

FUORI SINCR0

Periodico di cultura, idee, informazione, attualità a cura della redazione giornalistica delle strutture riabilitative Insieme



“CORTO MA... NON TROPPO”, NUOVO PREMIO

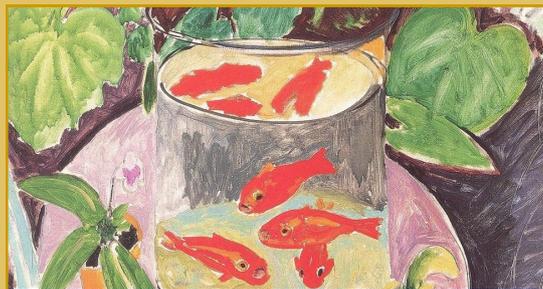


“IL CONTAGIO” MIGLIOR FILM

Dopo il premio come miglior film al Festival Internazionale del Cinema Patologico di Roma, un'altra grande emozione per i ragazzi: il loro film “Il contagio” si è aggiudicato il primo premio, la Vite D'Oro, alla terza edizione del Festival “Corto... ma non troppo”, a Paliano.

ALLE PAGG. 2 -5

MATISSE, L'INCANTO DEI COLORI



ALLE PAGINE 16 e 17

AMBIENTE FERITO



A PAGINA 11

INCREDIBILE COSMO



A PAGINA 12

ALL'INTERNO:

RIVIVE L'ANTICA FORMIAE	PAG. 7
UNA STRAZIANTE LOVE STORY	PAG. 11
ISTANTANEE DA UNA VITA	PAG. 8
POESIA, ETERNO AMORE	PAG. 14
INSIEME AUSONIA È PROMOZIONE!	PAG. 23

SPETTACOLO



“IL CONTAGIO” VINCE IL PRIMO PREMIO AL FESTIVAL “CORTO... MA NON TROPPO”



Nel momento in cui Enzo Prisco - organizzatore del festival “Corto... ma non troppo” insieme a Fabrizio Mampieri a allo staff di Casa Johnny e Casa Mary — ha aperto la busta che conteneva il titolo vincitore di questa terza edizione, stavamo tutti col fiato sospeso, lì sugli spalti del palazzetto dello Sport di Paliano (FR). “Il premio Vite d'Oro per il miglior cortometraggio va a... Il contagio!”. E siamo saltati tutti in piedi, stupiti e commossi per questo riconoscimento. L'esperienza di partecipare al festival nazionale “Corto... ma non troppo” è stata entusiasmante e positiva per tutti gli ospiti e gli operatori presenti, anche al di là del fatto di aver ottenuto il primo premio. È stato bello essere accolti come a casa, partecipare con le altre strutture provenienti da diverse parti d'Italia alle proiezioni e ai momenti in cui è stato ricordato amorevolmente Massimo Troisi, a cui gli organizzatori hanno dedicato il premio della sezione speciale riservata agli autori. Per i ragazzi è stata particolarmente interessante l'esperienza di prendere parte alla giuria che ha scelto il miglior film d'autore, “Il ghiaccio” di Totò Cafì. Dopo la vittoria al Festival Internazionale del Cinema Patologico di Roma, quindi, arriva un altro graditissimo riconoscimento per “Il contagio”, il film interpretato da oltre 50 ospiti delle comunità Insieme e diretto da Peter Ercolano. Il messaggio del film, che punta sul valore profondo e aggregante del sorriso, evidentemente è arrivato. La prossima proiezione pubblica de “Il contagio” è in programma per il 3 luglio presso il teatro della comunità Insieme a San Cosma e Damiano in occasione della nona edizione dell'Activity Day.

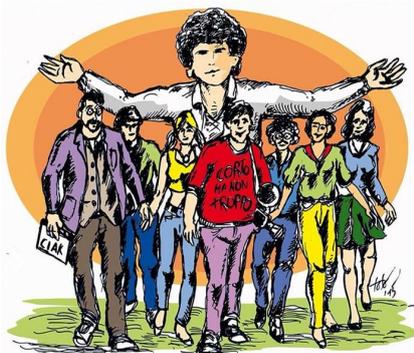


SPETTACOLO



Il Festival "Corto ma non troppo" si è tenuto il 5 e 6 giugno scorsi presso il Palazzetto dello sport di Paliano (FR). Si tratta di un festival speciale, che giunge quest'anno alla sua terza edizione e nasce dalla voglia di un piccolo gruppo di persone che opera nel campo della riabilitazione psichiatrica di dare voce ai veri protagonisti del disagio mentale, i pazienti. Ospiti di strutture socio sanitarie dell'intera Italia che si incontrano, si conoscono e interagiscono tra loro.

"Il nostro scopo fondamentale, oltre a quelli di lasciar produrre a "loro" questi lavori e di partecipare ad un concorso nazionale quello di promuovere l'inclusione sociale attraverso questo piccolo grande evento, lasciando ai nostri ospiti la possibilità di realizzare un sogno come per esempio quello di creare un piccolo film". Infatti la giuria del festival seleziona opere che siano, quanto più possibile, realizzate o ideate dagli ospiti stessi. La qualificata giuria ha assegnato il premio "Vite d'Oro" al nostro film, mentre una giuria interamente composta da ospiti delle diverse strutture per disagio psichico ha assegnato il premio "Ricomincio da te... Massimo", in memoria di Massimo Troisi per le pellicole d'autore fuori concorso. Durante il Festival era presente il nipote di Massimo Troisi, Stefano Veneruso, attore e regista napoletano che a breve dirigerà un film sulla vita dell'indimenticato Troisi, dal titolo "Da domani mi alzo tardi". A vincere la sezione autori è stato Totò Calì con il cortometraggio "Ghiaccio", votato dalla stragrande maggioranza dei componenti della giuria speciale composta dai ragazzi. Affetto e aria puli-



ta: queste le parole chiave di questo festival, ed in effetti partecipare è stata una boccata d'aria fresca. Ci siamo sentiti accolti come in famiglia, e di questo ringraziamo gli organizzatori e le strutture Casa Johnny e Casa Mary. Una realtà in continua crescita, quella del festival "Corto ma non troppo", che coniuga sapientemente il sociale con la passione per il cinema. Per questa edizione 2015 erano presenti in concorso opere realizzate da comunità terapeutiche della Sicilia, della Puglia, dell'Abruzzo, del Lazio e da altre zone del Paese. Da parte dei nostri ospiti e di tutto il gruppo Insieme un grazie di cuore a Fabrizio Mampieri e Enzo Prisco per aver organizzato l'iniziativa e averci fatto vivere un'emozione unica. Continuate così ragazzi! Ad maiora.

SPETTACOLO



“NOI OSPITI ABBIAMO PREMIATO GLI AUTORI, ORGOGLIOSA DI DIVENTARE UNA GIURATA”

di Nicoletta Zocaro

Lunedì 1 giugno insieme ai miei compagni, ci siamo recati al teatro della Comunità di San Cosma e Damiano per assistere alla proiezione di otto cortometraggi. La cosa più bella e divertente è stata il dover fare da giuria, per cui ognuno di noi ha dato una valutazione da 1 a 5 di diversi contenuti come ad esempio la trama, la bravura degli attori ecc... Per questo motivo ho dato spesso voti alti. Due film in particolare mi hanno colpito: “Baull”, anche se mi ha messo un po’ di paura e “Ghiaccio”, a cui ho dato il massimo dei voti in tutte le



categorie. Il sabato successivo c’è stata la premiazione dei corti, quindi i miei compagni insieme con Peter e ai ragazzi di altre strutture si sono recati a Paliano al festival del cortometraggio “Corto ma non troppo”, per assistere alla proiezione dei corti. Con mia grande gioia e sorpresa la vittoria è stata proprio di “Ghiaccio”. Allora ci avevo visto bene!!! Inoltre abbiamo ottenuto un’altra vittoria con il nostro cortometraggio “Il contagio” diretto da Peter Ercolano e interpretato dai ragazzi delle Comunità Insieme. Dunque la gioia è stata ancora più grande.

Nella foto sopra una scena del film “Il ghiaccio”, vincitore della sezione autori, in basso alcuni momenti della proiezione del nostro film il 6 giugno scorso (dalla pagina facebook di “Corto... ma non troppo”)



SPETTACOLO



FORMIA FILM FESTIVAL, L'EMOZIONE DEL GRANDE SCHERMO

L'emozione di vedere il proprio film proiettato sul grande schermo, in un vero cinema, la Multisala del Mare, è stata enorme. Viverla è stato possibile grazie alla sensibilità dimostrata dagli organizzatori del Formia Film Festival, che hanno voluto inserire il film interpretato dagli ospiti delle Comunità Insieme in una sezione fuori concorso. Il 15 maggio, davanti ad un folto pubblico, sono stati presentati i cortometraggi "Senza Parole" di Edoardo Palma, "Tobacco Burn", di Justin Liberman, "Non senza di me" di Brando De Sica, e appunto "Il Contagio" di Peter Ercolano. La serata si è chiusa con un tributo a Christian "Oz" Repici, giovane scrittore e



sceneggiatore formiano alla cui memoria era dedicato tutto il Festival. Il Formia Film è un Festival internazionale di Cinema ideato da Daniele Urciuolo, mente e cuore dell'evento, un ragazzo dall'entusiasmo contagioso e dal vulcanico spirito di iniziativa. Il Festival si propone di promuovere il cinema a livello locale, nazionale ed internazionale, con l'obiettivo di rafforzare il binomio che unisce il territorio del Sud Pontino e la settima arte, sia dal punto di vista artistico-culturale sia da quello strategico di volano economico del settore. È stato un onore vedere "Il contagio" proiettato accanto a produ-

Nelle foto alcuni momenti della proiezione de "Il contagio" nell'ambito del Formia Film Festival, il 15 maggio scorso

zioni cinematografiche di altissimo livello, nazionali ed internazionali. Sedere in platea con attori famosi del piccolo e grande schermo. Grazie di cuore a Daniele e a tutto il suo staff! In bocca al lupo per le prossime edizioni del festival!



ITALIA DA SCOPRIRE



LE SPIAGGE DA SOGNO DELLA SARDEGNA

di Maria Scuto

Mare e coralli. Sono queste le cose che mi ricordano maggiormente uno dei viaggi più belli che ho fatto. Sto parlando della vacanza trascorsa in Sardegna, alcuni anni fa, che è stata probabilmente la mia preferita tra le mete che ho visitato nella mia vita. Sono partita con mia sorella e mio cognato. Il posto dove abbiamo soggiornato durante la vacanza era stupendo, le acque turchesi e cristalline, la sabbia quasi bianca. Ho praticato snorkeling rimanendo stupita dei meravigliosi fondali, pieni di coralli e pesciolini.



Sopra la spiaggia del Piccolo Pevero, vicino Arzachena, sotto uno scorcio di Porto Cervo

Alloggiavamo in un residence molto bello e spazioso con vista mare, ad Arzachena, in località "Pevero", proprio nei pressi delle bellissime spiagge del piccolo e grande Pevero. L'arenile si presentava con un fondo di sabbia fine e chiara, circondata da scogli e scogliere. La suggestiva spiaggetta, situata nella parte centrale del golfo, si apre alla vista delle bellissime Isole Li Nibani. È circondata dai cespugli della profumata macchia mediterranea, in mezzo ad acque limpidissime che offrono colorazioni varie con sfumature dell'azzurro. La zona in cui abbiamo soggiornato non dista molto da Porto Cervo, bellissima cittadina meta di vip per vacanze extra lusso!



ITALIA DA SCOPRIRE

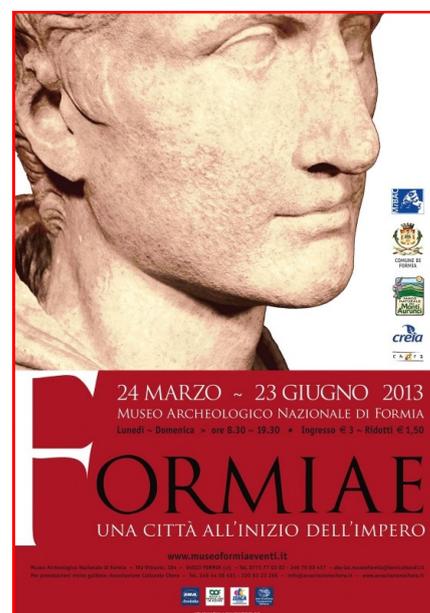


RIVONO I FASTI DELL'ANTICA FORMIAE

di Consuelo Mencaroni e Nino Longo



Non serve allontanarsi troppo per visitare dei luoghi bellissimi. Siamo stati a Formia a visitare il museo delle antichità romane, piccolo ma carino. Situato lungo via Vitruvio, all'interno dell'edificio comunale. Il museo è dislocato in una sola stanza, all'interno della quale ci sono diverse statue. Il museo conserva reperti archeologici (I secolo A.C., II D.C.), risparmiati dalle devastazioni della seconda guerra mondiale o rinvenuti durante scavi nel territorio. Abbiamo visto la selezione delle anfore, alcune delle quali sono state recuperate in mare. Poi c'erano le colonne milari risalenti alla fine del III e inizi del IV secolo d.c. Un'esperienza molto interessante che ci ha arricchito e appassionato. Una visita da consigliare!



Il Museo Archeologico di Formia, di recente realizzazione (1997), costituisce l'ampliamento di un precedente Antiquarium istituito nel 1968, dopo la distruzione, avvenuta durante la guerra, di una sede civica risalente agli anni Trenta. La raccolta è composta in prevalenza da sculture erette a membri illustri della società formiana - patroni, magistrati -, ma anche a personaggi della famiglia imperiale.

CINEMA



AMARSI E DIRSI ADDIO, IL COMMONENTE "SWEET NOVEMBER"

di Georgette Florin Graziani

Si rincontrano sul set in una maniera unica e decisiva: il premio Oscar Charlize Theron e il pluripremiato Keanu Reeves, in un indimenticabile "Sweet November". Dopo "L'avvocato del diavolo", che vedeva lei in un grande esordio cinematografico, Charlize torna in un meraviglioso colossale della Warner Bros, che vuole raccontarci l'avventura di un amore bello, affascinante, struggente e romantico. Nelson, agente pubblicitario di grande successo, che ogni traguardo non era mai abbastanza, si ritroverà presto in circostanze dove il fare abbastanza gli avrebbe completato molto di più la vita; là dove c'era un vuoto, sarebbe arrivata lei come un fulmine a ciel sereno, a colmarlo: Sarah. I due si incontrano in circostanze più che comuni, dove lei lo perseguiterà fino all'ultimo perché lui diventi il suo Novembre. Cosa significhi questa cosa, Nelson inizialmente non riesce a capirlo; così trascinato da Sarah egli si lascia andare a questo nuovo modo di vedere le cose, abituandosi a vivere in povertà ed in grande umiltà. Nelson col tempo riscopre dei piaceri assopiti dentro di lui e decide di dare una svolta definitiva alla sua vita. Lei è riuscita a trascinarlo in un mondo di piaceri sessuali ed emotivi; lo ha costretto a lasciare ciò che aveva per dare spazio e tempo a

quella storia. Ma quella storia non è destinata a durare tanto... è solo questione di un mese, in cui lei riesce a cambiare in meglio la vita di Nelson. Così, andando avanti nei giorni, egli si rende conto di quanto sia stato importante per lui questo cambiamento. Un percorso breve ma intenso, che lascia

immaginare un finale da favola. Fino a che... lui non scopre il terribile e struggente segreto di Sarah, che la porterà via da lui per sempre. La malattia di Sarah, non consentirà ai due di poter stare insieme; infatti dopo l'ultima crisi di salute che ha,



stravolta, lei decide di tornare dai genitori. Vani i tentativi da parte di Nelson di provare a far spiccare un secondo volo a questa storia... mentre sotto le note della colonna sonora di Enya "Only time", i due si regalano il vero amore in un addio straziante e fortemente bello. Una storia che ci vuole parlare di un amore più che realistico, forse esagerato all'ennesima potenza, ma comunque sia vero e

allo stesso tempo improbabile. Così come in tutti i lieto fine si è capaci di versare lacrime di gioia, anche in tutti i finali spiacevoli, è possibile commuoversi, per quanto bello possa essere stato l'amore tra Nelson e Sarah.

LIBERA MENTE



IL NOSTRO AMBIENTE DA SALVARE

di Silvia Zecchinelli

Dal 1950 ad oggi, sono cambiate numerose cose. La popolazione è aumentata in modo spaventoso, e questo ha fatto sì che le cose cambiassero dal punto di vista ambientale. Sono state costruite sempre più case abusive anche al mare, palazzi, ville e costruzioni non concluse, che hanno portato ad un degrado ambientale non indifferente, con conseguenze per le generazioni future. L'inquinamento atmosferico, dell'acqua e del terreno, hanno provocato ingenti danni, come ad esempio il buco dell'ozono, oppure per quanto riguarda il terreno, l'apertura di discariche abusive stratosferiche che hanno intossicato il terreno, e quindi contaminato

parte del cibo che mangiamo. La parola d'ordine è rispettare l'ambiente e cioè assumere comportamenti adeguati e civili. Nonostante l'introduzione della raccolta differenziata, trovo sempre sporizia in alcune zone residenziali. Anche



per quanto riguarda gli animali, i padroni non sono abituati ad eventuali seccature fisiologiche che non permettono il transito dei passanti. La crescita psichica dell'individuo è sempre connessa al suo abitare in un ambiente favorevole allo sviluppo dei processi maturativi innati. Inoltre dagli studi emerge, che le persone che vivono in abitazioni dalle cui finestre si scorgono alberi, appaiono più soddisfatte e felici della loro abitazione rispetto a quanti convivono con panorami privi di verde o, addirittura, con "semplici" prati senza alberi. Ossia come il grigio del cemento diventi il grigiore dell'anima. Per imboccare il cambiamento, perciò occorre impegnarsi in prima linea, "metterci la faccia", dedicarsi al "bene comune" e alla sua affermazione come valore assoluto. Non ci sono scelte.



*Il grigio del cemento diventa
il grigiore dell'anima*



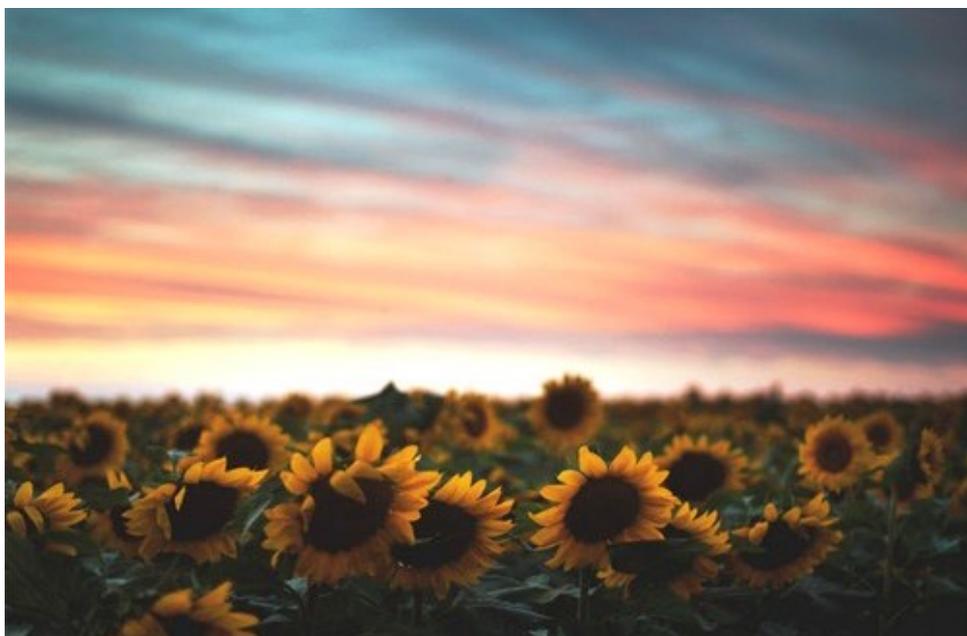
LIBERA MENTE



PAESAGGI DELL'ANIMA

di Alessia Matrullo

La bellezza del paesaggio è come una cornice, un riquadro da ammirare. Il paesaggio può essere di varie tipologie, può essere storico, moderno, raffigurare la bellezza di un luogo che potrebbe essere immaginario, con profumi ed essenze. Un luogo simbolo della felicità. Un paesaggio potrebbe essere una collina accanto ad un monte, un paesello arroccato, un campo di fiori. La bellezza del paesaggio è enigmatica, perché cambia in base al punto di vista di chi lo guarda. Ed osservare la natura, quello che ci circonda, può essere un grande viaggio dentro se stessi.



CAMBIAMENTI

di Alessia Matrullo

Generalmente un cambiamento è dovuto ad un'evoluzione. L'uomo, che è artefice di se stesso, durante il lasso di tempo della propria vita, assiste a tanti cambiamenti. Vediamo cambiare tutto nelle nostre vite ma anche attorno a noi. Ad esempio lo scioglimento dei ghiacci, ma anche la flora e la fauna che si modificano, spesso sono a rischio. Il cambiamento è globale. La



terra nella sua storia ha subito molte modificazioni e anche disastri che hanno cambiato il suo aspetto. I laghi ed i fiumi si prosciugano e spesso la natura fa brutti scherzi, forse perché troppo spesso trattata male dall'uomo. Il cambiamento è una variazione spazio-tempo. Ma è anche un'occasione per capire dove abbiamo sbagliato, e per non tornare a sbagliare di nuovo.

LIBERA MENTE



HO DECISO DI NON DIMENTICARMI DI ME

di Barbara Grimaudo

Ho deciso di non dimenticarmi di me, per questo giro con le tasche piene di fermagli, una clip colorata e una foto ricordo. Tutte cose che ritengo importanti per me, sia chiaro. Scatto una foto, la stampo e la "lego" ad un quaderno. Dentro quelle pagine bianche ci scrivo la mia storia, ma solo dopo molto tempo. Ora ho mille e mille foto, forse un milione, quasi tutte a colori. Ne scatto poche in bianco e nero, ma sono quelle a cui tengo di più. Il bianco e il nero non ti dice tutto, si limita a lasciarti un'idea, un graffio, una carezza. La chiave parziale è unica di un momento che hai vissuto. Il resto devi rivederlo tu.

Ho uno stemma dove c'è un muro scuro e due paia di scarpe da tennis bianche, appena lavate per l'ennesima volta, consumate alla punta degli alluci. Le scarpe sono appoggiate al muro in verticale, asciugano al caldo. A pensarci bene davanti alle scarpe c'era un mare di smeraldo e la luna alta al vertice. Ma lui sopra i piedi nudi, vicino al



cuore, aveva un cappotto spesso come le sue paure. Non ci capimmo mai. Fotografammo l'arcobaleno una volta. Faceva ancora un freddo cane e c'erano venuti i reumatismi, mangiavamo solo panini perché avevamo finito i soldi. Ma stavamo bene: ci vuole molta fantasia a portarti a casa un arcobaleno in bianco e nero. Forse è per questo che i suoi occhi me li ricordo ancora. Foto del divano, questo che si vede sopra è il mio cane... com'è piccolo. Il mondo dipende da che prospettiva lo guardi. Luci e ombre descritte dalle scarpe bagnate appoggiate al muro che vivono ancora adesso...

LIBERA MENTE



LE MERAVIGLIE DELL'UNIVERSO

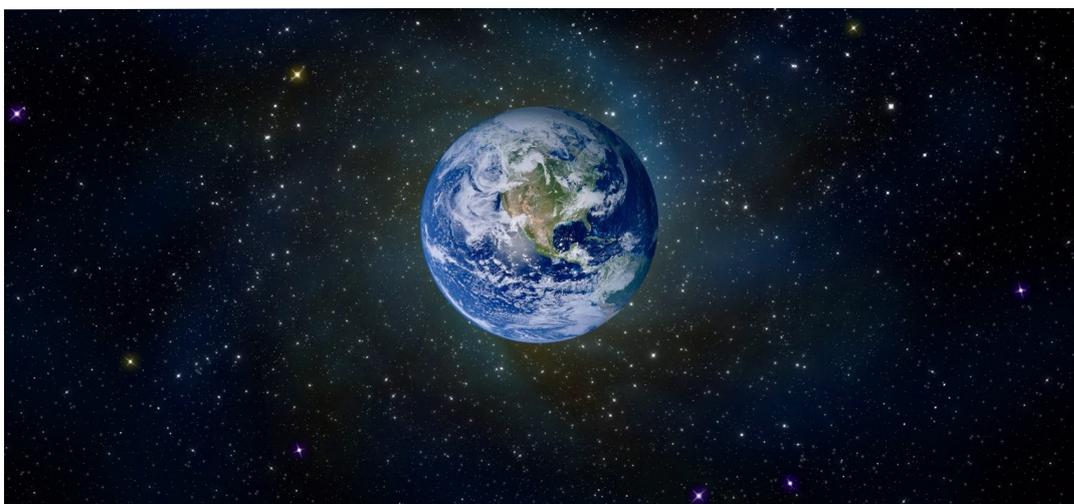
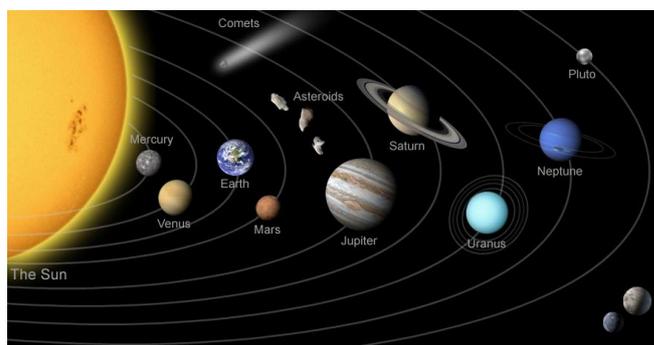
di Georgette Florin Graziani

L'universo rappresenta l'insieme di galassie, nebulose, pianeti e miliardi di altre forme che compongono l'infinità di questo posto. È caratterizzato da una nascita di natura ancora sconosciuta che viene chiamata "Big Bang", cioè un'esplosione di proporzioni immense che si è propagata nello spazio infinito e ha reso possibile la creazione dell'universo per come noi lo conosciamo. Ma come è stato possibile tutto ciò?

Sembra che l'infinito prima di noi fosse esistito già da tempo e che qualcosa di ancora sconosciuto abbia scatenato il tutto. Dal nulla a tutto. È proprio così che si pensa ancora oggi che un Dio sia il creatore. Gli studi, oggi, hanno permesso maggiori spiegazioni dove, un secolo fa, uno scienziato fu ispirato a pensare che queste origini provenissero dalla parte più piccola di tutto, della materia stessa: il "bosone di Higgs" o meglio conosciuto come la "particella di Dio".

È stato appunto scoperto recentemente nei laboratori fisico-nucleari del C.E.R.N. di Ginevra. Dopo aver raccolto l'antimateria, ovvero la cosa che dà massa alla materia, si è arrivati al nucleo di quest'ultima, estraendo il bosone di Higgs. Allora, se è vero che il tutto deriva da questa particella, essa sarà in grado, un domani, di spiegare il mistero dell'origine della vita.

La creazione dell'universo tramite il Big Bang ha permesso la formazione di piccole polveri, che agglomerandosi tra di loro, hanno dato origine ai pianeti e alle stelle, per poi dare vita ad intere costellazioni e galassie. Le galassie sono un insieme di pianeti e stelle che compongono un "sistema"; nel nostro caso il "sistema solare". Nel nostro, al centro, vi è posizionato il sole, cioè una stella, mentre intorno vi orbitano in ordine: Venere, Mercurio, Marte, Terra (il nostro pianeta), Giove, Saturno, Urano, Nettuno e Plutone. Ma cosa distingue un pianeta da una stella?



Il pianeta è un insieme di rocce e detriti con un nucleo al loro interno freddo. La stella è un corpo celeste che brilla di luce propria, questo è possibile grazie al fatto che all'interno del suo nucleo avvengono le "reazioni termonucleari", dovute alla presenza di elio e idrogeno, cioè combustibili.

Infine, nel nostro sistema solare, sono presenti i cosiddetti "satelliti", che sono piccoli corpi celesti che orbitano intorno ad un pianeta. Nel caso della terra, la luna.

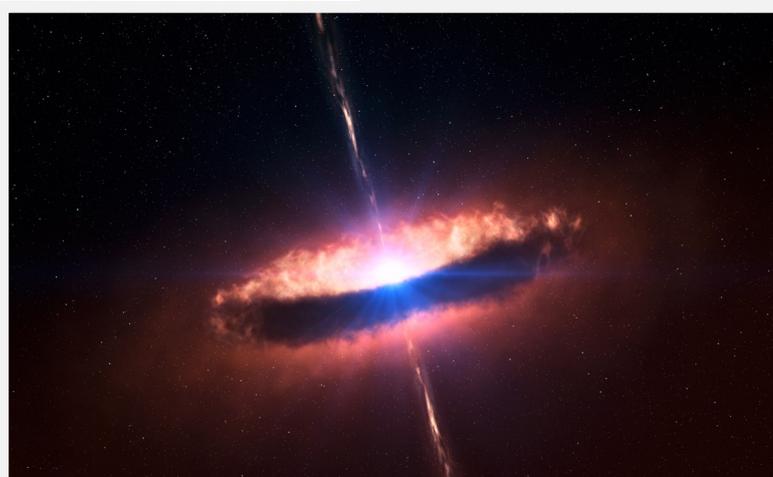
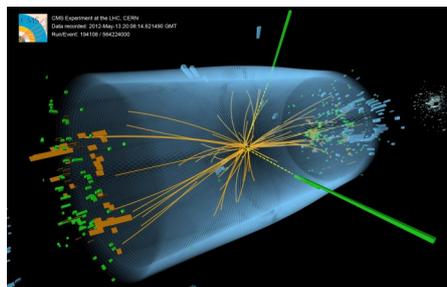
Ma quali sono i movimenti nello spazio dei corpi di un sistema? La terra, per esempio, compie due movimenti. Uno di "rotazione" su se stessa e uno di "rivoluzione" intorno al sole; nel caso della luna, si parla di un terzo movimento: quello di "traslazione", cioè il movimento che compie durante il suo passaggio nell'eclissi.

L'universo si caratterizza anche dalla presenza di asteroidi, che

LIBERA MENTE



Nella pagina accanto la terra vista dallo spazio e una grafica del nostro sistema solare. Qui sotto un buco nero osservato da Hubble e in basso a sinistra una ricostruzione del "bosone di Higgs" osservato nel famoso esperimento al CERN di Ginevra



viaggiano a velocità impressionanti e spesso vengono a contatto con altri corpi. Vi sono presenti anche i famosi buchi neri, dove la loro forza gravitazionale è immensamente maggiore a qualunque altro pianeta. La luce viene catturata dal buco nero e i pianeti, stelle e qualunque altro corpo celeste, vengono attirati dal buco se posizionati sulla sua rotta. Sembra che i buchi neri siano un passaggio per un'altra dimensione, ma l'unica cosa che sappiamo che viene dall'altra parte, sono i "quasar": un fascio di luce composto da tutti i rifiuti del buco nero.

Infine ci sono due elementi fondamentali che si contrappongono che hanno il maggior significato in questa immensità: l'energia oscura e la materia oscura. L'energia oscura è quella cosa che spinge l'universo alla deriva, mentre la materia oscura si caratterizza perché invisibile all'occhio umano ed è il motivo per cui l'universo potrebbe implodere, fenomeno definito "Big Chill"; mentre se in

questa lotta dovesse vincere l'energia oscura, l'universo crollerebbe su se stesso dopo essere andato alla deriva.

Ci sono nuove teorie che potrebbero essere dimostrate un giorno. Una di queste è la teoria delle stringhe, che dice che ci sono più universi che, vibrando e venendo a contatto tra di loro, creano i presupposti per la creazione di nuovi universi.

Tra le più importanti poi, c'è la teoria degli undici universi paralleli ed infinite dimensioni.

Ogni cosa che caratterizza l'universo è il motivo per cui il progresso va avanti, come il merito di aver scoperto che esiste un pianeta uguale alla terra ma 10 volte più grande, Kepler 51. Sarà questa la salvezza del genere umano quando morirà la nostra stella? Sono queste le meraviglie di un universo che ancora conosciamo infinitamente... poco.

POESIA E DINTORNI

**ETERNO AMORE**

di Filippo Rododendro



Divisi i tempi, notte e giorno
Per il mio amore
L'altalena lenta del giorno
Come unione l'anello, il ritorno,
la forza d'amore in eterno,
postura di bellezza, l'incanto
turgidi corpi vedendosi nella storia
passare, sempre più innamorati,
lì dove la natura li ha posti come luna e sole.
Va fardello nei ceppi sta incisa
La canzone dell'allodola e il bosco;
come riposo e attività, eros rispose
con due scocchi, o amatevi dolci
elementi, animali e uomini, sempre
così in eterno, forza che il cuore erige a fiamma!
Nei ceppi è scritto l'ardore dell'uomo
La fucina della donna come amanti
statuari, loro sono per l'eterno amore!

POESIA E DINTORNI



LE CHIAVI

di Filippo Rododendro

Oh musa del monumento
In scala i nomi sfusi
Di morti accentati
Hai anagrammato
senza silenzio,
li hai ricordati segretamente
a questi uomini
nel fondo morto
di tutte le canzoni
frammiste
della dolcissima fontana amore!



"Woman in Water", Toni Frissel, 1947

FRAMMENTO

Tu nel fondo magico lembo dolce acqua
Amami verso le sei d'un lungo amore
Decidi l'ora sola, non verrò a trovarti oh sole
Nel banco del balcone di colonne mezze
alla luce mezze all'ombra
Alla luna e alla sua ombra notturna.

F.R.



IN TEMPO REALE



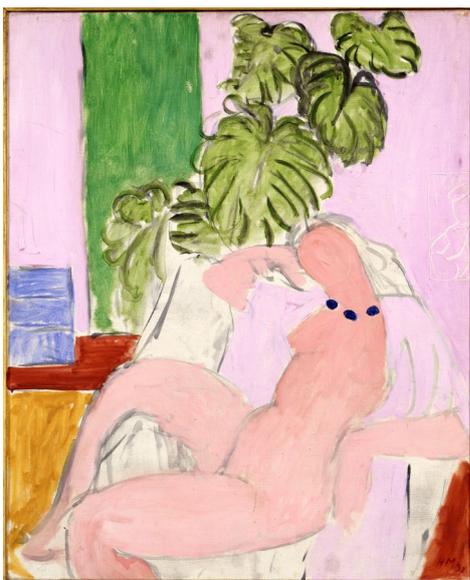
MATISSE, SUGGERIZIONE DI COLORI

di Paolo De Nittis

Lunedì 25 maggio è stata una giornata particolare per me ed alcuni ospiti della Comunità Insieme, guidati dalla dottoressa Paola Ricca e dal Dottor Luciano D'Agostino. Ci siamo recati a Roma alle Scuderie del Quirinale in visita alla mostra dedicata a Henry Matisse. Figura poliedrica fu questi, oltre che pittore, incisore, scultore,



disegnatore, creatore di costumi teatrali e di stupende vetrate, nonché scrittore. Negli 85 anni della sua intensa vita, Matisse espose ed allestì mostre nei più disparati paesi, da Parigi a Mosca a New York, viaggiando e frequentando luoghi esotici come Tahiti, il Marocco, la Siria, la Turchia. Contemporaneamente ebbe contatti con i maggiori artisti dell'epoca, da Gustave Moreau, che gli fu maestro, all'amicizia con il pittore impressionista Emile Wery, conobbe Rodin e Pissarro, vide le opere di Van Gogh e del paesaggista inglese Joseph Turner. Conoscerà poi André Durain e Maurice



de Vlaminck, con i quali, uniti all'ex clan Moreau, formerà il gruppo dei "Fauves". Importanti furono per lui le influenze di Gauguin e Cezanne. La sua breve adesione alla tecnica del "pointillisme" è rappresentata dalla tela "Luxe, calme e volupté", alla cui sperimentazione avrebbe risposto un paio di anni dopo Picasso, con le sue "brutte, stravolte e rivoluzionarie" Demoiselle d'Avignon. Questo è solo un dato storico, poiché nessuna tela pointellistica era esposta alla mostra di Roma. Caratteristica saliente dell'arte di Matisse è la capacità di estraniarsi dalle tensioni sociali e politiche che caratterizzeranno il novecento, alla ricerca di una pittura che mirasse "alla serenità attraverso la semplificazione delle idee e delle forme" (Matisse), "per una

ricerca costante, intima, profonda, di ogni mezzo dell'arte per raggiungere bellezza e armonia" (Cuzi).

Il dipinto che rappresenta, non solo dal punto di vista pubblicitario, la mostra delle Scuderie del Quirinale, intitolata "Arabesque", è "Pesci rossi" (1912). Ispirato dalle fantastiche immagini della pittura giapponese, vi si nota un divertimento nell'osservazione del gioco dei pesci, il boccale di vetro è appoggiato sul tavolino di un giardino o forse una veranda, con un contorno di piante e di vasi di fiori. La magia del dipinto sta nella sensazione di mancanza di naturalità, dovuta all'assenza di prospettiva e profondità. Si discosta dal precedente per semplicità e lineare tranquillità. L'olio su tela "Lierre en fleur" (1941) fa invece nota-

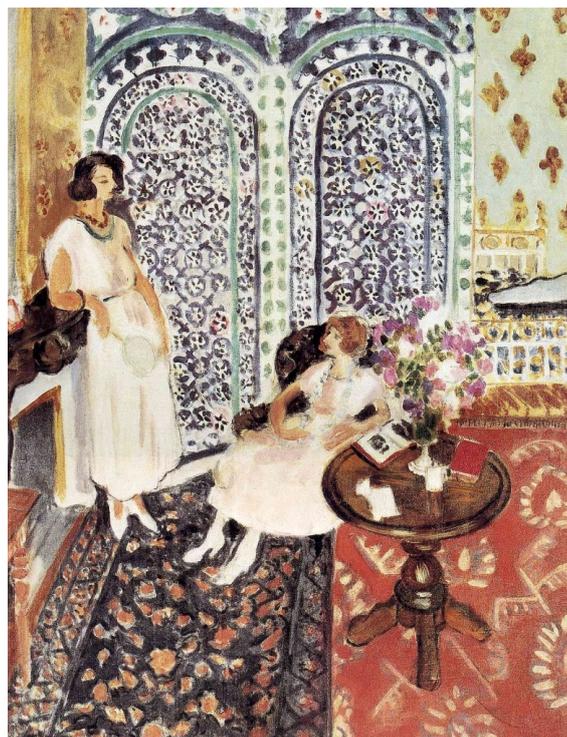


re una linea più sciolta e leggera, attenzione nello studio del colore, sottili richiami, il pervinca del quadro sulla parete e della tazza. Testimonianza della poliedrica attività dell'artista sono i costumi di scena del balletto "Le chant de Rossignol", frutto della collaborazione con il musicista russo Igor Stravinskij. Arricchiscono la mostra preziosi disegni che fanno la felicità di qualche collezionista, arazzi, maioliche, armi tribali, e stampe di provenienza siriana, turca, giapponese. Suggestiva è stata per noi tutti la scalinata che conduce all'uscita grazie alla stupenda vista sui tetti, terrazzi, campanili, compreso il cupolone di San Pietro. Degna conclusione è stata la consumazione di un gelato al prestigioso bar Giolitti, altra forma di arte, questa volta gastronomica.

IN TEMPO REALE



Nelle foto alcuni dei dipinti esposti nella mostra Arabesque, in particolare "Pesci rossi" (la foto grande nell'altra pagina) e, qui sopra, sulla parete a sinistra, "Lierre en fleur"



UNA GIORNATA SPECIALE A ROMA

di Amedeo Fanasca

Il nostro gruppo in occasione della gita romana era composto, oltre che dalla dottoressa Paola Ricca e dal dottor Luciano D'Agostino, da Roberto Ottaviani, Francesco Sciarpetti, Alfredo Franceschini, Rossella Del Gaudio, Paolo De Nittis, Rossella Nori e io. Alle 10.30 incontro alla stazione Termini per visitare le Scuderie del Quirinale e la mostra di Matisse. Abbiamo preso l'auto-bus 64, dopo due fermate siamo arrivati all'ingresso della mostra, in netto anticipo! Così su una panchina di piazza del Quirinale ci siamo ristorati con panini e acqua. In seguito i dottori Ricca e D'Agostino hanno presenziato all'ingresso guidandoci con garbo nel percorso della mostra. La visita all'arte senza tempo di un maestro come Henry Matisse si è conclusa intorno



alle 13. È stata una visita interessante che ci ha arricchito molto per la presenza di tantissime opere di grande suggestione. Subito dopo essere usciti dalle Scuderie del Quirinale, la dottoressa Ricca ha deciso di arrivare insieme alla gelateria Giolitti, per un gelato. Così, lasciata la piazza del Quirinale, salutati idealmente i gendarmi di guardia, abbiamo preso la metropolitana a piazza di Spagna. Concludendo una bellissima giornata nella città eterna, vorrei descrivere l'impressione ricevuta ammirando l'opera di Matisse. Tra le sue vistose interpretazioni del mondo con l'immagine, quella che forse mi ha colpito maggiormente è stato un quadro in cui una donna nuda copre con un velo leggermente il seno.

IN TEMPO REALE



ARTE, CIBO PER L'ANIMA

di Alessia Matrullo



L'arte comprende una grande vastità di categorie. Dalla pittura, alla scultura, alla musica. L'importante è che sappia dare una forma all'inesauribile inventiva umana. È arte anche saper far ridere, pensiamo ai clown dottori che riescono a strappare un sorriso ai bambini in ospedale. Il cinema, la musica, la poesia, sono forme di espressione che l'uomo ha creato per esprimere se stesso, il proprio mondo interiore, e per comunicarlo agli altri. Arte può essere una bella mostra di quadri o l'album realizzato da un musicista. L'uomo è l'unica creatura dotata di creatività ed inventiva, e l'arte gli serve per esprimere sentimenti ed emozioni, oltre che per rendere più bello il mondo.

LA FORZA DEL TEATRO

di Alessia Matrullo

Il teatro è bello perché sulla scena assistiamo ad una variopinta rappresentazione delle emozioni umane. Prendere parte ad uno spettacolo teatrale è voglia di condividere un'esperienza con le altre persone. C'è tutto un mondo a parte sul palcoscenico, dove esiste la risata, la commozione, l'allegria, il pianto. Una piccola società che coinvolge le persone che ne fanno parte in un qualcosa di unico. Per la comunità e anche altrove, il teatro è un luogo di ritrovo, in cui regna, a seconda delle scene, l'allegria o la nostalgia. Ma di sicuro è un luogo unico, in cui regna una vera e propria magia.



IN TEMPO REALE

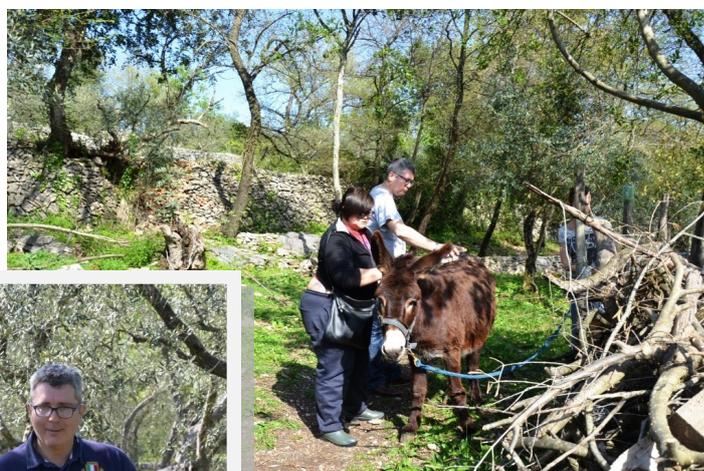


PRENDERSI CURA DEI CAVALLI E DELL'ORTO, UN'ESPERIENZA MOLTO FORMATIVA

di Alfredo Franceschini

Nell'ambito delle attività riabilitative e pro-pedeutiche ad un possibile lavoro, quest'anno ad un gruppo di ospiti delle Comunità Insieme è stata data l'opportunità di partecipare attivamente ad un nuovo tipo di progetto. Presso la "Masseria Aurunca" di Castelforte, infatti, il veterinario Giuseppe Rosato e sua sorella, la psicologa Anita, hanno realizzato, con l'aiuto del responsabile dei cavalli Giuseppe Vecchio, una fattoria biologica con fini didattici. Siamo stati accompagnati, in un primo approccio, dai dottori responsabili del progetto, Angelo Cardillo e Peter Ercolano, con i quali abbiamo visitato l'uliveto e visti gli animali, tra cui un cockerino molto allegro. La struttura, chiamata "Fattoria di Mary" l'abbiamo frequentata settimanalmente e portando al passo i cavalli, come primo approccio, per poi strigliarli, cavalcarli, pulire le stalle e nutrirli. Abbiamo anche tenuto alla corda Verter, il cavallo non ancora completamente domato. In generale tutto questo tipo di attività, riconducibili alla *pet therapy*, ci ha fatto piacere realizzarle, sentendoci utili ed attivi. Abbiamo anche aumentato il nostro senso di autostima e quello di responsabilità, man mano che svolgevamo le mansioni, spesso diverse, con buoni risultati. Ci ha dato molte soddisfazioni anche la realizzazione di un piccolo orto vicino al pozzo. Siamo partiti dal diserbamento e dalla vangatura del terreno, con conseguente trasporto e collocamento

Nelle foto i ragazzi durante le visite alla Masseria Aurunca



del letame, per poi realizzare i solchi, inserire i paletti a cui legare le piantine, poi innaffiate. Le piantine sono cresciute bene, in particolare melanzane, pomodori e basilico. Spirito di squadra si è potuto notare nella collaborazione mentre si sbrigliavano gli equini, nel pulire le stalle con chi raggruppava lo stabbio, chi lo raccoglieva con la pala riempiendo poi la carriola, e chi andava poi a svuotarla nel letamaio. Facevamo anche una catena umana per portare l'acqua dal pozzo all'orto. Come operatore ci ha seguito Giovanni Ianniello, che ha mostrato competenza; da parte nostra c'è stata buona volontà e grande impegno e in tutti si è mostrata gratitudine per l'esperienza che stavamo affrontando. Si è venuta tra noi anche a creare amicizia a discutere, bevendo un caffè con gli organizzatori, sulle cose che si sarebbero realizzate insieme la settimana seguente.

IN TAVOLA



GELATO FREEZER

di Costanza Mennini



INGREDIENTI PER 4 PERSONE :

Una Ricottina di mucca
da 100 gr.

Nesquik (o cioccolato in pol-
vere dolce) 150 gr.

Zucchero 100 gr.

Nutella 100 gr.

PROCEDIMENTO

E finalmente, dopo un lungo Inverno, è arrivata la tanto attesa estate. E che c'è di meglio con la calura di gustare un ottimo gelato fresco?!

La ricetta che voglio proporvi è un gelato di facile preparazione.

Mettere in una terrina la ricotta il Nesquik e lo zucchero; mescolare il composto e depositarlo in Freezer per 5 ore. Servire dopo 20 minuti dall'uscita del freezer. Come tocco finale aggiungere la Nutella.

BUONA DEGUSTAZIONE!



IN TAVOLA



PASTA ALLA NORMA

di Silvia Zecchinelli

La *pasta alla norma* è un primo piatto di origine siciliana, dai sapori tipicamente mediterranei ed estivi. Sembra che a dare il nome "Norma" alla ricetta sia stato Nino Martoglio (1870-1921), noto commediografo catanese, che davanti ad un piatto di pasta così condito esclamò: "Chista è 'na vera Norma!", ad indicarne la suprema bontà, paragonandola al capolavoro del grande compositore Vincenzo Bellini, al quale è dedicato il Teatro Massimo di Catania.



PREPARAZIONE

Prendere una padella, mettere l'olio e le melanzane tagliate precedentemente a dadini, far soffriggere qualche minuto, aggiungere i pomodorini tagliati a piccoli pezzettini, aggiungere il sale; lasciare cucinare a fuoco lento. Nel frattempo preparare la pasta, a qualche minuto prima del tempo di cottura, scolarla e versarla nella padella con il condimento, amalgamare il tutto, aggiungere la scamorza a pezzettini, fino a farla sciogliere. Per concludere il piatto si deve aggiungere una manciata di basilico fresco, e il parmigiano per chi lo gradisce. Servire caldo e buon appetito.

Ingredienti per 4 persone:

½ Kg di pasta rigatoni o
mezze maniche

4 melanzane

10 pomodori pachino

1 scamorza bianca piccola

Sale e olio qb

Qualche fogliolina di basilico

Parmigiano se si vuole

LO SPORT



CON IL CALCETTO... SI CRESCE

di Antonello Sogus



Lo sport è competizione, ma anche amicizia, agonismo e fratellanza. Tutto ciò si ritrova nel famoso detto del barone de Coubertin: "L'importante non è vincere ma partecipare". Ritengo che quando si pratica sport, l'imperativo debba essere "divertiti!". Nella mia personale esperienza, mi riferisco al calcetto, nel quale non sono molto forte, ma cerco di giocare in modo onesto e corretto, e ogni volta ne esco sempre più arricchito e divertito. Affinché possa dare buoni risultati è necessario che mi sottoponga ad una adeguata preparazione fisica, svolta con entusiasmo e nel migliore dei modi. Inoltre, la struttura in cui mi trovo prevede la partecipazione ai tornei di calcetto che credo essere un'esperienza molto importante perché permette di recarsi in diverse città, conoscere persone nuove, allenarsi e fortificarsi. Quei momenti delle parti-

te di calcetto con altre squadre sono competitivi e danno il piacere della condivisione di una passione in comune. Sicuramente tutto ciò mi rimarrà nel cuore e mi aiuterà ad affrontare le sfide future.

*Lo sport è sì competizione,
ma soprattutto amicizia,
condivisione e fratellanza*

FUORI SINCR0

DIRETTORE RESPONSABILE: Erminia Anelli

EDITORE: Polisportiva Insieme Ausonia, via Contrada Orfanotrofia, Ausonia (FR)

REDAZIONE: Centro polifunzionale Insieme, via Ausente angolo Cerri Aprano, Santi Cosma e Damiano (LT)

Tel: +0390771675257

REGISTRAZIONE TRIBUNALE DI CASSINO N°: 4/2013

DECR. N° 112/2013 del 10/10/2013

LO SPORT



INSIEME AUSONIA, STAGIONE DA SOGNO E ORA LA GRANDE SFIDA PROMOZIONE

La conferma ufficiale è arrivata da pochi giorni: l'Asd Insieme Ausonia è passata di categoria, arrivando in promozione!

Dopo l'entusiasmante scalata, in due anni, dalla terza alla prima Categoria, arriva, ad un anno di distanza, un traguardo impensabile per la società fino a qualche anno fa. Il team allenato da Roberto Gioia, caratterizzato da un grande affiatamento e da una struttura societaria solida e imperniata sui veri valori dello sport "pulito", ha concluso il campionato di prima Categoria girone I al secondo posto, dietro al Real Cassino.

Ci sono volute alcune settimane per la conferma ufficiale di quello che giocatori e vertici della società già sentivano in cuor loro come un traguardo raggiunto. Nei giorni scorsi l'atteso comunicato ufficiale del comitato regionale per il Lazio della FIGC che ha stilato le graduatorie di ammissione ai campionati regionali. Ora per l'Insieme Ausonia, per il presidente onorario Alessandro Anelli, la presidentessa Teresa Schiattone e per Giuliano Anelli (anima della società, lo scorso campionato presente anche in campo in molti incontri), si apre la stagione delle grandi sfide. In questi giorni si stanno definendo accordi per il coinvolgimento di forze nuove nella squadra, che contribuiscono a portare avanti un sogno da cui tutti sperano di non svegliarsi mai...



