

VISITA IL NUOVO SITO [WWW.GENTECOMUNEWEB.IT](http://WWW.GENTECOMUNEWEB.IT)

# Gente comune

Il primo free-press della provincia di Frosinone, fondato nel 1994 da Filippo Strambi

Anno XXII n° 4 - Dicembre 2015

Distribuzione gratuita - Tiratura 20.000 copie



**Auguri...**  
CASEIFICIO  
**lazio latte**  
Freschezza dal 1936  
...sinceri come i nostri prodotti!

## FOCUS



**CENSIMENTO:** meno figli e più single, la fotografia della Ciociaria odierna

Paola Manchi a pag. 7

## ALATRI



**SOLIDARIETÀ:** un calendario per Mwannè e la spedizione di AM.I. Africa in Rwanda

Servizi a pag. 5

## VARIE

**SPECIALE NATALE:** il nostro concorso per il miglior addobbo e tanti eventi

pagg. 22 e 23

**PERSONAGGI:** Peppino Benassi compie 103 anni, esempio di vita

Andrea Tagliaferri a pag. 27

# Separati ... in un "click"

La nuova legge sul divorzio breve prende piede anche in provincia di Frosinone. Abbiamo sondato alcuni Comuni per capire le dimensioni del fenomeno.

Speciale a pag. 3



**Buone Feste**  
i più cari  
Auguri a  
tutte le  
Famiglie ...  
vodafone Alatri

**COLLEPRATA**  
UNICA SEDE **MASSIMO**  
CALZATURE & PELLETTERIA  
Tutte le Migliori marche  
**FRAU** NeroGiardini **Melluso**  
DOMENICA POMERIGGIO APERTO  
via Madonna della Sanità, 62 - ALATRI (FR) - Tel. 0775.434035

CARLO PIGNATELLI  
**FM FONTE MODA**  
abbigliamento  
ALATRI Via La Stazza  
0775.443004





 ARTEMARMI

# LA CASA DEL MARMO HA ACCESO LE LUCI DEL NATALE

*Le migliori pietre del mondo e le più belle soluzioni di arredo.  
Una galleria dei sogni. Magica, come il Natale.*



[www.artemarmi.eu](http://www.artemarmi.eu)

Via del Sacro Cuore, 31 Alatri

Seguici su



Concessionario esclusivo per il Lazio

Antolini  
ITALY

 MARMOTEX

Lapitec  
Pratigina Italian Surface

VIDREPUR  
BLANK MORAI

ORIGINAL  
Duscholux



Speciale a cura di: Andrea Tagliaferri, Giuseppe Gatta, Francesca Ludovici, Daniela Caliciotti

# Dirsi addio oggi è più semplice

L'11 Dicembre 2014 è entrato in vigore il D. L. n. 132/2014, convertito in Legge n. 162/2014 che permette di separarsi, divorziare o modificare le precedenti condizioni di separazione o divorzio, in maniera del tutto consensuale e quindi semplificata, senza rivolgersi - in determinati casi - ad avvocati o al Tribunale.

Con l'entrata in vigore di questa nuova legge ai coniugi è data la possibilità di presentare una richiesta congiunta all'ufficiale dello Stato Civile del Comune ove uno dei due coniugi sia residente al momento della decisione, ove è iscritto l'atto di matrimonio a seguito di celebrazione con rito civile, ove è trascritto

l'atto di matrimonio celebrato con rito religioso oppure nel luogo in cui è trascritto l'atto di matrimonio celebrato all'estero.

L'art. 12 della Legge n. 162/14 permette di agire quindi senza avvocato presentando una richiesta congiunta all'Ufficiale dello Stato Civile. Questo procedimento è però attivabile a determinate condizioni: i coniugi non devono avere figli minori, figli maggiorenni incapaci (sottoposti a tutela, curatela o amministrazione di sostegno), figli portatori di handicap ai sensi della L. 104/1992. Se ci sono figli, questi ultimi devono essere maggiorenni ed economicamente autosufficienti.

Per perfezionare l'accordo bisogna altresì non includere alcuna clausola avente carattere dispositivo sul piano patrimoniale (come ad. esempio l'uso della casa coniugale, eventuali passaggi o assegnazioni di immobili), l'unica eccezione può risolversi nell'attribuzione di un assegno di mantenimento in caso di separazione o di un assegno divorzile in caso di scioglimento del matrimonio o cessazione degli effetti civili.

Nel caso in cui ci sia la presenza di figli minori si può procedere sempre in base a questa legge di riferimento con l'art. 6 in regime di negoziazione assistita con l'assistenza di almeno un avvocato per parte. Con l'art. 6 infatti si possono sta-

bilire anche altri aspetti inerenti la vita dei coniugi, come ad esempio mantenimento, assegnazione della casa coniugale, ma soprattutto si può procedere in questo modo anche in presenza di figli minori. L'art. 6 prevede, infatti, in regime di negoziazione assistita un invito formale di una parte nei confronti dell'altra, che deve rispondere entro trenta giorni. Segue la redazione di un accordo scritto da parte dei legali e firmato dai coniugi che andrà successivamente depositato in Procura per l'omologa del P. M. Successivamente all'omologa ci sarà la trasmissione all'Ufficiale dello Stato Civile di competenza che provvederà ai dovuti adempimenti, quali ad esempio l'annotazione dell'accordo nell'atto di matrimonio.

Ai fini del divorzio occorre invece che sia stata pronunciata con sentenza passata in giudicato la separazione giudiziale dei coniugi oppure sia stata omologata la separazione consensuale e che la separazione si sia protratta ininterrottamente per dodici mesi a far data dalla presentazione dei coniugi davanti al presidente del Tribunale nelle procedura di separazione consensuale e di sei mesi nel caso di separazione consensuale ciò anche quando il giudizio contenzioso si sia trasformato in consensuale ovvero dalla data certificata nel caso di negoziazione assistita da avvocati (ex. art. 6) o dalla data dell'accordo concluso davanti all'Ufficiale dello Stato Civile (ex. art. 12).

G.G.

## "I NUMERI"

### Il divorzio breve piace anche in Ciociaria

I tempi cambiano ed anche il tabù del "matrimonio tomba dell'amore" cade, dal momento che finalmente anche in Italia, chi volesse porvi fine - per motivi ben chiari e legalmente fissati - potrà farlo senza attendere anni, come accadeva fino al 2014. Nel 2015, infatti, è arrivata la legge che permette il cosiddetto divorzio breve e, soprattutto, il ricorso agli uffici comunali per separazioni e divorzi consensuali. Abbiamo provato a sondare il campo contattando alcuni dei Comuni dell'area centro-nord della provincia di Frosinone, per capire, a detta dei responsabili dei rispettivi servizi, come stia andando questa procedura e come abbiano risposto i cittadini. In generale c'è da dire che non si tratta di numeri da capogiro ma, considerando la recentissima novità e la prime normali diffidenze, si può affermare che molte coppie, o meglio ex coppie, aspettavano con ansia questa novità. È quello che ci ha sottolineato la responsabile dei servizi demografici del Comune di Alatri, d.ssa Santoro, che oltre a fornirci in tempi rapidissimi i dati numerici sul fenomeno, ci ha espresso qualche considerazione. Quello che più ha toccato la responsabile comunale, è il sollievo che molte persone, giovani ma anche meno giovani, provano nel momento in cui, arrivati in ufficio in Comune per chiedere informazioni, capiscono che una volta tanto in Italia esiste una legge a tutela del cittadino e che semplifica la vita. Molti di questi cittadini, dopo aver sofferto condizioni umane difficili per lungo tempo, arrivano addirittura a confidarsi con il dirigente comunale. Dall'avvio del servizio, nel 2015, ad Alatri sono stati effettuati 12 atti, di cui 7 procedure ex art. 6 della Legge 162 ovvero con l'assistenza dei legali e 5 atti diretti fatti proprio in Comune (ex art.12) senza l'assistenza degli avvocati. Al comune di Ferentino, invece, boom di adesioni, con 35 divorzi e 20 separazioni; su Fuggi ci sono stati 6 i divorzi e una separazione e, per finire, nel comune capoluogo ci sono stati 15 divorzi ex art. 12 (senza assistenza avvocati) e 5 divorzi ex art. 6 (con assistenza avvocati).

A.T.

**pneus expert**

## Fiorini Gomme

### Pneumatici

Oltre 30 anni di esperienza al tuo servizio

**Gomme delle migliori marche e pneumatici in esclusiva**

**Centro Revisioni APERTO dal Lunedì al Sabato**

**Alatri Loc. Tecchiena - Via S.Cecilia, 102**  
**Telefax 0775 4082216 - Tel. 0775 459615**

**RITAGLIA IL TUO COUPON**

**Fiorini Gomme**

Su ogni treno di gomme acquistate ad un prezzo già pattuito, esibendo questo coupon si ottiene un **10% extra di sconto**



*Il Forno  
di Tecchiena  
cooperativa*

*La Fonte  
dei Sapori*



► *Pizza alla teglia*

► *d'asporto*

► *Pane cotto al forno a legna*

► *Dolci*

► *Buffet*

► *Salumi*



*Via S.P. Santa Cecilia, 7 - Tecchiena di Alatri (FR)*

*Tel. 0775.1543362*



## SPECIALE ACEA/ATO5

## ... Fa acqua da tutte le parti

A molti cittadini arrivano richieste di pagamento tramite telefono

Si stava meglio quando si stava peggio": potremmo invocare questo modo di dire per la situazione che vogliamo esaminare. Ma io vorrei invece dire che "si stava meglio quando si stava meglio", quando l'energia elettrica, la telefonia, l'acqua erano in mano pubblica, quando se protestavi sapevi almeno a chi rivolgerti e qualcuno che ti dava ascolto prima o dopo lo trovavi e non dovevi passare il tuo tempo a dialogare con una voce registrata, quando le bollette arrivavano e le tariffe erano quelle e basta.

Le bollette appunto: in questo caso quelle dell'Acea Ato5 che hanno fatto impazzire tanti utenti per il semplice fatto che non c'erano. Quanta gente si è trovata a dover pagare l'utenza dell'acqua degli ultimi periodi senza ricevere una bolletta ma una semplice telefonata - a volte anche intimidatoria - che richiedeva il pagamento di fatture che

non avevi mai visto. Ed alle tue recriminazioni e perplessità ti veniva risposto che avevi dieci giorni di tempo per pagare pena il distacco dell'acqua e che la bolletta te la potevi andare a cercare sul



sito dell'Acea Ato5: ma perché non ci abbiamo pensato nelle nostre convulse

giornate che potevamo fare così e poi vallo a dire a tanti anziani che internet non sanno nemmeno cosa sia (forse una squadra di calcio). E gli estremi della bolletta con l'importo ti vengono dettati

per telefono e tu ti devi preoccupare di andare a pagare di corsa (rivallo a dire agli anziani di cui sopra che magari hanno capito un numero per un altro al telefono e poi devono trovare qualcuno che gli compili il modulo e vada alla posta a pagare). Poi si va di corsa a pagare (per non far passare i dieci giorni) e ti arriva - questa sì - la bolletta successiva (bontà loro cioè dell'Acea

Ato5) con il carico delle spese amministrative di recupero crediti: e tu ti trovi ad essere - senza colpa - un cattivo pagatore. A qualcuno è pure successo di aver pagato e di ricevere continuamente solleciti per pagare quello che è stato evaso, con l'aggravio di telefonate e lettere per dimostrare il pagamento e rimostrare contro l'inefficienza di una società per la quale l'utente sembra non avere diritti ma solo doveri.

A fronte di tutto questo c'è l'inerzia delle amministrazioni locali della nostra provincia, che invece di riprendersi il servizio tollerano lo strapotere di Acea Ato5. Ma l'acqua non è un bene primario? Non abbiamo votato perché sia pubblica? Speriamo che la prossima campagna elettorale per il rinnovo di molte amministrazioni abbia anche questo come tema rilevante e prioritario.

Paolo Fiorenza



ASSOCIAZIONE EUROPEA CONSUMATORI INDIPENDENTI

## SI BATTE CON TE NELLA TUTELA DEI TUOI DIRITTI

- utenze e servizi domestici
- tariffe e qualità servizi banche, finanziarie, credito al consumo e assicurazioni
- mediazione finanziaria e creditizia
- condominio e multiproprietà
- locazioni e trasporti
- lavori artigianali
- incidenti domestici
- sicurezza sui prodotti
- acquisti al di fuori dai locali
- televendite e vendite a distanza
- concorsi operazioni a premi

- saldi
- alimentazione e salute
- pubblicità ingannevole
- rifiuti ambiente
- sanità e farmaci
- gestione infortuni e tutela del lavoro
- contratti e clausole vessatorie
- pratiche inps e inail
- centro assistenza fiscale
- contenzioso tributario e fiscale
- servizio per immigrati
- servizio di patronato

Siamo a FROSINONE in Via Marco Tullio Cicerone, 138 - Aperti dal lunedì al venerdì dalle ore 16.00 alle 19.00

www.euroconsumatori.eu ☎ 0775.871569 📠 347.4314294 ✉ frosinone@euroconsumatori.eu



SU FACEBOOK:

GENTE COMUNE PERIODICO GRATUITO

Aggiungici ai tuoi amici e seguici ogni giorno

Hai fatti, disservizi, iniziative, foto notizie, eventi da segnalare?

Scrivi a Gente Comune: gente.comune@email.it

Oppure chiama o invia un fax allo: 0775 441344





AMARETTI  
DI *Guarcino*  
*Fernando*



CROSTATE      TOZZETTI  
CIAMBELLINE AL VINO  
PASTICCETTI      CIAMBELLONE  
BRUTTI MA BUONI      PASTICCIO  
CIAMBELLINE ALL'ANICE



---

Via della stazione, 20 - ALATRI (FR)  
Tel. 0775.441050  
[www.amarettidiguarcino.it](http://www.amarettidiguarcino.it)



# Le coppie giovani non fanno più figli

## I dati del censimento in provincia di Frosinone segnano anche il boom dei "single"

Quale occasione migliore del Natale per parlare di Censimento della popolazione. In fondo, se Giuseppe e Maria si sono messi in viaggio verso Betlemme in un lontano dicembre dell'anno zero della cristianità, è solo perché Cesare Augusto ha ritenuto necessario disporre di dati sulla popolazione del suo Impero. A noi, 2015 anni dopo, va decisamente meglio considerato che a muoversi sono le informazioni e non le persone, quindi analizziamo i dati e vediamo che storia ci raccontano.

In sintonia con il clima natalizio, proviamo a riflettere sulla famiglia, premettendo che l'analisi fa riferimento ai dati aggiornati all'ultimo censimento del 2011, ma descrivendo fenomeni strutturali risulta comunque rappresentativa e utile a delineare come dal 1991 ad oggi, siano cambiati significativamente le caratteristiche e le abitudini delle famiglie italiane.

Un primo aspetto evidenziato dai dati è la riduzione del numero medio di componenti delle famiglie, passato, nelle città considerate, dai 3,0 del 1991 ai 2,6 del 2011.

2011	Ampiezza media delle famiglie	Famiglie senza nuclei	Famiglie con due o più nuclei	Giovani che vivono soli	Famiglie monogenitoriali giovani	Coppie giovani senza figli	Coppie giovani con figli	Anziani soli	Famiglie monogenitoriali anziane	Coppie anziane senza figli	Coppie anziane con figli
Alatri	2,8	23,9	2,8	3,3	1,3	2,4	8,3	22,6	3,2	11,7	4,0
Anagni	2,6	27,9	2,0	3,9	0,7	2,8	8,0	25,9	3,6	13,3	4,1
Ceccano	2,6	27,0	2,1	3,6	0,9	2,3	7,0	26,4	4,3	12,3	4,2
Ferentino	2,5	31,5	1,6	6,3	1,2	2,1	7,5	29,4	3,1	12,7	3,5
Frosinone	2,4	34,1	1,4	6,7	1,3	1,7	5,5	27,5	5,0	13,5	4,2
Veroli	2,7	25,7	2,5	4,0	0,7	2,1	8,8	22,5	3,2	13,3	4,4
Lazio	2,3	37,5	1,7	8,9	1,4	2,5	5,6	28,1	5,0	13,9	4,3
Italia	2,4	33,8	1,4	7,0	1,0	3,1	7,1	27,1	4,7	14,5	4,4

A scanso di macabri equivoci, precisiamo che l'utilizzo di dati medi permette di misurare un fenomeno complesso in modo semplice ed intuitivo mostrandone l'evoluzione nel tempo, motivo per

quali ha senso parlare di "mezzi componenti" per capire, ad esempio, che i nuclei familiari stanno diventando più piccoli, ma in nessuno di essi si aggirano genitori, nonni o figli dimezzati. Tornando alle famiglie, nonostante la

contrazione rilevata negli ultimi anni, resta confermata per la provincia di Frosinone una maggiore ampiezza, rispetto alla media del Lazio (pari a 2,3) e dell'I-

2001	Ampiezza media delle famiglie	Famiglie senza nuclei	Famiglie con due o più nuclei	Giovani che vivono soli	Famiglie monogenitoriali giovani	Coppie giovani senza figli	Coppie giovani con figli	Anziani soli	Famiglie monogenitoriali anziane	Coppie anziane senza figli	Coppie anziane con figli
Alatri	3,0	18,5	3,5	2,6	1,0	3,8	15,1	20,4	2,2	10,4	2,7
Anagni	2,9	17,3	1,6	1,9	0,7	4,0	12,8	19,8	2,5	12,3	2,0
Ceccano	2,9	20,4	2,2	1,7	0,4	3,9	13,0	26,5	2,8	12,0	2,8
Ferentino	2,6	27,1	0,3	4,7	1,1	4,4	14,2	29,6	2,2	11,9	2,3
Frosinone	2,7	26,0	1,3	5,3	1,3	3,7	10,7	25,4	3,2	10,7	2,8
Veroli	2,8	21,7	2,6	2,2	0,7	2,4	15,6	23,7	2,2	13,4	2,3

talia (con 2,4).

Ancora più evidente, tuttavia, è la profonda trasformazione della struttura sociale che, anche nella nostra provincia, tende sempre più a fondarsi su componenti singole o forme di coabitazione nate più pensando agli equilibri di bilancio che agli equilibri coniugali.

1991	Ampiezza media delle famiglie	Famiglie senza nuclei	Famiglie con due o più nuclei	Giovani che vivono soli	Famiglie monogenitoriali giovani	Coppie giovani senza figli	Coppie giovani con figli	Anziani soli	Famiglie monogenitoriali anziane	Coppie anziane senza figli	Coppie anziane con figli
Alatri	3,3	14,6	5,4	1,4	0,8	4,2	23,5	16,7	1,9	7,9	2,1
Anagni	3,0	16,1	1,5	1,3	0,6	4,5	20,6	21,3	2,0	8,4	1,4
Ceccano	3,1	16,2	2,3	1,1	0,8	4,5	23,3	21,0	1,9	8,9	1,6
Ferentino	2,8	23,0	0,6	3,3	0,9	4,8	22,5	31,1	1,9	10,0	1,5
Frosinone	3,1	16,0	2,5	1,6	1,0	4,3	19,2	20,9	2,1	7,0	1,5
Veroli	3,0	18,7	2,0	1,8	0,8	3,6	25,0	25,4	1,5	12,1	1,7

Le "famiglie" costituite da componenti singoli, infatti, risultano in costante aumento con un'incidenza percentuale sul totale delle famiglie che passa in media dal 17,4% del 1991 al 28,3% del 2011.

Tale tendenza, sta riducendo il divario tra le città della nostra provincia e la media rilevata per il Lazio (pari al 37,5%) e per l'Italia, che si attesta al 33,8%. In proposito, va precisato che sul dato regionale pesa la presenza di

mente la media è relativa ad un maggior numero di situazioni profondamente diverse, basti pensare ad esempio al confronto tra la tradizione familiare del

nord e quella tipica del sud. In generale, il numero di famiglie che raccolgono più generazioni sotto lo stesso tetto è in lieve aumento, fenomeno che emerge se si tiene conto che sul diverso andamento del valore medio incide il caso di Alatri, passata da una significativa presenza di famiglie com-

poste da più nuclei di generazioni diverse, pari al 5,4% del 2009, ad una situazione più vicina alla media con il 3,3% del 2011.

Passando all'esame delle famiglie giovani, dove per giovani si intendono, relativamente agli indicatori presentati, le persone di età compresa tra i 15 e i 35 anni, si osservano nel periodo in esame profonde trasformazioni, tuttora in corso. Un primo dato interessante è il forte aumento della percentuale di giovani che vivono da soli, che tende a riavvicinare i dati provinciali alla media nazionale, con buona pace delle mamme ciociare e complice, forse, la contemporanea riduzione dell'indicatore registrata a livello nazionale, come conseguenza delle difficoltà economiche incontrate dai giovani in cerca di indipendenza. Dall'1,8% medio del 1991, si raggiunge nel 2011 il 4,6% (rispetto all'8,9% del Lazio e al 7% dell'Italia), con un sensibile aumento per la città di Frosinone,

passata nel periodo dall'1,6% al 6,7% seguita da Ferentino, che raggiunge il 6,3% partendo dal 3,3% del 1991.

In generale, le famiglie monogenitoriali risultano in lieve aumento, mentre più significativa è la riduzione rilevata per l'incidenza delle coppie giovani senza figli. Quest'ultimo indicatore, passato dal 4,3% medio del 1991 al 2,2% del 2011, indica una contrazione del potenziale di crescita demografica della nostra provincia.

Ancora più evidente è la riduzione registrata nell'incidenza delle coppie giovani con figli che dal 1991 al 2011 passa dal 22,3% al 7,5%.

A completamento dell'analisi, spostiamo l'indagine verso l'opposto estremo della fascia di età che raccoglie le persone di età superiore ai 65 anni.

L'incidenza degli anziani soli rispetto al totale della popolazione anziana, seppure in crescita dal 22,7% al 25,7% sul periodo considerato, resta al di sotto del dato regionale e nazionale, pari rispettivamente a 28,1% e 27,1% nel 2011.

Tale dato, insieme all'aumento delle coppie anziane senza figli, passate dal 9,1% al 12,8%, tende a segnalare possibili aree socialmente fragili ed a rischio di esclusione.

Altrettanto interessante è l'analisi dei dati relativi ai nuclei familiari con genitori anziani e figli. In particolare, sia l'incidenza delle famiglie monogenitoriali sia quella delle coppie anziane con figli hanno registrato un aumento passando, rispettivamente, dall'1,9% al 3,7% e dall'1,6% al 4,1%. L'andamento di tali indicatori evidenzia, anche per il territorio provinciale, la tendenza dei figli adulti a prolungare la propria permanenza all'interno della famiglia di origine per approfittare delle cure e del sostegno economico dei genitori.

Come sempre, i dati presentati possono servire agli amministratori locali per leggere il proprio territorio e derivarne utili indicazioni sulle politiche da attivare. Considerato il clima natalizio, possiamo aggiungere che, sicuramente, l'evoluzione della famiglia come fotografata dall'ultimo censimento, non fa che confermare anche in campo demografico le previsioni di contrazione dei consumi, se non altro perché in presenza di famiglie più piccole e destrutturate anche i regali di Natale tendono a diminuire, con pesanti ricadute in termini occupazionali sul settore, fabbrica di Babbo Natale inclusa.

Paola Manchi

BOMBONIERE  
*Maritu*  
ART. DA REGALO

Laura Biagiotti  
Guarenatto  
GMV  
GIANMARCO VENTURI  
ENRICO COVERI

Cloraluna  
Gattinoni

Strada Provinciale S. Cecilia, 10 - Alatri (FR) - Tel. 0775.409180

# Tassa sui rifiuti, in Provincia di Frosinone si paga di più

Secondo la rilevazione di Cittadinanza Attiva nel Lazio le tariffe scendono rispetto al 2014

**C**resce ancora la tassa sui rifiuti nel nostro Paese: nel corso del 2015, una famiglia media italiana ha pagato 298 euro (+2% rispetto al 2014). Media più alta nel Lazio con 316 euro per nucleo familiare, sebbene in discesa rispetto ai 324 del 2014: fra le province Frosinone è la più cara con 348 euro, Viterbo la più economica con 210 euro. E se a livello nazionale la raccolta differenziata si attesta nel 2014 al 45,2% (+2,9% rispetto al 2013), nel Lazio si arriva al 32,7% (+6,2%), mentre lo smaltimento in discarica è in netta diminuzione al 20% (-26% su anno precedente).

E' questo il quadro che emerge dalla annuale rilevazione dell'Osservatorio prezzi e tariffe di Cittadinanzattiva che per l'ottavo anno consecutivo ha realizzato un'indagine sui costi sostenuti dai cittadini per lo smaltimento dei rifiuti in tutti i capoluoghi di provincia, prendendo come riferimento nel 2015 una famiglia tipo composta da 3 persone, con un reddito lordo complessivo di 44.200 euro ed una casa di proprietà di 100 metri quadri. Il Dossier è disponibile sul sito internet [www.cittadinanzattiva.it](http://www.cittadinanzattiva.it).

Secondo il rapporto Rifiuti urbani 2015 dell'Ispra (Isti-

tuto Superiore per la Protezione e la Ricerca Ambientale) nel 2014 in Italia sono state prodotte 29,7 milioni di tonnellate di rifiuti urbani con una media pro capite di 488 kg (+0,2% rispetto al 2013). Il 46% dei rifiuti urbani italiani è prodotto nelle regioni del Nord, il 32% nelle regioni del Sud ed il restante 22% in quelle centrali. Per quanto riguarda la produzione pro capite la media più elevata è quella del Centro (547 kg), segue il Nord (496 kg) ed infine il Sud (443 kg). Nel Lazio ogni cittadino produce in media 523 kg di rifiuti l'anno.

Riccardo Strambi

# Incidenti stradali, bilancio neutrale per la Ciociaria

Successo per le due ultime iniziative di educazione stradale, "Occhio alla Strada" e "Ambasciatori della Guida Sicura"

**I**nuovi dati ACI ISTAT presentati ieri, lunedì 2 novembre 2015, a Roma non possono essere considerati positivi per la provincia di Frosinone che vede sostanzialmente, come in tutta la Regione, uno "stallo" delle cifre riferite a incidenti, feriti e morti su strada. Vediamo nel dettaglio qualche dato e formuliamo alcune considerazioni preliminari:

**A livello Regionale**, nel Lazio durante il 2014, si sono verificati 20.589 incidenti con 371 morti. Nel 2013 gli incidenti furono 22.167 con 366 morti su strada. Per cui, benché si siano registrati molti meno incidenti (-7,1%), la mortalità è salita di un punto percentuale abbondante.

**La provincia di Frosinone** rimane come da anni la terza, dopo Roma e Latina, per numero di incidenti e per morti conseguenti a sinistri stradali. Il totale degli incidenti è passato da 1.100 del 2013 a 1.010 del 2014, con un calo dell'8%; riduzione, seppur lieve, anche per il numero di defunti che passa dai 38 del

2013 ai 37 del 2014.

"Il mancato entusiasmo che esprimiamo come Ente deputato anche alla sicurezza stradale e alla tutela degli utenti della strada - dichiara il direttore dell'Automobile Club Frosinone Ferdinando del Prete - è dovuto al fatto che, sebbene i dati mostrino un lieve miglioramento, negli ultimi dieci anni il trend era stato marcatamente positivo. Questo ci induce - continua il dirigente - a insistere nelle azioni e nei progetti di educazione stradale e guida sicura che ormai da anni proponiamo in tutte le forme ad istituzioni pubbliche ed attori della società civile. Proprio negli ultimi dieci giorni abbiamo organizzato altri due eventi, il primo in collaborazione con partner privati tra cui la catena di ausili vista-udito Otovision, rivolto a bambini, giovani ed adulti, denominato "Occhio alla strada" e che ha ricevuto un buon riscontro dalla popolazione. L'altro evento "Ambasciatori della Sicurezza Stradale", si è tenuto sabato scorso presso il Centro di Guida Sicura

ACI di Vallelunga, dove abbiamo portato altri 45 ragazzi dell'Autoscuola "Guida Sicura" in collaborazione con l'IIS di Ceccano (sede Alberghiero di Ceccano e sede Tecnico Economico di Ceprano - accompagnati dai professori Crocca e Sbardella) ad effettuare gratuitamente i test di guida su bagnato ed in situazioni critiche seguiti da piloti professionisti. Ricordo inoltre - conclude del Prete - che è attivo da diversi anni il servizio "SegnalACI il disservizio" che questo Automobile Club ha ideato per offrire agli utenti della strada della provincia di Frosinone uno strumento per segnalare problematiche legate alla viabilità, alla circolazione stradale, alla manutenzione della rete viaria, tramite diversi canali anche tecnologici (social network, sito, email, fax) che invitiamo i cittadini ad usare perché il buono stato delle infrastrutture è una delle condizioni fondamentali per evitare incidenti".

Andrea Tagliaferri

Tutto quello che desideri  
da una casa.



EDILIZIA  
STIRPE  
2014

Edilizia Stirpe 2014 S.r.l.s.

Augura Buone  
Feste

[ediliziastirpe2014@libero.it](mailto:ediliziastirpe2014@libero.it)

Via La Donna, 12  
03011 ALATRI (FR)  
Tel. 0775 447127  
Mobile 392 1328971



Vendita diretta villette  
ALATRI - Loc. Tecchiena  
a 5 min. da Frosinone



# La "rivolta" degli ex consiglieri regionali

Il taglio dei vitalizi da parte di Zingaretti ha fatto salire sulle barricate molti di loro. A presentare ricorso anche nove ciociari

**A**lfredo Pallone, Wanda Ciaraldi, Danilo Collepardi, Fernando D'Amata, Gerardo Gaibisso, Rita Padovano, Giuseppe Paliotta, Fabio Schietroma, Ettore Urbano. Non sono nove undicesimi di una squadra di calcio locale. Sono politici ciociari, per l'esattezza ex consiglieri regionali, che rientrano nei 77 firmatari dei ricorsi contro la riduzione del vitalizio. Il loro vitalizio. Quelli, per intenderci, che hanno "pagato" la riforma del 2014 del Presidente Zingaretti con cui, la Regione, ha modificato la legge sugli assegni a cui

hanno diritto, una volta concluso il mandato, gli ex membri della Pisana. Una legge che permette risparmi, annui, di 4 milioni di euro.

**La riforma voluta da Zingaretti.** Nella scorsa legislatura, era consentito agli ex consiglieri regionali del Lazio di aver diritto al vitalizio, l'assegno cioè che spettava a ciascun consigliere una volta terminato il mandato, a partire dai 55 anni (o 50, con una decurtazione percentuale per ogni anno di anticipo). La legge 12/2014, passata in Commissione Bilan-

cio del 'nostro' presidente Mauro Buschini, ha abolito i vitalizi (i consiglieri di questa legislatura non lo percepiranno) e, per quanti hanno maturato il diritto all'assegno senza ancora percepirlo, ha aumentato l'età minima a 65 anni, anticipabile a 60 sempre previa decurtazione del 5% per ogni anno di anticipo fino al conseguimento dell'età minima. Per coloro che già percepiscono l'assegno, invece, è stato inserito un contributo di solidarietà di durata triennale ad aliquota progressiva a decorrere dal primo gennaio 2015. Le aliquote dipen-

dono dall'ammontare del vitalizio e sono così distribuite: del 6% per scaglioni eccedenti da 14 a 20 volte l'importo minimo Inps; del 12% da 20 fino a 30 volte; del 18% oltre tale soglia. Inoltre, i vitalizi sono stati ridotti sempre dal primo gennaio scorso, dell'8% (fino a 1.500 euro lordi mensili), del 10% (da 1.500 a 3.500 euro) e del 17% oltre tale soglia. Le aliquote vengono però maggiorate del 40% se il beneficiario dell'assegno percepisce un altro vitalizio dalla Camera, dal Senato o dal Parlamento Ue.

**La rivolta degli ex.** Questa riforma ha fatto letteralmente imbufalire gli ex consiglieri. Gli stessi che da allora si battono attraverso ricorsi giudiziari e che hanno citato in giudizio la Regione contro 'abnormi provvedimenti amministrativi'. Gli ex consiglieri, attraverso i loro avvocati, denunciano l'illegittimità del provvedimento perché, in buona sostanza, dicono di aver pagato i contributi richiesti quando erano in carica e i loro diritti sono dunque acquisiti. Ogni detrazione, è da considerarsi infondata.

Avranno pensato che, anche dopo la decurtazione con la citata legge 12/2014, il loro vitalizio supera lo stipendio medio italiano? E i risparmi per le casse regionali? Evidentemente no. Saranno i giudici, dunque, a decretare chi avrà ragione.

Riccardo Strambi



**MILLEFRUTTI**  
di Luigi e Barbara

**Freschezza & Qualità**  
Si Confezionano cesti natalizi

**Augura Buone Feste**

S.S. 155 per Fiuggi Alatri (Fr)  
Loc. Tecchiena - Tel. 0775 408705

**PARRUCCHIERE**

CAPELLI **Mauro**  
**Tiziana** ENJOY

**Parrucchiere**

**Centro Estetico**

Via Madonna della Sanità - Alatri (FR) - Tel. 0775.434461





**Bari RAGAZZI  
del SOLE**



**GELATERIA  
CAFFETTERIA  
STUZZICHERIA  
PANINOTECA**

*Augura Buone  
Feste*



RICARICHE TELEFONICHE



S.S. 155 Località "La Donna" - Alatri (Fr) Tel. 0775.441191



**DENIS  
ECOR Art  
COLORIFICIO**  
SISTEMA TINTOMETRICO CIVILE - INDUSTRIALE



*Esposizione e vendita  
presepe artigianale*

*Vi auguriamo  
Buone Feste*



Tel. 339.7673333 - 0775.435163  
Alatri (FR) - S.S. 155 per Fiuggi  
(piazzale Eurospin)





# Il Catasto ha una nuova sede

Finalmente la sede dell'ex Agenzia del Territorio si riunifica all'Agenzia delle Entrate

**L** 23 ottobre scorso, dopo mesi di traslochi, gli uffici e i preziosi archivi della ex Agenzia del Territorio, ai più nota come Catasto (o Conservatoria), sono stati definitivamente trasferiti a Frosinone scalo, nell'edificio di piazza Sandro Pertini dell'Agenzia delle Entrate (di cui è parte integrante a seguito dell'integrazione tra le due agenzie fiscali voluta dal governo Monti). Una data che rimarrà impressa nella memoria di molti. D'altra parte ne sono passati di geometri, ingegneri, architetti e notai da quelle parti!

Il palazzo di piazza VI dicembre, costruito alla fine degli anni '50 dall'ing. Evangelisti per ospitare gli uffici territoriali del Ministero delle Finanze, su



Vecchia sede del Catasto

quello che in città chiamavano lo "sbracone", un terreno caratterizzato da un forte dislivello dovuto al riporto di macerie dal vicino centro storico, è stato il primo esempio a Frosi-

none di edificio moderno e multifunzionale. Da sempre il suo punto di forza è stato la posizione: invidiabile per il panorama che si gode da un lato sulla valle del Sacco e sui monti

che la circondano e, dall'altro, sul centro urbano antico, con il campanile che svetta proprio di fronte alla facciata principale. Una posizione che, all'epoca della costruzione, suscitò forti polemiche. Il nuovo "palazzo delle finanze", come veniva chiamato allora, di fatto impediva la vista della valle dalla passeggiata di corso della Repubblica e, dal punto di vista architettonico, era totalmente in contrasto con gli edifici vicini. In ogni caso quel palazzo ha scritto un pezzo di storia della

cazione strategica a due passi dall'uscita autostradale e dalla stazione ferroviaria, locali più moderni e un front-office più organizzato sono gli innegabili vantaggi offerti dalla nuova sistemazione.

Certo, a sentir parlare alcuni dei dipendenti storici dell'ufficio è come se si fosse agli albori di una "nuova era del Catasto"! Ma, d'altra parte, per chi ha passato in piazza VI dicembre quasi 40 anni della propria vita professionale, è facile farsi prendere dalla nostalgia. E allo-



Il nuovo edificio

città, ora definitivamente archiviato. D'altra parte l'edificio, innovativo all'epoca della costruzione, oggi risultava essere del tutto inadeguato, soprattutto per la fruibilità da parte del pubblico. La suddivisione degli uffici su più livelli, la non ottimale rispondenza alle norme di sicurezza e la necessità di consistenti interventi manutentivi, oltre alle evidenti esigenze organizzative scaturite dall'integrazione tra le due Agenzie fiscali, sono stati tra i motivi principali che hanno portato al trasferimento nella nuova sede. Uno stabile, quello di piazza Pertini, che ora raccoglie di nuovo tutti gli uffici finanziari della città. Un bel parcheggio comodo, una collo-

ra basta fermarsi un attimo a scambiare due chiacchiere con loro e ecco che ricordi, aneddoti e battute si rincorrono e intrecciano e piano piano vanno a scrivere la storia di un ufficio che negli anni ha cambiato nome e fisionomia più volte, ma che per oltre 50 anni è stato lì, imperterriti, a presidiare Piazza VI Dicembre. A testimonianza di quel pezzo di storia, di cui ciascuno di loro ha fatto parte, resterà l'affresco dell'androne di accesso centrale, sintesi perfetta dell'organizzazione del fisco all'epoca della costruzione del palazzo. Perché è giusto andare avanti, ma non bisogna mai perdere la memoria di quel che è stato.

Marzia Felici

## Pienone alla cena di Beneficenza

Successo oltre le aspettative per la serata di solidarietà per il reparto di Pediatria dello Spaziani e per le case famiglia del territorio.

Soddisfatti gli organizzatori

**N**eanche le associazioni che organizzavano l'evento avevano previsto un pienone come quello che si è registrato venerdì 27 novembre presso il ristorante Le Tre Stelle a Tecchiena di Alatri. L'occasione era davvero unica, pubblico e privato assieme per raccogliere fondi da destinare a famiglie bisognose, Case Famiglia e al Reparto Pediatria dell'ospedale di Frosinone. Le associazioni Frusna Bene Comune, LTB - Sez. Università Italiana del Vino, Società del Cinema Nino Manfredi, coordinate da Francesco Tabacchino e con il patrocinio di Fondazione



Umberto Mastroianni, ACI Frosinone, Comune di Piglio, Provincia di Frosinone e Regione Lazio, hanno organizzato una piacevole serata conviviale all'insegna della socialità ma anche e soprattutto della solidarietà verso chi ha più bisogno, come sottolineato nelle interviste che abbiamo realizzato prima e durante la cena. Tra le personalità che si sono impegnate per la realizzazione dell'evento, ricordiamo il Presidente dell'Automobile Club frusinate Achille Pagliuca, il consigliere comunale di Frosinone e presidente dell'associazione

Frusna Bene Comune Angelo Pizzutelli, il Commissario straordinario dell'Agenzia Formazione della Provincia di Frosinone, Arduino Incagnoli, il Presidente della Fondazione Umberto Mastroianni, Andrea Chietini, Felice Zuccarelli dell'associazione LTB e la madrina della serata Paola delli Colli.

Andrea Tagliaferri

**AUTOFFICINA MULTISERVICE**  
di Leandro Coccia



SERVIZIO ARIA CONDIZIONATA

DIAGNOSI COMPUTERIZZATA

S.O.S. STRADALE

*Augura Buone Feste*

Via Riano di sotto, 24 - Alatri(Fr)  
Tel. 0775 435393 - Cell. 3339969041  
autofficina.multiservice@gmail.com



**Dental Center**

STUDIO ODONTOIATRICO SPECIALISTICO

PROMOZIONE  
Prima Visita e  
Ortopanoramica  
GRATUITE

*Augura Buone Feste*

IMPLANTOLOGIA | PROTESI FISSA + MOBILE | CONSERVATIVA  
ORTODONZIA FISSA + MOBILE | IGIENE DENTALE  
ENDODONZIA

Via La Stazzo, 34 | ALATRI | Tel. 0775.441727 | dentalcentersnc@live.it



# SEBASTIANI MARKET S.R.L.



*Augura Buone  
Feste*

*Qualità - Freschezza - Offerte Giornaliere*

**Vendita al dettaglio prezzi all'ingrosso!**

**Riforniamo Bar - Ristoranti - Mense Comunali**

*dal lunedì  
al sabato  
7.30 / 13.30  
16.00 / 20.00*

*Si confezionano  
Cesti  
Natalizi*

*Domenica  
Aperto la  
Mattina*



*Via Fuara, 85 - Alatri (Fr) - Tel. 0775.442037*





# OtoVISION

Specialisti della **Vista**



www.propagandadesign.it

## Sfrutta l'offerta!



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

FROSINONE - CASSINO - SORA

infoline

800.500.569





# *Le Muse*

FLORAL DESIGN



*Le Muse Floral Design in occasione delle feste ha rinnovato la sua vetrina, con una nuova collezione di articoli da regalo e decorazioni, anche realizzate a mano, tutto dedicato alla dolce atmosfera Natalizia.*

*Inoltre troverete fiori, piante e centrotavola. Offriamo un servizio a domicilio per addobbi di alberi di Natale e mise in place per la vostra tavola di Natale.*

Via Chiappitto - Alatri (FR)  
Tel. 348.9295632

*Isabella*  
gioielli

*Augura Buone  
Feste*

ALATRI - VIA CHIAPPITTO, 31





# Falconi: "Vogliamo elevare l'immagine di Guarcino"

**G**iovane, brillante, determinato. Uno dei volti nuovi del consiglio comunale di Guarcino. Un cognome che lascia pochi dubbi per quanto concerne il paese di provenienza. Gabriele Falconi ama la musica, il calcio e la politica. E' un consigliere comunale, l'emblema di quel graduale processo di rinnovamento nella classe dirigente della Provincia di Frosinone. Ha idee chiare, parla di un paese, Guarcino, "che deve sviluppare quelle grandi potenzialità che lo contraddistinguono". Lo abbiamo intervistato.

**Falconi, tempo di primi bilanci per la nuova amministrazione targata Restante. Ci fai un resoconto dei primi mesi di amministrazione?**

"Io direi un bilancio positivo perché sin da subito abbiamo iniziato a lavorare per migliorare le condizioni di Guarcino.



Gabriele Falconi

Nei primi mesi ci siamo concentrati, e continuiamo a farlo, sul recupero e il decoro del centro urbano perché abbandonato, a nostro modo di vedere, in termini di pulizia. Il nostro obiettivo principale è valorizzare il centro storico perché riteniamo possa una delle carte vincenti per il futuro del nostro paese".

**Vi siete posti un obiettivo da raggiungere durante il vostro mandato?**

"L'obiettivo principale è coinvolgere le associazioni presenti sul territorio, al fine di fare squadra e orientare le energie su una unica finalità: elevare l'immagine del paese e attrarre di nuovo il turismo. Il compito della nuova amministrazione comunale sarà quello di sviluppare il potenziale di questo territorio, potenziale storico, architettonico, naturalistico e culinario. Guarcino ha possibilità importanti, basti pensare a Campocatino: ce

la possiamo fare".

**A proposito di Campocatino. Parte una nuova stagione. Novità per la stazione sciistica?**

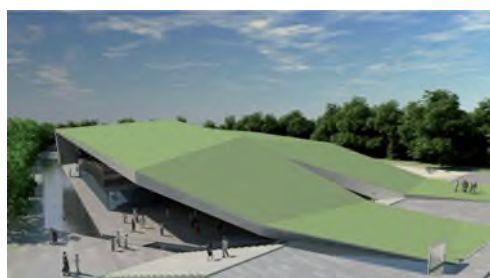
"Per Campocatino continua l'ottimo lavoro della società di gestione impianti che sta riportando la stazione ai livelli che gli competono. Le novità della nuova stagione sono il baby park sulla neve, la pista di pattinaggio coperta e una grande campagna promozionale che vede Campocatino partner di Mc Donald's, Decathlon e Fiuggi in numerose iniziative. Possiamo dire che si conferma il posto ideale per le famiglie laziali per trascorrere giornate e soggiorni sulla neve, con un occhio sempre attento ai bambini e a tutti coloro che vorranno avvicinarsi al mondo dello sci, dello snowboard e del fondo".

Riccardo Strambi

## Il Palacongressi ... diventa un miraggio

I fondi regionali arrivano a rilento e si rischia di non avere la struttura per la stagione estiva 2016

**FIUGGI** - I lavori del palacongressi procederanno a "singhiozzo". Siamo a Maggio, quando, il presidente della Regione Lazio Nicola Zingaretti, viene a Fiuggi per inaugurare i lavori del Palacongressi, ideato dallo studio Valle, nell'area dell'ex campo sportivo di viale IV Giugno. E siamo invece ad agosto quando d'improvviso, i lavori partiti speditamente, si arrestano senza un'apparente ragione. Sono passati 3 mesi da questo "stop" assolutamente indesiderato, e di illazioni sui motivi di questa battuta d'arresto, se ne sono fatte tante. Alla fine però la verità è uscita fuori nel corso dell'ultima assise civica tenutasi nella cittadina termale. E' stato



lo stesso sindaco, Fabrizio Martini, a dare delucidazioni alla cittadinanza su quanto sta accadendo. I Lavori di realizzazione del palazzo dei congressi a Fiuggi andranno avanti a "singhiozzo". L'opera interamente finanziata dalla Regione Lazio, per poco più di 3 milioni e 800 mila euro, ha avuto un inizio brillante nel mese di maggio, tuttavia per cause che ora sono ben chiare, i lavori hanno subito una brusca battuta

d'arresto nel mese di agosto. In questo lungo lasso di tempo, da quando i lavori sono stati bloccati, di illazioni sulle ragioni dello stop, ne sono state fatte tante, la verità era una sola però, ovvero quella che la regione, non stesse stanziando il dovuto per lo stato di avanzamento. "Attualmente siamo a due avanzamenti lavori- ha dichiarato il sindaco Fabrizio Martini- il 9 novembre scorso la regione Lazio- ha proseguito il sindaco- ha comunicato un ulteriore acconto di una parte di un aggiuntivo 40%. Per ora è stato erogato il 10%, con l'arrivo di questo ulteriore acconto è immaginabile che si avvii la seconda fase di copertura del tetto. I lavori comunque andranno avanti a "singhiozzo"- ha concluso Martini- ma non dipende da noi, anche perché fino ad ora la regione Lazio non ci ha rilasciato una dichiarazione che specifichi lo stanziamento complessivo delle somme". A questo punto però è facile immaginare, a meno di una erogazione risolutiva di denaro da parte della Regione, come il Palacongressi tanto desiderato e necessario a rilanciare il turismo nella cittadina termale, non vedrà la luce nemmeno per la stagione estiva 2016.

Francesca Ludovici

**EDICOLA**

Di Alessandro

**NUOVA GESTIONE**

**QUI puoi:**

- ✓ Pagare bollettini postali e bancari
- ✓ Effettuare ricariche telefoniche
- ✓ Pagare il bollo auto
- ✓ Ricaricare Carte Postepay
- ✓ Acquistare e incassare buoni lavoro INPS
- ✓ Pagare tributi con F24
- ✓ Pagare cartelle equitalia
- ✓ Pagare avvisi di pagamento
- ✓ Ricaricare carte prepagate
- ✓ Pagare il canone RAI
- ✓ Uscire al Lotto
- ✓ Uscire al T6 e Loto

Giornali  
Fotocopie e Fax  
Tabacchi

WIND TIM  
vodafone 3

Tel. 0775.409013  
Strada Provinciale Santa Cecilia, 8 - TECCHIANA DI ALATRI (FR)

## "Natale Insieme" 2015

**FUMONE** - Interessante iniziativa nel borgo medievale ernico dove il promoter Marco del Monte, lo staff di "Azzurra eventi", in collaborazione con il bar "Village Caffè" di Elisa D'Arpino di Monte San Marino- Alatri, stanno organizzando per il 20 dicembre un evento natalizio dal titolo "Natale insieme 2015" con la direzione artistica di Sonia Scarselletta. La serata si svolgerà all'insegna del divertimento, arte, danza, spettacolo e sfilate di bambini, con ospiti speciali come "Babbo Natale", "Frozen"



e con la grande partecipazione del comico imitatore Max Sabatini con i suoi personaggi tra cui Celentano e Bombolo. Durante la serata si potranno degustare specialità gastronomiche e fiumi di ottima birra. Per info e per iscriversi alla sfilata dei bambini 331-8164436, o su Facebook Marco Del Monte, Sonia Scarselletta e Village Caffè.

Andrea Tagliaferri

**Punto Pasta**

di Caponera Antonietta

**Buon Natale**

**PASTA TRAFILATA A BRONZO**

Maccheroni-Fini Fini-Pappardelle al Peperoncino  
Tortellini produzione propria-Strozzapreti  
Maccheroni alla Chitarra-Sagne Pelose  
Pampepato-Tozzetti-Ciambelle-Amaretti

**PRIMI PIATTI DA ASPORTO SU ORDINAZIONE**

Fumone Via Piè del Monte, 14 - Tel. 0775.49249 - 348.0780938



SU FACEBOOK:

**GENTE COMUNE PERIODICO GRATUITO**

Aggiungici ai tuoi amici e seguici ogni giorno



# Roberto Gizzi: "Mi ricandido con il Partito Democratico"

Il titolare dei lavori pubblici racconta il suo grande lavoro in questi 5 anni di amministrazione

**N**on ama stare sotto i riflettori, la politica per lui è una missione. Con il governo Morini ha svolto un grande lavoro nonostante le maglie di un bilancio sempre più strette. Predilige da sempre il rapporto diretto ed umano con le persone, con i cittadini, piuttosto che l'arida e distante comunicazione attraverso i moderni social network. Schivo e riservato, l'assessore ai Lavori Pubblici Roberto Gizzi, si racconta in questa intervista a Gente comune. Traccia un bilancio di un'attività svolta con passione, a trecentosessanta gradi, sempre e comunque nell'interesse dei cittadini. Gizzi ha sempre ascoltato le esigenze della città, dei progetti iniziati e mai portati a termine, per

sa ho puntato a chiudere una storia di dieci anni, come è stata, quella della **rotatoria della Stazione**, essendo un importante snodo viario ad alta densità di traffico. Un intervento che ha certamente dato lustro e funzionalità ad una zona periferica fino ad allora abbandonata, che costituisce l'ingresso ed il



co, e dopo 15 anni di attesa, si realizzerà lo **svincolo di Fiura-Gaudo-Badia**, è stata effettuata la gara di appalto e per Febbraio si prevede l'inizio dei lavori". **Assessore, in questi anni al governo siete stati impegnati anche nell'affrontare stati di emergenza nati da calamità naturali che hanno colpito pesantemente tutto il territorio di Alatri.**

"E' vero, abbiamo dovuto affrontare la grande nevicata di febbraio 2012, che ha richiesto un grande impegno di risorse umane ed economiche, per far fronte alla grave situazione che si era creata in quei giorni, e sono stati spesi circa 250 mila euro. Abbiamo dovuto affrontare i danni causati dalle grandi piogge, ma siamo stati in grado di riportare alla normalità la viabilità di via Cellerano di Sopra, del Ponte di Via Carano.

Investendo per questi interventi 350 mila euro. Abbiamo, inoltre, messo in sicurezza i ponti sul fiume Cosa, etc.

somma di circa 530 mila euro, in questo budget sono compresi vari tipi di tipi di interventi di manutenzione ordinaria sulla viabilità, quali colmatare buche stradali, pulizia fossi, regimentazione acque meteoriche, ripristino pavimentazione centro storico, taglio erba e bonifica aree di competenza comunale, etc.. Il nostro Comune ha un territorio molto grande, abbiamo cercato di risolvere man mano le criticità ed i problemi che si sono presentati di volta in volta, sia segnalati dai cittadini, sia rilevati dal nostro Ufficio Tecnico, sia segnalati dalla Polizia Locale, sempre naturalmente compatibilmente con le esigue risorse dell'Ente, proprio per questo ci tengo a precisare che sono stati affidati all'esterno, solo quegli interventi che non erano alla portata delle maestranze comunali, così da ridurre al massimo i costi".

**Cambiamo argomento e cerchiamo di guardare più lontano. Il prossimo anno, a maggio, si torna alle urne per il rinnovo del Consiglio comunale e del Sindaco. Qual è il futuro dell'Assessore Gizzi?**

"Ho voglia ancora di rimettermi in gioco. Di questo sono certo".

**Sempre con una lista civica o con il Pd?**  
"L'esperienza con la civica è stata bellissima, mi ha entusiasmato e dato tante soddisfazioni. Sono però convinto che una persona che vuole fare poli-



Bocciodromo - Alatri

logiche politiche difficili da comprendere, senza mai, però, togliere nulla ai tanti interventi da 'costruire' dalla base, cercando sempre di essere propositivo, perché non è nel suo stile cadere e perdere tempo in inutili polemiche.

"Quando nel 2011 ho deciso di accettare l'incarico - racconta l'assessore Gizzi - la prima cosa che mi sono prefissato era quello di portare a conclusione tutti quei lavori iniziati da anni e mai terminati. Interventi sui quali le

biglietto da visita del nostro paese. Lo stesso faremo per la messa in sicurezza di **Corso Umberto, Corsa dei Cavalli e via Vado del Tufo**. Noi abbiamo messo i progetti e l'Astral i soldi. E poi ancora il Bocciodromo, inaugurato qualche settimana fa, che rappresenta il fiore all'occhiello della città. Struttura unica nel Lazio e tra le prime in Italia.

Non abbiamo dimenticato la zona di Tecchiena e qui l'intervento sulla **piaz-**



Campo sportivo - Alatri - Loc. Tecchiena

Infine, per concludere, non ci è mancato neanche il vento, che per ben due volte ha colpito pesantemente il nostro territorio, causando ingenti danni. Con il lavoro di tutta la struttura comunale abbiamo fronteggiato tutti questi avvenimenti negativi pensando anche alle zone più periferiche, che ovviamente hanno tolto anche delle risorse economiche alla collettività, risorse che potevano essere utilizzate per lavori sul territorio".

**Assessore può in grandi linee dare qualche dato relativo gli interventi sul territorio?**

"Dal nostro insediamento nel 2011, fino ad oggi, abbiamo investito una

tica debba avere una sorta di carta d'identità. Io ho quella, acquisita con l'impegno e la coerenza, del Partito Democratico e con quest'ultimo ho intenzione di candidarmi, se si creeranno le condizioni di una mia nuova candidatura sarà all'interno del Pd. Nasco come uomo del Pd e rimango uomo del Pd. Ripeto, senza nulla togliere alle civiche. Sono un uomo di partito, ma soprattutto mi sento un uomo della gente. Pronto a lavorare, come ho sempre fatto, cercando di ascoltare e risolvere i problemi del quotidiano. Ho detto all'inizio, non sono per le cattedrali nel deserto".

Riccardo Strambi



Rotatoria - Stazione di Alatri

passate amministrazioni avevano speso i soldi della comunità e risorse umane. Non era necessario costruire cattedrali nel deserto. Come prima co-

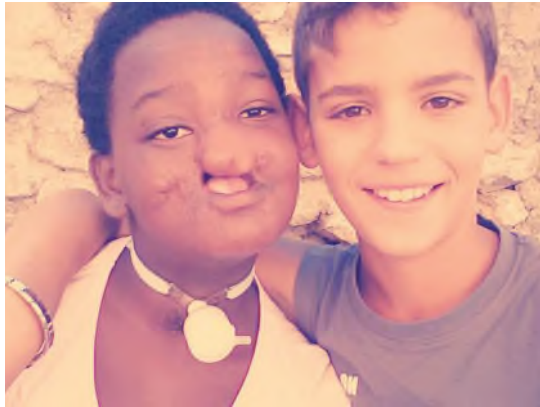
za **Monsignor Tagliaferri**. A breve consiglieremo anche il **campo sportivo** realizzato in **località Castello**. Stiamo, inoltre, per concludere l'iter burocrati-



# Tutti a comprare il calendario per Mwanne

La giovane alatrese di adozione sta affrontando un percorso chirurgico molto duro con lo spirito ottimista di sempre

È uscito il calendario di Gente Comune con 12 personaggi che caratterizzano la città di Alatri e quest'anno l'intero ricavato sarà devoluto alla causa della giovane MWANNE, bambina tanzanese ormai ciociara di adozione, che è entrata a far parte di una famiglia dal cuore immenso, i Galuppi. Come molti già sapranno Mwanne è affetta da una gra-



Mwanne e il fratellino Samuele

vissima patologia, il Noma Facciale, che le ha deturpato il viso; malattia contratta per le cattive condizioni igieniche in cui viveva in Africa ma che non è comunque riuscita a cancellare o ad oscurare la sua bellezza

che traspare evidente dai suoi occhi scuri pieni di amore. Oggi Mwanne si trova finalmente in Svizzera dove sta subendo molti interventi chirurgici di ricostruzione facciale che la terranno lontana da Alatri per un anno in un soggiorno che è stato possibile anche grazie al sostegno di amici e benefattori comuni che hanno raccolto fondi per sostenere la famiglia che le starà accanto per tutto il lungo percorso. Sicuri del vostro nuovo sostegno vi ricordiamo che "per crescere un bambino ci vuole l'intero villaggio". Per info sull'acquisto del calendario: Felice Rolletta 368.7412995 - Arnaldo Capone 339.6429974

Aggiornamento da Ginevra: parola a papà Paolo

Mwanne è in Svizzera dal 27 agosto. Ha subito due interventi di ricostruzione presso la clinica universitaria di Ginevra e tutto pare proseguire bene. Sono previsti altri interventi e il soggiorno sarà di circa un anno. "Mwanne - ci racconta papà Paolo - è molto motivata e si trova benissimo. Alloggia a Massongex in un posto incantevole, va a scuola e ha intorno tante persone che le vogliono bene. Vogliamo di nuovo ringraziare parenti, amici, conoscenti, non conoscenti, che si sono prodigati e continuano a prodigarsi per Mwanne e, di riflesso, anche per noi. Siete grandi! L'alloggio dove risiede è ben organizzato e inserito in un paesaggio splendido; insieme a Mwanne ci sono una



quarantina di bambini di tutte le età. Lei è contenta e sta imparando il francese. Un abbraccio immenso dalla famiglia Galuppi".

A.T.

## Solidarietà oltre la paura

AM.I. Africa sfiderà il terribile periodo storico per una nuova missione, questa volta in Rwanda

Non c'è periodo peggiore, forse, per decidere di partire per le zone "calde" del pianeta dal punto di vista socio-politico. Ma quando si parla di beneficenza il coraggio dei volontari, di coloro che credono fermamente in ciò che fanno per gli altri, viene fuori. È quello che abbiamo registrato parlando con uno dei protagonisti dell'associazione e della nuova spedizione in Rwanda, in una zona al confine con il Congo dove insiste una guerriglia molto pesante da diverso tempo.

Ormai è una tradizione decennale quella delle missioni benefiche dell'Associazione Am.I. Africa, la onlus alatrese con a capo il Dr. Achille Pagliuca, presidente onorario, e i due medici frusinati Luigi Buonaiuto e Maurizio Plocco e che conta decine tra medici,

infermieri e semplici volontari. Dicembre, quindi, sarà il mese di una nuova



tappa nel continente africano dove il Dr. Buonaiuto, il Dr. Limodio con la propria famiglia, l'infermiera Benedetti e 3

volontari della Caritas, arriveranno il prossimo 6 del mese, con una spedizione

esplorativa ma anche molto ambiziosa: ridare vita ad una scuola ormai inservibile.

"Con le donazioni già raccolte - ci ha detto il Dr. Luigi Buonaiuto, cofondatore dell'associazione - comprenderemo già

mobilio, banchi, sedie e materiale di consumo. Ma la nostra missione serve per gettare le basi per il sogno più grande, quello di ricostruire da zero la scuola che, come si vede nelle foto, è ormai distrutta e inservibile. Per questo dal nostro ritorno in Italia cominceremo una serie di eventi per raccogliere fondi che man mano ci permetteranno di aggiungere qualche migliona una dopo l'altra". L'associazione ha fatto del bene per dieci anni in Etiopia con missioni sanitarie ormai consolidate in collaborazione con un ospedale italiano nel Tigray a nord del paese e con missioni benefiche per aiutare l'ampliamento dell'asilo annesso al nosocomio che ospita circa 160 bambini e ai quali hanno donato anche una stalla con delle mucche per garantire loro l'approvvigionamento quotidiano di latte fresco. Chiunque volesse contribuire alla causa della Associazione Am.I. Africa onlus può farlo anche tramite il conto corrente dedicato

IT02D0200874270000102951543.

Andrea Tagliaferri



SU FACEBOOK:

GENTE COMUNE PERIODICO GRATUITO

Aggiungici ai tuoi amici e seguici ogni giorno

Hai fatti, disservizi, iniziative, foto notizie, eventi da segnalare?

Scrivi a Gente Comune: [gente.comune@email.it](mailto:gente.comune@email.it)

Oppure chiama o invia un fax allo: 0775 441344



# Meno tasse a chi lavora per la collettività

In arrivo anche ad Alatri il "baratto Amministrativo" che viene incontro alle famiglie indigenti

**E** in arrivo, anche nella nostra provincia, il baratto amministrativo. Una particolare ed innovativa forma di collaborazione tra cittadini e amministrazioni comunali che prevede, per chi si trovi in difficoltà, la possibilità di attivarsi in prima persona per svolgere attività finalizzate alla cura ed alla valorizzazione di beni comuni urbani. Tradotto: non puoi pagare le tasse? Lavori per il comune.

A credere in questa interessante forma di partecipazione e di valorizzazione delle competenze dei cittadini è l'amministrazione comunale di Alatri. Si rende-

rà operativo il baratto amministrativo in attuazione di quanto disposto dalla L. 164/2014, art. 24 recante "Misure di agevolazione della partecipazione delle comunità locali in materia di tutela e valorizzazione del territorio".

Promotore dell'interessante iniziativa l'assessore con delega anche al commercio Mario Belli. Attraverso l'adozione di uno specifico regolamento renderà operativo il baratto, offrendo ai cittadini interessati la possibilità di attivare con l'Ente un "patto di collaborazione e scambio". Collaborazione e scambio sono i punti di forza di uno strumento che



garantisce ai cittadini una risposta concreta al problema di trovare le risorse per far fronte al pagamento dei tributi e dei servizi pubblici, in un contesto di

profonda crisi economica e diffusa fragilità sociale.

Il baratto, senza violare le norme tributarie o sollevare singoli cittadini dagli obblighi fiscali, rende all'intera collettività un vantaggio oggettivo e tangibile in termini di migliore fruizione collettiva di beni comuni. Ne potranno usufruire coloro che, non disponendo delle risorse necessarie per il pagamento di tributi o servizi, scelgono di mettersi a disposizione della collettività per realizzare, secondo le direttive e con il controllo dell'Ente, interventi di valore equivalente all'agevolazione concessa.

## Belli: "Una risposta a chi si trova in difficoltà"

**M**ario Belli (in foto), una vita al servizio dello Stato presso il corpo di Polizia, oggi assessore al Commercio del Comune di Alatri. Si è fatto promotore dell'interessante iniziativa del 'baratto amministrativo'. Gli abbiamo chiesto delucidazioni sul regolamento del baratto e per definirne obiettivi, limiti ed ambito di applicazione. **Assessore Belli, da dove nasce l'idea di attivare l'istituto del baratto e quali obiettivi si pone?**



"Non si poteva non tener conto delle oggettive difficoltà che molte famiglie incontrano negli ultimi tempi a causa della difficile situazione economica del Paese. La perdita o la mancanza di un lavoro ha fatto perde-

re addirittura la dignità a molte persone che, impossibilitate a provvedere adeguatamente alla famiglia, si trovano nella condizione di dover scegliere se assicurare il necessario alla famiglia o adempiere ai doveri di cittadino. A queste persone abbiamo ritenuto di dover dare una risposta".

**Pensa che con l'introduzione del baratto si corra il rischio di incoraggiare chi tenta di sottrarsi all'obbligo di pagare tributi e servizi, favorendo quindi alcuni cittadini a discapito della collettività?**

"Assolutamente no. Anzi per assurdo la misura adottata combatte nei fatti l'evasione con un vantaggio per tutta la cittadinanza, ove si consideri che darà la possibilità di effettuare dei lavori che in concreto, a

causa della mancanza di mezzi economici, molto semplicemente non vengono effettuati; da qui il vantaggio per tutti, incluso il beneficiario diretto".

**Saranno ammesse al beneficio tutte le persone che ne faranno richiesta?**

"Saranno ammesse al baratto tutte le persone che ne faranno richiesta ed avranno i requisiti, nel rispetto delle norme tributarie e del regolamento. Non potranno, tuttavia, essere destinate al baratto somme non più disponibili ovvero oggetto di atti ingiuntivi di pagamento".

**Ritiene che l'istituto del baratto sia una misura destinata a permanere nel lungo periodo?**

"Personalmente mi auguro che sia un istituto da archiviare in brevissimo tempo, immaginando un futuro che veda ogni cittadino in grado di provvedere a sé ed alla famiglia con i proventi del proprio lavoro. Certe misure, come quella del baratto amministrativo, preferisco ipotizzarle come misure di emergenza, destinate a scomparire per effetto del superamento delle cause che ne hanno resa necessaria l'adozione".

Pagina a cura di: Riccardo Strambi



*Nella rinnovata sala da tè potrai degustare un'ottima cioccolata calda, una tisana o un bicchiere di vino, magari guardando la partita della tua squadra del cuore ( Mediaset Premium ).*

*A pranzo oltre ai panini assortiti e suppli potrai trovare anche primi piatti.*

*Inoltre la sala è disponibile anche per riunioni e compleanni.*

# Vi auguriamo Buone Feste







**Tel. 0775.434545**  
Via Cesare Battisti, 2  
Alatri (FR)

**SALA  
SLOT VLT**



# Supermercati PELLETS



**Pellets Di Abete 100%**



€  
4,30

• Tipologia:	Puro Abete
• Potere calorifico superiore:	5,26 Kwh/kg
• Umidità:	8,0% c.a.
• Formazione cenere:	0,7% c.a.
• Diametro:	6 mm
• Origine:	Canada

**Bio Energy supply**



€  
3,99

• Lunghezza:	3,15 x 1,040
• Diametro:	6,0 mm
• Umidità:	8,08%
• Contenuto cenere:	0,7%
• Densità grossa:	~ 1,2 kg / dm <sup>3</sup>
• Potere Calorifico Max:	c.a. 5,3 Kwh/kg

**Pellets Misto**

**Vinacciolo e Abete**  
(per caldaie a biomassa)

Potere calorifico superiore 7Kwh/kg



€  
3,70

Via Allegra, 4 - Alatri (FR)  
Tel. 0775.442341 - Angelo: 333.9387381  
Via Circonvallazione, 1 - Alatri (FR)  
Tel. 0775.434414 - Gilberto: 333.5850033

**Sansa di  
olive esausta**



**Nocciolino  
di Olive**

A richiesta non compreso nell'offerta si effettua il servizio di trasporto a domicilio



## IL SOLE DELLA CONVENIENZA



**Casalinghi**

Articoli da regalo



**Abbigliamento e calzature**



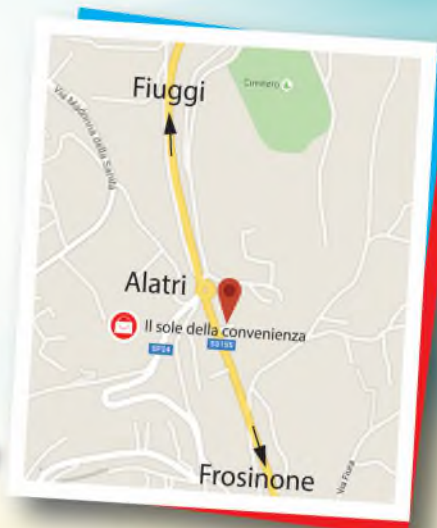
**Giocattoli**

**Cartoleria**



**Ferramenta**

**Alimentari**



Via la Donna, 6 - Alatri (FR) Loc. Stazione - Tel. 0775.441589



# Olivicoltura, un anno di ripresa

L'olio ciociaro rialza la testa dopo l'ultima disastrosa annata del 2014

**P**er il 2015 le stime si collocano in termini positivi, sia in fatto di quantità che di qualità. Si prevede una produzione intorno all'80% delle capacità produttiva provinciale e in assoluto una eccellente qualità dell'olio, grazie ad una stagione climatica molto favorevole e alla meticolosa attenzione prestata dagli olivicoltori. "La coltivazione dell'olivo in Ciociaria - ci dicono dalla Coldiretti Provinciale - è svolta da 33.000 piccole e medie aziende su una superficie olivetata di 18.000 ettari.

È caratterizzata quindi da una elevata frammentazione dei corpi aziendali, di poco superiore a 0,50 ettari per azienda". Oltre 2.300.000 piante che permettono di raggiungere una produzione di 75.000 quintali di ottimo extravergine". In tutta la provincia di Frosinone operano 90 impianti di trasformazione, suddivisi in frantoi detti continui e quelli a pressa. La posizione geografica del territorio e la sua conformazione per lo più collinare, protetto dai venti freddi del nord dalle catene montuose degli Ernici

e dei Simbruini e dalle correnti calde provenienti dal Sud dai Lepini, dai Volsci e dai monti Ausoni, crea un ambiente particolarmente adatto all'olivicoltura.

"Il nostro olio si caratterizza per il sapore di buon fruttato, con sensazioni di amaro e piccante ben identificate che esaltano le specificità delle varie coltivazioni. Dalle olive ricaviamo un extravergine armonico e ben equilibrato, fattori che permettono ad alcune delle nostre aziende di raggiungere livelli qualitativi di eccellenza e primati riconosciuti in Italia e all'estero. Anche per queste ragioni vogliamo invitare i consumatori ad acquistare, ove possibile, direttamente in azienda". I produttori ciociari hanno aderito negli anni ai progetti per il miglioramento della qualità dell'olio messi in campo, anche in Provincia, dalla Organizzazione Produttori OP Latium che, attraverso i propri tecnici, svolge attività di sorveglianza e

assistenza tecnica alle aziende.

Quest'anno la raccolta delle olive è iniziata in anticipo di almeno una settimana. Su scala nazionale è previsto un aumento del 30% rispetto alla produzione del 2014 con qualità ottima grazie al favorevole andamento climatico.

Quale olio acquistare dunque? La Coldiretti consiglia quelli sulla cui etichetta è esplicitamente indicato che sono stati ottenuti con olive italiane al 100 per 100% o di acquistare direttamente presso i produttori, nei frantoi o nei mercati certificati di Campagna Amica. Il regime di trasparenza informativa ai consumatori non è ancora completo e funzionale, nonostante dal 2009 sia obbligatorio per legge indicare l'origine in etichetta (regolamento comunitario n. 182, 06.03.2009).

Il nostro olio è riconosciuto da molti consumatori, non solo italiani, che l'olio

extra vergine di oliva prodotto nella Ciociaria è ottenuto da olivi secolari. Sono olivi prevalentemente impiantati su terreni collinari che caratterizzano un tipico ecosistema agroforestale paesaggistico rurale del frusinate circondato e coperto da circa il 70% dai monti Ernici, Lepini, Aurunci e Ausoni. In questo contesto agroambientale di inestimabile valore naturalistico, da salvaguardare, vegetano su circa 20 mila ettari gli olivi di Ciociaria coltivati da circa 33 mila piccoli produttori impegnati a curare particelle di terreno olivato, ottenendo un olio di alta qualità destinato sia all'autoconsumo ma anche alla vendita delle olive o del restante olio, di anno in anno, al migliore prezzo di mercato locale. Il Consumatore deve attivarsi per conoscere e ricercare l'autentico olio extra vergine di oliva - giorno dopo giorno - mediante un rapporto fiduciario più diretto tra i responsabili delle "filie locali" che sono i Produttori, i Frantoiani e Confezionatori singoli o associati territorialmente.

Bruno Sbaraglia



## Il centro storico langue ... ancora

**L**uci sempre più fioche nel centro storico. Non ci riferiamo alle luminarie natalizie e neppure ai lampioni pubblici, ma alle vetrine dei negozi che animano (meglio, animavano) il centro storico alatrese. La crisi del commercio nel centro, iniziata con un lento declino circa venti anni fa, è contrassegnata da una parabola che scende verso il basso in maniera continua e inesorabile, aggravata da quasi otto anni dalla crisi economica. Con i consumi in calo ed altre cause, è impossibile per molti tirare avanti: quindi stop a tante attività. Basta fare un giro per il vecchio asse commerciale dell'Alatri antica per rendersene conto: il numero degli esercizi chiusi è spaventosamente alto ed aumenta sempre più. A fine anno, infatti, altri tre negozi dismetteranno, un po' per stanchezza, un po' per l'età dei gestori, un po' per le difficoltà nel proseguire. Un quadro desolante, accompagnato spesso da polemiche di vario genere, politiche e non solo, dal quale si

fatica a tirarsi fuori. Tante parole sono state spese e tante strade sono state provate, ma la situazione attuale sta frustrando ogni tentativo che, evidentemente, non risulta essere efficace perché andrebbe calibrato meglio o perché, nel complesso, andrebbero studiate e applicate altre soluzioni, magari innovative e più coraggiose. Va detto pure, per amor della verità, che negli ultimi anni il Comune ha provato ad intervenire per invertire il trend, con l'avvio del centro commerciale naturale e con una serie di incentivi per sostenere le nuove attività sorte, ma queste apprezzabili iniziative andrebbero inquadrare in un più ampio e articolato programma di rilancio del centro storico. Ed anche questo è un tema di cui si parla da decenni, senza però esiti soddisfacenti. La letteratura su entrambi gli argomenti è vasta e altre pagine saranno scritte e altre parole saranno dette. Sperando sempre che siano quelle giuste.

Pietro Antonucci

## Scegli la nostra Bomboniera Solidale

"Il Centro diurno Emanuele Fanella è lieto di presentarvi uno dei suoi progetti: la *bomboniera solidale*. Che cos'è la bomboniera solidale? È un prodotto artigianale che rappresenta un gesto d'incontro e d'inclusione sociale.

Le bomboniere vengono realizzate utilizzando diversi materiali tra cui pasta di mais, gesso, feltro, pannolenci e carta.

Esempi di prodotti da noi realizzati sono: portafoto, sacchetti, portachiavi, cuori di pannolenci...

Per noi è molto bello produrre oltre che l'oggetto anche la confezione che realizziamo con una macchina fustellatrice chiamata Big-shot. Ci divertiamo ad abbellire le confezioni rendendole uniche. Da noi potrai acquistare allegri e colorati biglietti per ogni tua occasione. Venite e decidete con noi come personalizzarli. Presso il centro diurno Emanuele Fanella, in via delle cinque strade 99, potrai scegliere il tuo dono.

In questo Progetto è racchiuso un sogno.... quello che dovrebbe essere il sogno di tutti.... ovvero il riconoscimento sociale di ogni Persona. Ci auguriamo e speriamo che verrete numerosi per apprezzare e valorizzare il nostro lavoro".

Per info e contatti: 0775/448451 - cell. 349.3086995

Rubrica a cura

dei ragazzi del centro diurno "Emanuele Fanella"



**MACCHINE AGRICOLE**  
**CECCANI**  
S.S 155 KM. 5.000 - ALATRI (Fr) Loc. Tecchiena  
0775 409280

**SCALDACOLLO IN OMAGGIO**

**HUSQVARNA 236**  
€ 199,00

Cilindrata 38,2 cm<sup>3</sup>  
Potenza 1,4 kW  
Passo catena 3/8"  
Lunghezza barra 33-30 cm

**HOLLYWOOD**  
★ ★ ★ *caffè*

Panini  
Karaoke  
Barbecue  
Trasmissione partite

Vi aspettiamo numerosi per divertirci insieme!

Via Fiura n.30 - Alatri (FR) Tel. 349.1700356



# Danilo Ceci al vertice della World Fighters Confederation

Il lottatore ciociaro vince il titolo mondiale a Bussero nel combattimento moderno

**N**elle giornate del 7 e 8 novembre 2015 si sono svolti, nell'accogliente Palazzetto dello Sport di Bussero (Milano), i Campionati del Mondo a Contatto Pieno, di tutti gli Sport da Combattimento Moderno e Shindokai-Kan della World Fighters Confederation. Questo Evento si è rivelato un importantissimo appuntamento per circa 300 atleti provenienti da 22 Nazioni, tra cui La Francia, il Senegal, L'India, la Svizzera, la Polonia, la Spagna, Stati Uniti oltre ai nostri Italiani, tra cui i Danilo Ceci e Alessio Bonaventura rappresentanti della Federazione WFC Comitato di Frosinone sotto la Presidenza di Franco Giorgi, che hanno entusiasmato il folto pubblico accorso già fin dalle prime ore della mattinata di sabato, quando tutti i Fighters hanno lottato accanitamente per assicurarsi un posto nella finale. Tutti i match sono stati all'altezza della situazione: la tecnica pulita e il grande fair-play degli atleti sono stati i veri protagonisti.



Le eliminatorie sono state solo il preludio al vero piatto forte, la conquista della cintura di Campione del Mondo. La tensione è salita alle stelle domenica, quan-

do sono stati annunciati i primi match che avrebbero designato le prime Cinture Iridate. I nostri, Danilo ed Alessio entrano di prepotenza in finale aggiudicandosi il mondiale il primo contro un atleta Francese in "Full Contact + 80 Kg." e il secondo posto per Alessio. Inutile dire l'emozione e la gioia del Comitato Provinciale della WFC e di tutti i componenti della palestra "The Fighter APD" di via Gaudio ad Alatri dopo la conquista dell'ambito titolo mondiale. Gli incontri tenutisi tra le sedici corde hanno visto scontrarsi atleti di differenti nazionalità, diversa provenienza sportiva, età e abilità tecniche, fornendo uno spettacolo quanto mai vario e adrenalinico, capace di tenere alta l'attenzione degli spettatori e anche degli stessi atleti. Da parte degli amici, conoscenti e di tutti gli appassionati sportivi Alatrensi, oltre che dalla nostra Redazione formuliamo i nostri migliori auguri al nostro campione.

Bruno Sbaraglia

## Nuovo Bocciodromo, rinnovato slancio dell'associazione

La consegna della struttura sportiva ha ridato animo alla passione per uno sport molto spesso sottovalutato

**L**a città di Alatri si arricchisce di un'altra importante struttura. È stato infatti inaugurato ufficialmente lo scorso mese di Ottobre il nuovo bocciodromo coperto. Alla cerimonia di inaugurazione, iniziata col tradizionale taglio del nastro e culminata con una sfida sportiva tra gli amministratori presenti, hanno preso parte, tra gli altri, il sindaco, Giuseppe Morini, consiglieri e assessori comunali, delegati provinciali e regionali della FIB, rispettivamente i signori Carinci e Santucci e un delegato del CONI nella persona del Sig. Mignardi, oltre naturalmente ad una folta rappresentanza di bocciofile ed amatori.

"È un risultato - ha sottolineato il sindaco Morini - che abbiamo raggiunto con l'impegno di tutti: Amministrazione comunale da una parte, e il Circolo bocciofile dall'altra. All'interno della struttura oltre ai campi di gioco è stata rea-

lizzata una "sala comune" dove i soci possono incontrarsi. Sono pronti tre campi di gioco coperti, per consentire che l'attività possa svolgersi in tutto l'arco dell'anno. L'impianto è non solo il più moderno, ma il più bello di cui il Comune possa disporre: lo abbiamo rea-

spondente alle loro attese".

Abbiamo messo a disposizione di tutti un luogo dove non solo si può fare sport, ma anche socializzare e creare comunità. L'impianto è stato dato in gestione dalla "ASD Circolo Bocciofilo Alatri Sanità" anche se il suo utilizzo -



lizzato confrontandoci periodicamente con i cittadini, perché potesse essere ri-

ci dice il Presidente Giuseppe Palombarini - è aperto a tutti i cittadini. "È

sempre importante - che, in un momento finanziariamente difficile come questo - continua il Presidente - si riesca a realizzare una struttura di questo livello, che ha un alto fine sociale, ma anche sportivo, perché la struttura è omologata dal CONI e dalla FIB (Federazione Italiana Bocce) e per questo si spera porti sviluppo ed opportunità per l'intero settore sportivo cittadino.

Il Circolo Bocciofilo Alatri, nato nel lontano 1968 in passato ha sfornato e continua a sfornare campioni a livello Provinciale, Regionale e Nazionale, considerando che già nell'anno 1985 gli Alatrensi Mario Giannantonio e Amerigo Rossi, si laurearono campioni Italiani. Finalmente la Città di Alatri avrà una nuova struttura sportiva idonea e all'avanguardia per la pratica di questo nobile sport perché adatto a tutte le età. Il direttivo è composto come dicevamo dal Presidente Giuseppe Palombarini, Vice Pres. Giuseppe Pavia, Segretario Mario Tagliaferri, Tesoriere Ercole Dell'Uomo e Direttore Tecnico Americo Rossi, oltre ai consiglieri Roberto Dell'Uomo, Duilio Brocchetti ed Albino Castellucci collaboratore del direttivo. Nella struttura sarà possibile l'accesso a chiunque vuole praticare questo sport e all'interno del bocciodromo è obbligatorio tesserarsi con la Asd Cbc Sanità Alatri e alla FIB pagando una quota mensile.

Per i ragazzi di età inferiore ai 18 anni le spese di tesseramento e quote sono a carico dell'Asd Cbc Sanità. L'impianto sarà a disposizione del Comune per 24 giorni l'anno, per la programmazione di manifestazioni tese alla divulgazione dell'attività sportiva dando la possibilità di praticarla ai numerosi amanti di questa disciplina e per gli esperti di rinverdire gli antichi fasti. Il direttivo si sta attivando per programmare un progetto scolastico con Istruttori della Federazione Italiana Bocce per invogliare i giovani ad avvicinarsi a questo nobile sport.

Bruno Sbaraglia

## Nisa Partica e Alatri, gemelle diverse?



Acropoli di Alatri

**NISA PARTICA** Antica città degli Arsacidi, presso Novaja Nisa (Aşgabat, Turkmenistan). La sua fondazione risale alla metà del 3° sec. a.C. La città aveva un'acropoli, con edifici pubblici e sacri, e poderose mura; a SE, in località Staraja Nisa, resti di una fortezza, dove si trovavano le tombe reali degli Arsacidi; in una grande cantina sono stati rinve-

nuti circa 3000 documenti partici, cocci di anfore con scritte a inchiostro, per lo più relativi all'amministrazione di vigneti (2°-1° sec. a.C.).



Acropoli Nisa Partica - Foto 1

Nelle foto seguenti notiamo la foto del-



Foto aerea Nisa Partica - Foto 2

l'Acropoli di Nisa Partica e nella Foto 2 la veduta aerea. Si prega di osservare le due figure in alto ed in basso della foto 2: non somigliano alla piana dell'Acropoli di Alatri?

Paolo Fiorenza





# FESTEGGIANDO "QUA E LÀ"

## Selezione di eventi natalizi in Ciociaria

A cura di Serena Sperduti, Francesca Ludovici e Andrea Tagliaferri

### Frosinone

## Natale fa rima con... solidale

Sembra banale dirlo ma anche quest'anno la festa per eccellenza della bontà dovrà sgomitare tra gli eccessi del consumismo e della frivolezza per far emergere un po' del suo autentico significato. La tradizione vi è sfuggita di mano, il piacere di donare e condividere è diventato un obbligo che vi costringe a maratone estenuanti in iper (affollati) mercati che riempiono le vostre case di oggetti inutili? Basta poco per reinventarsi un Natale diverso e vivere le feste gratificando di più lo spirito.

Il brutto mondo in cui viviamo oggi, fatto di guerre, crisi e miseria vi affligge attraverso i social e i mass media togliendovi serenità? A volte è proprio l'eccessiva esposizione mediatica a flagellarci con il suo pessimismo gigante togliendoci le forze per reagire. Quest'anno allora riaccendete la speranza impegnandovi in qualcosa di utile per migliorare il mondo, scendete in strada a fare i conti con le brutture locali e ritroverete fiducia e ottimismo.

Limitate i regali ai familiari più stretti e fate qualcosa di bello per chi ha bisogno. Agli amici regalate un affettuoso biglietto di auguri (uno vero, di carta, non un messaggio su whatsapp) in cui spiegate che avete deciso di dedicare il vostro tempo e i vostri soldi alla solidarietà.

Le possibilità per fare del bene sono tante. Potete aderire alle proposte on line di Emergency, Unicef o Medici senza frontiere. La sezione dell'AIL di Frosinone "I. Ottaviani" invita a visitare la pagina dell'AIL-SHOP piena di idee molto carine ed economiche.

Oppure potete mettervi in gioco di persona presso parrocchie e associazioni della città che organizzano eventi di beneficenza.

Ecco di seguito alcune attività nostrane a cui potete contribuire e partecipare.

- **l'11 dicembre** alle ore 20,30 presso il Nestor si terrà il tradizionale concerto di Natale "A Christmas Carol" organizzato dalla **CROCE ROSSA ITALIANA**: l'ingresso è a offerta libera, il ricavato sarà utiliz-

zato per sostenere le numerose attività della C.R.I. - **il 19 dicembre** la **CARITAS** coordinerà le parrocchie diocesane in una raccolta alimentare presso i maggiori supermercati della provincia. I beni raccolti verranno donati per Natale alle famiglie bisognose. - **Il 25 dicembre** la **COMUNITA' DI SANT'EGIDIO** organizza 3 pranzi con anziani, persone e famiglie nel bisogno. I pranzi si terranno presso la casa di riposo INI "Città bianca" a Veroli e presso le Chiese della SS. Annunziata a Frosinone e di San Francesco a Ferentino. Questi pranzi sono un'occasione per fare festa e vivere in modo familiare il giorno di Natale con tanti che altrimenti resterebbero soli. Chi vuole sostenere le iniziative può fare una donazione sul conto **IBAN IT26 Q071 1474 6000 0000 380 intestato a COMUNITA' DI SANT'EGIDIO FROSINONE ONLUS** - **Causale Pranzi di Natale** oppure donare sciarpe, cappelli e guanti, calzoncini, felpe, camice, scarpe, scialli, plaid di lana e giocattoli, articoli per l'igiene personale. I regali devono essere nuovi e vanno consegnati presso la Mensa Diocesana di Viale Mazzini a Frosinone (ex Ospedale civile) il mercoledì e il venerdì dalle 17.30 alle 19.00.

### Fiuggi

## Tutti a teatro con il mondo di Babbo Natale

In occasione del Natale, che quest'anno vedrà la presenza di nuovi flussi turistici in occasione dell'evento natalizio che si svolgerà nelle Terme Bonifacio VIII, con il "mondo di Babbo Natale" l'Amministrazione Comunale ha puntato ad una rassegna assai ricca di appuntamenti teatrali, musicali e cinematografici nel Teatro Comunale di Fiuggi. Diciotto spettacoli dal 14 novembre al 6 gennaio rivolti principalmente ai bambini e alle famiglie. Il progetto Fiuggi Teatro Scuola, propone 6 spettacoli a tema: "Racconti di un Hobbit", "Un'altra Cenerentola", tre repliche de "I Racconti di Natale" e la "Befana". Il laboratorio teatrale del Consiglio dei Giovani, iniziato ad ottobre e concepito come laboratorio di avvicinamento all'attività di recitazione da parte dei giovani, andrà in scena con lo spettacolo "Notre Dame de Paris" il 30 dicembre alle ore 21.00. Non poteva mancare, come tradizione consolidata e realtà viva del territorio, il Concerto di Natale della Banda Musicale Città di Fiuggi in programma il 19 dicembre alle ore 21.00. Altri importanti appuntamenti musicali, i cori natalizi diretti dal maestro M. Sparagna e il Gran Concerto di Capodanno in programma il 1 gennaio. Per accontentare il pubblico di tutte l'età, il Consiglio dei Bambini e dei Ragazzi di concerto con l'Assessorato propone un rassegna cinematografica di cartoons per ogni età: Frozen, Gli Aristogatti, La Carica dei 101, A Christmas Carol, Nightmare before Christmas, Big Hero 6. Ad incrementare l'offerta culturale e turistica, lo spettacolo MusicArt Disney a cura dell'Ass. Nitam nell'ambito del progetto Itinerare Giovani, uno spettacolo di musica e danza sugli arrangiamenti delle musiche più conosciute dai bambini. Inoltre per tutto il periodo in cui ci sarà la manifestazione alla fonte Bonifacio VIII con il "Mondo di Babbo Natale" dal 14 novembre scorso fino al sei gennaio, a piazza Martiri di Nassiriya ci sarà la pista di pattinaggio sul ghiaccio e un vero e proprio mercatino di natale con stand ideati dai commercianti di Fiuggi e altri con prodotti enogastronomici.

### Sora

## Torna il mercato di Campagna Amica di Coldiretti

A Natale si regalano, sempre più, i prodotti alimentari tipici, quelli del territorio, a chilometro zero. Un trend in continua crescita, un successo legittimato dal fatto che nei mercati dei produttori locali si acquistano primizie agroalimentari di provenienza certa, certificati dall'origine fino al banco vendita. Come nel mercato di Campagna Amica della Coldiretti che si ripete sabato a Sora presso Sorexpo, nel piazzale del centro commerciale La Selva. Da mattina a sera quindici produttori provenienti da tutta la provincia di Frosinone arriveranno a Sora per promuovere le eccellenze del patrimonio agroalimentare ciociaro, dai salumi ai formaggi, dai fagioli ai peperoni, dai vini al miele. "Campagna Amica è un brand - spiega il segretario provinciale della Fondazione, Vincenzo Sperduti - rappresentativo presso l'opinione pubblica dell'agricoltura di

### Ceccano

## Torna babbo rally, solidarietà e sport

L'organizzazione Associazione Ufficiali di Gara Frusinate (AUGF), con il patrocinio del Comune di Ceccano - Assessorato allo sport, anche per il 2015 ha deciso di replicare l'interessante iniziativa "Babbo Rally" che coniuga la solidarietà con lo sport in un mix di socialità, divertimento e voglia di fare del bene ai più piccoli.

Appuntamento il 26 dicembre nel piazzale Enistation Yhello Bar su Via per Frosinone a Ceccano, con il seguente programma: **ore 09,00** esposizione auto da Rally; **ore 10,00** consegna coupon regalo, intrattenimento e gadget per bambini; **ore 14,30** Arrivo di Babbo Natale e consegna regali per i presenti.

Per il ritiro dei coupon rivolgersi alla Enistation di via per Frosinone dal giorno 15 dicembre. Si ricorda che è disponibile un servizio navetta da Piazzale S. Pietro (Ceccano) per tutta la durata della manifestazione.

### Ferentino

## Mercatini, Cioccolato e Gospel

Come di consueto quando il calendario segna Dicembre, l'atmosfera del Natale inizia a materializzarsi e tornano gli appuntamenti annuali con gli eventi che allietano il Comune glielato. Nei due week end centrali di Dicembre (12/13 - 19/20) lungo le strade del centro, illuminate a festa, ci saranno i mercatini di Natale e la Festa del Cioccolato: un appuntamento con gli stand ricchi di oggettistica a tema e prodotti tipici locali pronti ad accogliere i tanti visitatori che avranno il piacere di poter degustare della cioccolata passeggiando tra le stradine del paese.

Imperdibile poiché unico Comune della Ciociaria a proporre l'evento sarà ogni anno l'appuntamento con il "GOSPEL" all'interno dei locali della scenografica chiesa di Santa Maria Maggiore sabato 19 Dicembre alle ore 19. Nei giorni a seguire il Comune in accordo con l'Assessorato ai Servizi Sociali e con la Caritas organizzerà il Pranzo di Natale per chi è in difficoltà economica oppure trascorre le festività in solitudine. Il 31 Dicembre tornerà l'appuntamento del Capodanno in Piazza con spettacoli musicali e pirotecnici per salutare il vecchio anno e dare il benvenuto al 2016. Le festività volgeranno al termine con una serie di intrattenimenti per i più piccini nella centrale Piazza Matteotti il giorno dell'Epifania che tutte le feste porterà via.

qualità e dei prodotti dell'autentica filiera italiana. Acquistare una bottiglia di vino, un salume come anche una caciotta dai nostri produttori significa acquistare in sicurezza, perché non si rischia d'incappare in contraffazioni, significa premiare le aziende locali, sostenere le imprese agricole che fanno qualità". L'iniziativa di sabato è organizzata con Giovani Impresa e Donne Impresa, presiedute da Danilo Scenna e Cristina Scappaticci. Scegliere i regali natalizi nei mercati Campagna Amica è vantaggioso anche per il portafoglio. I prodotti sono proposti a prezzi competitivi, sebbene adeguati al riconoscimento del valore intrinseco del lavoro, della cura e delle attenzioni che la loro qualità richiede.







## Alatri conferma il suo storico presepe vivente

Come ogni anno torna ad Alatri la tradizione del suggestivo Presepe Vivente nel pieno centro storico. Gli "Acclamatores di San Sisto", con il patrocinio del Comune di Alatri, hanno presentato nei giorni scorsi la 16° edizione del Presepe che ogni anno attira centinaia di persone in una location incantata che sembra ferma all'epoca medievale. Insomma gli organizzatori assicurano un'esperienza molto suggestiva, che permetterà di calarsi nell'atmosfera del tempo, con tante rappresentazioni, anche recitate, dei momenti più importanti della Nascita di Cristo. Ogni anno si aggiungono delle migliorie e delle novità e quest'anno pare non sarà



da meno. Appuntamento a sabato 26 e domenica 27 Dicembre alle ore 17,30.

Andrea Tagliaferri

## Concorso natalizio: qual è il miglior addobbo?

Gente Comune lancia un concorso a premi rivolto alle famiglie dei lettori. I vincitori riceveranno in premio delle bellissime e preziose stampe antiche degli scorci più belli della città messe in palio dell'editore, Tipografia Acropoli di Davide Strambi. Chiunque vorrà partecipare potrà inviare foto (una in cui si vede l'opera completa e altre in cui si vedono dettagli importanti) relative ai propri addobbi natalizi, presepi, alberi di natale ed altro. Il termine ultimo per l'invio alla casella postale [info@tipografiaacropoli.it](mailto:info@tipografiaacropoli.it) è il 31 dicembre 2015. Nell'email dovrà essere contenuta anche una scheda con dati anagrafici e recapiti telefonici e mail. Una commissione formata dai responsabili del giornale e da alcuni redattori, esprimerà il proprio giudizio insindacabile e comunicherà ai vincitori l'esito.

Le foto delle opere vincitrici saranno pubblicate sul sito [www.gentecomuneweb.it](http://www.gentecomuneweb.it) e sul numero di gennaio-febbraio 2016 del mensile Gente Comune.

BUONE FESTE E IN BOCCA AL LUPO!

Andrea Tagliaferri

**enì**

**GPL**

S.R. 214 km 13 Superstrada SORA - FERENTINO  
Tel. 0775.307035

Piante e Fiori  
**La Gardenia**  
di Candida

Addobbi floreali per ogni occasione  
SERVIZIO A DOMICILIO

Loc. Stazione - Alatri  
Tel. 0775 442658 - Tel.(AB) 0775 408590  
Cell. 347 2368457

Groupama  
Assicurazioni

SUB AGENZIA **SAG**

SERVIZI ASSICURATIVI GIZZI  
di GIZZI BENEDETTA

Via Intignano, 16 - Alatri(Fr)  
Tel. 0775 443102





*Augura Buone  
Feste*

Via Valle Cicogna, 31 - Contrada Basciano - 03011 Alatri (Fr) - Tel. 0775.408933/34 - Fax 0775.408794 - info@ledifer.it



*Sempre al Vostro Servizio*

LEDIFER commercializza e vende prodotti siderurgici su tutto il territorio provinciale e regionale. Il nostro magazzino è fornito di *travi, profilati, tubolari, nastri di rame, tubi tondi, profilati per persiane, lamiere sottili e di grosso spessore, lamiere stirate, lamiere per copertura, grigliati per recinzioni e pedonali, tondi e reti per calcestruzzo armato, pannelli, colmi, coperture, articoli in ferro battuto per la realizzazione di cancelli, ringhiere, scale e grate di sicurezza, rete plastificata verde, gabbioni e policarbonato.*

Grazie al magazzino costantemente fornito e alle macchine di prelaborazione, è un partner affidabile e disponibile, teso a soddisfare la richiesta di prodotti siderurgici, anche a misura, di tutta la più esigente clientela.



**CA combiarialdo**  
accessories & hardware for metal fittings

**HITACHI**  
Inspire the Next

**ISEO**  
SERRATURE

**friulsider**



**CISA**

**SAIT**



# "Anime in guerra. Lettere dal fronte '15-'18"

Successo per la serata dedicata alla grande guerra, organizzata dall'associazione culturale Malamente

**D**omenica 22 novembre presso la sala conferenze della biblioteca comunale di Alatri, si è tenuta la manifestazione "Anime in guerra. Lettere dal fronte '15-'18" organizzata dall'associazione culturale "Malamente". La kermesse è stata presentata da Gianluca Mazzara (socio fondatore dell'associazione assieme ad Achille Gussati, Vincenzo Mastracco, Marco Coccia, Massimiliano Colella e Alessandro Cuculino) che ha introdotto il pubblico alla visione di uno straordinario filmato con immagini d'epoca e interventi di storici, esperti studiosi della grande guerra.

A seguire è cominciata la lettura delle emozionanti e commoventi lettere che i nostri soldati hanno scritto e inviato ai propri cari dalle trincee. Interessante anche l'intervento dello storico Patrizio Minnucci che ha analizzato il periodo del primo Novecento, evidenziando le cause e i conflitti che fecero piombare l'Italia nella terribile guerra. Il pubblico, numeroso e partecipe, ha risposto con attenzione e commozione, quasi ammutolito dinanzi alle parole semplici e piene d'amore e angoscia dei nostri ragazzi al fronte. L'associazione culturale Malamente ha invitato tutti i partecipanti ad un at-

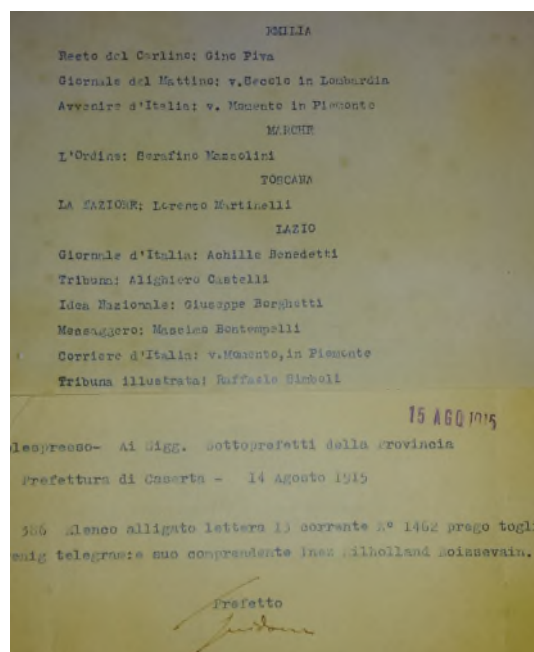
to di generosità verso una nostra concittadina in difficoltà, Mwanè Galuppi. Il calendario a lei dedicato con i ritratti del pittore Arnaldo Capone e realizzato con il contributo del nostro giornale, è andato letteralmente a ruba. La serata è stata conclusa con le parole del sindaco Giuseppe Morini che ha ringraziato il folto pubblico oltre che l'associazione Malamente tutta per la magnifica iniziativa di memoria e cultura.

Patrizio Minnucci

## "Testimonianze di Vita in tempo di Guerra"

Interessantissima mostra documentaria all'Archivio di Stato: lettere, documenti esclusivi e suggestivi

**A** dispetto di quanto possa far pensare il nome, l'Archivio di Stato di Frosinone è una struttura moderna e molto attiva. Tra le tante iniziative organizzate c'è una mostra molto interessante dal titolo "Testimonianze di vita in tempo di Guerra", che è stata a disposizione della cittadinanza gratuitamente nei mesi scorsi e si è appena chiusa per lasciare spazio ad una nuova rassegna a tema "Lettere di Natale", altrettanto valida e suggestiva. Curata dalla direttrice dell'Archivio di Stato frusinate, d.ssa Fontana, "Testimonianze di vita in tempo di Guerra" era una rassegna di documenti riservati ed esclusivi che si riferiscono ai primi anni del novecento, in periodo di Prima Guerra Mondiale, con l'obiettivo di raccontare la vita in tempo di guerra. In questi documenti, infatti, è possibile leggere la Storia sotto un altro punto di vista, quello non contenuto nei manuali o, comunque, in parte. La mostra era divisa in diverse sezioni, Venti di Guerra che parla dell'azione capillare degli interventisti che, seppur minoritari, riuscirono ad avere la meglio e a far entrare l'Italia in guerra; Censura e propaganda, una raccolta di documenti che a leggerli oggi fanno rabbrivire chi pensa alla libertà d'espressione e di stampa come fondamentali diritti e doveri di un cittadino (o di un giornalista); Armi e Uomini, che parla della nascita improvvisa di fabbriche di armi e muni-



I nomi dei giornalisti sottoposti a censura

zioni, o della conversione di ditte a questi scopi; Restrizioni e Assistenza, che parla di razionamento degli

alimenti e di sussidi per le famiglie bisognose; Prestito Nazionale, che riferisce di come lo Stato Italiano fi-



Le norme per la produzione dell'abbigliamento da guerra

nanziò la Guerra chiedendo un contributo (molto spesso non volontario) ai cittadini; ed infine Gli Eroi, persone e giovani che si immolarono per la Patria. Per tenersi aggiornati sulle iniziative dell'AS di Frosinone basta andare sul sito [asfrosinone.beniculturali.it](http://asfrosinone.beniculturali.it) o visitare la pagina Facebook Archivio di Stato Frosinone, ulteriore prova che la struttura cerca di essere al passo con i tempi e coinvolgere anche le generazioni più giovani.

Andrea Tagliaferri

## La modella ciociara che posava per i più grandi artisti nell'800

PARIGI La Ville Lumière celebra i fasti, la bellezza e il valore di Agostina Segatori, modella originaria della Ciociaria, e del suo "Café du Tambourin", luogo di ritrovo per artisti come Corot, Manet, Toulouse-Lautrec e Van Gogh. Al 62 di Boulevard de Clichy, non lontano dal celebre Moulin Rouge, il Comune del 18esimo arrondissement parigino ha collocato una targa a ricordo del ruolo di Agostina e del suo locale che, alla fine dell'800, fu un punto di riferimento per tanti pittori. Nata a Roma, ma di origini simbruine, Agostina Segatori, raggiunse Parigi nel 1865, dove la troviamo nello studio di Corot. Un rapporto, quello tra Agostina e Corot, durato circa 10 anni, fino alla morte dell'artista e che diede origine a quadri che oggi fanno l'orgoglio di molti musei: La Signora in blu, al Louvre; La lettura interrotta, al Museo di Chicago; Il nudo sdraiato sull'erba, al Museo di Ginevra; La ragazza con la rosa, al Museo di Amburgo; L'Italiana, alla Galleria Nazionale di Washington e almeno altre venti ope-

re. Ma è grazie al "Café" che verrà eternato il suo nome: lei, donna semplice, analfabeta, ma dal fascino irresistibile;



gli altri, i pittori che frequenteranno il suo locale, incontrandosi per discutere delle nuove forme artistiche e per "catturare" la sua figura, elemento indispensabile di ispirazione e studiata a lungo dal professor Michele Santulli. E ad Agostina i suoi titoli alla gloria le vengono riconosciuti grazie ai suoi rapporti con Van Gogh, con il quale intessé una relazione durata quasi due anni, e ai due ri-

tratti che l'artista le dedicò nel 1886: a noi piace sottolineare quello esposto al Museo d'Orsay e che ritrae Agostina in una fantasmagoria balenante di colori, in costume ciociaro. Il "Café du Tambourin" è scomparso da molti decenni e tutto attorno al vecchio ritrovo, in Boulevard de Clichy, l'atmosfera è del tutto

diversa, tra la frenesia dei turisti che sfrecciano a caccia di souvenir o in attesa di vedere altri spettacoli. Ma quella piccola targa, che spunta timida dai palazzi, commemora un pezzo non secondario di Storia dell'arte francese e mondiale.

Pietro Antonucci





**VISITE SPECIALISTICHE**

**MAMMOGRAFIA**

**RADIOLOGIA**



**CENTRO PROMOZIONE DELLA SALUTE**

**Alexandra**

**AMBULATORIO POLISPECIALISTICO**

**ECOGRAFIA**

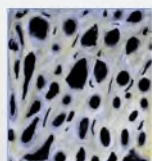
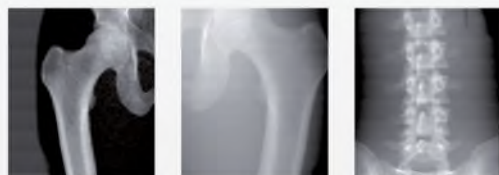
**MOC**

**ELASTOSONOGRAFIA**

**DICEMBRE IL MESE DELL'OSTEOPOROSI**

# MOC DEXA FEMORALE - LOMBARE

**€ 35**



OSSO NORMALE



OSTEOPOROSI



**La nostra esperienza ogni giorno al vostro servizio**



Il Centro per la promozione della salute Alexandra intende rispondere a specifici bisogni della salute della popolazione, attraverso l'erogazione di servizi medico-specialistici e di diagnostica per immagini tali da raggiungere l'obiettivo: "promozione della salute".

Per questo è stata costituita un'equipe polispecialistica che sappia prendersi carico della persona, sia essa in buona salute, che affetta da patologia, in modo completo e con percorsi diagnostico-terapeutici in linea con gli standard scientifici internazionali.

Parole d'ordine: prevenzione ed educazione sanitaria, realizzazione di pacchetti di screening e campagne informative/educative tese a ridurre i fattori di rischio per lo sviluppo di numerose patologie. Elevata qualità delle prestazioni, garantita dalla più autorevole certificazione, quella degli utenti, attraverso una partecipazione attiva nel giudizio delle attività svolte.

- Cardiologia
- Chirurgia Vascolare/Angiologia
- Dermatologia
- Diabetologia
- Endocrinologia e Malattie del Ricambio
- Scienze dell'Alimentazione e Dietologia
- Immunologia e Allergologia
- Chirurgia dell'Apparato Digerente
- Chirurgia Generale
- Chirurgia Bariatrica/Chirurgia dell'Obesità
- Cardiochirurgia
- Geriatria
- Gastroenterologia
- Medicina Interna
- Medicina Legale
- Medicina dello Sport
- Psichiatria e Psicoterapia

- Oculistica
- Ortopedia e Traumatologia
- Medicina Estetica
- Chirurgia Plastica e Ricostruttiva
- Urologia
- Neurologia
- Reumatologia
- Radioterapia
- Neuroradiologia
- Neurofisiopatologia
- Otorino Laringoiatria
- Ginecologia e Ostetricia
- Nefrologia
- Epatologia
- Senologia
- Genetica Medica
- Medicina del Lavoro



**Direttore Sanitario**  
Dott.ssa Alessia Savo



**Resp. Diagnostica per immagini**  
Dott. Giandavide Martellotta



**ORARIO DI APERTURA**

Dal lunedì al sabato  
dalle ore 8.30 alle 13.00  
e dalle ore 14.30 alle 20.00

**ALATRI (FR) - VIA LA STAZZA 65** | ADIACENTE RISPARMIO CASA



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



0775.447132



337.1508376



[info@cpsalexandra.it](mailto:info@cpsalexandra.it)

cpsalexandra.it



Per lavoro scalava le montagne dalla Ciociaria all'Abruzzo, fino a Roma, mangiando noci e fave

# Il centenario Peppino Benassi su Rai uno

Il compimento dei suoi primi 103 anni ha fatto notizia e di lui si è interessata anche la giornalista Rai Barbara Carfagna



sioni sulla salute e il benessere che ha pubblicato un estratto della sua intervista su Facebook dalla quale abbiamo tratto spunto. Tra questi segreti, ha confessato Peppino, trentatré anni di camminate all'alba per 4 ore in montagna fatte non per diletto ma per raggiungere il posto di lavoro, a 2000 metri, dove faceva il guardafili in alta quota per la Romana Elettricità diventata poi Enel. Andata e ritorno ogni giorno! Lungo il tragitto Guarcino-Campo-

catino raccoglieva spinaci cicatoria fragole e more selvatiche e mangiava noci e fave. Ma non era solo quello il suo tragitto. Spesso arrivava fino in Abruzzo e a Roma, a piedi zaino in spalla e con una doppietta utile quando, non di rado, incontrava lupi e bestie selvatiche! Nel fine settimana andava a caccia di



**GUARCINO** - Giuseppe Benassi, noto a tutti i Guarcinesi come Peppino, ha festeggiato i suoi primi 103 anni il 12 novembre scorso, essendo nato nel 1912. Sabato 14 novembre presso la sala del teatro del comune di Guarcino, è stata organizzata una cerimonia con fanfara dei bersaglieri e rinfresco alla presenza dei rappresentanti della Giunta comunale di Guarcino ma soprattutto, era attorniato dai tre figli, dai tanti nipoti e da coloro che gli vogliono bene. Il successo ottenuto da Peppino Benassi sui social network, soprattutto grazie al figlio Sandro, ha raggiunto anche i media nazionali ed, in particolare, la giornalista Rai Barbara Carfagna, interessata ai suoi segreti di longevità visto che cura trasmis-



lepi e selvaggina sempre non per diletto ma per nutrire se e la famiglia. La necessità di usare gli sci d'inverno, poi, lo fece diventare maestro di questo sport e fece molte gare di Triathlon. Peppino ha avuto tre figli, Luigi, Martina e l'ultimo, Sandro, lo ha avuto a 50 anni! Si è sposato due volte, le seconde nozze a ben 81 anni con una donna più giovane che si chiamava Ascenza e faceva gli amaretti più buoni del paese. Oggi vive presso le suore Agostiniane, esce e ama ancora frequentare il paese e il suo bar. Un esempio di lunga vita ma soprattutto un esempio di pervicacia e di forza.

Andrea Tagliaferri

## Pillole di storia

### Poeti ciociari: i fratelli Maccari

I poeti Giambattista e Giuseppe Maccari nacquero a Frosinone: il primo nel 1832 e il secondo nel 1840. Giambattista si trasferì a Roma dove si laureò in legge nel 1853 ed esercitò per qualche tempo la professione di procuratore legale. Ma non era quello il suo destino: insieme al fratello, che l'aveva raggiunto nella Città Eterna, diverrà di lì a poco il più cospicuo rappresentante di quella "Scuola romana" che, tra il 1854 e il 1870, raccolse nei locali del "Caffè nuovo" giovani poeti di diverso impegno e di varie tendenze. Molti si avviarono a scrivere richiamandosi alla nostra lirica del Trecento e a Giacomo Leopardi. Nella poesia nitida e facile Giambattista Maccari rinnovò il suo stile a contatto con i Greci, dai quali tradusse molte opere di Anacreonte, Esiodo e altri. Fu anche particolarmente sensibile all'esperienza stilistica dell'idillio, col quale ravvivò la propria vena arcadica. Anche Giuseppe tenne a modelli i Greci e risentì ancor più vivamente l'influenza del Leopardi: ciò si nota nei suoi brevi idilli in sciolti, ricchi di calore e felici nel paesaggio. Per le sue idee liberali Giuseppe fu internato nelle prigioni pontificie. I nostri due fratelli morirono a Roma a distanza di un anno l'uno dall'altro: 1867 Giuseppe e 1868 Giambattista. Noi li ricordiamo come illustri figli della nostra terra.

Patrizio Minnucci

Mondo Moda  
**Elvira**  
 Abbigliamento  
**BAMBINO**  
 Intimo - UOMO  
**DONNA - BAMBINO**  
 LOVABLE FILA Playtex  
 S.S. 155 per Fiuggi  
 Tecchiena di Alatri (FR)  
 Tel.0775.408768

**IMMAGINE UOMO | DONNA**  
**ACCONCIATORI**  
 SI RICEVE PER APPUNTAMENTO  
 MERCOLEDI \*UOMO\* | MERCOLEDI \*DONNA\*  
 VENERDI \*DONNA\*  
 Via Circonvallazione, 26 - Alatri (FR)  
 Tel. 342.5959184  
 Vi Augura Buone Feste

**RPIG**  
 REDUCAZIONE POSTURALE GLOBALE  
 chattanooga  
 RPW Terapia Onde D'urto  
 Tecar  
 FEEL YOUR BEST  
 03011 Alatri (FR)  
 Via Provinciale, 73  
 Tel./Fax 0775.434991

Per la tua pubblicità su  
**GENTE COMUNE**  
 contatta il numero: **0775 442588**  
 oppure scrivici a: **gente.comune@email.it**



Ristorante  
**Tre Grana**  
3000 anni di storia in un locale unico

# Capodanno 2016

## Menù

Fantasie di mare

Sapori di montagna

Strozzapreti alla pescatora

Ravioli alle noci

Filetto di Rombo in crosta di patate

Gamberoni al gratin

Granfritto di calamari e gamberi

Insalata misticanza

Frutta fresca di stagione

Dolci di Capodanno

Panettone

Cotechino e Lenticchie

Vino Pinot Chardonnay

Spumante Brut

Caffè e Amaro

Musica  
dal Vivo  
€ 75,00

Sconto Comitativa

Alatri (Fr) - Via San Francesco, 14

Tel. 0775 441734 - Cell. 333 4870021

info@tregrana.it - www.tregrana.it





# Natale al ... cinema

**D**opo anni di cinepanettoni targati Vanzina & CO. con i vari De Sica, Boldi ecc. contornati di procaci fanciulle poco vestite, il periodo di Natale rimane uno dei pochi durante il quale le sale cinematografiche fanno incassi, tali da risollevere il bilancio di un anno. Quest'anno De Sica, per la regia di Neri Parenti, torna al passato con "Natale ai Caraibi". Oltre a questo *deja vu*, l'offerta filmica è ampiamente diversificata. Altra commedia italiana leggera sarà "Natale col boss", commedia degli equivoci, scambi di persona in cui ognuno cerca di *salvare la faccia*.

Anche quest'anno c'è stato chi ha preferito tenersi fuori dall'affollamento natalizio per raccogliere qualche spettatore in più. Molte commedie italiane hanno adottato questa strategia commerciale prima fra tutti Pieraccioni con il suo "Professor Cenerentolo" che esce il 10 dicembre con la speranza di arrivare a mangiare il panettone, mutuando il termine dal gergo calcistico. D'altronde grosse produzioni internazionali, leggi USA, hanno adottato la stessa strategia: una per tutti l'epilogo della saga "Hunger Games" oppure "Heart of the sea - le origini di Moby Dick" di Ron Howard,

in uscita il 3 dicembre e che parla del naufragio che sembra abbia ispirato Melville per la scrittura del suo Moby Dick. La corsa al botteghino delle Feste si giocherà tra "Star Wars - Il risveglio della Forza" che vede alla regia J.J. Abrams, capace di passare dal premio per la peggior sceneggiatura di Armageddon alle decine di Emmy per la serie televisiva

d'oro Steven Spielberg/Tom Hanks, spy story ambientata al tempo della Guerra Fredda. Ricordiamo, en passant, che tra gli sceneggiatori figurano Joel e Ethan Coen.

Altro concorrente di peso è Woody Allen con il suo "Irrational Man", commedia agro dolce su un professore in crisi che si ritira in provincia e si ritrova coinvol-



to nella vita di due donne Rita e Jill. Di contorno ci sarà il secondo episodio di "Belle e Sebastian" che spera di ripete-

re il successo della prima volta. Nell'animazione la Disney/Pixar punta su "Il viaggio di Arlo", insolita amicizia tra Arlo, dinosauro dal cuore d'oro, e Spot, un giovane ragazzo, che parte dall'ipotesi che l'asteroide, che causò il cataclisma che estinse i dinosauri, avesse mancato la Terra. Dello stesso genere il 23 dicembre esce il quarto episodio di Alvin Superstar. La Warner Bros. punta su "Masha e Orso", tratto da una serie TV ed ispirato ad una storia della tradizione Russa sull'amicizia tra una ragazzina Masha ed Orso, di nome e di fatto.

Genere del tutto diversi è "Francofonia" in cui Alexander Sokurov, partendo dal rapporto tra il Direttore del Louvre ai tempi dell'occupazione nazista ed il conte Franziskus Wolff-Metternich, responsabile della cura del patrimonio artistico francese, allarga il discorso alla funzione salvifica dell'Arte.

Buon Natale al cinema da

Alfredo Salomone



CENTRO MODA CALZATURE  
AAA  
Mauro e stefania



asics

new balance

DIADORA

adidas

NIKE

Buone Feste

Via La Donna, 21-Alatri (FR) Tel. 0775.443026





# MAZZOCCHIA GIOIELLI



*Vi Augura  
Buone Feste*

EBERHARD - FOPE - HAMILTON - MONDAINE - SWATCH - BREIL  
SECTOR - MORELLATO - MILUNA - TROLLBEADS - ARGENESI  
HIP HOP - SWAROVSKY - CITIZEN - REBECCA - STROILI

Alatri (FR) - Via G. Matteotti, 9  
Tel. 0775. 434805  
[www.mazzocchiagioielli@libero.it](mailto:www.mazzocchiagioielli@libero.it)

Fiuggi (FR) - Via Rettifilo, 26  
Tel. e fax +39 0775.505771



# Il mio primo cicloviaggio...

## Dedicato a te... fino alla fine del mondo

**M**orena: innamorata della bicicletta sin da bambina, ne ruba una all'età di dieci anni ad un signore che era a messa, Generoso, la restituisce solo dietro minaccia di arresto per la sua meravigliosa mamma Vanda. Quarta di cinque figli non riesce ad averne una propria se non all'età di diciotto anni, regalo di fidanzamento di Gianni. Rafforza la sua passione per la bici attraverso lo spinning che insegna nel Centro Fitness Acoa a Tecchiena di Alatri. Ha deciso di raccontarci il suo primo "cicloviaggio".

"Il mio cicloviaggio nasce come reazione ad un tempo della mia vita particolarmente forte. Sono una persona che vive di emozioni e di passioni e con queste caratteristiche non è semplice "fregarsene" di ciò che accade intorno a noi e dentro di noi. Mi lascio facilmente attraversare sia dal bene che dal male e

co. Erano giorni tristi e senza luce, solo se andavo in bici tornavano i colori, si apriva la mente, sorridevo al sole che lottava tra le nuvole e sembrava che era

pedalare diventava fonte di amore per me e per coloro che mi sono affianco. Il cicloviaggio potrebbe sembrare a voi che leggete una vacanza insolita...No!



proprio per me quel raggio di sole che usciva. Mi ha insegnato tanto la bici... ad affrontare la tempesta, attraversandola, così come nella vita. Ho voluto

questo cicloviaggio con tutta me stessa, non per fuggire da qualcosa o ritrovare qualcosa di perduto, bensì per riappropriarmi della mia vita e di me stessa. Quando si soffre tanto la tentazione è quella di fermarsi e concentrarsi solo sul dolore, invece come scrive Einstein "Avanzare per non perdere l'equilibrio" ed io l'ho fatto. Ciascuno può offrirsi questo piacere e trovare la propria felicità, più che la nostra forza fisica è quella mentale che ti fa avanzare permettendoti di superare tutte le montagne che troverai. Rifiutare di affrontare

il vento significa tornare sui propri passi e indietreggiare piuttosto che avanzare. Non è per me. Io guardo sempre avanti! Avanti verso il sole, quel sole che mi scaldava il cuore a tal punto che quel

È un'esperienza di vita che io auguro ad ognuno di voi. Quando viaggiavo in bici, più cresceva la riduzione del comfort, più aumentava la mia sensazione di libertà. Il mio cicloviaggio è stato programmato, ma andavo comunque verso l'ignoto, il sole, le strade, i miei pensieri, il mio coraggio, la necessità di affrontare il deserto da sola, il bisogno del caldo che ti entra dentro, il dolore, la fragilità e la forza di un cuore che pedala, il mio. Sono partita da casa "Tecchiena" con un bagaglio di sette chili per sette giorni di viaggio, ancorati sulla mia bici. Sono tornata con il ricordo di quei giorni meravigliosi che hanno cancellato la fatica degli 833 KM percorsi, della pioggia e delle fobie superate. Il cicloviaggio mi ha donato uno scorcio d'Italia fatto di buona e brava gente, quella vera! (vedi foto). Sui loro volti si apprezzavano il



compiacimento e la sorpresa di vedere una donna sola in bici e con tanti chilometri nelle gambe. Sono certa di aver lasciato un segno di rispetto come ciclista e ancor più certa di conservare un caro ricordo di tutte le persone che ho conosciuto. A loro, ai miei amici e soprattutto ai miei cari, ma anche a



quindi si cade facilmente... ci si fa male, si soffre, ma l'importante è avere sempre l'emozione per la vita. Amo la vita come un dono inestimabile per me stessa e per coloro che mi sono affian-



voi che state leggendo, dedico questa esperienza".

Morena Belli

## Tutte le tappe del cicloviaggio

**18 Luglio 2015** - Il mio cicloviaggio mi sta aspettando, si chiamerà "il giro dei laghi". Ora è lui che aspetta me. Alle 5.00 domani mattina si parte. Un miscuglio di emozioni e paure assale il mio io, per quanto pronta è comunque un viaggio verso l'ignoto, sola: io, la bici, i bagagli e questo sole che mi viene incontro.

**Domenica 19 Luglio** - ore 5:30, partenza palestra Acoa (ovvero da casa), destinazione San Pietro per la benedizione di Papa Francesco, 91 KM.

**Lunedì 20 Luglio** - Roma-lago di Bracciano-lago di Bolsena, 148 KM.

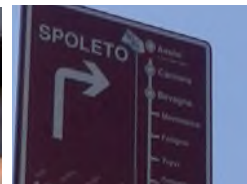
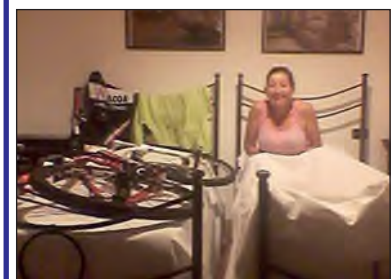
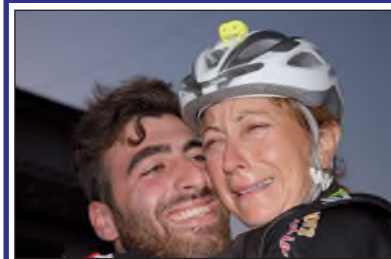
**Martedì 21 Luglio** - si riparte, destinazione Umbria, lago Trasimeno, 126 KM.

**Mercoledì 22 Luglio** - dal lago Trasimeno a Perugia, 52 KM. Da Perugia ad Assisi 30 KM.

**Giovedì 23 Luglio** - da Assisi percorro la famosa ciclabile Assisi-Spoleto, destinazione Terni, 105 KM.

**Venerdì 24 Luglio** - da Terni sono scesa a Tivoli, villa d'Este, villa Adriana, 133 KM.

**Sabato 25 Luglio** - riparto da Tivoli, destinazione casa. Tivoli-Subiaco-Altipiani di Arcinazzo-Fiuggi-Guarcino-Alatri e Tecchiena <3 casa, 147 KM.





# CAPODANNO <sup>2016</sup> al Royal Ceres Pub

## Menù

Aperitivo offerto dalla casa

Antipasto misto di montagna

Fettuccine con crema di gamberetti e zucchine

Risotto ai funghi porcini e speck

Maxi spiedone con contorno

Aqua, vino, caffè, amaro

Ore **24** Zampone con Lenticchie e Spumante

**50€**

Per prenotazioni entro  
il **20 Dicembre** una bottiglia  
di spumante in omaggio

Dopo cena **ENTRATA a 15€** con  
due consumazioni, cotechino e lenticchie

**LUCA SOUND DJ**  
con musica anni 70 - 80 - 90  
Latino Americano  
e musica del momento



I bambini fino ai 5 anni non pagano  
dai 6 ai 12 anni 15 €

Alatri (FR) Via Accorciatoia Maddalena, 9  
Tel. 0775.447249  
[www.royalpub.it](http://www.royalpub.it) - [info@royalpub.it](mailto:info@royalpub.it)

Ristorante - Braceria  
**Royal Ceres**  
Pub





## CIOCIARIA PARANOICA *di Antonio Coletta*

### Ciociarria Paranoica si oppone alla militarizzazione della Provincia di Frosinone Je suis zappo

"In Ciociaria, si parla di intensificazione dei controlli alla movida, non solo per controllarla ma anche per difenderla [...] questa mattina, per la secondo volta in poche ore, dopo l'attentato in Francia, si riunisce il comitato per la sicurezza presieduto dal prefetto Emilia Zarrelli [sic], al quale parteciperanno i vertici provinciali di tutte le forze dell'ordine. Già alcune ore dopo il massacro parigino, il comitato era [...] riunito per accogliere le indicazioni del Viminale che chiedeva l'intensificazione della vigilanza su tutto il territorio" (Ciociaria Oggi, 15/11/2015)

"Presteremo attenzione ai luoghi di aggregazione - ha detto Santarelli [il questore, nda] - centri commerciali, cinema, luoghi di culto, di qualsiasi culto senza distinzione di fede, ma anche attività industriali e commerciali con maggiore attenzione a quelli di sigle di Paesi maggiormente esposti come Stati Uniti, Inghilterra e Francia" (Ciociaria Oggi, 16/11/2015)

"Riguardo i luoghi di culto, sotto controllo ci sono Montecassino e Casamari, Trisulti; le cattedrali di Sora, Frosinone e Cassino; il santuario di Canneto, la Scala Santa di Veroli. Poi i tre centri commerciali di Frosinone, i due di Cassino, quello di Sora e di Piedimonte San Germano, oltre ai mercati settimanali" (TG24.info, 17/11/2015)

Non potevo credere che stesse accadendo davvero: dopo Parigi toccava alla mia Provincia subire le ire del Daesh?

Ho chiesto un parere al professor Julio Sixto Cianfrocca ("siamo pronti a combattere, nessuno può minacciare la laicità della terra che appartenne a padri della democrazia come Giulio Andreotti e Giuseppe Ciarrapico", mi ha detto), poi l'ho data vinta ai terroristi ed ho lasciato la Provincia di Frosinone con la mia famiglia per riparare a Roma che, per quanto potevo leggere in quei giorni, pareva un luogo molto più sicuro per vivere e crescere una bambina.

Tempismo perfetto: il giorno dopo alcuni terroristi islamici sono giunti ad Alatri con l'obiettivo di colpire luoghi di cultura. Non trovandone, hanno deciso di far saltare in aria l'Acropoli ma, grazie alle vibrazioni acustiche benefiche emesse dalla struttura, sono stati pervasi da un insolito benessere ed hanno desistito, diventando poi Testimoni di Geova.

Nel frattempo l'ultimo Abate di Montecassino è stato indagato per una torbida storia di soldi e droga, mentre Ahmed - il mio amico libico che pesca gamberi rossi della Louisiana nel Lago di Canterno - ha visto prima i suoi affari andare a rotoli e poi, come se non bastasse, è stato scambiato per il fuggiasco Salah da alcuni militari messi a presidiare uno dei principali centri della movida locale, il nuovo bocciodromo di Alatri.

Avuta notizia di quanto accaduto, questo pomeriggio sono tornato in Ciociaria per incontrare il mio amico.

"Ho avuto molta paura", mi ha detto

"Posso solo immaginare"

"Non è facile essere arabi di questi tempi"

"Dai, beviamo una birra e non pensiamoci più"

"Non posso"

"Astemio?"

"No, musulmano"

"Già, scusa"

"Figurati"

"Lo dimentico sempre"

"..."

"Le strade oggi sono deserte"

"Da qualche giorno è sempre così"

"Forse è sempre stato così"

"Probabile"

"..."

"..."

"Sai cosa mi spaventa più di ogni altra cosa?"

"Ti spaventa che l'umanità dimentichi che c'è amore dappertutto e come riconoscerlo?"

"Incredibile, come fai a saperlo?"

"L'hai scritto su Facebook dopo i massacri di Parigi"

"Vero"

"Fregato"

"Già"

## Curarsi con le spezie nell'Ayurveda

Nel 1980 l'Organizzazione Mondiale della Sanità (O.M.S.) ha riconosciuto l'AYURVEDA come miglior sistema di medicina autenticamente preventiva ed anche in grado di trattare con i suoi metodi (diagnosi del polso, indicazione di routine giornaliera, stile di vita, indicazioni alimentari, uso di preparati fitoterapici, uso delle spezie e di vari rimedi naturali consolidati da millenaria esperienza) oltre trecento disfunzioni o vere patologie. Da allora l'Ayurveda si è diffusa dalla sua terra d'origine, l'India, in tutto il mondo soprattutto ad opera di vaidia (termine ayurvedico per designare il medico) che hanno coniugato le conoscenze scientifiche della medicina moderna con quelle di questa antichissima tradizione. Una particolarità dell'Ayurveda è la sapienza nell'uso delle spezie. A titolo di esempio diamo qualche suggerimento pratico e casalingo di come l'Ayurveda utilizza rimedi semplici e naturali per prevenire e curare alcune affezioni invernali.

### RICETTE A BASE DI SPEZIE PER LA CURA DI ALCUNE PATOLOGIE INVERNALI

Le spezie sono considerate molto importanti in Ayurveda

ed e possono essere usate sia per la preparazione e l'insaporimento delle pietanze, sia per preparazioni che possono aiutare nella cura di alcune patologie. Le spezie provengono da frutti, radici, legni, scorze, semi; quasi tutte hanno effetto digestivo, antidiabetico, an-tumorale, antimicrobico, antilipidico (cioè abbassano il colesterolo e i trigliceridi nel sangue).

#### Presentiamo alcune ricette

In caso otite media, rinite, sinusite, bronchite: sbollentare 1 cucchiaino di semi di anice in 1 tazza di acqua bollente, lasciare in infuso 10 minuti, aggiungere 1 cucchiaino da the di miele quando l'infuso si è stiepidito (non deve superare i 37°5), assumere 1 cucchiaino da the ogni minuto.

In caso di mal di gola, tonsillite:

sciogliere 1 cucchiaino da the di polvere di curcuma e 1 pizzico di sale in un bicchiere di acqua calda e fare gargarismi.

In caso di raucedine: masticare lentamente ¼ di cucchiaino da the di pepe in polvere con un cucchiaino di ghee (burro chiarificato) dopo pranzo e cena.

In caso di tosse: ¼ di cucchiaino da the di pepe in polvere con un cucchiaino di miele dopo pranzo e cena.

In caso di insufficienza circolatoria, membra fredde: fare un infuso in una tazza di acqua bollente con 1 cucchiaino da the di cannella in polvere, ¼ di cucchiaino da the di pepe macinato e zenzero in polve-

re per 10 minuti, aggiungere 1 cucchiaino di miele quando l'infuso si è stiepidito (non deve superare i 37°5), bere due tazze al dì.

In caso di cefalea da sinusite, congestione in caso di sinusite: mescolare ½ cucchiaino da the di cannella con un po' d'acqua fino ad ottenere una pasta, applicare localmente.

In caso di diarrea: mescolate ½ tazza di yogurt, ½ cucchiaino di cannella in polvere, un pizzico di polvere di noce moscata, prendere 2-3 volte al dì; oppure mescolare due pizzichi di pepe nero in 1 bicchiere di lassi, due volte al dì.

In caso di febbre: fare un infuso di una tazza d'acqua bollente con 1 cucchiaino di semi di cumino in polvere, 1 cucchiaino di coriandolo in polvere e 1 cucchiaino di finocchio, oppure fare un infuso di una tazza d'acqua bollente con ½ cucchiaino di semi di coriandolo, ½ cucchiaino di cannella in polvere, ¼ di cucchiaino di zenzero in polvere, bere 2-3 tazze.

In caso di febbre con grande sensazione di freddo: ½ cucchiaino di cannella in polvere, ½ cucchiaino di zenzero in polvere, 1-2 semi di cardamomo macinati, 2-3 chiodi di garofano in una tazza di acqua bollente.

(variante decotto di 20 ml di cumino, coriandolo e zenzero in polvere ridurlo a ¼, metà berlo la sera prima si dormire e il resto la mattina a temperatura ambiente).

**Dott Giovanni Gemmiti**

Medico Chirurgo

Specialista in Otorinolaringoiatria e

Patologia Cervico Facciale

Specialista in Allergologia - Medicina Ayurvedica

PUNTO AUTO

**PUNTO PRO**

AUTOSERVICE

Via La Stazza - 03011 Alatri (Fr)  
TEL./Fax 0775.434857  
nuovapuntoauto@libero.it

PROMO

FINO AL 30 GENNAIO SCONTO 30% DA LISTINO  
SU SPAZZOLE TERGI VALEO

TACHIGRAFI - LIMITATORI DI VELOCITA'

Augura Buone Feste

ELETTRAUTO

MECCANICO

IMPIANTI GPL-METANO

CLIMATIZZAZIONE

TAGLIANDI

ANTIFURTI

CAMBIO AUTOMATICO

GANCI TRAINO

TUNING

SENSORI A. STERZO





*Vi Augura  
Buone Feste*

Aperto il Lunedì

**Manu'Style**  
di Emanuela Petriglia

**Parrucchiera  
per donna**

**per appuntamento • orario continuato 9.00 - 18.00**

Alatri (FR)  
Loc. Magione • S.S. 155 per Fiuggi KM. 6,900  
Tel. 0775.408240 • Cell. 339.4062717

**E.F. COSTRUZIONI** SRL

**VENDITA MATERIALI EDILI**

Via Ponte Prati Giuliani, 11 - Alatri (FR) - Tel./Fax 0775 407286  
Info@efcostruzioni.it

marco@efcostruzioni.it - emmanuele.troiano@efcostruzioni.it - giorgio@efcostruzioni.it





## Speranza VS Crisi

Come è difficile scrivere una riflessione utile per l'uomo dal punto di vista psicologico senza pensare allo stato attuale dell'umanità intera, di noi parte di un tutto che vive storicamente il fallimento, la presa di coscienza di un progresso solo parziale, spesso tecnologico ma non etico ed egualitario....

...Così alla vigilia delle festività natalizie cari lettori mi ritrovo a parlare per voi e con voi del concetto di **speranza**. La speranza è un sentimento complesso e fondamentale nell'evoluzione dell'essere umano, non solo dal punto di vista religioso, spirituale, ma anche in importanti trattati di filosofia e sociologia, studi che paradossalmente si sviluppano nei momenti storici più difficili, come ad esempio durante le guerre mondiali.

Ne *Il principio Speranza*, il filosofo Bloch, ad esempio, mostra come la coscienza anticipante dell'uomo, la sua capacità di immaginare i progetti più alti mettendo in moto lo sviluppo storico, si manifesti sia nelle grandi concezioni religiose, filosofiche, sia nelle piccole forme storiche, più intimiste: i sogni e le aspirazioni che caratterizzano la vita quotidiana, il mondo fantastico delle favole, i racconti dei film e degli spettacoli teatrali, le utopie sociali.

La speranza non è solo un atteggiamento sentimentale, ma una **concreta forza di voler costruire**, con precisione razionale, la realtà. Così accade in modo evidente nell'arte, ad esempio nella musica

quando, sulla base di una rigorosa reale base matematica, essa suscita in noi un flusso di sentimenti.

Questa premessa ci fa comprendere come sia fondamentale proprio nei momenti in cui anche i bisogni primari dell'individuo vengono messi in discussione (es. la sicurezza) ricominciare dalla cultura, dalla conoscenza e dall'arte. Del resto a livello politico (guardiamo l'Unione Europea) è ampiamente dimostrato come cercare di creare "unione" soprattutto su principi economici e non sulla forza della conoscenza e della cultura si è mostrato molto fragile.

Il mio augurio più profondo e sentito per queste festività per voi lettori, per me, per il mondo è che possiamo darci la possibilità di essere ancora curiosi, di conoscere davvero il diverso, la nostra e le altre culture, di non costruire le nostre relazioni, i nostri progetti di vita solo su un piano economico, ma anche alla ricerca di un senso, animati dalle passioni e dalla speranza... proprio quando la "luce" sembra affievolirsi

*Anche se il timore avrà sempre più argomenti, scegliamo sempre la speranza*

Seneca

Rubrica di psicologia e benessere personale  
a cura della

**D.ssa Chiara Camperi**

Psicologa e Psicoterapeuta

[chiaracamperi@libero.it](mailto:chiaracamperi@libero.it)



## Cibo&Salute

Rubrica di informazione alimentare e benessere  
a cura della d.ssa Francesca Vari, Biologa Nutrizionista\*

## La fame nervosa

Lo stress è parte integrante della nostra vita quotidiana; come mangiamo in risposta ad esso può avere un impatto sulla nostra alimentazione in generale e sulla nostra salute. Quando è in pericolo, il corpo attiva automaticamente la risposta di lotta o fuga. Una scarica di adrenalina porta sangue al cervello, al cuore e ai muscoli allontanandolo dal sistema digestivo, preparandosi a correre o a lottare. Si crede che questa reazione si verifichi anche se la minaccia o l'agente stressante sono psicologici o emotivi, anziché fisici. Questo stato di allerta dovrebbe rendere le persone incapaci di mangiare o addirittura creare un senso di nausea. Ma è stato dimostrato che per alcune persone lo stress è un forte stimolo a mangiare e che queste in realtà mangiano di più, non di meno, in situazioni di stress; quindi che cosa sta succedendo? Le persone che mangiano quando hanno fame e smettono quando sono sazie sono in accordo con i propri segnali biologici. Queste persone in situazioni di stress non hanno voglia di mangiare. Le persone che non tengono conto dei propri segnali biologici invece hanno bisogno di individuare gli stimoli emotivi e psicologici che li portano direttamente al frigorifero, e di crearsi delle tattiche diversive. Per riportare mente e corpo in equilibrio è necessario agire su più fronti, adottando una strategia mirata ad **abbassare i livelli di tensione**. Per rilassare il corpo, quindi, le vie migliori sono una buona **alimentazione** abbinata all'**esercizio fisico**. Per quanto riguarda la dieta anti-stress, è bene ridurre tutto ciò che sia naturalmente **eccitante**, come caffè e tè, e gli alimenti troppo elaborati, ricchi di grassi e di zuccheri. Meglio abbondare con i cibi che contengono **antiossidanti** in grado di stimolare gli ormoni del buon umore, come il pesce ricco di **omega 3** (salmone, trota, pesce azzurro), i cereali integrali (soprattutto l'**avena**) e i semi oleosi, e tanta frutta e verdura fresche e di stagione. Via libera anche a **spezie** come lo zenzero, al miele, alle **tisane rilassanti** a base di timo, melissa, biancospino. Le carni bianche e alcune verdure come la lattuga sono particolarmente indicate per combattere stati di stress. Per quanto riguarda l'**attività sportiva**, posso tranquillamente consigliarvi la più facile in assoluto: le **passeggiate all'aria aperta**. Il contatto con la natura (mare, montagna, campagna) è un calmante naturale formidabile! Non resta che provare.

**Autofficina**  
**GNEO ANTONELLO**

*Augura Buone Feste*

Riparazioni plurimarche  
Sistema autodiagnosi  
Manutenzione cambio automatico

Cell. 333.7983648    Tel e Fax 0775.447133    Via La Stazza, 34 - Alatri (Fr)

**Macelleria**

La Nuova Cooperativa Allevatori Ciociari vi aspetta per proporvi tagli di carne allevati con prodotti naturali e una vasta gamma di prodotti tipici locali

*Si confezionano Cestì Natalizi*

*Augura Buone Feste*

Vuoi riprovare il vero gusto della carne genuina?

Alatri (Fr) - Via Collelavena, 22    Tel. 0775 480936

## Gente comune

Periodico di informazione politico-sociale e culturale

Fondatore **Filippo Strambi**

Direttore Responsabile **Riccardo Strambi**

Editore **Davide Strambi**

Stampa **Tipolitografia ACROPOLI**

ALATRI - Via Mediana Chiappitto, 5

Tel. 0775 442588 - [info@tipografiaacropoli.it](mailto:info@tipografiaacropoli.it)

Segretaria redazione **Elisabetta Ciancone**

Responsabile di redazione **Andrea Tagliaferri**

Impaginazione e grafica

**Elisabetta Ciancone**

**Gianpaolo Fiorini - Marco Petti**

Redazione:

**Pietro Antonucci, Paolo Fiorenza, Bruno Sbaraglia, Andrea Tagliaferri, Riccardo Strambi, Daniela Caliciotti, Serena Sperduti, Patrizio Minnucci, Miriam Minnucci, Chiara Camperi, Massimo Papitto, Giuseppe Gatta, Alessandro Arcese, Erika Rossi, Alfredo Salomone, Francesca Vari, Paola Manchi, Francesca Ludovici, Francesca Pitocco, Mauro Macciocca, Marzia Felici**

Numero chiuso in tipografia il 07/12/2015

Autorizzazione Tribunale Frosinone  
n°232 del 4/10/1994





# Sisto

*dal 1969*

RISTORANTE

*la fettuccineria*



*Augura  
Buone Feste*



*25 Dicembre pranzo di Natale*

*26 Dicembre cena con Babbo Natale*

*31 Dicembre cenone di S. Silvestro*

**SOLO SU PRENOTAZIONE**

**Tel. 339.1201963**



LA PIZZA PIÙ  
LUNGA AL MONDO

**MT. 1595,45**

**PIZZA SENZA GLUTINE**



**IMPASTO AI 5 CEREALI**

**IMPASTO DI KAMUT**

**IMPASTO A BASSO CONTENUTO GLICEMICO**

**IMPASTO DI CANAPA**

**IMPASTO DI FARRO**



**Chiuso il Mercoledì**

**Circ.ne Basciano, 55 Alatri (FR)**

**Tel. 0775.409158 - 347.5975267 - 3391201963**



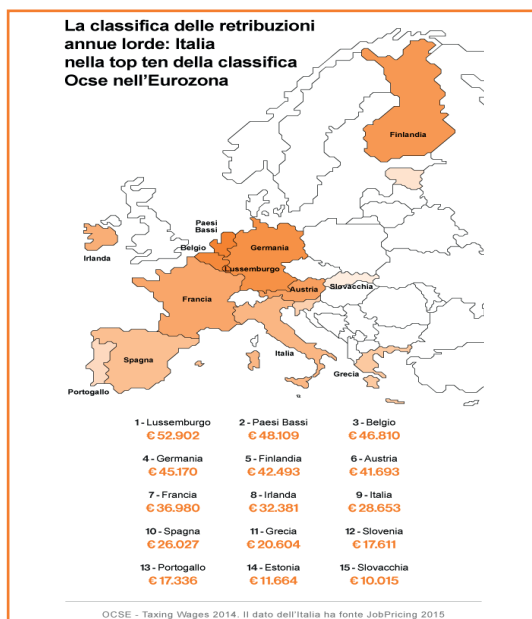


# Evoluzione dei redditi italiani nel 2015

Con l'approssimarsi delle vacanze natalizie 2015-16, quest'anno vogliamo analizzare quali sono gli stipendi medi in Italia e quale è il confronto con le medie degli altri paesi europei.

Immediatamente emerge che lo stipendio medio lordo italiano nel primo semestre 2015 è stato pari a 28.653 euro, nono posto tra i 15 paesi aderenti all'Euro. Tuttavia, il cu-neo fiscale italiano (differenza tra lordo e netto in busta) fa sì che gli stipendi dei lavoratori dipendenti, quando considerati al netto della tassazione, scivolino agli ultimi posti della classifica. I più pagati sono i lussemburghesi (52.902 euro lordi annui) mentre i tedeschi sono sui 45.160 Euro annui lordi; i francesi ci sovrastano anch'essi con 36.980 Euro lordi annui.

Secondo dati elaborati da JobPricing a partire dall'indagine Istat, nel 2014 quasi il 95% dei lavoratori dipendenti di aziende private sono operai o impiegati. Solo l'1,3% ha la qualifica di dirigente e il 4,2% di quadro. Nel primo semestre del 2015 le retribuzioni annue lorde medie rilevate a livello nazionale sono state di 105.390 € per i dirigenti, 53.245 € per i quadri, 30.689 € per gli impiegati e 23.753 € per gli operai, così che si può dire che in generale un dirigente guadagna 4 volte un operaio, 3 volte un impiegato e il doppio di un quadro, ma un amministratore delegato guadagna in media 11 volte in più di un operaio (13,5 volte in



più se si considera anche la quota variabile della retribuzione).

Più in generale, il 75% dei lavoratori dipendenti percepisce una retribuzione tra i 18.000 € e i 31.000 € e solo il 5,7% guadagna una cifra superiore a 40.000 €, riducendosi allo 0,7% se superiore a 100.000 €. Il primo semestre 2015 registra una lieve crescita delle

retribuzioni, pari allo 0,5%, che tuttavia non si distribuisce omogeneamente tra gli inquadramenti: mentre le retribuzioni di impiegati e operai aumentano (rispettivamente dell'0,7% e 0,8%), assistiamo ad una flessione negativa degli stipendi manageriali, in particolare per i dirigenti (-1,1%, rispetto ad un più contenuto -0,3% dei quadri). Il periodo di deflazione che l'Italia sta attraversando (-0,1% nel primo semestre 2015 rispetto al 2014, dato ISTAT) si concretizza pertanto in una crescita del potere d'acquisto per la quasi totalità dei lavoratori dipendenti italiani (si ricorda che il 95% circa è composto da impiegati e operai). Questo dovrebbe favorire le prossime spese natalizie, autentico rebus ogni fine anno.

I settori che vanno meglio nei 6 mesi sono l'agricolo e il terziario, mentre industria manifatturiera ed edilizia registrano un leggerissimo calo (-0,1%). Sotto l'aspetto retributivo, ai primi posti della classifica dei settori che pagano di più troviamo le banche e assicurazioni, il farmaceutico e l'area telecomunicazioni, consulenza IT e software; i settori che invece si collocano sotto la media nazionale e ai piedi del ranking sono, coerentemente con quanto atteso, quelli con una maggior componente operaia, cioè l'agricoltura, ristorazione, hotel e bar e i servizi alla persona.

Da un punto di vista geografico invece il Centro-nord va meglio del Sud, con Lombardia, Trentino Alto Adige, Emilia Romagna e Lazio ai primi posti. Ultima la Calabria.

Alessandro Arcese

## SOS CONSUMATORI

### Carne e cancro: cosa c'è di vero

Lo IARC, l'Agenzia Internazionale per la Ricerca sul Cancro, ha confermato ciò che si sospettava da anni: carni rosse e lavorate aumentano le probabilità di ammalarsi di cancro. Gli esperti raccomandano di assumerle con moderazione, ma facciamo chiarezza su alcuni punti importanti.

#### GLI STUDI DELLO IARC

Che salumi e carni rosse fossero da limitare lo sapevamo da tempo: troppo sale e fonte di grassi saturi non fanno bene al nostro sistema cardiovascolare. Che fossero collegati ad alcuni tipi di tumore era noto soprattutto per la carne cotta alla griglia (per la formazione di alcune sostanze durante la cottura) e per i salumi. Ora lo IARC, Agenzia Internazionale per la Ricerca sul Cancro, ha confermato quello che si sospettava: **carne lavorata** e **carne rossa** aumentano le probabilità di ammalarsi di cancro. Innanzitutto è bene sottolineare che i problemi per carne lavorata e carne rossa sono differenti e che non sono pericolose nello stesso modo di tabacco e amianto. Chiariamo alcuni aspetti importanti.

#### La carne lavorata è cancerogena?

Per carne lavorata si intende carne salata, essiccata, fermentata, affumicata, trattata con conservanti (nitriti e nitriti), ovvero quello che chiamiamo genericamente salumi. Per esempio wurstel, prosciutti, salicce, carne in scatola o sotto sale, così come i preparati o i sughi a base di carne. Secondo lo IARC questi sono da catalogare tra gli **agenti cancerogeni**, quale causa di tumore del colon-retto. Il rischio aumenta al crescere del consumo quotidiano: una porzio-

ne da 50g di salumi, mangiata **ogni giorno**, aumenta il rischio del **18%**.

**La carne lavorata è pericolosa come tabacco e amianto?** Nel gruppo delle sostanze cancerogene per l'uomo, troviamo anche il fumo di **tabacco** e l'**amianto**, per esempio. Questo significa che il prosciutto è cancero-

di circa un milione di morti registrate ogni anno nel mondo.

#### La carne rossa è altrettanto pericolosa?

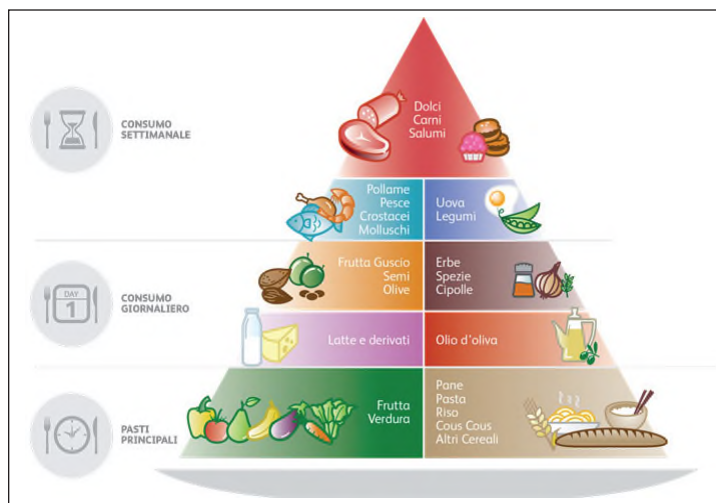
Innanzitutto per carne rossa si intende quella di tutti i **mammiferi**: bovini (vitello e manzo), maiali, agnelli, montoni, pecore e cavalli. Questa non è stata classificata come cancerogena, ma come **probabilmente cancerogena**. Il rischio in questo caso è più difficile da stimare, ma gli studi stimano che il rischio del cancro al colon-retto può aumentare del **17%** per ogni porzione da 100g consumata quotidianamente.

#### Si può quantificare il rischio di mangiare carni rosse?

I dati a disposizione non permettono di fornire una risposta. Gli scienziati dello IARC ribadiscono che l'incremento del rischio è piccolo, ma questo aumenta con il crescere delle quantità consumate. Le linee guida sull'alimentazione già consigliano di **limitare** il consumo di carne rossa e soprattutto i salumi della dieta. La nuova classificazione dello IARC rappresenta un invito ancora più forte a seguire queste raccomandazioni, così come a

inserirle in un contesto più ampio fatto da una **dieta ricca di frutta e verdura, nella quale siano presenti anche proteine vegetali (legumi), un consumo limitato di alcolici e di sale. Il tutto accompagnato da uno stile di vita fisicamente attivo. L'esempio da seguire è la piramide alimentare (vedi disegno).**

Fonte: Altroconsumo  
Paolo Fiorenza



geno come le sigarette? No. La carne lavorata è stata classificata nella stessa categoria, ma questo non significa che sono pericolosi in ugual misura. Le classificazioni dello IARC considerano la forza dell'evidenza scientifica di una sostanza nel causare il cancro, ma non valutano il livello di rischio. Ogni anno nel mondo circa 34.000 morti di cancro sono attribuibili a una dieta ricca di carni lavorate e circa 50.000 sarebbero i decessi dovuti a un eccessivo consumo di carne rossa. Il tabacco è, invece, responsabile certo



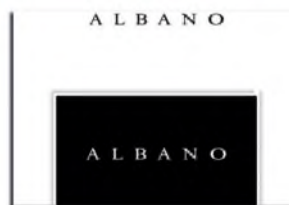
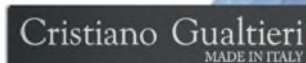
Su Facebook: **GENTE COMUNE PERIODICO GRATUITO**  
Aggiungici ai tuoi amici e seguici ogni giorno



# COLLEPRATA

MASSIMO

**CALZATURE & PELLETERIA**  
**FORTI SCONTI**  
**TUTTE LE MIGLIORI MARCHE**  
**ALCUNI DEI NOSTRI MARCHI**



**DOMENICA POMERIGGIO SEMPRE APERTO**

Via della Sanità, 62 - ALATRI (FR) - Tel. 0775.434035





Cose da sapere su...

# I noduli della tiroide

La tiroide è una ghiandola endocrina situata nella parte anteriore del collo davanti alla trachea. E' formata da due lobi, di circa 2-4 cm ciascuno, uniti fra loro da un istmo. Questa piccola ghiandola produce due ormoni contenenti iodio, la tiroxina (T4) e la triiodotironina (T3) i quali, tramite il sangue, raggiungono tutti gli organi. La buona funzionalità tiroidea è indispensabile per il benessere di ognuno di noi in quanto gli ormoni tiroidei esercitano i loro effetti sul metabolismo e sulla funzionalità di moltissimi organi e apparati del nostro corpo.

I noduli tiroidei rappresentano oggi una realtà clinica estremamente frequente soprattutto tra le donne ma anche tra gli uomini. Spesso il loro riscontro avviene in modo casuale a seguito di un'ecografia della regione del collo eseguita per altri motivi. La prevalenza dei noduli tiroidei è più elevata nelle aree geografiche a carenza di iodio che sono zone di "endemia gozzigena", ovvero di alta incidenza di noduli tiroidei in quella popolazione. Il rischio di carenza di iodio è maggiore nelle zone lontane dal mare o in quelle ove la supplementazione di iodio non è adeguata. Esiste anche una familiarità per la patologia nodulare della tiroide, per questo la presenza di un parente con storia clinica di noduli, tiroidite o distiroidismo costituisce un segnale di allerta.

Nella maggior parte dei casi i noduli sono asintomatici, il paziente non si accorge di averli perché non ha nessun disturbo, in altri casi, invece, si può avvertire una sintomatologia

molto vaga, fastidio a livello del collo, difficoltà nella deglutizione, dolore o senso di costrizione alla gola. Generalmente i sintomi compaiono solo quando il nodulo raggiunge dimensioni rilevanti.

La diagnosi del nodulo tiroideo è semplicissima, un accurato esame obiettivo del collo già permette, in alcuni casi, di individuare i noduli di dimensioni palpabili. Tuttavia l'esame più importante è l'ecografia la quale costituisce un mezzo d'indagine rapido, semplice e privo di rischi, ma di grande utilità per la valutazione della morfologia e della struttura della ghiandola e sulla presenza di eventuali noduli o di infiammazione. Ulteriori informazioni si possono ottenere abbinando l'eco-color doppler, esame rivolto a valutare lo stato di vascolarizzazione della ghiandola e dei noduli. Questo semplice accertamento permette già di per sé una valutazione importante del paziente e della sua condizione tiroidea da un punto di vista morfologico, che può essere completata con la valutazione del profilo ormonale per lo studio funzionale della tiroide.

Fortunatamente, nella stragrande maggioranza dei casi i noduli della tiroide sono "benigni", solo una piccola percentuale di essi sono di natura maligna e, quando è questo il caso, la diagnosi precoce permette, il più delle volte, il trattamento tempestivo e la risoluzione della patologia. Per questo, se ci sono fattori di rischio per lo sviluppo di noduli della tiroide è bene fare un controllo... non per allarmarsi... ma per stare più tranquilli!

Ilaria Malandrucchio

**COLLEPRATA CARNI**  
di Macciocchia Claudio

Via Madonna della Sanità, 34 Alatri (FR)  
Tel. 0775.442589 - 347.6511939

**Agenzia Funebre "San Francesco"**

*Il decoro, l'assistenza e il rispetto sono i vostri diritti. Offrirveli, è nostro dovere.*

Vestizioni - Cremazioni - Lapidi  
Lavori cimiteriali - Servizi Nazionali ed internazionali - Disbrigo pratiche  
Pagamenti rateizzabili

Tel. 0775. 407526  
345. 9705028 / 331. 9174660

Via S.S. 155 Osteria DI Alatri n° 20 ( semaforo Tecchlena )



## I LIBRI di Gente Comune - Speciale Natale -

### GIANLUCA MOROZZI LO SPECCHIO NERO



**NOVITÀ**

Genere: Romanzo giallo  
**A chi regalarlo:** lettori dai 20 ai 60 anni

La partenza è subito scoppiettante: il libro si apre con un mistero inspiegabile che angoscerà il protagonista fino alla fine. La fine, rivelatrice, è doppiamente scoppiettante e ho già detto troppo. Nel mezzo ci sono circa altre 300 pagine zeppe di intrecci, indizi e particolari talmente ben incastrati fra loro che la storia mi è volata via da sotto gli occhi in un battito di palpebre. Diciamo che tra lo scoprire che Morozzi aveva pubblicato un nuovo libro e ritrovarmi ad aspettare il prossimo non è passata più di una settimana.

Molto toccante e realistico il racconto dell'infanzia difficile di Walter, la sua solitudine di ragazzo cresciuto in un quartiere molto degradato è spaventosa.

### RICHARD YATES REVOLUTIONARY ROAD



Genere: Grande classico  
**A chi regalarlo:** lettori dai 30 ai 90 anni

Uno splendido libro, una felice esperienza di lettura di quelle che capitano raramente e rimangono impresse nella memoria.

La storia non racconta niente di particolarmente travolgente, si svolge in America nella primavera del 1955 quando per i coniugi Wheeler comincia un rapido declino che scoprirà le radici marce del loro apparentemente solido matrimonio al punto che esattamente un anno dopo la loro bella casa sarà abitata da nuovi inquilini.

Una storia breve ma intensa e perfetta nella narrazione, ad ogni personaggio basta pronunciare poche battute per rivelarsi, in particolare nelle debolezze. I protagonisti sono talmente moderni che potrebbero essere gli abitanti di una qualsiasi provincia italiana, l'unica cosa che tradisce l'età storica del romanzo è la mancanza di una legge che consenta l'aborto.

### VANESSA DIFFENBAUGH IL LINGUAGGIO SEGRETO DEI FIORI



Genere: Romanzo rosa  
**A chi regalarlo:** lettori dai 16 ai 90 anni

Non lo avrei mai letto se non me lo avessero prestato, mi ero fatta condizionare dalla pesante puzza di operazione commerciale che si porta addosso (compresa di copertina con fiore a scelta) e dal titolo banalmente melenso.

E invece è davvero un buon libro, racconta la storia di una ragazza difficile che ha paura di amare e di essere amata per cui ne combina di tutti i colori pur di farsi odiare. A volte questa sua selvaticità diventa un po' improbabile e tirata per le orecchie ma basta far finta di crederci e andare fino in fondo perché nel complesso il libro merita e cattura.

### MARCO MALVALDI BUCHI NELLA SABBIA



**NOVITÀ**  
Genere: Giallo/humor  
**A chi regalarlo:** lettori dai 20 ai 90 anni

L'arguzia raffinata di Malvaldi sembra non conoscere stanchezza. Anche questo suo libro infatti, come tutti i precedenti, diverte e tiene con il fiato sospeso essendo un giallo in piena regola con tanto di morto ammazzato e numerosi sospetti colpevoli. Malvaldi ha una vena arguta così naturale che riesce ad essere elegante anche quando tira fuori una parolaccia.

La storia si svolge agli inizi del 1900 nell'ambiente dell'Opera lirica toscana. Tra i protagonisti ci sono anche Rossini, Puccini ed Ernesto Ragazzoni, poeta e giornalista anarchico sconosciuto ai più ma che merita di essere approfondito nella vita e nelle opere.

Come sempre Malvaldi, oltre che delle sue battute, infarcisce la storia di aneddoti storici originali su musica, monarchia ed anarchia coniugando amabilmente divertimento e cultura.

A cura di: Serena Sperduti

**fotoimmagine**  
RICCARDO CECI FOTOGRAFO

Piazza Mons. Tagliaferri - 03010 Alatri (FR)  
mobile: 339.8001595 [www.riccardoceci.it](http://www.riccardoceci.it)



PASTICCERIA

DAL 1973

DEL TRIVIO

IN ALATRI



*Augura Buone  
Feste*



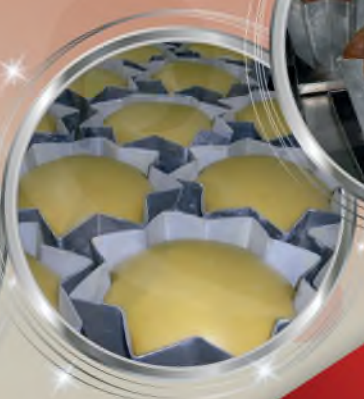
*Pasticceria Artigianale*

*Via La Stazza, 63/A*

*03011 Alatri (Fr)*

*Tel./Fax: 0775.435375*

*deltrivio@tiscali.it*



42<sup>th</sup>  
1973 - 2015

*di Arte e Passione*