



**JANUARY**  
2023

# fao Casa gazette

Mensile - No 01 - 2023 - Reg. Trib. N. 574 dell'8/10/1990

- I GIOIELLI NASCOSTI: TOLFA

- LA VITA CHE VORREI

- LO SHIATSU MIGLIORA LA QUALITA'  
DELLA NOSTRA VITA

- IL SALENTO A CAVALLO

- EXHIBITION OF ART AND PHOTOGRAPHY  
"ESTETICA DEGLI OPPOSTI"

- HAZELNUT & NUTELLA THUMBPRINT  
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](mailto:fao-staff-coop@fao.org) 53142

---

### **BICYCLE REPAIRS**

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

---

### **FISCAL ADVISER**

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

---

### **GADOI MEDICAL INSURANCE**

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

---

### **GARMENT REPAIRS**

(Available at WFP, currently unavailable at FAO) [fao-staff-coop@fao.org](mailto: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](mailto:fao-staff-coop@fao.org) 53142

---

### **INFORMATION**

MONDAY TO FRIDAY 9:00-13:30 | [fao-staff-coop@fao.org](mailto:fao-staff-coop@fao.org) 53142

---

### **INPS CONSULTANT**

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

---

### **ITALIAN LANGUAGE COURSES**

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

---

### **LAWYER**

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

---

### **NOTARY SERVICE**

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

---

### **SHOE REPAIRS**

(Available outside FAO on appointment) [fao-staff-coop@fao.org](mailto:fao-staff-coop@fao.org) 53142

---

### **THEATRE BOOKING**

MONDAY TO FRIDAY 9:00-13:30 | [fao-staff-coop@fao.org](mailto: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

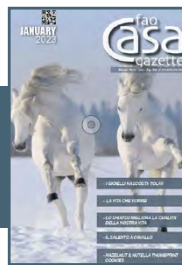
**Chairperson:** Enrica Romanazzo  
**Vice-Chairperson:** Shaza Saker  
**Secretary:** Wulian Weng  
**Treasurer:** Cinzia Romani  
**Publicity Officer:** Shaza Saker  
**Members:** Antonella Alberighi  
 Anna Maria Rossi  
 Antonio Stocchi

**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	



## TOURISM

- 8 **Gioielli Nascosti: Il paese di Tolfa e la sua Rocca**  
di Enrica Romanazzo

## WELLNESS

- 8 **Lo Shiatsu migliora la qualità della nostra vita**  
di Silvia Rossetti e Annalisa di Giacomo

## LIFESTYLE

- 14 **La Vita che Vorrei**  
di Enrica Romanazzo

## ART & CULTURE

- 20 **Testaccio**  
di Enrica Romanazzo
- 21 **Exhibition of Art and Photography "Estetica degli Opposti"**  
by Janine Claudia Nizza

## SPORT AND LEISURE

- 22 **Salento: meta invernale per chi ama girare il mondo in gropa ad un cavallo**  
di Enrica Romanazzo

## FOOD&CULTURE

- 28 **Pasqualina's Hazelnut & Nutella Thumbprint 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](mailto: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](http://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](mailto:fao-staff-coop@fao.org) – Website: [www.faostaffcoop.org](http://www.faostaffcoop.org)

# FAO STAFF COOP



## JOIN OUR ACTIVITIES

### CULTURAL

ext:

<b>ARTISTS</b>	<i>Ms I. Sisto</i>	53312
<b>THE ART CLASS ONLINE</b>	<i>Ms P. Franceschelli</i>	53554
<b>ASSOCIAZIONE CASA Loïc</b>	<i>Ms N. Bramucci</i>	53248
<b>CARIBBEAN CULTURAL</b>	<i>Ms S. Murray</i>	56875
<b>HUMAN VALUES</b>	<i>Ms C. D'Angelo</i>	55966
<b>HISPANIC CULTURAL GROUP</b>	<i>Ms M. Murchio</i>	55386
<b>INDIAN CULTURE</b>	<i>Mr I. Animon</i>	55297
<b>ITALIAN DRAMA</b>	<i>Mr P. Toso</i>	53585
<b>MUSIC THERAPY</b>	<i>Ms N. Rossi</i>	56253
<b>PET GROUP</b>	<i>Ms M. Dupont</i>	56688
<b>POSITIVE THINKING</b>	<i>Ms R. Gupta</i>	55554
<b>WE CARE</b>	<i>Ms S. Saker</i>	53964
<b>PHOTOGRAPHY</b>		53142/56771
<b>PIANO LESSONS</b>	<i>Mr O. Memed</i>	
<b>MINDFULNESS</b>	<i>Ms B. Monjaras</i>	53572

### CHOIR

<b>GOSPEL CHOIR</b>	<i>Ms P. Franceschelli</i>	53554
<b>HISPANIC CHOIR</b>	<i>Ms B. Killerman</i>	55552
<b>FAO STAFF COOP CHOIR</b>	<i>Ms G. Loriente</i>	54163

### DANCING

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

### GYMNASTICS

ext:

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

### SPORTS

<b>ATHLETICS</b>	<i>Mr F. Consalvi</i>	56438
<b>CRICKET</b>	<i>Mr Ahmed Raza</i>	53126
<b>PADEL</b>	<i>Mr S. Evans</i>	53532
<b>DARTS</b>	<i>Ms C. Canzian</i>	52617
<b>FOOTBALL MEN</b>	<i>Mr S. Evans</i>	53532
<b>FOOTBALL WOMEN</b>	<i>Ms R. Nettuno</i>	56742
<b>GOLF</b>	<i>Mr A. Stocchi</i>	53142
<b>TABLE TENNIS</b>	<i>Ms B. Killerman</i>	55552
<b>TENNIS</b>	<i>Ms A. Gabrielli</i>	53012

ALL ACTIVITIES ARE FOR STAFF COOP MEMBERS ONLY

## *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*

## IL PAESE DI TOLFA E LA SUA ROCCA

*DALLA QUALE SI RIESCE A SCORGERE PERSINO L'ALDILA'...*

È iniziato il nuovo anno. Passate le pantagrueliche abbuffate delle festività appena trascorse è buona cosa riprendere la sana abitudine di camminare in mezzo alla natura. A pochi passi da Roma esistono borghi incantevoli, ricchi di storia in cui respirare cultura ed aria pulita.

Visitare Tolfa, piccolo comune tra le colline dell'Etruria, per esempio, significa coniugare il piacere della scoperta di storia e tradizioni con il benessere che regalano le escursioni all'interno dei Monti della Tolfa, tra prati verdissimi ed incantevoli scorci panoramici.



Il percorso per arrivare alla Rocca di Tolfa, sulla cima della collina, completamente in salita, è particolarmente suggestivo e corroborante. Attraverso le stradine del borgo antico di Tolfa, si può raggiungere piacevolmente la vetta, circondata dai graziosi giardini delle abitazioni circostanti. Tolfa è adagiata ai piedi di una collina perfettamente conica, che sembra disegnata a ridosso del cielo. Sopra questa piccola montagnola, che gli abitanti del luogo chiamano rocca, si ergono gli antichi resti della fortificazione medievale dei Frangipane. Questo castello fu rifugio per molti secoli della popolazione di Tolfa e fino agli avvenimenti del periodo napoleonico restò in piedi a proteggere il paese e i suoi abitanti. I francesi, che circa cinquant'anni dopo avrebbero sparso le loro palle di cannone per tutta Roma, in quel 1799





distrussero questo castello, poiché diventato rifugio di alcuni ribelli. Su questa rocca oltre ai ruderi di questa fortificazione è presente anche la chiesa della Madonna della Rocca, costruita così in alto affinché potesse proteggere tutto il paese sottostante da qualsiasi evento negativo. A collegare i due edifici così importanti per la cittadina c'è un piccolo sentiero, ora coperto da erbacce, che conduce ad un pianoro dal quale si dice che si possa “vedere fin nell'Aldilà”.

Il caratteristico centro storico è un insieme di piazzette e vicoletti davvero unici, che si snodano tra palazzi storici e panorami mozzafiato. Da Piazza Nuova, grazie ad un'ampia balconata, è possibile ammirare una buona parte della campagna tolfetana e nei giorni di cielo limpido si può scorgere Roma e gli Appennini.

Una delle tappe consigliate è il Polo Culturale, che comprende il Museo civico archeologico di Tolfa, la Biblioteca comunale e l'Archivio storico comunale “Giuseppe Cola”. All'interno del museo è possibile ammirare reperti di origine etrusca, romana, medievale e moderna.



Se invece si ha voglia di camminare, si può intraprendere un percorso di trekking semplice (un'ora di cammino circa) attraverso un sentiero che inizia a Tolfa e si conclude alla "Grasceta dei Cavallari", un antico tempio etrusco-romano. Una volta arrivati è possibile ammirare una splendida vista sulla Valle del Mignone e visitare le rovine dell'Abbazia di Pietrangeli, un luogo antico e poco conosciuto ma davvero suggestivo, immerso nel cuore dei monti della Tolfa.

Della chiesa restano i ruderi di un edificio a tre navate absidate con tre campate e quattro colonne centrali e laterali. All'esterno si trovano i resti di un campanile quadrato. Nei pressi dell'abbazia sorse un piccolo borgo, vissuto fino al XIV secolo, abbandonato in circostanze non ben chiarite, forse a causa della grande peste che, a metà del '300, travolse tutta l'Europa.

LA TOLFA O "CATANA" - La storia della catana, da tasca dei cacciatori a borsa dei butteri... Uno degli accessori più in voga in questi ultimi anni è proprio la borsa di cuoio originaria dell'antico borgo di Tolfa. La "catana", questo il nome della borsa dopo essere stata un simbolo della rivoluzione giovanile degli anni '60 ora è tornata di moda. Inizialmente la tolfa era usata dai butteri per riporre gli utensili, poi venne utilizzata da commercianti, pellegrini e cavalieri in viaggio. Il nome CATANA rimanda a KATANA, la spada giapponese dei samurai, corrispondente ad una scimitarra o sciabola, la potente ed affilata arma dei guerrieri nipponici, che all'apparenza sembrerebbe non avere nulla in comune con una borsa di cuoio, ma se guardiamo al passato scopriamo che questo nome ha a che fare sempre con situazioni...pericolose! Con catana infatti nell'antichità, proprio nella Maremma, si indicava anche un'antica giacca da cacciatore che aveva sul retro una grande tasca in cui si era soliti mettere la selvaggina cacciata. Ed è proprio da qui che probabilmente sarà derivata la mitica borsa di Tolfa, le cui origini ufficiali risalgono al 1575, anno in cui si è soliti far iniziare ufficialmente la tradizione di queste sacche di cuoio a tracolla. Il resto, come si suol dire, è storia, da quel momento in poi la catana è diventata sempre più un accessorio indispensabile per i butteri e i pastori, entrando anche a far parte delle uniformi militari dei guardiani delle cave papali di allume si Tolfa.





**MARYMOUNT**  
INTERNATIONAL SCHOOL ROME

- Since 1946 -

# TRANSFORMING THE WORLD THROUGH EDUCATION

World Class  
International  
Curriculum

Forest School



Well-being

Leader in Technology



Global Citizenship

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



# LO SHIATSU MIGLIORA LA QUALITÀ DELLA NOSTRA VITA



## 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".*



Nella cultura orientale l'uomo è considerato un'unità di Corpo, Mente e Spirito ed il suo benessere dipende dal libero ed armonioso fluire dell'energia vitale.

Lo Shiatsu aiuta a mantenere e ripristinare questo naturale fluire ed è un valido supporto in qualunque processo di "guarigione" .

L'operatore esercitando una pressione leggera, ma profonda, con palmi e pollici lungo le linee dei meridiani, su zone e punti specifici contatta ed attiva l'energia del ricevente nei suoi diversi aspetti vitali, in uno stato di rilassamento totale.

Lo Shiatsu può migliorare la qualità della nostra vita anche rendendoci più consapevoli e perciò in grado di utilizzare le nostre potenzialità.

È un sostegno efficace per scoprire e ritrovare l'equilibrio psico-fisico.  
E' consigliato per adulti, bambini, ragazzi, donne in gravidanza ed anziani.  
Lo Shiatsu è adatto a tutti, senza limiti di età e condizione fisica.

*I suoi benefici sono molteplici:*

- favorisce il rilassamento della mente e del corpo
- è efficace in tutte le forme di stress e di tensione sia fisica che muscolare
- aiuta ad alleviare il dolore in caso di artrite, reumatismi, emicranie
- rafforza il sistema immunitario
- migliora la circolazione sanguigna e linfatica, favorendo il corretto drenaggio dei liquidi.
- facilita la capacità di respirare generando salute e nuova vitalità
- permette di dormire sonni sereni favorendo il riposo notturno
- sostiene a livello motivazionale risvegliando la voglia di fare
- favorisce la pace interiore ed il benessere mentale

*È perciò consigliato per:*

- dolori muscolari
- mal di schiena
- cefalea
- stress
- ansia
- depressione
- attacchi di panico
- sindrome premestruale
- gravidanza
- menopausa
- terapie chemioterapiche
- sostegno per malattie neurologiche
- sostegno per disabilità



PACCHETTI  
REGALO  
PER OGNI  
OCCASIONE

## SHIATSU FOR LIFE

SPECIAL PRICE FOR FAO-STAFF

✦ Silvia Rossetti  
340 4608010  
silro66@hotmail.it

✦ Annalisa Di Giacomo  
338 1177230

Via Federico Nansen, 4 - Roma (Ostiense)

annalisa.digiacom@gmail.com

# LA VITA CHE VORREI



## 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*

*Auguro a tutti una vita che assomigli ad una danza meravigliosa....*

All'inizio di gennaio ci si chiede tra speranza ed inquietudine cosa ci porterà il nuovo anno appena iniziato. Abbiamo vissuto anni difficili, in cui l'intera umanità si è mossa come una foglia al vento trasportata da eventi naturali incontrollabili.

Siamo ormai imprigionati in una vita degradata a sopravvivenza, in cui c'è sempre meno margine per sperare di realizzare i nostri sogni.

Vedo ormai un'umanità in crisi di valori e di identità che annaspa in un mare in tempesta, che lotta per sopravvivere, aggrappata alla zattera dell'individualismo nell'illusione che pensare a sé stessi rappresenti l'unica possibilità di salvezza.

Il mio pensiero è rivolto ai giovani, al futuro che li attende. Mi sento una miracolata per aver vissuto l'adolescenza nel periodo del boom economico, in cui le opportunità di lavoro erano innumerevoli. Mi chiedo con quale animo oggi i giovani, anche i più preparati, affrontino l'incognita di un futuro sempre più incerto, in un mondo afflitto da problemi a cui il sistema sembra incapace di trovare soluzioni. Oggi i movimenti giovanili rappresentano il grido d'allarme di chi crede di poter ancora fare qualcosa per produrre lavoro, in un mondo che sembra ormai spacciato a causa della crisi economica e dello sfruttamento orgiastico delle sue risorse.



Sogno un mondo in cui l'essere umano possa vivere integrato in un contesto ecologico in continua evoluzione realizzativa, in cui il clima non cambi troppo e così in fretta, in cui si riducano i consumi e si limiti il grosso problema dell'inquinamento.

Sogno una società non più condizionata da un'ideologia materialistica che rende le persone schiave di bisogni indotti. Sogno un mondo in cui la tecnologia possa facilitare la vita della gente riducendo le ore di lavoro per lasciare spazio al tempo libero ed alla pratica delle attività ricreative.

Sogno una scuola che chiuda a giugno e riapra ad ottobre, che possa concedere ai ragazzi il privilegio di cui abbiamo goduto noi: vivere spensierati l'estate intera, senza essere oberati da una "montagna" di compiti. E soprattutto sogno scuole all'aria aperta che aiuterebbero a liberarsi dalle tossine e favorirebbero la disintossicazione digitale. Oggi i bimbi passano troppe ore seduti al computer. Sarebbe più salutare far lasciare ai ragazzi libri e cellulari nel cassetto per vivere "la montagna" come scuola nel bosco. Perché la natura è un ambiente particolarmente stimolante per assecondare tutti i bisogni della crescita fisica, emotiva, psichica e relazionale di un bambino, per favorire l'apprendimento attraverso la scoperta del mondo.





**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



**OTTICAVENTINO**  
*Il ottico migliore con un guardo al mondo*

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

# TESTACCIO



**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*



## LE SUE BOTTEGHE SONO ANCORA L'ANIMA DI UN QUARTIERE CHE NON È SOLO MOVIDA

TESTACCIO come Trastevere rappresenta la romanità. È uno dei quartieri più caratteristici di tutta Roma che con le trattorie, il suo mercato, le sue botteghe, emana l'essenza della Roma più autentica e genuina. Il dialetto romanesco che spunta dalle strade di Testaccio racconta il sarcasmo, la pittoresca spavalderia dei romani e romaneschi. Romano e romanesco sono stati utilizzati per distinguere le classi sociali capitoline dall'Evo moderno alla caduta dello Stato Pontificio: nobili al seguito della corte papale, media ed alta borghesia contrapposti al volgo di cui facevano parte, bottegai, osti, artigiani. I primi che parlavano in latino ed italiano toscaneggiante, mentre il popolo ignorante parlava il romanesco. I romani che mangiavano le parti nobili delle bestie macellate, mentre coda trippa ed interiora chiamate "quinto quarto" venivano lasciate al popolino. Il quinto quarto è un significativo esempio dell'evoluzione di un cibo: quello che una volta era disdegnato dai palati raffinati, ora è diventato boccone prelibato.

Il quartiere di Testaccio che affonda le sue radici secolari nella classe operaia romana, oggi si è trasformato in un luogo dall'atmosfera Bohémien con i suoi luoghi di incontro per eventi artistici e culturali.





# EXHIBITION OF ART AND PHOTOGRAPHY “ESTETICA DEGLI OPPOSTI”



**By Janine Claudia Nizza**

*Janine Claudia Nizza, Lindsay Kemp’s Art Assistant from 1993 to 1998, has collaborated with set designs, costumes and images with choreographers David Parsons, Daniel Ezralov, Roberta Gerrison, Linda Foster between Rome, Buenos Aires, New York and Los Angeles. A multifaceted artist, she is an author of art books, painter, concept artist.*  
[www.theartclassonline.com](http://www.theartclassonline.com)

## CENTENARIO DI TESTACCIO “TESTACCENTO”

On December 12, 1921, the City of Rome established, as an administrative entity, Rione XX, Testaccio. Thus we celebrate the centenary of a district scattered with great archaeological traces and destined, in its urbanization, to be residential offshoots destined for the workers engaged in the activities of the industrial settlements that sprang up in the late 1800s along the Via Ostiense. Testaccio thus has its own identity that, aesthetically, remains unchanged over time. Modernization has only partially affected the appearance of the district, the only exception being the new space where the historic market in Piazza Testaccio has moved.



The exhibition proposal aims to contrast (for this aesthetics of opposites), and also unite, past, modern and contemporary, composing an art itinerary that visually and conceptually offers the expression of contemporary artists that connect artistic practice and territory.

The artists taking part in the exhibition share a connection with the Testaccio district, which they express with a combination of elements gathered from reality with the specificity of their original sign, which reveals their experience of contemporary art in contradiction, but also in conjunction, with the loveliness of the historic district.

The event, curated by Glauco Dattini, includes two phases: an art exhibition, inaugurated in November, and a photography group show taking place in December.

The first event, with the art exhibition, features four artists:

**Janine Claudia Nizza**, Lindsay Kemp's Art Assistant from 1993 to 1998, has collaborated with set designs, costumes and images with choreographers David Parsons, Daniel Ezralov, Roberta Gerrison, Linda Foster between Rome, Buenos Aires, New York and Los Angeles. A multifaceted artist, she is an author of art books, painter, concept artist.

**Beatrice Fernandez**, has worked for famous haute couture houses in Rome, Florence and Milan, such as Ferragamo, Balestra, Lancetti and André Laug, as a designer, becoming an entrepreneur herself for a short period maturing over the years a 360-degree experience: fashion design for haute couture, interior design in architecture, the lifelong love for photography, first analog and then digital.

**Silvia Castaldo**, Roman painter whose works are characterized by a full and harmonious use of space, bright hues, elegant color combinations, a shapeless - indeed, multiform - richness of signs. Her works transform reality into abstraction of color in motion.



**Daniela Beltrani**, performance artist based in Rome. She is the artistic director of Performance Art Roma (P.A.R.). She has presented over 150 performances in the Philippines, Singapore, Italy, Myanmar, Cambodia, Turkey, Indonesia, Finland, China, Malaysia, Mexico, India, Iran and Serbia. She has curated solo and group exhibitions and performance art events in Singapore.

*Vernissage Saturday, Nov. 12 at 6 p.m. at "Cantiere Testaccio," Testaccento headquarters, Via Bodoni 90/a - Rome.*

*Admission is free.*

**ESTETICA DEGLI OPPOSTI**  
MOSTRA D'ARTE E FOTOGRAFICA  
a cura di Giauco Dattini  
IN OCCASIONE DEL CENTENARIO DEL RIONE TESTACCIO

**MOSTRA D'ARTE: VERNISSAGE 12 NOVEMBRE 2022**  
**ORE 18:00**  
**CANTIERE TESTACCIO - SEDE TESTACCENTO**  
via Bodoni 90/a - Roma.

**Opere di:**  
**Janine Claudia Nizza** - Concept Artist  
**Beatrice Fernandez** - Disegnatrice e Fotografa  
**Silvia Castaldo** - Pittrice  
**Daniela Beltrani** - Performance Artist

L'ingresso è gratuito  
La mostra fotografica è prevista per dicembre

## 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](mailto:m.rotoli@alice.it)



cellulare 3384314414



[www.mauriziorotoli.it](http://www.mauriziorotoli.it)

### Convenzioni con

CIGNA Assicurazioni presso tutti gli studi

DEBESI Assicurazioni presso la Clinica Santo Volto



At the same venue the event will continue in December with the appointment for the second phase, group photo exhibition.

After the exhibition that lasted for 3 weeks, I asked my colleagues which particular meaning they brought to the show, and these are their words:

### ***Paola Panatta***

I was born in Rome and always been passionate about Photography and Art. I define myself a sensitive, curious and good observer. I have fun in taking instant photos of emotions. I like the spontaneity of Street Photography and getting portraits during live events. The beauty of sensitivity.

### ***Beatrice Fernandez***

inside this exhibition I exhibited my opinion about the cornerstones of the Testaccina's personality and that is: flesh and matter. I used the assemblage technique and acrylic tempera, using only primary colors as a distinction. Matter moves words that are transformed into images.

### ***Daniela Beltrani's*** performance,

Per speculum (2011-2022) transforms a familiar and reflective material from an interfering object into a space where we can meet and find solace in our shared humanity. The simplicity and essentiality of her actions find correspondence in their depth and in the invitation to the public to dilate time by slowing down our life, abandoning our usual hectic pace, to recover a creative and deeply vital dimension."

### ***Silvia Castaldo***

On the occasion of the exhibition "Aesthetics of Opposites" on 12/11/2022, presents drawings in ink on cardboard, managing to impress her vision of the Testaccio district on paper. On the occasion of the centenary, Silvia's journey, first photographic, then pictorial, starts from representative symbols such as the Pyramid of Cestius, the church of Santa Maria Liberatrice, the Anfore fountain, Piazza Testaccio reaching up to the panoramas of the Lungotevere and the Sublicio bridge, evoking all the beauty and the historical value that you breathe while walking.





### *Janine Claudia Nizza*

At the invitation of Glauco Dattini, with whom I have had a close friendship and artistic esteem since my high school days, I walked the streets of Testaccio with my mini-camera, taking some photos of the places dearest to me, such as the covered market, the slaughterhouse, the Architecture building, and the Testaccio Bridge. Back in the studio I began to imagine stories by cutting out with scissors female images that came to “inhabit” those spaces I photographed. As the images became collages of new presences, I realized that, without knowing it, but as Billy Mernit says so well in his writing, I was guided by a secret and coherent intent to pay homage to the neighborhood with “timeless fables where every corner I knew by enchantment became a tribute and a rediscovery of my many years of passing through Testaccio. I called this body of 12 image TestacciOltre.

In addition to these images created for the centenary of the Rione, I present a “happening” in which I show the processes of LIVE DRAWINGS during Daniela Beltrani’s performance inspired by my photo-collage “Materia Oscura”. 15 minutes that will allow the audience to know and understand through “the here and now”, the activity of my action-paint!



I also receive the honour of a mention from Billy Mernit (UCLA Ext. Instructor, Universal Story Analyst, and Author of “Writing the Romantic Comedy”) dedicated to my work: “It takes the eyes of an artist, a painter, to see through the camera’s eye the melding of past and present in Testaccio, and to combine what’s real and imaginary within a single image. This is what Janine Claudia Nizza has accomplished with these photographic collages in her tribute to the spirit of eternal Rome: the romance of sculptured lovers amidst graffiti and car exhaust; a glimpse of nirvana along an ordinary walkway; the curves of industrial design echoing a yoga pose; the Buddha peeking from above a concrete grate. Nizza’s playful evocation of the feminine within traditionally masculine iconography brings a fresh level of inventive beauty to Testaccio’s hundred years of history.”

If you want to know more about all the events of TESTACCENTO you can check on:  
[www.testaccio.org](http://www.testaccio.org)

# SALENTO: META INVERNALE PER CHI AMA GIRARE IL MONDO IN GROPPA AD UN CAVALLO

*QUI ESISTONO CENTRI SPECIALIZZATI CHE OFFRONO ESCURSIONI A CAVALLO, ESPERIENZE A CONTATTO CON LA NATURA ED AGRITURISMO IN CUI È POSSIBILE PRATICARE L'IPPICA E TRASCORRERE VACANZE ALL'INSEGNA DEL RELAX E DELLA BUONA CUCINA.*



## 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*

Qui esistono centri specializzati che offrono escursioni a cavallo, esperienze a contatto con la natura ed agriturismo in cui è possibile praticare l'ippica e trascorrere vacanze all'insegna del relax e della buona cucina.

Anche nella stagione invernale il Salento offre molte possibilità di evasione e di relax. Ora che non è più affollato dai forzati delle vacanze estive è il momento di godere appieno della bellezza di questa terra, ricca di paesaggi incantevoli e variegati che meritano di essere esplorati in modo "green". Molti sono i maneggi in Salento a cui rivolgersi per organizzare una suggestiva escursione a cavallo su una spiaggia al tramonto o attraverso la macchia mediterranea, tra querce spinose, ulivi secolari ed antiche pinete alla scoperta di una ricchezza faunistica e floristica sorprendente, inebriati dal profumo di mimosa, ginestra, timo e ginepro, accompagnati dal cinguettio degli uccelli ed il sibilo del vento che sferza questa magica terra.



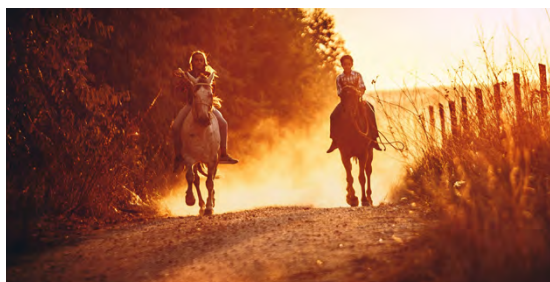
Chi ama assaporare il senso di libertà della cavalcata in riva al mare è presto accontentato. Andare a cavallo sulla spiaggia è una di quelle esperienze che ognuno di noi ha sognato almeno una volta nella vita. Qui esistono agriturismo in cui è possibile praticare l'ippica e centri specializzati che offrono esperienze all'insegna di questo sport, del relax a contatto con la natura, e della buona cucina.

## QUANTO FA BENE ANDARE A CAVALLO!!!

È una domenica soleggiata. Il cielo è terso e l'aria è tiepida perché qui al Sud gli inverni, che sono clementi, sanno regalare splendide giornate da trascorrere all'aria aperta. Il sole bacia i grandi spazi verdi che si presentano ai miei occhi, mentre i riflessi della luce della mattina brillano sul fondo della piscina dell' AGRIRESORT II MONTE di Copertino, piccolo centro situato a pochi chilometri dalla splendida città di Lecce. Mi soffermo su quel bagliore intenso di abbacinante splendore che mi ricorda il barbaglio del mare frequentato durante la bella stagione. Ed il pensiero vola sulla distesa d'acqua che circonda le coste salentine, che ho percorso in lungo e largo durante le splendide miti giornate di inizio autunno.

C'è una grande quiete qui. Si ode solo il rumore degli zoccoli dei cavalli in trotto. Mi avvicino al maneggio per guardare chi se ne sta seduto sulla groppa con un paio di redini in mano, i piedi nelle staffe, nell'attesa che il giro sia finito... il cavallo è bello ma mi chiedo cosa si provi a cavalcare un cavallo. Chiedo ad un addetto ai lavori quali siano i benefici dell'equitazione.

E scopro che andare a cavallo è da considerarsi come un allenamento total body. I muscoli coinvolti mentre si va a cavallo sono davvero tanti: gambe, glutei, dorsali, i muscoli delle braccia e gli addominali. Mentre il cavallo è in movimento, seguendo la sua andatura si vanno a sollecitare e tonificare tutti i muscoli migliorandone l'elasticità. Proporzionalmente alla tonificazione muscolare, andando a cavallo si allena anche l'apparato cardio-vascolare e respiratorio. Il battito cardiaco aumenta in funzione dell'andatura. Il nostro cuore inizia a pompare più sangue, aiutandoci a tenere meglio sotto controllo la pressione arteriosa. L'equitazione non si limita a farci bene fisicamente, ma porta con sé talmente tanti benefici per il corpo e per la mente che in alcuni casi può essere impiegata anche come terapia.



>>>

## PERSONAL WORKOUT

OF

## SMALL GROUPS

>>>

www.musicianstraining.it

Instagram | YouTube

- SELF DEFENCE
- SWEET GYMNASTICS
- WEIGHT LOSS
- ATHLETIC PREPARATION
- JEET KUNE DO
- STREET FIGHTING
- CALISTHENICS

SPECIAL PRICE FOR FAO STAFF

Musician's Training  
Viale Aventino, 38  
329 587 9371

Preparare il cavallo, sellarlo, strigliarlo, pulire gli zoccoli, e magari anche preparare il suo box e dargli da mangiare, possono essere attività molto faticose, ma anche estremamente divertenti. È questo, il momento in cui si instaura un rapporto con l'animale, il momento in cui si testa la fiducia reciproca, i propri punti di debolezza, e si percepisce veramente la possanza del cavallo e allo stesso tempo la sua docilità nel lasciarci avvicinare. Essere in grado di "controllare" un animale così maestoso e forte ha un effetto benefico sull'autostima e sulla consapevolezza di sé, insegna il rispetto reciproco e stimola la cognizione del momento presente, avvicinando l'andare a cavallo alla pratica dello yoga.



È questo che mi raccontano in questo luogo animato dalla presenza di appassionati di equitazione, ed ora che si avvicina l'ora del pranzo, da pargoli che scorrazzano in mezzo ai campi circostanti e famigliole pronte a consumare il lauto pasto domenicale nel punto di ristoro del maneggio.

### UN MENU CUCINATO A FUOCO SA..LENTO...A BASE DI PRODOTTI BIO E CARNI ECCELLENTI

Si perché vista la grande affluenza di appassionati del trotto, i gestori del centro hanno pensato bene di offrire un servizio di ristorazione. Peraltro montando a cavallo si consumano calorie in base all'andatura. Per esempio al passo si bruciano circa 2,8 calorie all'ora per kg di peso, al trotto 4 e al galoppo 6,3. Quindi dopo una bella cavalcata ci si può concedere una pausa ristoratrice con i piatti tipici della tradizione contadina che contempla ingredienti semplici e genuini, frutto del lavoro della terra, che ha rappresentato una tra le più importanti risorse di una regione a vocazione agricola. E qui tutte le pietanze sono realizzate con prodotti a KM ZERO coltivati dalla proprietaria, signora Lucia Russo Carovini che si diletta a trasformarli in deliziose pietanze. Come i paccheri al sugo dal gusto autentico e delicato, realizzato con le bottiglie di salsa preparata in estate per l'inverno di pomodori dell'orto, stipate nella dispensa di casa, il sancta sanctorum delle famiglie contadine. Nel gradevole pranzo in compagnia dei miei amici salentini, ho avuto modo di assaporare piatti gustosi, cucinati a fuoco lento, retaggio delle buone pratiche casalinghe, punto di forza della cucina di Lucia. Ottima la parmigiana di melanzane, come le polpette al sugo che sono un must della cucina pugliese, preparate con un macinato di qualità eccellente. Ho anche apprezzato gli spiedini di carne saporita, gustosa e delicata, con poco grasso, aromatizzata in modo perfetto. Ottime anche le bombette ed i rotolini di carne farciti con formaggi locali. Mi sono chiesta se la carne fosse di loro produzione e mi hanno spiegato che si avvalgono delle preparazioni delle macellerie Valentino di Copertino. Atterrita dall'idea di un futuro a pane preparato con farina di insetti e a carne sintetica, ho pensato di godermi il presente sperando che i buoni prodotti della nostra tradizione gastronomica resistano alle start-up che promettono di portare sulle nostre tavole cibi sintetici prodotti in laboratorio. Non poteva quindi mancare, al mio ritorno a casa, un'incursione a Copertino per acquistare, presso la macelleria Valentino, carne di assoluta qualità perché mangiar bene è privilegio di chi sa scegliere i fornitori giusti. Soprattutto oggi che la qualità e la professionalità sono merci sempre più rare purtroppo. Al primo morso, ciò che accarezza il palato è l'equilibrio dei sapori, frutto della passione di Paolo Valentino per le pietanze a base di carne. Da romana non posso che lodare la professionalità e l'artigianalità salentina di Paolo che trasforma carne di ottima qualità in pietanze davvero appetitose.





*Working to  
secure your  
future...*

## **Sustainable wealth solutions designed for United Nations staff and retirees to protect, grow and pass on savings.**



We have been helping United Nations staff and retirees to plan their financial journey from working across continents through to retirement and succession since 2009.

Now, more than ever, where and how you manage your wealth will have an impact not only on your own financial wellbeing but for your children and grandchildren as well as those generations yet to come.

To find out how we can help you please contact us on ;  
[clientrelations@unityfinancialpartners.com](mailto:clientrelations@unityfinancialpartners.com)

# **SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS**



Financial  
Planning



Investment  
Planning



Retirement  
Planning



Protection  
Planning



Tax  
Planning

[www.unityfinancialpartners.com](http://www.unityfinancialpartners.com)

Viale Aventino 80  
Rome 00153  
Tel 06 45429867

# PASQUALINA'S HAZELNUT & NUTELLA THUMBPRINT COOKIES



by Pasqualina Raspaolo

*Founder and owner of Culinary Genes, LLC. Pasqualina pursued her passion in nutrition, the culinary arts and genetics. She holds annual Tuscan Culinary Adventures, where she shares her enthusiasm and love of food. She currently blogs about gluten-free baking and cooking, taking traditional family recipes and converting them into gluten-free alternatives. Pasqualina released her first cookbook in November 2020 entitled, 'Pasqualina's Table, Our Italian Family Traditions... The Gluten-Free Way' and is currently working on a second book, which will feature her family's traditional dessert recipes converted into gluten-free deliciousness. Pasqualina is passionate about people, and the triple L's - love, laughter, and living ... it's in her DNA!*



While in Italy this past September preparing for our 2022 Culinary Traveling Genes Adventures, a family member and I decided to make delicious Nutella and Hazelnut thumbprint cookies, which we've converted into a gluten-free and dairy-free alternative. They are amazingly delicious!

Enjoy!

*Prep Time: 30 min + 30 minutes resting time*

*Baking Time: 12 to 15 minutes*

*Yields: About 25 cookies*

## Ingredients:

- 1 1/4 cups (150 g) gluten-free all purpose baking flour
- 1/2 cup (50 g) almond flour
- 1 1/2 teaspoon (8 g) baking powder
- 3/4 teaspoon (6 g) baking soda
- 1/4 teaspoon (.75 g) xanthan gum (omit if your gluten-free all purpose flour contains it)
- 1/2 teaspoon sea salt
- 1 stick organic butter (8 tablespoons)
- 1/4 cup (28 g) powdered sugar
- 1/4 cup (28 g) caster superfine baker's sugar
- 1 egg, room temperature
- 1 tablespoon almond milk (or any non-dairy milk of your choice)
- 2 teaspoons vanilla
- 1/2 cup coarsely chopped hazelnuts (optional)
- Nutella, as required

## Directions:

1. In a mixing bowl, sift together gluten-free flour, almond 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 sugars and beat until pale and fluffy (about 8 to 10 minutes).
3. Scrape down the sides of the bowl and add egg, milk, vanilla and mix well.
4. Slowly add dry ingredients to the wet ingredients and mix just until combined.



Using a rubber spatula, gently fold the dough a few times then cover bowl with plastic wrap or kitchen cloth and chill dough in the refrigerator for 30 minutes before rolling it into dough balls.

5. Preheat oven to 355 degrees F and prepare 2 large baking sheets lined with parchment paper or silicone baking mats.

6. Remove dough from the refrigerator. Spoon out dough using a 1 tablespoon cookie scoop and roll into a ball. Roll the dough ball in coarsely chopped hazelnuts and transfer to prepared baking sheet 2 inches apart. Repeat with the rest of the cookie dough.

7. Using a 1/2 teaspoon measuring spoon, make a well in the center of the dough balls. Bake one sheet at a time for about 12 to 15 minutes or until they are slightly puffed up and lightly browned on the bottom.

8. Once out of the oven, re-indent the cookies immediately using a 1 teaspoon measuring spoon, a rounded teaspoon or your thumb to further deepen the center.

9. Allow to cool on baking sheet for 5 minutes, then transfer to wire cooling rack to cool completely.



10. Once cooled, dust cookies with powdered sugar then fill each cookie with Nutella using a teaspoon or transfer Nutella to a zip-topped bag and cut off one corner to pipe it into the center of each cookie.

Enjoy!

*Notes:*

*\* You can fill cookies with a jam of your choice.*



# 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 2023!!

**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](http://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](mailto:fao-staff-coop@fao.org) or 06 570 53142 / +39 340 6116572

# 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*

