



MARCH
2023

fao Casa gazette

Mensile - No 03 - 2023 - Reg. Trib. N. 574 dell'8/10/1990

- I GIOIELLI NASCOSTI: DIAMANTE

- SUA MAESTÀ IL PEPERONCINO

- IL RESPIRO È IL RITMO DELLA VITA

- MANDARINE ALMOND CAKE

- IN RICORDO DI CLAUDIO BOZZOLO

*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

FAO STAFF COOP SERVICES

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

FAO STAFF COOP BOARD

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

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

Sports Activities:	Antonio Stocchi
Cultural Activities:	Anna Maria Rossi

Contributors 2022:	Rossana Pavoni Gallo
Antonella Alberighi	Domenico Perre
Flavia Beniamini	Emiliano Pinnizzotto
Rosa Basso	Pasqualina Raspaolo
Giovanna Bellelli	Enrica Romanazzo
Fahmi Bishay	Cinzia Romani
M.Rosaria Castaldi	Silvia Rossetti
José Cavalieri	Anna Maria Laudoni
Compagnia "Tutti Esauriti"	Anna Maria Rossi
Silvia De Mari	Anoop Sharma
Annalisa Di Giacomo	Matteo Spinelli
Michela Kranner	Giovanni Sposato
Bin Liu	Gerard Sylvester
Cesare Maramici	Giancarlo Trobbiani
Antonio Messina	Luciano Tudini
Janine Claudia Nizza	



TOURISM

- 8 **Gioielli Nascosti: Diamante la perla del Tirreno**
di Enrica Romanazzo

ART & CULTURE

- 12 **Sua Maestà il Peperoncino**
di Giovanni Sposato

WELLNESS

- 20 **Il Respiro è il Ritmo della Vita**
di Silvia Rossetti e Annalisa Di Giacomo

FOOD&CULTURE

- 24 **Mandarine Almond Cake**
by Pasqualina Raspaolo

IN MEMORY

- 30 **In Ricordo di Claudio Bozzolo**

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. Tosetto</i>	53585
MUSIC THERAPY	<i>Ms N. Rossi</i>	56253
PET GROUP	<i>Ms M. Dupont</i>	56688
POSITIVE THINKING	<i>Ms R. Gupta</i>	55554
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



“Si informa che il Consiglio di Amministrazione della FAO Staff Coop, a norma degli art. 2354 e seguenti del C.C. e dell’articolo 15, punto 15.1, dello statuto sociale, ha provveduto all’esclusione dei soci che non siano più in grado di concorrere al raggiungimento degli scopi sociali, ovvero - come previsto dal relativo regolamento attuativo - dei soci che non provvedano per n. 10 (dieci) anni consecutivi a rinnovare la propria membership: pertanto sono stati esclusi i soci che non hanno provveduto al rinnovo della membership a far data dal 1/1/2013”.

“Please note that the FAO Staff Coop Board of Directors, in accordance with Art. 2354 and following of the C.C. and Art. 15, Point 15.1, of the bylaws, has proceeded in excluding members who are no longer able to contribute to the achievement of the corporate purposes. That is, as required by the relevant implementing regulation for members who fail to renew their membership for ten consecutive years: therefore, members who did not renew their membership since 1 January 2013 have been excluded”.



MARYMOUNT
INTERNATIONAL SCHOOL ROME

- Since 1946 -

TRANSFORMING THE WORLD THROUGH EDUCATION

World Class
International
Curriculum

Forest School



Leader in Technology

Well-being



Global Citizenship

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





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

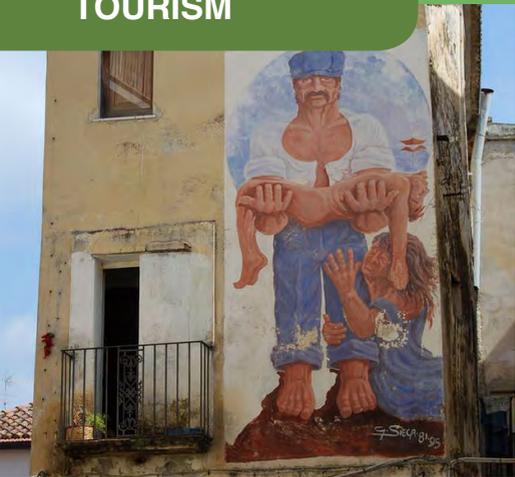
Sostiene e promuove da anni le attività della FAO STAFF COOP. Nel contempo segue ed organizza eventi in difesa dell'ambiente e per la valorizzazione del territorio salentino

LA PERLA DEL TIRRENO CELEBRA OGNI ANNO SUA MAESTÀ IL PEPERONCINO

DIAMANTE: NON SOLO SPIAGGE, CASE DI PESCATORI E PANORAMI SUGGERITIVI, MA ANCHE PEPERONCINO, CEDRO, COLORI, FANTASIA, PAROLE... UN LUOGO DOVE INEBRIARSI DI GUSTO E DI ARTE IN OGNI ANGOLO

Proponiamo un breve viaggio attraverso la Riviera dei Cedri in Calabria, in un tratto di terra che si estende sul Mar Tirreno, per raccontare la città del peperoncino, del cedro e dei murales.

Posta al centro della Riviera dei Cedri, Diamante è soprannominata la PERLA DEL TIRRENO per i suoi circa otto chilometri di spiaggia dalle varieghe combinazioni di sabbia e di colore, nonché il mare cristallino ed i fondali sempre diversi che ne fanno una delle mete turistiche della Calabria. È un luogo ameno e vivace, ricco di fermento culturale. Matilde Serao e Gabriele D'Annunzio sono tra i tanti letterati che hanno rivolto la loro attenzione a quella che hanno definito la perla del tirreno. Poeti, scrittori, giornalisti, storici e rivoluzionari hanno lasciato la loro firma o un loro verso sui muri della città. Diamante è il museo all'aperto più grande d'Italia e tra i più grandi del mondo. A Diamante si tengono seminari di filosofia organizzati dall'Istituto Italiano per gli Studi con la collaborazione dello scrittore diamantese Nuccio Ordine, docente di Letteratura italiana presso l'Università della Calabria e tra i maggiori studiosi della figura e dell'opera del filosofo Giordano Bruno.



Diamante è una meta affascinante e tutta da scoprire, non solo per le spiagge, le case di pescatori ed i panorami suggestivi, ma anche per i prodotti della sua terra, nonché per i colori, la fantasia, le parole... i murales di Diamante sono uno spettacolo unico che stupisce coloro che si trovano a camminare per le pittoresche strade del borgo antico. Diamante fa infatti parte dell'Associazione italiana Paesi Dipinti, che fa rete tra tutte quelle realtà che, come il paese in provincia di Cosenza, posseggono e valorizzano il patrimonio artistico sui muri esterni delle abitazioni. Nel 2021 Diamante ha festeggiato i quarant'anni dall'esordio di questa iniziativa nata nel 1981, anno in cui la cittadina calabrese comincia ad arricchirsi sempre di più di murales realizzati sui muri delle case da pittori italiani e stranieri, attratti dall'evento "Operazione Murales" ideato dal pittore Nani Razetti che, con il benestare del sindaco di allora Evasio Pascale, diede il via a questo interessante progetto che ha portato in città importanti street artisti del calibro di Jorit, Tony Gallo, Kraser il cui tocco ha trasformato il centro in un museo a cielo aperto, in un luogo dove inebriarsi di arte in ogni angolo. I murales sono davvero tantissimi, a tal punto che dare un numero preciso risulta difficile. Il numero di queste opere è cresciuto nel tempo ed è destinato ancora ad aumentare.

Il piccolo centro cosentino possiede una delle due uniche isole della Calabria, l'isolotto di Cirella, dalla forma suggestiva e dalla flora selvaggia dove i fondali sono splendidi e regna la *Posidonia argentata*.

La frazione di Cirella, attualmente attrezzato centro balneare, è ricca di storia e di reperti che testimoniano l'importanza di questa fiorente città magno greca di nome Cerillae che fu centro importante grazie alle esportazioni commerciali tra Roma e la Magna Grecia. Qui sorsero templi e ville romane, di epoca imperiale, le cui vestigia sono ancora visibili. La città fu distrutta e ricostruita numerose volte nel corso dei secoli.

Ma Diamante è soprattutto nota per un prodotto tipicamente legato alla gastronomia calabrese. Dal 1992 la cittadina dedica una manifestazione annuale ad un prezioso ortaggio: un festival per celebrare sua maestà il peperoncino attraverso degustazioni, spettacoli, mostre convegni medici, film e la storica finale del "Campionato Italiano Mangiatori di Peperoncino".

Altro prodotto tradizionale della “Riviera dei Cedri”, è il prelibato agrume di cui Diamante è il principale centro. Il liquore al cedro viene prodotto localmente in modo artigianale e ottenuto per infusione della corteccia. Qui si produce, inoltre, il cedro candito, ottenuto da un complesso procedimento di salamoia. Si possono assaggiare i “panicilli”, acini di uvetta aromatizzata avvolti nelle foglie del cedro, legati con un giunco e infornati, che anche Gabriele D’Annunzio definiva un’autentica delizia. Le caratteristiche particolari di questo agrume nella sua varietà autoctona denominata cedro liscio di Diamante (di grosso taglio e profumata, destinata in gran parte alla canditura), lo resero unico e conosciutissimo sul mercato mondiale; grazie alla sua massiccia esportazione verso Israele e gli Stati Uniti, dove era usato dalle comunità ebraiche che in occasione della festa dello Sukkot inviavano i propri Rabbini a selezionarlo, il cedro divenne una voce economica consistente del bilancio della comunità.



Le prime notizie sulla nascita di un vero e proprio nucleo abitato nei luoghi di Diamante risalgono al 1500, allorquando il Principe Sanseverino ordinò la costruzione di una postazione difensiva per contrastare le incursioni saracene. Intorno al torrione dei Sanseverino sorse più tardi una fortificazione del territorio. Al termine delle scorribande turche, la popolazione dalle campagne si spostò verso il mare incrementando i traffici commerciali. Successivamente benestanti e commercianti napoletani, amalfitani e salernitani e nobili famiglie, anche di origine spagnola, vi si stabilirono per la posizione e l’amenità del luogo dando vita al centro abitato. Presto Diamante divenne un discreto centro per la pesca e l’agricoltura, grazie alla nutrita flotta e alla produzione del cedro.

Diamante è un piccolo museo a cielo aperto che merita una visita da parte di chi ama natura, arte e buon cibo. Sono ottime le specialità locali a base di pesce, come le pitticelle di rosamarina, deliziose frittelle a base di bianchetto, la rosamarina con il pepe, il cosiddetto caviale dei poveri, e le alici conservate sotto sale e peperoncino in recipienti di creta detti cugnitti; questi e ulteriori esperimenti gastronomici da apprezzare presso i ristoranti diamantesi.

SUA MAESTA' IL PEPERONCINO! IL PEPERONCINO ED I SUOI POTERI

LA PRIMAVERA È IL PERIODO MIGLIORE PER SEMINARE IL PEPERONCINO ALLAPERTO. SIN DALL'ANTICHITÀ IL PEPERONCINO È STATO ANCHE APPREZZATO PER LE SUE PROPRIETÀ MEDICINALI: INFATTI MIGLIORA LA CIRCOLAZIONE SANGUIGNA E NON SOLO...

di Giovanni Sposato

Agrotecnico, formatosi alla scuola agraria Fondazione Minoprio, Como.

Ha lavorato, con intensità ed amore, per un periodo di circa 33 anni, nel settore sementi del Seed Laboratory della Fao a Roma.



Simbolo di una regione, la Calabria, il peperoncino è conosciuto fin dall'antichità per le sue proprietà benefiche. Un "tesoro rosso" che dal Nuovo Mondo, grazie a Colombo, è approdato sulle coste del Tirreno condizionando la storia e la cultura di un intero popolo. Nella tradizione calabrese le fidanzate dovevano dimostrare di saper rigirare una frittata fatta coi "diavulicchi".

Durante i suoi viaggi di esplorazione in Calabria tra il 1907 ed il 1911, lo scrittore inglese Norman Douglas (1868-1952) era particolarmente interessato al paesaggio selvaggio e lussureggiante di questa terra e agli abitanti molto laboriosi e pieni di vitalità. Douglas amava molto l'ambiente calabrese, pur aspro e difficile ed infatti alla fine del suo viaggio in questa favolosa terra annoterà in un suo libro "Vecchia Calabria" (titolo originale "Old Calabria") tutto quello che incontrava durante le sue soste nei vari paesi dal mare alla montagna. A tutt'ora quest'opera letteraria viene giudicata come uno dei migliori libri di



viaggio sulla Calabria. In questo libro Douglas cattura l'essenza del popolo calabrese, la sua cultura, i paesaggi, la storia ed il modo di vivere strettamente legato ai prodotti della natura. Da ricordare che a quel tempo la Calabria era considerata una terra dimenticata ("a forgotten land"), ma Douglas con le sue descrizioni seppe giustamente valorizzarla anche attraverso la cucina che fa uso di ottime spezie di cui gli abitanti facevano grande uso.

Si chiama peperoncino in quanto ha proprietà piccanti, altrimenti verrebbe chiamato peperone (ortaggio dolce). Il peperoncino in Calabria viene chiamato pipariddi, o meglio per non confondere pipariddi vruscenti; vruscenti in quanto dal gusto forte, pungente o

AVENTINO DENTAL

Dott. Luca Corradi

ROMA - PIAZZALE ARDEATINO 1G

Mob. 3465027415 (WhatsApp)

dentista.corradi@gmail.com

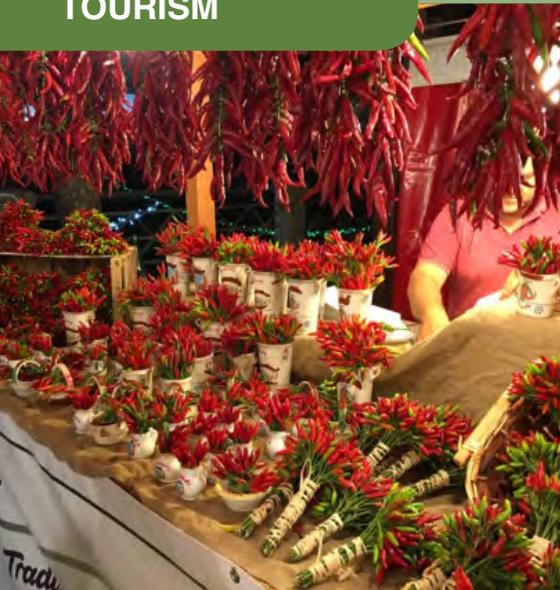
www.aventinodental.it



on parle Français
we speak English

FRENCH DENTAL CLINIC ROMA





meglio bruciante. In altre parti del mondo viene chiamato con diversi nomi: hot pepper, piment, paprika, chili, pimiento picante ecc.

Il peperoncino, originario del Sud America, fu introdotto in Europa da Cristoforo Colombo durante i suoi viaggi nel Nuovo Mondo. Appartiene al genere *Capsicum* della famiglia delle Solanaceae che include una vasta categoria di piante come ortaggi, ornamentali, medicinali ma anche piante velenose. Il peperoncino è parente stretto del peperone (da intendersi quello normale, dolce), pomodoro, patata, melanzana, petunia, tabacco e moltissime altre piante. In Calabria il peperoncino è un ortaggio molto popolare sin dall'antichità. È facile da coltivare in quanto si trova praticamente nel suo habitat naturale. Gli abitanti lo coltivano per il suo sapore forte e piccante e si può trovare dappertutto dal mare alla collina, negli orti familiari, in piccoli appezzamenti di terreno, ma anche in vasi su terrazzi e balconi. Nel passato si vedeva sui davanzali delle finestre insieme all'aglio che veniva messo per tenere lontano le streghe ed i vampiri, mentre il color rosso acceso era simbolo di buona salute e proteggeva dal malocchio. Ma, soprattutto, alla contadina veniva comodo, mentre

cucinava, stendere la mano e staccare uno spicchio d'aglio ed una bacca di peperoncino e speziare le pietanze diletlandosi nei vari gusti dopo una giornata di duro lavoro nei campi.

PROVA D'AMORE CON LA SOLANACEA

Secondo alcune tradizioni locali, in Calabria il peperoncino era un indicatore di vero e puro amore verso la propria compagna o compagno a cui si voleva bene. La ragazza si soleva dire che era "pronta per il matrimonio" se sapeva preparare una frittata (omelette) al peperoncino come pranzo iniziatorio al proprio ragazzo (fidanzato). Il ragazzo, naturalmente, se pienamente innamorato della ragazza, era obbligato a mangiare la frittata e sostenere in modo coraggioso la sensazione di bruciore provocata dal peperoncino, chiamata anche "Prova del diavolo", e così poter dimostrare la sua abilità nell'affrontare le avversità della vita nel mondo reale, ma soprattutto questa prova iniziatoria era un mezzo per potere dimostrare un profondo e tenero amore per la sua dolce amata fanciulla. Una sfida alquanto complicata

era riservata anche alla giovane donna che doveva sostenere la prova del salto della frittata. Questa era obbligata a cuocere la frittata equamente da entrambe le parti, cosa non certo facile in quanto bisognava far roteare la frittata in aria in modo che cadesse perfettamente nella padella dal lato giusto da cuocere. Non centrare perfettamente la padella dal lato giusto o peggio farla cadere sul pavimento della cucina, significava annullare il matrimonio in quanto portatore di disgrazie. Se la frittata roteava con successo e si adattava dalla parte giusta da cuocere veniva considerata matura per le nozze.

BIODIVERSITA' E FESTIVAL

Da giovane ricordo che le varietà di peperoncino coltivate erano tantissime, ora sono rimaste le principali. Nelle campagne ogni nucleo familiare era fiero di coltivare le diverse varietà di peperoncino dal frutto piccolo al medio, dal miniaturizzato al ciliegino od alla forma allungata e ovviamente dal medio piccante ad eccessivamente piccante, che rappresentavano il loro villaggio, comunità o regione; in pratica era una gara a chi producesse meglio ed avesse i peperoncini più piccanti (più diabolici). Generalmente le varietà a frutto più piccolo hanno l'aroma ed il gusto più forte, tipo diavoletti (diavulicchi).

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

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

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

Martedì 11,00-14.00
Venerdì 10,00-13,30

Mercoledì 14,00-19.00

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





Le migliori varietà di peperoncino coltivate a tutt'ora sin dai tempi antichi sono probabilmente i diavoletti (diavulicchi, little devils) e le ciliegine (cerasiddi, come piccole ciliegie). Entrambi i tipi sono tolleranti a cambiamenti climatici e cure diverse di coltivazione per cui la loro propagazione e successo si mantengono inalterati anche con il passare degli anni. Altre varietà di minore importanza hanno la forma e la grandezza di piccole bacche rosse. A volte i nomi cambiano da località a località, cosa abbastanza tipica anche nel resto d'Italia.

Oggi, a causa del turismo e l'emigrazione, molte delle vecchie varietà sono scomparse o sostituite da altre di maggior consumo commerciale che si possono trovare in Calabria come in Lombardia. Ci sono anche ibridi o le varietà di Cayenne che producono frutti più lunghi e più grossi. Generalmente i piccoli coltivatori o le persone più avanti negli anni non sono disponibili a coltivare gli ibridi in quanto il seme dopo il primo raccolto diventa non riproducibile cioè sterile (si dice che non mantiene più le caratteristiche della pianta madre). Si preferiscono le varietà naturali con i loro semi biologici da tenere in casa di anno in anno per poi utilizzarli in primavera al tempo della semina.

Considerata la regione più speziata d'Italia, in Calabria si trova l'Accademia del Peperoncino con sede a Diamante, in provincia di Cosenza. In questa località sul mar Tirreno si svolge ogni anno, nel mese di settembre, il "Festival del Peperoncino" dove arrivano persone da tutta Italia e da diversi Paesi europei, tanti curiosi e "maniaci" del peperoncino. Nella cittadina ci sono diversi preparati gastronomici, mostre, convegni e tantissime iniziative organizzate dalle autorità locali.

UN TESORO SUL BALCONE

La primavera è il periodo migliore per seminare il peperoncino all'aperto. Tuttavia se si vuole assicurare una buona produzione per tutto l'anno conviene seminare in posti riparati dal freddo. Quindi interrare leggermente i semi in un buon terriccio organico e collocarli in un posto caldo e luminoso esposto al sole. L'ideale è avere una piccola serra per ottenere le future piantine che verranno poi messe a dimora in pieno campo o in vasetti per adornare anche i balconi delle case. Si consiglia di trapiantare all'aperto quando non esistono rischi di freddo o gelate. Da tenere in debita considerazione che una temperatura calda è il fattore base quando pianifichiamo di avere degli ottimi peperoncini dal denso colore e croccanti.

Sin dall'antichità il peperoncino è stato anche apprezzato per le sue proprietà medicinali: infatti migliora la circolazione sanguigna. Sicuramente la pianta di peperoncino rappresenta un tesoro se coltivata sul balcone, giardino o orto familiare.



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

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

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

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

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

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

IL RESPIRO E' IL RITMO DELLA 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".

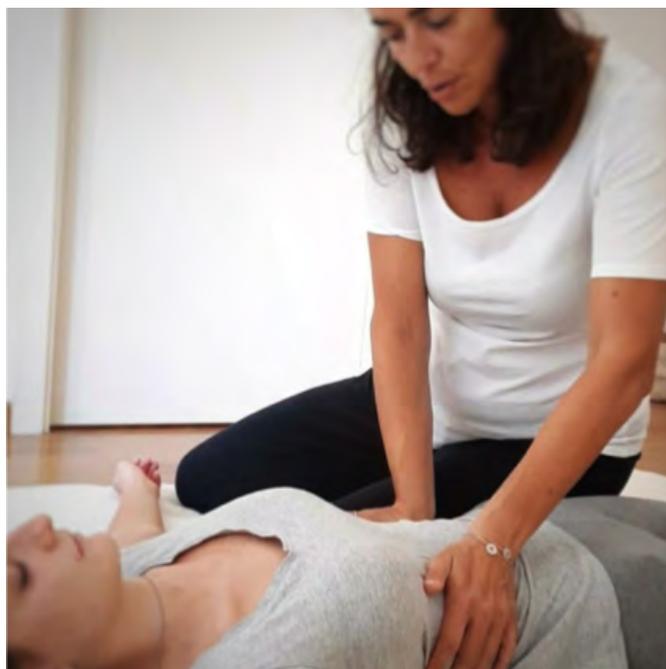
Una delle prime cose che ci viene detta quando si comincia un corso di Shiatsu è "respira!", ma io respiro... è il pensiero spontaneo di risposta. Nel corso del tempo mi sono accorta di quanto fosse vera questa indicazione e piano piano ho cominciato a riscoprire questa potenziale risorsa che spesso è stata sopita. Quindi ho cercato di esplorare attraverso lo Shiatsu i diversi modi di respirare per scoprire quanto ancora ci sia da studiare ed approfondire.

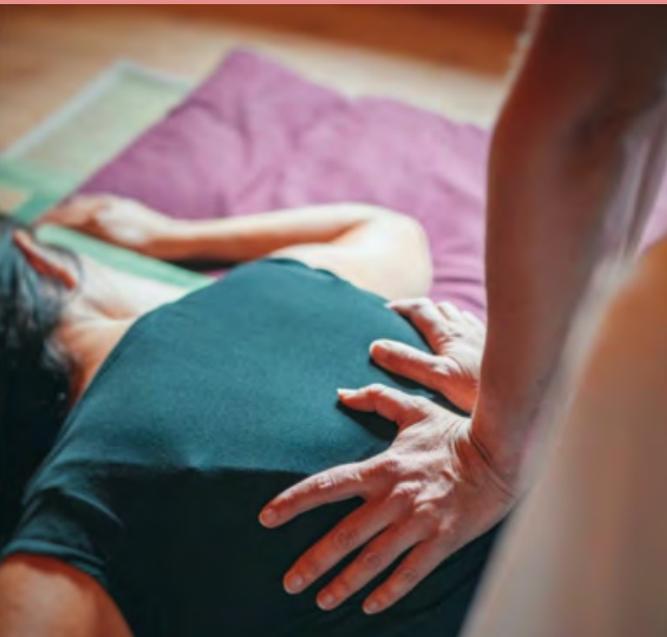
Il respiro è il primo atto che compiamo alla nascita ed è determinato dal diaframma. Il diaframma è una struttura muscolo-tendinea che divide la cavità toracica da quella addominale.

È un muscolo involontario, ma la sua attività è anche influenzabile volontariamente, presiede alla respirazione oltre a varie altre funzioni corporee. E' legato ad importanti strutture del sistema neurovegetativo e influenza l'assetto posturale della persona.

Masunaga scriveva:

"Praticare la Respirazione per Immagini, in maniera rilassata e senza fretta in qualunque momento si abbia un po' di tempo per sé, porterà ad apprezzare più profondamente ciò che significa essere vivo, e ciò aumenterà anche il piacere di vivere."





Il diaframma è il grande centro che distribuisce l'energia, ma per difendersi dalle sensazioni spiacevoli e dolorose si impara fin da subito a ridurne al minimo le capacità. Fin dalla vita fetale l'individuo impara a frenare i movimenti diaframmatici per difendere la propria vita, in seguito lo farà per proteggersi dal senso di perdita e vuoto che giunge dalla sfera affettiva.

Soprattutto in questo momento in cui abbiamo bisogno di ritornare alla normalità perché siamo travolti da paure e insicurezze dobbiamo reimparare a

respirare. Quindi impariamo a farlo con dolcezza e molto ascolto senza dare per scontato che conosciamo già tutto del nostro corpo.

Anche la distribuzione dell'energia nel corpo ha origine dal respiro. Quando il diaframma è sbloccato, cosa che possiamo verificare percependo se la pancia si espande, l'energia circola, grazie al respiro, in ogni direzione, nutrendo complessivamente il nostro corpo e la nostra mente. È capitato a tutti, in momenti di tensione, di fare, in modo inconsapevole e istintivo, un respiro profondo e sentire che la tensione si allenta.

Se focalizziamo la nostra attenzione collegandola al respiro in modo consapevole, ci colleghiamo a tutti quei piccoli blocchi che, in termini energetici, hanno bisogno di una "spinta" per circolare meglio e il beneficio che ne deriva è tutto da sperimentare. Quindi respirare è sinonimo di "sentire".



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

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 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.



SERVICES:

Available only at WFP - HQ service centre, (ex-commissary)

-GENERAL INFO - SERVICE CENTRE: MONDAYS AND WEDNESDAYS

12:00 pm TO 17:00 @HUB2

-PENNISI LEGAL OFFICE (LEGAL SERVICE): MONDAYS

10:00 TO 12:00 (duration of counseling: about 20 minutes) * @HUB2

-MARIA RIBERO DOS SANTOS (INPS AND ID DOCUMENTS - ITALIAN BUREAUCRACY ASSISTANCE): TUESDAYS

12:00 TO 15:00 (duration of counseling: about 30 minutes) @HUB3

-STUDIO ARQUINT (FISCAL ADVISOR) - STARTING FROM 2 MARCH: THURSDAYS

13:00 TO 15:00 (duration of counseling: about 30 minutes) * @HUB3

-UNITY FINANCIAL PARTNERS (FINANCIAL PLANNING) - STARTING FROM 3 MARCH: FRIDAYS 14:30 TO 16:00 (duration of counseling: about 30 minutes) * @HUB3

-MIA TINTORIA (DRY CLEANING SERVICE): WEDNESDAYS

12:30 TO 14:30 @HUB4

-NON SOLO ORLI (TAILORING AND GARMENT REPAIR SERVICE): THURSDAYS

12:00 to 13:45 @HUB4

*** By appointment only. Reservations can be made at the Service Centre on Mondays and Wednesdays**

between 12:00 and 17:00 or by phone (0657053142) or e-mail (fao-staff-coop@fao.org)

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

MANDARINE ALMOND CAKE (TORTA DI MANDORLE AL MANDARINO)

GLUTEN-FREE



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

Today I share with you an incredibly delicious cake recipe, compliments of a dear friend in Southern Italy, which we have converted into a gluten-free alternative.

This almond and mandarine cake is soft, fragrant and delicious! The mandarines and their citrus juice give it a characteristic and incredibly pleasant taste and scent! A cake that is simple to prepare and perfect at any time!

We also decided to make dehydrated oranges, mandarines, and lemons to add as decoration.

Buon Appetito!

Yields: 6 - 8 portions

Prep Time: 20 minutes

Baking Time: 60 to 70 minutes





Ingredients:

- 2 3/4 cups almond meal
- 1 1/2 teaspoon baking powder
- 1/2 teaspoon baking soda
- Pinch of salt
- 4 eggs, room temperature
- 1/2 cup maple syrup
- 3 mandarines, membrane removed and segment each piece (can sub with 3 small oranges)
- 1/4 cup olive oil or sunflower oil
- 3 tablespoons yogurt (sub with coconut or almond yogurt to make it dairy-free)
- 3 tablespoon fresh mandarine juice
- Dehydrated mandarine and oranges as garnish (optional)
- Powdered sugar as garnish (optional)





Directions:

1. Preheat oven to 350 degrees F. Grease and line 9-inch round springform pan with parchment paper.
2. In a mixing bowl, whisk together almond meal, baking powder, baking soda and salt, then set aside.
3. Using a food processor, add eggs and maple syrup and mix until foamy. Add mandarine pieces and pulse 8 to 10 times then mix for one to two minutes until smooth. You may see a few bits of mandarine pieces. Add oil and yogurt and continue to mix well then slowly add almond meal mixture a little at time pulsing 5 to 6 times in-between each addition then mix until creamy.
4. Transfer mixture in the prepared baking pan and bake for 60 to 70 minutes or until the surface is golden and a toothpick inserted into the center comes out clean.

5. Once baked, remove from oven and let it rest in the baking pan for 10 minutes before transferring to a wire rack to cool completely. Once cooled, brush top with mandarine juice and decorate with dehydrated citrus and powdered sugar.

Enjoy!





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
Il tuo sguardo è un'opera d'arte.



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 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

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



Financial
Planning



Investment
Planning



Retirement
Planning



Protection
Planning



Tax
Planning

www.unityfinancialpartners.com

Viale Aventino 80
Rome 00153
Tel 06 45429867

In Ricordo di Claudio Bozzolo

Dopo un 2022 segnato da tre lutti che hanno addolorato il popolo della FAO, siamo di nuovo qui a ricordare un caro collega ed amico scomparso prematuramente.

Claudio era sempre disponibile a partecipare agli eventi artistici che organizzavamo nei bei tempi in cui la FAO era un'isola felice, un luogo ideale per celebrare l'arte e la musica attraverso iniziative da noi promosse all'insegna della diversità di culture e di generi musicali. Ricordo ancora quando Mauro Beltramme (ideatore della compagnia teatrale TuttiEsauriti) mi invitò a registrare la sigla musicale per i loro spettacoli. È vivido in me il ricordo di quel pomeriggio in cui, nella saletta allestita per l'occasione, Claudio mi accompagnava alla chitarra, sua fedele compagna di avventure. Era un artista poliedrico ed appassionato al quale vogliamo dedicare uno spazio che possa raccogliere le testimonianze di chi lo ricorda con nostalgia ed affetto.

Enrica Romanazzo
Presidente
FAO STAFF COOP

Claudio, uno di noi.

Il 5 febbraio u.s. ci ha lasciato il nostro amico, collega attore Claudio Bozzolo. Abbiamo condiviso con lui tanti bei momenti sia in scena che nella vita privata. Il timbro della sua voce risuona ancora nelle nostre orecchie e quel sorriso aperto, sincero, che svelava un animo sensibile anche ai meno attenti, è qualcosa che non dimenticheremo.

Ci piace ricordarlo mentre arrivava alle prove con la sua moto rossa o mentre avanzava verso noi con l'andatura morbida di chi sapeva prendersi il suo tempo, anche quando era in ritardo!

Impossibile dimenticare la sua dolcezza, ma anche il cipiglio con cui portava avanti le sue idee. Trasmetteva tenerezza, ma era un portento di energia quando suonava il blues.

Claudio, dalle mille doti, sei stato un amico divertente e sincero.

Quanti spettacoli abbiamo condiviso! Per citarne solo alcuni: Lo scopone scientifico, Parenti serpenti, Alcazar, Rumors, Finche vita non ci separi.

Grazie per ciò che ci hai donato.

R.I.P. dolce amico

Compagnia TuttiEsauriti

Messaggio di Michela Kranmer

Caro Claudio, è difficile racchiudere in poche parole una personalità complessa come la tua. Sei sempre stato una persona estremamente gentile e disponibile con tutti. Ho avuto la fortuna di conoscerti nei corridoi della FAO. Eravamo colleghi e poi siamo diventati amici condividendo quanto di più bello potessimo desiderare condividere: la musica. Tu, chitarrista ed armonicista, hai creduto in me, nella mia voce e nelle mie potenzialità, ed in poco tempo abbiamo messo su una Blues Band e con altri colleghi abbiamo iniziato a suonare nei più rinomati locali di Roma. I nostri concerti erano un punto di ritrovo per amici e colleghi che volevano passare qualche ora spensierata grazie alla tua simpatia ed alla tua innata capacità di essere un front-man. Non potrò mai dimenticare con quanto orgoglio ed ammirazione, al personale ospedaliero che ti ha assistito durante gli ultimi giorni di travaglio, dicevi loro che io ero la tua cantante... con gli occhi sorridenti di un bambino. Non sei stato solo un poliedrico musicista, ma anche un valido attore. Arti che hai incredibilmente esercitato da autodidatta, improvvisando sui palchi così come nella vita. Sempre attento alle esigenze di chi ti stava vicino, fosse un amico, un collega o un parente, sapevi leggere nel cuore delle persone. Oggi siamo in tanti a piangere la tua precoce scomparsa ma vogliamo ricordarti con un sorriso, lo stesso che hai saputo donarci in ogni circostanza perché sapevi sempre trovare il lato bello delle cose ed apprezzare i doni della vita. Hai dato tanto. Sei stato tanto. Per me e per tutti noi. Buon viaggio amico mio.

Oggi siamo in tanti a piangere la tua precoce scomparsa ma vogliamo ricordarti con un sorriso, lo stesso che hai saputo donarci in ogni circostanza perché sapevi sempre trovare il lato bello delle cose ed apprezzare i doni della vita. Hai dato tanto. Sei stato tanto. Per me e per tutti noi. Buon viaggio amico mio.

Michela Kranmer



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



AVENTINO 38
STUDIO MEDICO / MEDICAL OFFICE

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

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

