



APRIL
2023

fao Casa gazette

Mensile - No 04 - 2023 - Reg. Trib. N. 574 dell'8/10/1990

- **I GIOIELLI NASCOSTI: TOSCANA**

- **SALENTO TUTTO L'ANNO**

- **OCEANI IN MACRAMÈ**

- **LES EXPATRIÉS ET LA PSYCHOLOGIE
SANS FRONTIÈRES**

- **TORTA PASQUALINA**

*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:	Giancarlo Trobbiani
Treasurer:	Cinzia Romani
Publicity Officer:	Shaza Saker
Sports Activities:	Raffaella Dirat
Cultural Activities:	Antonella Alberighi
Members:	Mario Mareri Antonio Stocchi

Auditor:	Giulio Cerquozzi
Editorial Director:	Stefano Testini
Editorial Committee:	Enrica Romanazzo Shaza Saker Anna Maria Rossi Giovanna Martone Antonella Alberighi

Contributors:	Federica Pagnoni
Antonella Alberighi	Rossana Pavoni Gallo
Flavia Beniamini	Domenico Perre
Rosa Basso	Emiliano Pinnizzotto
Giovanna Bellelli	Pasqualina Raspaolo
Fahmi Bishay	Enrica Romanazzo
M.Rosaria Castaldi	Cinzia Romani
José Cavalieri	Silvia Rossetti
Compagnia "Tutti Esauriti"	Anna Maria Laudoni
Silvia De Mari	Anna Maria Rossi
Annalisa Di Giacomo	Anoop Sharma
Michela Kranner	Matteo Spinelli
Bin Liu	Giovanni Sposato
Cesare Maramici	Gerard Sylvester
Antonio Messina	Giancarlo Trobbiani
Janine Claudia Nizza	Luciano Tudini



TOURISM

- 6 **Gioielli Nascosti: Toscana**
di Enrica Romanazzo

TOURISM

- 12 **Salento tutto l'anno**
di M.Rosaria Castaldi

ART & CULTURE

- 20 **Oceani in Macramè**
di Enrica Romanazzo

INFO

- 22 **Les expatriés et la psychologie
sans frontières**
por Federica Pagnoni

FOOD&CULTURE

- 26 **"Torta Pasqualina" A Savory Pie
Served at Easter**
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. Toretto</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



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

TOSCANA

UN CONNUBIO DI ARTE E PAESAGGIO. OGNI ANGOLO DELLA REGIONE È UN CONCENTRATO DI SPLENDIDI PANORAMI, TRANQUILLITÀ, CITTÀ D'ARTE E BORGHI RICCHI DI STORIA. VIVERE IN TOSCANA SIGNIFICA "DANZARE" OGNI GIORNO CON LA BELLEZZA, UNA DANZA LEGGERA E AMABILE, GUIDATA DA CANTI GREGORIANI E MUSICA RINASCIMENTALE.

Aprile dal latino “aperire” è il mese in cui si schiudono piante e fiori, il tempo dei primi tepori primaverili, il periodo ideale per visitare la Toscana in cui il paesaggio, con la sua incredibile varietà di colori e di forme, è protagonista assoluto. Le sue dolci colline accolgono antichi abitati medievali e case rurali immerse nella tranquillità della natura. La Toscana non è solo la patria della lingua italiana, ma anche dell'arte e della storia. La quantità di tesori presenti sia nelle città che nei piccoli borghi è inestimabile: opere d'arte e architettura, chiese, castelli medievali, abbazie, monasteri e musei di ogni tipo. Colline sinuose, bellissimi agriturismo, casali isolati, viali di cipressi, favolosi vigneti ed oliveti, e campi di grano color dell'oro: sono solo alcuni degli elementi che formano i fantastici ed armoniosi paesaggi della Val d'Orcia. Attraversata dal fiume Orcia, dal quale la valle prende



il nome, questa splendida regione a sud della Toscana, è oggi un parco protetto, riconosciuto nel 2004 Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO. Protagonista assoluto della Val d'Orcia è di fatto una natura ancora incontaminata e bellissima. La valle è un eccezionale esempio del ridisegno del paesaggio nel Rinascimento, una terra dall'atmosfera quasi surreale e sospesa. Dalle colline puntellate di vigneti e coltivazioni fino ai lidi marini, sembra di immergersi in un quadro. I suoi bellissimi paesaggi, che hanno ispirato molti pittori rinascimentali, sono costellati da tanti piccoli borghi, in cui il tempo scorre a ritmi lenti, ciascuno con la propria incredibile storia. Da ammirare gioielli come Pienza, conosciuta come la "Città Ideale": vero monumento rinascimentale progettato da Pio II, grande papa umanista, con Palazzo Piccolomini che merita una visita. Ed ancora Castiglion d'Orcia con la sua fortezza, Abbazia S. Salvatore e la sua antica abbazia Benedettina, Radicofani che si erge su un colle a strapiombo sulla valle, con la sua imponente torre di guardia, e poi Montalcino, dominata dalla rocca del XIV secolo dalla quale si gode un panorama unico. Infine la bellissima e suggestiva Abbazia di Sant'Antimo, dalla magnifica facciata in travertino che sotto il sole risplende di riflessi dorati, uno dei migliori esempi di architettura monastica medievale, dove si possono ancora ascoltare i suggestivi canti Gregoriani durante la messa.

Il territorio non offre solo paesaggi pittoreschi, arte e cultura ma anche relax in uno dei tanti bagni termali della zona, come quello di Bagno Vignoni e i Bagni di San Filippo.

Tutta l'area è incredibilmente ricca di prodotti locali di grande qualità come il favoloso pecorino di Pienza, l'intenso olio di oliva, lo zafferano, i funghi, i tartufi, la selvaggina e tantissime altre specialità da assaporare lungo LA STRADA DEL VINO E DEI SAPORI. Questa terra ha dato origine ai più preziosi ed apprezzati vini italiani: il Brunello di Montalcino, il Rosso Orcia, la Vernaccia di San Gimignano e altri favolosi vini con la denominazione DOCG.



SAN GIMIGNANO LA MANHATTAN DEL MEDIOEVO

Questa piccola città fortificata a metà strada tra Firenze e Siena, è famosa per il suo patrimonio storico e artistico e la sua architettura. Dichiarato Patrimonio UNESCO nel 1990 è conosciuta anche come la "Manhattan del Medioevo", in quanto in passato ospitava almeno 65 torri medievali. Nel periodo più florido, le ricche famiglie di San Gimignano arrivarono a costruire ben 72 torri come simbolo del loro benessere e potere. Di queste oggi ne rimangono 14 che contribuiscono a rendere ancora più suggestiva questa piccola perla della provincia senese.

Tra le attrazioni principali della città ci sono il Palazzo Comunale, la Pinacoteca e la Torre Grossa, la torre più alta della città, che offre una vista unica su tutta San Gimignano. Interessanti da visitare sono i Musei Civici tra cui il Museo Archeologico, la Spezieria dello Spedale di Santa Fina e la Galleria d'Arte Moderna e Contemporanea, che si trovano tutti in un unico complesso. Da visitare anche la splendida Cattedrale ed il meraviglioso ciclo di affreschi al suo interno, dove sono raccontate le storie del Nuovo e Vecchio Testamento, dipinte da artisti illustri della scuola senese del XIV secolo e la Cappella di Santa Fina, prezioso gioiello rinascimentale.





We are a company specialising in information and comparison of **electricity**, **gas** and **internet** offers

- **Bills too high?** Compare offers and change supplier
- **Buying or renting a house?** We support you with the transfer, takeover, and connection of electricity and gas
- **Slow connection or new installation?** Choose from the best internet operators



**Electricity
and Gas**



**Internet
Operators**



100% Free



**Quickly
supported by
an expert**



**Save
money on
bills**

Save time and money with Selectra!

KINDLY NOTE THAT FAO HAS NO RELATIONSHIP WITH THE SERVICE PROVIDER AND DOES NOT IN ANY MANNER ENDORSE THE PROVIDER.
THE SHARING OF THIS SERVICE IS A MATTER LYING ENTIRELY WITH IN THE RESPONSIBILITY OF THE COOP AS AN INDEPENDENT LEGAL ENTITY.
FAO STAFF COOP IS IN NO WAY RESPONSIBLE FOR SERVICES PROVIDED BY THIRD PARTIES, WHO RESPOND DIRECTLY TO CLIENTS.



*Working to secure
your future...*

Sustainable solutions designed for United Nations Staff, Consultants and retirees to protect, grow and pass on savings.

We have been helping United Nations Staff, Consultants 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.

Appointments are available at WFP Service Centre (formerly commissary) on Fridays from 14.30 to 16.30.

Please contact fao-staff-coop@fao.org / 0657053142 or clientrelations@unityfinancialpartners to arrange an appointment.

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



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



Financial
Planning



Investment
Planning



Retirement
Planning



Protection
Planning



Tax
Planning

www.unityfinancialpartners.com

Viale Aventino 80
Rome 00153
Tel 06 45429867

SALENTO TUTTO L'ANNO

CONSIGLI PER UNA VACANZA IN SALENTO, PER UN'ESPERIENZA DI INTIMA FUSIONE CON LA NATURA, ALLA SCOPERTA DELLE SUE TRADIZIONI, DEI SUOI COLORI, DEI SUOI SAPORI.



di M. Rosaria Castaldi

Salentina, amante della cultura, organizza visite guidate in Puglia e nel Lazio, soprattutto nella città di Roma

Esistono luoghi che hanno la capacità di riassumere in sé il senso di una terra intera perché sono in grado di offrire bellezze paesaggistiche ma anche artigianato, storia, arte, cultura, riti, leggende, musica tradizionale, antichi saperi e sapori. Questo è il Salento che vogliamo raccontarvi e che vi invitiamo a scoprire nei periodi di bassa stagione.



Il Salento, nell'immaginario comune, è ormai registrato come una destinazione turistica prevalentemente balneare, dove poter trascorrere le agognate ferie estive in quella ristretta forbice temporale dei mesi di luglio e agosto, quando migliaia di vacanzieri accalcano le spiagge delle due coste. Già, perché il Salento è una delle poche aree italiane ad essere lambita da due mari, fornendo il curioso gioco di andare appresso al vento giusto per decidere se scegliere il versante adriatico invece di quello ionico. La stessa massa di gente poi la sera si riversa nei centri delle località di grido, alla ricerca di un ristorante dove poter gustare le bontà locali, molto spesso però pagando, oltre al costo effettivo del menu scelto, un prezzo ancora più alto in fatto di pazienza per le lunghe attese, qualità del servizio

e insoddisfazione generale per una serata trascorsa in fila per parcheggiare, per trovare un tavolo, per venire serviti, ecc. Mi chiedo e chiedo a chi mi legge: è davvero questo il modo di vivere una vacanza, il cui scopo dovrebbe essere quello di dimenticarsi dello stress cittadino fatto di caos, traffico, file al supermercato, alla posta, ecc.?

Questa immagine del Salento di certo non gli rende giustizia. Il Salento d'estate è come una bella donna, che presa dall'euforia dei tanti complimenti, inizia a mettersi in mostra, ostentando un trucco pesante ed un abbigliamento forse "trendy" ma che non valorizza le sue forme, al contrario fornisce un'immagine di sé piuttosto grossolana. Il Salento di cui voglio parlarvi oggi invece è quello vissuto e raccontato da un salentino. È il racconto di una terra umile, silenziosa, discreta, riservata. Per ritornare alla metafora di prima, una bella donna sì, ma timida, che si nasconde, si ritira, per farsi ammirare solo da chi dimostra verso di lei un interesse vero e profondo. E' la tranquillità dei vicoli del centro storico di Lecce nelle sere d'inverno, illuminati dalla luce fioca dei lampioni, che ti accompagna in una passeggiata lenta, mentre ti fermi qua e là tra le vetrine di una libreria, a scoprire le ultime novità editoriali, o davanti ad un laboratorio artigianale, ad ammirare i monili in pietra leccese, che sapienti mani hanno saputo forgiare dando nuova identità alla pietra locale. E' l'odore dei camini accesi, che rievoca un senso di intimità e di focolare domestico, che ti saluta quando attraversi a piedi le vie del tuo paese, nelle fredde sere invernali. E' l'avvicinarsi delle feste della tradizione popolare che scandiscono il trascorrere delle stagioni, come il rito della "focara" di Novoli il 16 gennaio, quando un grosso falò di 25 metri d'altezza viene acceso in onore del santo protettore del paese, Sant'Antonio Abate, detto anche Sant'Antonio del Fuoco. E' un rito del fuoco, tra sacro e profano, con la gran quantità di cenere che si sparge nell'aria, simbolo di purificazione. O quello delle "tavole di san Giuseppe" a Giurdignano e paesi limitrofi, che il 18 e 19 marzo vengono allestite sia nelle



AVENTINO DENTAL

Dott. Luca Corradi

ROMA - PIAZZALE ARDEATINO 1G

Mob. 3465027415 (WhatsApp)

dentista.corradi@gmail.com

www.aventinodental.it



on parle Français

we speak English

FRENCH DENTAL CLINIC ROMA



piazze, come nelle abitazioni private, in segno di grande devozione al Santo. Sono lunghe tavolate, ricoperte con le tovaglie bianche ricamate, le più preziose dei corredi, imbandite con un numero dispari di portate, da un minimo di 3 ad un massimo di 13.

Ogni portata ha un significato simbolico: la pasta e ceci, che rappresenta i colori del narciso, i lampagioni (cipollotti selvatici) che simboleggiano il passaggio dall'inverno alla primavera, il pesce fritto, richiamo alla simbologia cristiana, il cavolfiore, che riporta al bastone fiorito di san Giuseppe e per finire le cartellate, dolci ricoperti di miele che rappresentano Gesù Bambino in fasce. Così come le portate, anche i commensali devono essere in un numero minimo di 3 fino ad un massimo di 13, come rievocazione dell'ultima cena. Attorno alla tavola siedono la Sacra Famiglia con Maria, Giuseppe e Gesù insieme ai Santi: Sant'Anna, Santa Elisabetta, San Zaccaria, San Gioacchino, San Filippo, San Giovanni, Santa Maria Cleofe, Sant'Agnese, San Giuseppe D'Arimatea. San Giuseppe è a capo tavola e battendo in terra il suo bastone, invita i commensali a cambiare portata.

Nei paesi del sud, sono ancora molto sentite le tradizioni legate ai riti della settimana santa ed il Salento ha le sue. Si inizia il giovedì precedente la Pasqua, quando in ogni paese la comunità partecipa alla tradizione dei "Sepolcri", come continuano ad essere chiamati ancora oggi i Repositori, che ogni parrocchia allestisce per celebrare la passione, morte e risurrezione di Cristo. Sono un tripudio di coreografie floreali a far da cornice ai simboli liturgici. Quelli più tradizionali, sono rappresentati con i germogli dei semi di grano o di altri cereali, fatti nascere immersi in una ciotola nel cotone umido e coltivati in casa al buio nelle settimane precedenti. Tra le cittadine salentine che si distinguono per i riti pasquali, spicca Gallipoli, con la processione dell'Urnia il venerdì santo. La processione parte dalla chiesa del Crocifisso nel centro storico e porta in giro tra le vie del paese le statue di cartapesta che rievocano la passione e morte di Cristo, accompagnate, lungo il percorso, dai penitenti scalzi, che si percuotono con la "disciplina", un antico strumento di penitenza. Questa processione inizia nel pomeriggio e si conclude la notte tra il venerdì ed il sabato. Quasi come una staffetta, al rientro di questa processione, ne inizia un'altra, intorno alle 3 del mattino, dalla chiesa della Purità. E' la processione della "Desolata", in cui sfila la statua del Cristo Morto, adagiata su un'urna arricchita con oro zecchino, seguita da quella della Madonna Desolata.

Con l'arrivo della primavera, ecco che cambia l'atmosfera, con la luce ed i colori che si fanno più vividi, come quelli dei giardini verdi e rigogliosi dei "Cortili aperti" a Lecce e Galatina, dove molte dimore storiche aprono le porte ai visitatori, per fare bella mostra dei propri cortili, ricchi di piante e fiori lussureggianti, che diventano cornice di piccoli eventi culturali come concertini jazz o brevi rappresentazioni teatrali.

Le giornate più lunghe e le temperature più miti stimolano la voglia di attività all'aperto, come le passeggiate verso le marine adriatiche. A maggio, la litoranea che da Porto Badisco arriva ad Otranto è un tripudio di papaveri, che, insieme alle margheritine ed all'erba che ricopre la roccia della scogliera a picco sul mare, offrono un paesaggio che rievoca quello della brughiera irlandese.

Insomma, per “respirare” il Salento, sarebbe opportuno dedicare a questo splendido territorio una visita nei periodi più tranquilli, ma se proprio si è costretti a visitarlo nei periodi di punta ci si potrebbe affidare ad un tour guidato, accompagnati da una guida locale, che con la conoscenza autoctona, l’esperienza e la competenza, vi può fare immergere nel cuore dell’identità del territorio. Questo è l’obiettivo di Rosy Smart City Tours, tour operator locale, che propone esperienze culturali ed enogastronomiche per far conoscere approfonditamente il territorio salentino e non solo. Uno dei tour di maggior successo è il Lecce Street food tour, un mix di storia e degustazioni di cibo di strada, per chi in 2 ore e mezzo vuol visitare il centro storico della città ed al tempo stesso assaggiare le specialità del posto, come il rustico o le “pittule”. Per chi non ama la folla, ma preferisce invece le zone meno battute della città, va a pennello l’ultima novità del 2023: Lecce Insolita, una passeggiata culturale tra le vie periferiche del borgo antico, lungo un itinerario di locali storici, botteghe artigiane, piazzette nascoste e palazzi rinati a nuova vita. Per chi voglia invece spostarsi sulla costa, la scelta varia tra il Day Trip a Galatina e Gallipoli sul versante ionico, o a Otranto, Santa Cesarea e Castro.

Una vacanza parte da un’idea e bisogna fare il possibile affinché le aspettative iniziali non vengano deluse. In questo, un tour guidato può aiutarvi e facilitarvi nel raggiungimento dell’obiettivo. Buon Salento!

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

Mercoledì 14,00-19,00

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

Martedì 16,00-19,00

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



SALENTO TO BE DISCOVERED ALL YEAR ROUND

**SUGGESTIONS FOR A HOLIDAY: A FULL IMMERSION
EXPERIENCE TO DISCOVER NATURE, TRADITIONS,
COLORS AND FLAVORS OF THIS LAND**

Salento, in the popular imagination, is now registered mainly as a seaside tourist destination, where you can spend the longed-for summer holidays in that narrow time range of the months of July and August, when thousands of vacationers flock to the beaches of the two coasts. Yes, because Salento is one of the few Italian areas to be bordered by two seas, providing the curious game of following the right wind to decide whether to choose the Adriatic coast instead of the Ionian. The same mass of people then, in the evening, pours into the centers of the trendy destinations, in search of a restaurant where they can taste the local delicacies, very often, however, paying an extra in terms of patience for long waits, poor quality of service and general dissatisfaction for an evening spent queuing to park, to find a table, to be served, etc. I wonder and I ask whoever reads me: is this really the way to experience a holiday, whose first purpose should be to forget the city stress?



This image of Salento certainly doesn't do it justice. Salento in summer time is like a beautiful woman who, taken by the euphoria of many compliments, starts showing off, flaunting heavy make-up and trendy clothing that does not enhance her shapes, but, on the contrary, shows a rather coarse image of herself. The Salento I want to tell you about today is the territory lived and told by a local. The discreet, humble, silent, reserved one. To go back to the former metaphor, a beautiful woman yes, but shy, who hides, withdraws, to be admired only by those who show a true and deep interest in her qualities. It is the silence of the alleys in the old town of Lecce especially during winter evenings, when they are illuminated by the dim light of the street lamps, that accompany you on a slow walk, while you stop here and there among the windows of a bookshop, to discover the latest news editorials, or in front of an artisan workshop, admiring the Lecce stone jewels, which skilled hands have been able to forge, giving a new identity to the local stone. It is the smell of lit fireplaces, which evokes a sense of intimacy and a domestic hearth, which greets you when you walk through the streets of your town during cold winter evenings. It is the succession of traditional popular festivals that marks the passing of the seasons, such as the rite of the "focara" in Novoli on January 16, when a large 25-metre-high bonfire is lit in honor of the town's patron saint, Sant'Antonio Abate, also known as Sant'Antonio del Fuoco.



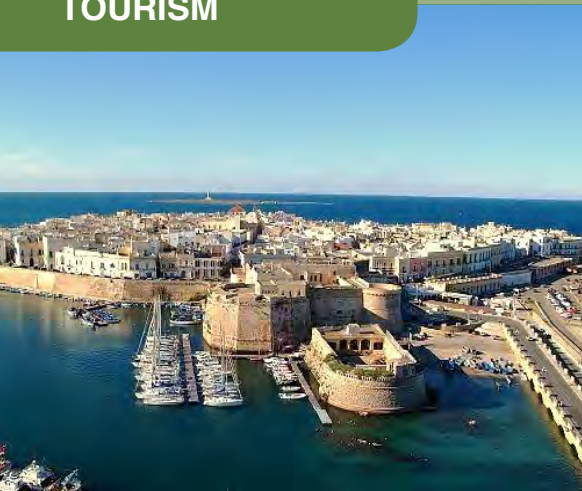


It is a rite of fire, between the sacred and the profane, with the large amount of ash spread in the air, as symbol of purification. Or that of the “tables of Saint Joseph” in Giurdignano and neighboring villages, which on 18 and 19 March are set up both in the cities main squares and in private homes, as a sign of great devotion to the saint. They are long tables, covered with white embroidered tablecloths, the most precious of the kits, laden

with an odd number of courses, from a minimum of 3 to a maximum of 13. Each course has a symbolic meaning: pasta and chickpeas, which represents the colors of the narcissus, the lampagioni (wild spring onions) which symbolize the transition from winter to spring, the fried fish, a reference to Christian symbolism, the cauliflower, which refers to the flowery stick of Saint Joseph and finally the folders, sweets covered with honeys representing Baby Jesus in swaddling clothes. As well as the courses, the diners must also be a minimum of 3 up to a maximum of 13, as a re-enactment of the last supper. Around the table sit the Holy Family with Mary, Joseph and Jesus, together with the Saints: Sant’Anna, Santa Elisabetta, San Zaccaria, San Gioacchino, San Filippo, San Giovanni, Santa Maria Cleofe, Sant’Agnese, San Giuseppe D’Arimatea. St. Joseph is at the head of the table and beating his stick on the ground, invites the diners to change course.

In the south of Italy, the traditions linked to the rites of the Holy Week are still deeply felt and Salento has its own. It begins on the Thursday before Easter, when in every town the community participates to the tradition of the “Sepolcri”, as the Repositories continue to be called today, which every parish sets up to celebrate the passion, death and resurrection of Christ. They are a riot of floral choreography to frame the liturgical symbols. The more traditional ones are made with the sprouts of wheat seeds or other cereals, born immersed in a bowl in moist cotton and grown at home in the dark in the previous weeks. Among the Salento towns that stand out for its Easter rites, there is Gallipoli, with the procession of the Urnia on Good Friday. The procession starts from the church of the Crucifix in the historic center and carries around the streets of the town, the papier-mâché statues that recall the passion and death of Christ, accompanied, along the way, by barefoot penitents, who beat each other with the “discipline”, an ancient instrument of penance. This procession begins in the afternoon and ends on the night between Friday and Saturday. Almost like a relay, when this procession returns, another begins, around 3 in the morning, from the church of Purità. It is the procession of the “Desolata”, in which the statue of the Dead Christ parades, placed on an urn enriched with pure gold, followed by that of the Madonna Desolata.





With the arrival of spring, the atmosphere changes, with the light and colors becoming more vivid, such as those of the green and luxuriant gardens of the “Open Courtyards” in Lecce and Galatina, where many historic houses open their doors to visitors, to make a fine show of their courtyards, full of luxuriant plants and flowers, which become the setting for small cultural events such as jazz concerts or short theatrical performances.

The longer days and milder temperatures stimulate the desire for outdoor activities, such as walks towards the Adriatic marinas. In May, the coast road that from Porto Badisco arrives in Otranto is a riot of poppies, which together with the daisies and the grass that cover the rock of the cliff overlooking the sea, offer a landscape that recalls that of the Irish moor.

In short, to “breathe” Salento, it would be advisable to visit it in the quieter periods, but if you can't get away from the peak season, you could entrust yourself to a guided tour, accompanied by a local guide, who, with his knowledge, experience and competence can immerse you in the heart of the territory's identity. This is the goal of Rosy Smart City Tours, a local tour operator, which offers historical and food experiences to make the Salento area better known and beyond. One of the most successful tours is the Lecce Street food tour, a mix of history and street food tastings, for those who want to visit the historic center of the city in 2 and a half hours and at the same time taste the local specialties, such as rustic or the pittule. For those who don't like crowds, but instead prefer the less traveled areas of the city, the latest novelty of 2023 is perfect: Lecce Off the beaten tracks, a cultural walk through the peripheral streets of the historic center, along an itinerary of historic bars, artisan, hidden squares and buildings reborn to new life. For those who want to move to the coast instead, the choice varies between the Day Trip to Galatina and Gallipoli on the Ionian side, or to Otranto, Santa Cesarea and Castro.

A holiday starts from an idea and everything possible must be done so that the initial expectations are not disappointed. In this, a guided tour can help you and make it easier for you to achieve your goal.

Happy Salento!

Our
coverage
goes
wherever
you do.



Car



Personal
Property



Health



Life



Disability



Personal
Accident

Insurance works differently overseas. Rely on Clements' expertise in international coverage to provide you peace of mind around the globe so you can focus on your life abroad.

Global Aspirations Without Limitation

Insuring peace of mind so you can live
and operate anywhere in the world



+1.800.872.0067

info@clements.com

Clements.com/FAO

OCEANI IN MACRAMÈ

ARAZZI IN MACRAMÈ CHE RAPPRESENTANO I FONDALI MARINI, PER OFFRIRE A CHIUNQUE SULLA TERRA FERMA LA MAGIA DI PANORAMI INESPLORATI



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

Quando il lavoro nasce da una grande passione, non può che dare vita a veri e propri capolavori. È il caso di Erik Speer, un artista particolare, che unisce molto bene in un linguaggio riconoscibile le diverse influenze che ha maturato nel suo percorso di vita non privo di difficoltà.

Nato e cresciuto nel New Mexico, a soli 15 anni si trasferisce nella Carolina del Sud dove in seguito si laurea in biologia marina. La sua strada sembra segnata e ricca di passione: istruttore subacqueo. Per due anni coltiva questa carriera che lo porta in giro per il mondo alla ricerca della biodiversità dei fondali marini ed alla scoperta dei misteri delle creature degli abissi. Ma succede qualcosa che gli impedisce di coltivare la sua passione. Dopo due anni di insegnamento il fisico non regge e i timpani collassano, facendogli perdere l'udito per 4 mesi.

Un duro colpo per lui. Dovrà abbandonare i fantastici abissi in cui ama calarsi per ammirare ogni giorno cose che la maggior parte delle persone non riesce a vedere in una vita intera. Costretto ad interrompere i suoi viaggi mozzafiato nei luoghi più remoti della terra, decide così di tornare negli Stati Uniti e di iscriversi alla Parsons School of Design di New York in Scienze della Moda, ottenendo la laurea nel 2015. Gli inizi nel settore del design e della moda non sono facili e spesso si trova in difficoltà nel gestire più burocrazie che materiali. La svolta è col tirocinio presso Rachel Zoe dove, sperimentando varie tecniche e materie,





scopre il macramè che può essere descritto come un merletto annodato a mano e senza l'ausilio di uncinetti e aghi. La scoperta riporta Speer verso una genuinità dell'espressione e un rapporto diretto verso il fare, che coincide con questa scoperta che gli cambia la vita.



I panorami subacquei sono tutto ciò che lo muove veramente e così decide di raccontare la magia ed i misteri del mondo sommerso attraverso opere originali e sorprendenti. Con l'utilizzo di materiali di origine naturale, fibre e filati riciclati e piccoli materiali, comincia a mettere insieme i suoi pezzi cercando di ricreare l'aspetto dei fondali. Ogni pezzo sembra estratto da un panorama marino più vasto e su scala più grande che lui immagina completarsi e vivere da solo. I suoi metodi di costruzione includono l'annodatura, il lavoro a maglia, l'uncinetto, l'intrecciatura e la tessitura.

Comincia a realizzare in macramè arazzi sempre più grandi e li mostra sui social media. Ed è così che inizia a ricevere le prime commissioni e i primi riconoscimenti di pubblico. Le sue opere incantano e richiamano l'attenzione e lo stupore per il mondo naturale, non solo sottomarino nello specifico, ma anche per il materiale tessile utilizzato.

Abbiamo voluto raccontare questa incredibile storia di forza e di passione: la storia di un uomo che non si è arreso di fronte alle difficoltà e che ha continuato nel superamento

dei limiti di ciò che è possibile, non soltanto rispetto ai problemi di tipo fisico ma anche nella sua ricerca dell'impossibile circa la scelta dei materiali e delle tecniche di tessitura.



SHIATSU FOR LIFE

SPECIAL PRICE FOR FAO-STAFF

PACCHETTI
REGALO
PER OGNI
OCCASIONE

✦ Silvia Rossetti
340 4608010
silro66@hotmail.it

✦ Annalisa Di Giacomo
338 1177230

Via Federico Nansen, 4 - Roma (Ostiense) annalisa.digiacomog@gmail.com

LES EXPATRIÉS ET LA PSYCHOLOGIE SANS FRONTIÈRES

LA SINGULARITÉ DES PERSONNES EXPATRIÉES

Une personne expatriée se caractérise avant tout par le fait de vivre dans le pays étranger avec son apanage de nouveautés mais aussi par l'être à la fois dans son pays d'origine, grâce aux liens à distance avec sa famille. C'est donc un être « entre deux ». Mais être expatriés signifie aussi accompagner les enfants dans une éducation internationale, en veillant à leur intégration.

Certains parmi eux sont amenés à changer leur affectation au terme de période très courte, ce qui induit une difficulté supplémentaire dans l'acquisition de repères, notamment pour leurs enfants et compagnes/compagnons. Bien que recouvrant des rôles différents au sein d'une famille, tous les membres partagent ce vécu d'expatriation à des niveaux différents.

UNE PSYCHOLOGIE « SANS FRONTIÈRES »

Pour que chacun bénéficie d'une écoute adaptée, la psychologie doit se moderniser. Depuis mes débuts à Rome en tant que psychologue et psychothérapeute au service des francophones à l'étranger, j'ai saisi l'importance, souvent délaissée, de l'usage de la langue maternelle en thérapie, porteuse d'un mode de pensée, de nuances émotionnelles plus variées et porteuse surtout de ce sentiment de « l'être chez soi », même si physiquement loin.

C'est ainsi que j'ai choisi de promouvoir dans mon cabinet une psychologie « sans frontières », véritable « clin d'œil » à mon expérience personnelle d'expatriation de dix années en France et à ma pratique de thérapeute au quotidien (nombreux suivis thérapeutiques à distance).

Mais une « psychologie sans frontières » fait aussi référence à ce droit pour tous d'accéder à du soutien, car aucune problématique ou aucun rôle seraient moins importants.

Dans le spécifique, je travaille donc sur l'intégration culturelle, scolaire et professionnelle, sur la redistribution des rôles au sein d'une famille expatriée, la gestion des rapports à distance et les rapports au sein de couples mixtes et sur la réalisation des projets dans le pays d'accueil ou bien de retour dans son pays.

Une psychologie sans frontières est aussi une psychologie qui abat le dogme. Ce n'est donc pas qu'une question d'écoute mais elle doit être symbole d'un lien de collaboration et de confiance, peut être même le premier pour ce patient, pour lequel ce nouveau pays lui est encore étranger.

QUI SUIS-JE ?

Je suis psychologue binationale franco – italienne, très attachée à ma formation universitaire en France (Licence et Master à l'Université Paris V Cité la Sorbonne), à mes stages professionnalisant auprès d'hôpitaux parisiens de renom (Necker, Institut Mutualiste Montsouris, divers hôpitaux de jour) et à mon expérience professionnelle multi sectorielle (scolaire, milieu protégé et environnement de la réinsertion professionnelle) et multiculturelle. Devenue donc experte dans les problématiques liées à l'expatriation, j'exerce depuis onze ans, d'abord à Paris (6 ans), puis aujourd'hui à Rome (5 ans).

Cabinet : Rome, via Illiria 19 (Métro A et C San Giovanni) ou suivis à distance. Téléphone : +39 350 09 55 091. Mail fede.pagn@gmail.com Site Internet www.federicapagnoni.it. Profils LinkedIn et Facebook.



FEDERICA PAGNONI-JOUANDON
BILINGUAL FR- IT
PSYCHOLOGIST AND
PSYCHOTHERAPIST



FAO STAFF COOP IS PLEASED TO PROPOSE THIS 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 ON DEMAND

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 HER CONTACTS
PLEASE EMAIL FAO-STAFF-COOP@FAO.ORG
FOR MORE INFORMATION: 0657053142

EXPATRIATES AND PSYCHOLOGY WITHOUT BORDERS

THE UNIQUENESS OF EXPATRIATES

An expatriate person is characterized above all by the fact of living between the foreign country, with its prerogative of novelties, and his country of origin, thanks to the remote link with his family. This status could be called “between two”. But being expatriates also means supporting one’s own children in an international education, ensuring their integration. Moreover, some of them have to change their assignment after a very short period, which leads to additional difficulty in acquiring benchmarks, especially for their children and companions. All members share this experience of expatriation at different levels, according to their role within the family.

A PSYCHOLOGY “WITHOUT BORDERS”

Psychology must be modernized in order for everyone to benefit from adequate listening. Since my beginnings in Rome as a psychologist and psychotherapist at the service of French-speakers abroad, I have understood the importance, often neglected, of the use of the mother tongue in therapy, as this carries a way of thinking, emotional nuances and above all this “feeling at home”, even if physically far away.

This is how I chose to promote in my office a psychology “without borders”, a real “wink” to my personal experience of ten years of expatriation in France and to my practice as a therapist on a daily basis (numerous remote therapeutic follow-ups).

But a “psychology without borders” also refers to this right for all of us to have access to support, because no problem or no role would be less important in a framework such as that of living abroad.

In the specific, I therefore work on cultural, educational and professional integration, the redistribution of roles within an expatriate family, the management of long-distance relationships and relationships within mixed couples and knowing how to implement projects in the host country or on return to one’s own country.

A psychology without borders is also a psychology that destroys dogma. It is therefore not just a question of listening but a bond of collaboration and trust, perhaps the very first for the patient in this new country which is still so foreign to him.

WHO AM I?

I am a French-Italian binational psychologist, carrying proudly my university training in France (Bachelor and Master at the University Paris V Cité la Sorbonne), my professional internships with renowned Parisian hospitals (Necker, Institut Mutualiste Montsouris, various hospitals in day) and my multi-sector professional experience (school, protected environment and professional reintegration environment) and also multi-cultural approach. Expert in issues related to expatriation, I welcome in my studio adults and their children.

For eleven years, I worked as a therapist in Paris (6 years), then in Rome (5 years).

Studio: Rome, via Illiria 19 (Metro A and C San Giovanni) or by remote sessions. Telephone: +39 350 09 55 091. Mail fede.pagn@gmail.com Website www.federicapagnoni.it. LinkedIn and Facebook profiles.



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



“TORTA PASQUALINA” A SAVORY PIE SERVED AT EASTER



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! - www.culinarygenes.com

In Italy, Torta Pasqualina is a well-known traditional Easter pie that is typically served at Easter, with each region having its own variation.

According to legend, the original Torta Pasqualina dates back to the Middle Ages. The recipe, at that time, consisted of 33 layers of very thin pastry sheets – one layer for each year of Jesus' life. Today, this beloved Easter pie is made with puff pastry.

Since my name is Pasqualina, it only seemed fitting that I share this traditional family recipe on Easter, which we have converted into a gluten-free alternative. Torta Pasqualina is made with two layers of thin dough that contains a filling made with spinach, ricotta, parmigiano cheese, and whole eggs, which are added directly to the filling. When cooked, they become hard and are clearly visible when cut. Other variations we have used are chard, ricotta, and a combination of



parmigiano and pecorino cheese.

It is a unique, delicious and tasty savory pie that is great hot, but even better cold, and can certainly be made throughout the year. I hope you enjoy it as much as we have!

*Buona Pasqua!
Happy Easter!*



*Prep Time: 30 minutes + 2 to 3 hours
to prepare and chill puff pastry
Baking Time: 1 hour
Yields: 6 - 8 servings*

Ingredients:

For Gluten-Free Puff Pastry:

- *2 3/4 cups measure-for measure gluten-free flour*
- *1 1/2 teaspoons of xanthan gum (even if your flour already contains it)*
- *1 teaspoon salt*
- *1 stick unsalted butter, chilled and cut into cubes*
- *1/3 cup organic vegetable shortening*
- *2 eggs, beaten*
- *1/2 - 3/4 cups ice-cold water*

For Filling:

- *1 pound (450 g) fresh spinach (or chard)*
- *1 cup fresh ricotta cheese*
- *1 cup freshly grated parmigiano cheese**
- *6 eggs*
- *Salt to taste*
- *Ground black pepper to taste*

Directions:

Prepare gluten-free puff pastry:

1. In a large mixing bowl, sift together flour, xanthan gum, and salt. Mix well then add butter, shortening and mix using a dough cutter or rub the mixture with your fingers to the consistency of breadcrumbs. Butter should be pea sized.
2. In a small bowl, mix eggs and two tablespoons of water then add to the flour and mix using a fork. Gradually add water, one tablespoon at a time and mix until the dough comes together and begins to form a sticky dough.
3. Transfer dough to a working surface and knead until you have a very soft smooth dough. Divide the dough into two equal parts, shape each piece into a ball, then tightly wrap each piece with plastic and place in the refrigerator for 2 hours or overnight.

Prepare the filling:

4. Blanch spinach in a large pot of salted boiling water until bright green and slightly softened, about 2 minutes. Then drain the spinach and let it cool. Once cooled, squeeze out as much excess liquid as possible. Transfer spinach to a cutting board to chop.
5. In a mixing bowl, add ricotta and mix well then add 1 egg, parmigiano cheese, salt, pepper and mix well. Add chopped spinach and mix until well combined.

Putting it all together:

6. Preheat oven at 355 degrees F and butter a 9-inch springform pan then line with parchment paper.
7. Remove dough from the refrigerator and let it rest at room temperature for 10 minutes. Transfer one piece of dough to a lightly dusted working surface, dust the top of the dough and roll out to about 1/8 - 1/4 inch thick. If it begins to stick, add additional flour. Using your rolling pin, carefully lift the pastry and place it into your prepared pan. Don't worry about trimming overhanging dough just yet. Use your fingers to press the sides of the pie into the ridges of the dish and prick the bottom all over with a fork.



8. Transfer ricotta and spinach mixture to the pie dish and level out the top with a spatula. Using the back of a spoon, or an espresso cup, make 4 small holes in the spinach mixture and break one egg in each of the holes. Then place the pan in the refrigerator while rolling out the second piece of dough.



9. Roll out the second piece of dough, remove pan from the refrigerator, and gently place it over the top of the mixture. Remove excess pastry using your hands or roll a rolling pin over the top of the pan. Then fold the two layers of pastry towards the inside of the pan to seal the pie. If you like, you can use excess pastry to make festive decorations for the top.



10. Whisk the remaining egg, brush it over the lid, then prick a few times with a fork. Bake for 1 hour or until golden brown in color. If the surface gets too dark, cover it with aluminium foil shiny side up.



11. Let it cool in the pan for 30 minutes before removing. Serve warm or at room temperature.

Notes:

* Can substitute with pecorino cheese or use 1/2 parmigiano and 1/2 pecorino.

* Store in an airtight container and in the refrigerator for up to 3 days.

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

40+ YRS OF EXPERIENCE

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

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

OTTICAVENTINO
L'ottica migliore con un garanzia di mondo.



The promotion includes:

- **Free activation** of the fidelity card "EATALY CLUB" to be requested at the EATALY Information Point, by showing your FAO Staff Coop membership card. The fidelity programme foresees a **3% cashback** for the market area as well as bars, restaurants and cooking classes. (Every time you reach 10,00 € you will obtain a voucher of the same amount to use directly at the shop).
- **5% on the entire Eataly market (excluding third parties and library) + an extra 3% cashback** foreseen by the fidelity programme "EATALY CLUB".
- **10% on Eataly restaurants:** Brewery (complete menu: appetizers, salads, fish or meat, dessert, etc.) – Pasta restaurant - La pizzeria - La rosticceria - Focacceria + **an extra 3% cashback** foreseen by the fidelity programme "EATALY CLUB".
- **10% on all courses (to be booked at the Information Point) + an extra 3% cashback** foreseen by the fidelity programme "EATALY CLUB". All courses offered by Eataly are available on: https://www.eataly.net/it_it/corsi

For more information on EATALY CLUB, please click [HERE](#)
To consult the regulation of EATALY CLUB, please click [HERE](#)

Kindly note that the fidelity programme "EATALY CLUB" and its relative cashback percentage could change before the end of the year 2023.

To benefit from the dedicated promotion, Coop members must show their FAO Staff Coop membership card at the info point (to receive your card, please send us a photo of yourself by email at fao-staff-coop@fao.org and you will receive your membership card in digital version.
Alternatively, you can visit us in room E016 (FAO), every Tuesday and Thursday afternoon from 2:30 to 5:00 p.m. bringing a passport-size photo, and you will receive your card in paper format.

N.B. Please note that the promo activated with the 2022 membership card is no longer valid. Therefore, in order to continue to benefit from this promotion, you will need to renew your membership card for the year 2023, and then go to the Eataly info point to request activation of the promotion again.

The agreement is valid until the 31st of December 2023, from Monday to Sunday, and **CANNOT be combined with any other in-store promotion.**

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

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 Francesca La Farina
Molecular Biology - Nutrition
Italian - English

Dr Elena Nobili
Gynecology and Obstetrics
Ultrasound Facilities
English – Italian

Dr Alberto Spaziani
Cardiology - ECG
Italian - English

Dr Dario Vitali
Physiotherapist
Italian - English

Dr Roberto Mastrostefano
Neurosurgeon
English – Italian

Physiotherapeutical Centre
Allianz and De Besi-Di Giacomo affiliated

SPECIAL PROMOTION FOR COOP MEMBERS

AssistiAmo Group offers customized solutions for home and hospital assistance to the elderly, sick and disabled. Our mission is to advise families competently and help them care for their loved ones who are experiencing difficult situations. A characteristic element of our structure is the simplicity and safety of the service offered to families.

OUR MAIN SERVICES OFFERED:

- HOME AND HOSPITAL ASSISTANCE FOR THE ELDERLY, SICK AND DISABLED.
- MAID SERVICE.
- BABY-SITTING SERVICE.
- PROFESSIONAL CLEANING SERVICES.
- SPECIALIZED SERVICES: NURSING ASSISTANCE, PHYSIOTHERAPY, AND ACCOMPANYING SERVICE FOR THE ELDERLY, SICK AND DISABLED.

OUR ADVANTAGES:

- IDENTIFICATION AND TAKING CHARGE OF THE PROFESSIONAL CAREGIVER BY THE STRUCTURE
- ZERO BUREAUCRATIC BURDENS FOR FAMILIES
- COST OF THE SERVICE INCLUDING: CONTRIBUTIONS, SEVERANCE INDEMNITY, THIRTEENTH SALARY, CIVIL LIABILITY INSURANCE COVERAGE
- REPLACEMENT SERVICE FOR HOLIDAYS AND SICKNESS AT NO COST TO THE FAMILY
- SUSPENSION WITHOUT CONSTRAINTS AT THE REQUEST OF THE FAMILY
- DEDICATED FAMILY CONTACT PERSON AT YOUR DISPOSAL
- COMPETITIVE AND ALIGNED TO DIRECT HIRING COSTS
- DEDUCTIBILITY IN ACCORDANCE WITH THE LAW

THE QUALIFIED HOME CARE SERVICES ARE FULLY CUSTOMIZABLE.

THE STAFF IS SPECIALIZED AND TRAINED IN THE MANAGEMENT OF PATHOLOGIES AND SITUATIONS SUCH AS:

- ALZHEIMERS
- PARKINSONS
- SENILE DEMENTIA
- STROKE
- DIABETES (TYPES 1 AND 2)
- BEDRIDDEN PATIENTS
- CONVALESCENCE
- INTUBATION

THE DUTIES OF A HOME HELPER (OR CAREGIVER) INCLUDE:

- HELP THE CLIENT GET OUT OF BED
- TAKE CARE OF PERSONAL HYGIENE
- MAINTAIN RESIDUAL CAPACITIES AND MOTOR SKILLS OF THE CLIENT
- DRESSING AND ADMINISTERING MEALS
- SUPPORT THE PATIENT IN WALKING
- SUPERVISE AND KEEP THE CLIENT COMPANY
- TAKE CARE OF THE BASIC CLEANING OF THE ACCOMMODATION
- ASSIST IN RUNNING HOUSEHOLD ERRANDS.

WHY CHOOSE ASSISTIAMO GROUP:

NO BUREAUCRATIC BURDEN FOR THE FAMILY
COMPETITIVE COSTS ALIGNED TO THE MARKET
FLEXIBLE AND UNCONSTRAINED SERVICE

THE PROMOTION FOR FAO STAFF COOP MEMBERS INCLUDES:

- **5% DISCOUNT ON RATES APPLIED TO HOME CARE AND HOSPITAL CARE SERVICES (WHICH CAN BE CONSULTED AT OUR AGENCIES);**

- **5% DISCOUNT ON RATES APPLIED TO DOMESTIC HELP, BABY SITTING AND OTHER SERVICES;**

- **50% DISCOUNT ON THE ACTIVATION FEE.**

ACTIVATION FEES:

- €150 — €75 FOR LONG-TERM CONTRACTS
- €80 — €40 FOR SHORT-TERM CONTRACTS

FOR INFORMATION:

FAO-STAFF-COOP@FAO.ORG / 0657053142

KINDLY NOTE THAT FAO HAS NO RELATIONSHIP WITH THE SERVICE PROVIDER AND DOES NOT IN ANY MANNER ENDORSE THE PROVIDER.

THE SHARING OF THIS SERVICE IS A MATTER LYING ENTIRELY WITH THE RESPONSIBILITY OF THE COOP AS AN INDEPENDENT LEGAL ENTITY.

FAO STAFF COOP IS IN NO WAY RESPONSIBLE FOR SERVICES PROVIDED BY THIRD PARTIES, WHO RESPOND DIRECTLY TO CLIENTS.