorrono lenti all'ombra dei campanili. L'antico borgo è un dedalo di vicoli intricati, di crocevia in cui fanno capolino antiche nicchie di santi e da cui all'improvviso spunta il profilo nobile del Castello Risolo o le linee armoniche del Convento dei Francescani Neri o la curiosa Colonna dell'Immunità, che bastava toccare per mettersi in salvo dall'arresto. È un paesino meraviglioso, da stropicciarsi gli occhi per il susseguirsi di facciate di pietra bianca, tipiche della parte meridionale della Puglia, per i muretti a secco e le ripide scalinate che raggiungono i piani sopraelevati degli edifici più antichi del centro storico. Questo caratteristico borgo è stato riqualificato grazie alla lungimiranza della giunta comunale che ha puntato all'acquisizione dei fondi erogati per il recupero dei centri storici e la valorizzazione del loro patrimonio naturale, socio-culturale ed architettonico. Questa pregevole iniziativa ha permesso di valorizzare i suoi tesori, recuperando i vecchi frantoi ipogei e le costruzioni originarie, facendo del borgo antico un caratteristico albergo diffuso, tra i primi esempi in Italia. Il Castello Risolo è il cuore del borgo, insieme alla Chiesa Matrice e all'ex Convento dei Francescani Neri, mentre, appena fuori dall'abitato, nelle campagne circostanti si ritrovano le antiche "pajare", originarie costruzioni in pietra a secco, le masserie fortificate, la chiesetta bizantina di Sant'Eufemia e il suggestivo borgo di Cardigliano, paese fantasma, di recente valorizzato dall'amministrazione comunale e finalmente riportato ai suoi antichi splendori. La posizione strategica di Specchia, situata a breve distanza da alcune delle più belle località del Salento, ne ha fatto uno dei luoghi più amati delle star internazionali, tra cui Ellen Mirren e Meryl Streep che nelle campagne circostanti hanno acquistato masserie dove trascorrere periodi di relax e godere del clima mite, delle spiagge incantevoli e delle atmosfere





rilassanti delle campagne puntellate di ulivi di questo territorio fantastico diventato anche punto di riferimento per il cinema documentario. Infatti ogni anno il Cinema del Reale torna protagonista della cultura nell'estate pugliese: da ben 12 anni, in estate il centro storico di Specchia accoglie la rassegna di cinema internazionale. Nelle giornate dedicate alla kermesse si susseguono varie iniziative: proiezioni, vernissage, happening, concerti, mostre, food experience e dj set che coinvolgono il Castello Risolo, palazzo cinquecentesco trasformato in sala cinematografica sotto le stelle, e la chiesa sconsacrata dell'ex convento dei Francescani. In inverno invece, nel mese di dicembre è il Presepe Vivente a prendere vita fra le strade e i vicoli del borgo medievale di Specchia

che ogni anno a Natale riapre le porte a Betlemme per accogliere la storia dell'Uomo, dei suoi usi, costumi e le attività del passato. Il Presepe Vivente è un un tuffo nella storia e nelle scene di vita quotidiana del tempo che fu, un itinerario magico di altri tempi, attraverso i vecchi mestieri tipici di un borgo antico. L'evento, che promuove un dialogo tra il vissuto dell'antico borgo e le narrazioni delle rappresentazioni presepiali, vede la partecipazione degli abitanti di Specchia che in veste di figuranti volontari ricreano scene ed atmosfere originali dell'epoca, all'ombra delle antiche mura protette dalle specchia (termine usato per indicare i cumuli di pietre dai quali il paese ha preso il nome). La storia di Betlemme si salda alla rievocazione di antichi mestieri perduti, che vengono rappresentati in un ricco percorso spirituale, culturale e storico, per fare tappa nelle botteghe degli artisti e artigiani dei tempi passati. Per l'occasione i luoghi più caratteristici del centro storico si trasformano in botteghe per arrotini, tessitrici, maniscalchi, pescivendoli e altri mestieri ormai dimenticati. I figuranti animano le corti, i vicoli, i frantoi ipogei che trasudano storia e che rappresentano un fantastico scenario naturale per rievocare le suggestioni del passato. I profumi, i suoni tipici, insieme all'offerta degli antichi sapori della gastronomia locale, regalano ai visitatori uno spaccato di storia carico di tradizione.





MARYMOUNT
INTERNATIONAL SCHOOL ROME

- Since 1946 -

TRANSFORMING THE WORLD THROUGH EDUCATION

World Class
International
Curriculum

Forest School



Leader in Technology

Well-being



Global Citizenship

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



BERNINI: AN ITALIAN GENIUS IN ART



By Fahmi Bishay

Dr. Bishay is an FAO retiree. He is a senior consultant in agricultural policy analysis and sustainable economic development. He is an economist, artist and writer. This is his self-portrait.

BERNINI: FATHER AND SON

Giovanni Lorenzo Bernini, known as Bernini, was born in Naples in 1598 and passed away in 1680 at the age of 82. He was the son of Pietro Bernini (1562-1629) who was a well-known sculptor. This article is about Bernini the son. When Bernini was about 7 years old, his father took him to Rome to expose him to the advanced Italian world of art. Thus, since his childhood, and as an adult living in Rome, Bernini saw and appreciated the works of many Italian masters of the art. In particular, he was most fascinated by Michelangelo's fresco paintings on the ceiling of the Sistine Chapel, and on the huge dome of St. Peter's Basilica. Bernini was also inspired by Caravaggio. He once expressed his admiration of Caravaggio's paintings saying that you can feel the emotions and movements of the characters in Caravaggio's paintings.

BERNINI: AN IMAGINATIVE ITALIAN GENIUS

Bernini was one of the greatest artists of the Italian Baroque period. He was an Italian genius whose diversified skills surpassed his outstanding works as a sculptor. Bernini was also a great architect, painter, and play writer. He was the most influential artist of seventeenth-century Rome, and one of the leading creative artists in Europe and beyond. Bernini's influence and the popularity of his numerous artworks in Italy have been widely admired by viewers from all over the world.

BERNINI: THE SCULPTOR

Following his father's model of being a great sculptor, Bernini was an excellent sculptor. However, he felt that his father's skill of being mostly a portrait sculptor was static and only "copied" reality, thus, lacking originality. He surpassed his father's skills, by being a dynamic and imaginative sculptor. An excellent example of his dynamic works is his statue of David in action exhibited at Galleria Borghese in Rome (Figure 1.).



Figure 1. Bernini: Statue of David
 in action (1623-1624).
 Galleria Borghese, Rome.

This statue in marble shows David's body movement, his muscles, his emotions shown in his facial expressions, and his action. The dynamism in Bernini's work was expressed in many of his statues in several Piazzas in Rome, (e.g., statues of the World Rivers and the outstanding base of the Egyptian obelisk in Piazza Navona).



Figure 2. Bernini: Statue of Apollo and Daphne (1625). Galleria Borghese, Rome.

Another excellent example of Bernini's imaginative artwork is his huge statue of the Roman Mythology of Apollo and Daphne (Figure 2.).

This statue shows God Apollo chasing Daphne, a beautiful fairy, whom he had fallen in love with. But, her father had magic powers and suddenly turned his daughter into a tree to protect her from Apollo. Bernini sculptured the very moment when her toes were turning into roots, her legs were becoming the trunk, and leaves were sprouting out of her hands and long hair. She has her mouth open showing her shock and horror. Bernini was pioneering in carving

At FirstMed, you are covered for a wide range of medical specialties. We complete and send all the necessary paperwork for Cigna, so you don't have to deal with forms, insurance agents, or paying more upfront.



DIAGNOSTIC IMAGING

On-site imaging technologies (X-ray, ultrasound) allow us to quickly diagnose and treat a multitude of conditions.




LAB TESTS


Our lab offers blood tests, urine tests, stool tests, culture tests, std tests, covid-19 tests and more to meet your needs.



SPECIALIST VISITS

We offer a variety of specialties for injuries, illnesses and ailments that require immediate examination, but are not life-threatening.

 (+39) 33 83 12 63 31

 (+39) 06 40 06 14 02

 clinic@firstmedcenters.it

 firstmedcenters.it



this imaginative story so well in white marble, a very hard stone. It is amazing to see that Bernini's sculpture of that imaginative piece shows: the flesh, the wood, the leaves, and the hair all looked so real, even though they were all carved in hard marble. How brilliant an artist he was.

BERNINI: THE ARCHITECT

From 1627, Bernini worked for about 40 years at St. Peter's Basilica. He designed the famous Piazza San Pietro in front of Saint Peter's Basilica and many of the outstanding artworks within the church. Piazza San Pietro is perhaps the most beautiful square in the world given its huge circular size, and the enormous outstanding art works surrounding the Piazza, (Figure 3.)

Bernini's work at St. Peter's included the design of the "Baldacchino" or the pavilion above the Altar. This amazing top is about 30 meters high, and it is a huge piece of bronze. It is located exactly underneath Michelangelo's dome. It has four huge

Figure 3. Bernini: Piazza San Pietro, Vatican City, Rome.



bronze twisted columns decorated with olive leaves and bees. Holding up the dome of the Basilica were four enormous stone pillars. Bernini designed four hollow "niches" inside those pillars where four huge statues could stand. Some church people were worried about Bernini's design because they thought the dome could fall down. But it did not. Bernini's plan was to make the marble statues of St. Helena, who found the cross, St. Longinus, who was the soldier with the spear, St. Veronica, who wiped Jesus' face, and St. Andrew. Each of these statues was about 5 meters high. They were carved by four different sculptors. Only the St. Longinus statue was carved by Bernini.

BERNINI: THE PAINTER

On top of all the above-mastered skills and achievements, Bernini was also a great painter. Figure 4 shows his self-portrait. We can see the powerful contrast between the lights and shadows in this painting. Another outstanding achievement of Bernini.



Figure 4. Bernini: Self-portrait.

BERNINI'S HERITAGE

Bernini's heritage is overwhelming in Italy, and in Rome in particular. There are so many masterpieces of Bernini's artworks everywhere: In the Italian Piazzas, in churches, in museums (particularly in Galleria Borghese), on bridges, and more. He was an outstanding prolific artist whose wonderful works have been admired by people all over the world for over 400 years until today. What a wonderful Italian genius in Art.



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

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

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



OTTICA AVENTINO
L'ottica migliore con un personale al mondo

IL SENSO È LO SPIRITO DEL TOCCO NELLO SHIATSU DI PIA STANIEK



di Silvia Rossetti e Annalisa Di Giacomo

Diplomate all'Istituto Europeo di Shiatsu di Roma secondo gli insegnamenti del maestro Masunaga e conseguito numerosi master post diploma tra cui I, II e III livello Fasce e Shiatsu, Shiatsu per la gravidanza ed il parto, Shiatsu in posizione seduta, Shiatsu sulle persone malate di cancro. Sono iscritte alla Federazione Italiana Shiatsu Insegnanti e Operatori (FISleO) e collaborano come operatrici Shiatsu volontarie all'ospedale Pediatrico Bambino Gesù e con l'associazione "Peter Pan".



Un tocco è stato l'inizio di tutto. Il dettaglio più noto dell'affresco della Cappella Sistina da parte di Michelangelo è quello della Creazione di Adamo, dove i due indici alzati del Creatore e del primo uomo rappresentano la metafora della scintilla vitale. L'immagine viene fissata dall'artista un attimo prima che entrino in contatto trasmettendo il divino soffio della vita. Il tatto è il primo senso che si sviluppa nell'embrione. Senza essere toccati non saremmo in grado di sopravvivere nei primi due anni di vita. Solo più tardi impariamo a sentire empatia, connessione, a provare l'importante sentimento di appartenenza.

E proprio attraverso il tocco, leggero ma profondo, l'antica disciplina orientale dello Shiatsu aiuta a mantenere e ripristinare l'energia vitale nell'essere umano.

Ci rendiamo conto di quanto questo contatto, questo tocco siano importanti quando incontriamo qualcuno che sta attraversando un momento di difficoltà.

Masunaga, uno dei padri fondatori dello Shiatsu, considerava il corpo come il riflesso fisico di uno stato psicologico. Molto spesso i malesseri, i dolori sono una manifestazione fisica di uno stato mentale. Toccando qualcuno stabiliamo un contatto ed uno scambio: quello che noi tocchiamo ci tocca a sua volta.



Non può non venire in mente lo storico sketch “Totò e l'onorevole” in cui il comico napoletano toccava il suo interlocutore e si arrabbiava poi per il “ritocco” ricevuto.

Nello Shiatsu al contrario, si sperimenta la sensazione di unione con l'altro quando entriamo in risonanza e non c'è separazione. Perfino due mani diventano una quando entrano in contatto. Con lo Shiatsu - ha detto Pia Staniek, cofondatrice dello ESI, nel convegno FISIEO 2022 - noi non tocchiamo soltanto il corpo, ma la vita di una persona. Il tocco profondo connette tutti gli strati ad ogni livello e si diffonde nell'essenza intima della persona. Contiene qualsiasi cosa che produce apertura e crescita. Lo shiatsu bussa gentilmente alla porta e apre stanze che spesso restano chiuse. Porta il coraggio e la buona volontà di impegnarsi completamente con sé stessi e gli altri. Risveglia la voglia di tornare a casa da sé stessi e di sentirsi lì i benvenuti.

Ritrovare la strada di se stessi attraverso quella pressione che elimina ogni ostacolo che ha impedito di percorrerla, apre la possibilità di affrontare e superare i malesseri. Lo Shiatsu può migliorare la qualità della nostra vita rendendoci più consapevoli di noi stessi e quindi in grado di utilizzare le nostre potenzialità. E' un sostegno per scoprire o ritrovare l'equilibrio psico-fisico. Non ci sono limiti di condizione o di età per ricevere un trattamento. Chiunque può provare e trarre beneficio da questa disciplina, semplicemente rendendosi disponibile a quel tocco.



SHIATSU FOR LIFE

SPECIAL PRICE FOR FAO-STAFF

Regala
lo SHIATSU
a Natale

Silvia Rossetti
340 4608010
silro66@hotmail.it

Annalisa Di Giacomo
338 1177230
annalisa.digiacomo@gmail.com

Via Federico Nansen, 4 - Roma (Ostiense)



IN COLLABORATION WITH



Dear Friends,


We are pleased to announce our new partnership with **SELECTRA** Italia!!!
A partnership arriving at the most appropriate time, in such a complicated period of sharply rising energy and gas costs.

SELECTRA is a comparator of **electricity, gas and internet rates** that works with the most important suppliers nationwide.



Selectra will be able to conduct, **without obligation and totally free of charge**, an analysis of **your bill in order to evaluate opportunities for savings and thus more affordable rates that are suitable for your needs**. Selectra can take care of **supplier changes aimed at savings, but also of transcriptions, takeovers, connections and the Internet line**.

If you have rented or are renting a new home, they can handle all your paperwork **free of charge**.

 If interested in a consultation, please email us at fao-staff-coop@fao.org including your full name, phone number and the day and time you would like to be called.

**Kindly note that FAO Staff Coop is in no way responsible for services provided by third parties, who respond directly to clients

SELECTRA ITALIA
<http://selectra.net/>



Great Place to Work® Certified Company
"Un ambiente di lavoro di qualità"



Sustainable Life & Pension Solutions for Agency Staff, Consultants & Retirees



Internationally Portable

Grow and manage your funds wherever in the world your life takes you

Simple, transparent fees

All fees and charges are explained clearly with no hidden commissions or performance charges

Safe and tax efficient

Your funds are secured in a segregated account and grow largely free of tax

Flexible Access

Wide range of lump sum, flexible drawdown and Annuity options available

What do we mean by "Sustainable Investment"

In 1987, the United Nations defined sustainability as "meeting the needs of the present without compromising the ability of future generations to meet their own needs". Or as Sir David Attenborough put it, "If you want to know if something is sustainable just ask yourself, can we do this over and over again forever?".

Sustainable investment means that we need to keep three things in mind at once. Social progress, the environment and economic development - or people, planet and profit.



UN Sustainable Development Goals



Invest in Positive Change



Positive Long term financial performance



Empowering Communities

To receive your personalised illustration please email to clientrelations@unityfinancialpartners.com quoting reference **FAOSTAFFCOOP** - Unity Financial Partners - Viale Aventino 80, Rome, 00153

MEMBERSHIP 2023

for all UN STAFF

By joining the FAO Staff Coop, you can avail yourself of all our services, as well as our favourable and interesting initiatives:

Housing; Assistance in obtaining ID Documents; Official Translation of Driving License; Automobile Club (ACI); Gazette; Legal Service; Garment Repairs; Dry Cleaning, Shoe Repairs, Theatre Tickets, Cultural and Sports Activities, Italian Language Courses, Fiscal Service, G.A.D.O.I Medical Insurance; INPS; Small Advertisements; Summer Camps; Free Consultations from Service Companies and Discounts from Local Businesses (like Eataly supermarket, International Schools, Shops, Medical Offices and others) ... and many more to come!



JOIN NOW OR RENEW YOUR MEMBERSHIP FOR 2022!!

Membership fees: Coop Share €25.00

(due only by NEW FAO and WFP members and refundable on cancellation of the membership, i.e. termination of contract, transfer abroad)

Annual Single Membership €25.00 (valid until 31.12.2023)
Annual Family Membership €30.00 (valid until 31.12.2023)

MEMBERSHIP REGISTRATION AND RENEWAL PAYABLE BY PAYPAL
OR CREDITCARD ON WWW.FAOSTAFFCOOP.ORG

ARE YOU REGISTERING FOR THE FIRST TIME? PLEASE [CLICK HERE](#)
 ARE YOU RENEWING YOUR MEMBERSHIP? PLEASE [CLICK HERE](#)

If you wish to pay by bank transfer,
please email us to receive our banking instructions.

Once payment is complete, send us a photo of yourself to get your membership card in digital version. Alternatively, you can visit us in room E016 every Tuesday and Thursday afternoon (from 2.30 p.m. to 5 p.m. bringing your passport photo, and you will receive your card in paper format.

For more information: fao-staff-coop@fao.org or 06 570 53142 / +39 340 6116572



Italy's first
IB school



Excellence Done differently



**ST. STEPHEN'S
SCHOOL ROME**

American international
day and boarding school

sssrome.it / +39 06 575 0605

GLUTEN-FREE LINZER COOKIES



by Pasqualina Raspaolo

She is the founder and owner of Culinary Genes, LLC. Pasqualina pursued her passion in nutrition, the culinary arts and genetics. She holds annual Tuscan Culinary Adventures and Catamaran Cruises to the beautiful islands of Southern Italy, where she shares her enthusiasm and love of food. Pasqualina is passionate about people, and the triple L's - love, laughter, and living ... it's in her DNA!



A good friend from Austria shared with me her traditional Linzer Cookie recipe, one of my very favorites, which we have converted into a delicious gluten-free alternative.

Perfect for the upcoming holidays!

We used homemade blueberry jam, but feel free to use any other jam of your choice! Our next batch will be filled with colors using blueberry, raspberry, black currant, orange, and just because we love Nutella, we will be making some with that delicious spread as well!

The same dough can be used to make your favorite holiday-shaped cookies. Enjoy!!

Yields: 15 to 20 Sandwich Cookies depends on size

Ingredients:

- 1 1/4 cup (185 g) gluten-free 1:1 baking flour, sifted
- 1 1/2 teaspoons (7 g) baking powder, sifted
- 3/4 teaspoons baking soda, sifted
- 1/4 teaspoon xanthan gum, sifted (omit if gluten-free flour contains it) (<https://amzn.to/3ne0h1W>)
- 1/2 teaspoon salt
- 1 stick of unsalted butter (113 g/8 tablespoons), softened
- 1/4 cup powdered sugar (25 g)
- 1/4 cup caster superfine baker's sugar (55 g) (<https://amzn.to/36IqCz1>)
- 1 egg
- 1 tablespoon almond milk (or any milk of your choice)
- 1 teaspoon lemon juice
- 2 teaspoons lemon zest
- 1 teaspoon vanilla paste (or 2 teaspoons vanilla extract)
- 1/2 cup (50 g) almond flour
- Jam of your choice or Nutella (<https://amzn.to/3gHNB0D>)
- Powdered sugar, for dusting

Directions:

1. In a mixing bowl, sift together gluten-free flour, baking powder, baking soda, xanthan gum, salt and mix well. Set aside.
2. Using a stand-up mixer with paddle attachment, beat butter until smooth (about 2 to 3 minutes). Add sugar and beat until pale and fluffy (about 8 to 10 minutes).



3. Scrape down the sides of the bowl and add egg, milk, lemon juice, lemon zest, vanilla and mix until well combined. Add almond flour and mix just until combined.

4. Slowly add flour mixture to the bowl with wet ingredients and mix just until combined. Turn dough onto a plastic wrap and flatten into a 5-inch disk. Wrap in plastic tightly and refrigerate for at least 1 hour or up to 2 days.

5. Preheat oven to 355° F (180° C) and prepare 2 large baking sheets lined with parchment paper.

6. Remove dough from the refrigerator and let sit at room temperature for 15 to 20 minutes. Place dough in between 2 pieces of parchment paper and roll out dough into about a 1/4 inch-thick sheet. Cut an even number of cookies with a cookie cutter of your choice and use a smaller cutter to cut a shape out of the center of half of the cookies.



7. Bake for 10 to 12 minutes or until they are lightly browned on the bottom.

8. Transfer cookies to a cooling rack to cool completely.

Assembly:

Depending on the size of your cookie, spread 1/2 to 1 teaspoon of jam onto the bottom cookies and add the cut-out cookie on top. Dust with powdered sugar.



Each product/item we feature has been independently selected and reviewed by Culinary Genes, LLC. As an Amazon Associate, if you make a purchase using the links included, we may earn commission.

STUDIO MEDICO DERMATOLOGICO PROF. MAURIZIO ROTOLI



Diagnosi e trattamenti

Dermatologia clinica
Dermatologia oncologica
Malattie a Trasmissione
Sessuale
Mappatura dei Nei
Dermatologia pediatrica
Dermatologia della terza età

Riceve per appuntamento

Clinica Santo Volto
p.za del Tempio di Diana, 12
00153 Roma
Telefono 06 5729921

Martedì 11,00-14,00
Venerdì 10,00-13,30

Studio Saccomanno
v.le della Piramide Cestia, 1
pal. sinistra, sc. B, I° piano
00153 Roma
Telefono 06 5757308

Martedì 15,00-19,00

Prof. Maurizio Rotoli
p.za Pio XI, 53
palazzina B, sc. B, III° piano
00165 Roma
Telefono 3384314414

Mercoledì 15,00-18,00

Contatti



e-mail m.rotoli@alice.it



cellulare 3384314414



www.mauriziorotoli.it

Convenzioni con

CIGNA Assicurazioni presso tutti gli studi

DEBESI Assicurazioni presso la Clinica Santo Volto





FEDERICA PAGNONI-JOUANDON
BILINGUAL FR- IT
PSYCHOLOGIST AND
PSYCHOTHERAPIST



FAO STAFF COOP IS PLEASES TO PROPOSE A NEW SERVICE IN ENGLISH, FRENCH AND ITALIAN OFFERED BY AN EXPERT FOR 10 YEARS IN SUPPORTING INDIVIDUALS AND FAMILIES LIVING FAR FROM HOME.

IN OUR TIME when work-home boundaries are increasingly thin, **MODERN PSYCHOLOGY MUST BE ABLE TO SUPPORT YOU IN THESE NEW BALANCES:**

- Expatriation,
- Feeling of isolation from remote work,
- Imbalance between professional time and private space,
- Redistribution of roles in expatriate families,
- Full-time management of children,
- (Mixed) Couple relationships and long-distance family ties,
- Difficulty resuming face-to-face activity.

MEET HER

- For a **FREE GROUP MEETING**, on zoom on WEDNESDAY 18 January at 5.30 p.m. (registration closes on Wednesday 11th January)
- **BY INDIVIDUAL FREE APPOINTMENT BY PHONE OR ONLINE**, around 15-20 minutes

She **WELCOMES YOU** to HER TWO OFFICES IN ROME.

Normal price of 75 € including tax for 50 minutes of session.

EXCLUSIVE REDUCTION of €5 for each consultation, without duration conditions, for FAO COOP subscribers.

WEB SITE WWW.FEDERICAPAGNONI.IT



[HTTPS://WWW.LINKEDIN.COM/IN/FEDERICA-P-833820114](https://www.linkedin.com/in/federica-p-833820114)



[HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/PROFILE.PHP?ID=100078890740794](https://www.facebook.com/profile.php?id=100078890740794)



*To RECEIVE THE ZOOM MEETING LINK AND HER CONTACTS PLEASE
 EMAIL FAO-STAFF-COOP@FAO.ORG
 FOR MORE INFORMATION: 0657053142*

AVENTINO

POLIAMBULATORIO 38 MEDICAL OFFICES



Dr Gabriel E. Buntin

*Orthopedic Trauma Surgeon
X-Ray and Ultrasound facilities
English – French – Italian – German*

Dr Christian Abi Nassif

*Liver and Metabolic Diseases
English – French – Italian - Lebanese*

Dr Maria Giuliana Cacciaguerra

*Dermatology
Italian - English - French*

Dr Massimiliano Magaletti

*Orthopedic Trauma Surgeon
Shoulder, Knee, Ankle Surgery
English – Italian*

Dr Zuzana Stloukalova

*Gynecology and Obstetrics
Ultrasound Facilities
English – Italian – Czechoslovak*

Dr Alessandro Calarco

*Urology - Andrology
PhD in Urological Oncology Expert In
Minimally Invasive Techniques
English - Italian*

Dr Livio Antinucci

*Osteopath
Italian – English*

Dr Giorgio Balsamo

*Otolaryngology ENT
Italian - English*

Dr Simone Di Rezze

*Neurology Elettromyography
English – Italian*

Dr Giuseppe Calandra

*Angiology
English – Italian*

Dr Massimo Mancone

*Cardiology - ECG - Echocardiography
Italian - English*

Dr Yeganeh Manon Khazrai

*Nutrition - Patient Centred Counsellor
Diabetes Educator
Italian - English - Iranian*

Dr Elena Nobili

*Gynecology and Obstetrics
Ultrasound Facilities
English – Italian*

Dr Alberto Spaziani

*Cardiology - ECG
Italian - English*

Dr Francesca La Farina

*Molecular Biology - Nutrition
Italian - English*

Dr Roberto Mastrostefano

*Neurosurgeon
English – Italian*

Physiotherapeutical Centre

Allianz and De Besi-Di Giacomo affiliated

Dr Dario Vitali

*Physiotherapist
Italian - English*



AVENTINO 38
STUDIO MEDICO / MEDICAL OFFICE

by appointment from Monday to Friday 08:30 – 19:30
Saturday 09:00 – 13:00

Viale Aventino 38 – 00153 Roma
Tel: 06.57289413-501 Fax: 06.5759483
info@aventino38.it www.aventino38.it

I NOSTRI SERVIZI SANITARI



Guardia medica e anestesiologicala h24

Ambulatorio Infermieristico

Reperibilità specialistica h24

Esami di laboratorio

Diagnostica per immagini

Medicina Nucleare – PET e Scintigrafia

Trauma Center

Ricoveri medici, chirurgici e di riabilitazione

5 posti letto di Terapia Intensiva

Visite specialistiche ed esami strumentali

Fisioterapia e riabilitazione

Servizi sanitari a domicilio



Centralino h24
06 33 09 41

Prenotazione visite
06 83 600 600

Prenotazione ricoveri
06 33 09 45 085

