

SCHIAMAZZI



"Si può indurre il popolo
a seguire una causa,
ma non far sì che la capisca"
(Confucio)

Ricominciare dallo sport

**Non solo benessere psicofisico: arriva sul nostro lago
il Varano Lake Triathlon Event, evento agonistico
internazionale con ricadute sull'economia**

Un sistema chiamato Lago di Varano

di Michele Falco

Il lago di Varano, un lago costiero (per l'esattezza bacino lacustre) dalle enormi potenzialità, un vero e proprio "gigante che dorme vicino al mare".

Dati alla mano con i suoi 60,5 chilometri quadrati è il più grande lago costiero d'Italia, il più grande lago del sud Italia e il settimo a livello nazionale, ma il lago non è solo questo, ma anche pesca, allevamento di cozze e vongole, attività di ricerca (vedi Uni Salento e ricerche su fauna e flora), un mondo che gira intorno ad un lago che secondo la storia si sarebbe formato intorno all'anno 1000 a seguito di alcuni smottamenti e terremoti che permisero l'entrata delle acque e che sempre secondo la leggenda nasconderebbe la famosa città di Uria, distrutta con il riempirsi del lago e dalla quale si formarono alcuni villaggi e/o i comuni attuali di Carpino, Cagnano e Ischitella (sono leggende e in quanto tale vanno pesate così come vengono raccontate).

Ma cosa è oggi il lago di Varano? Da un punto di vista prettamente economico esso rappresenta un'importante risorsa economica per il territorio legata alla pesca e allevamento di pesci e bivalve (cozze e vongole soprattutto), ma da un punto di vista turistico? Chi conosce il lago di Varano al di fuori della provincia di Foggia? La domanda è molto importante e merita una risposta ben precisa: praticamente NESSUNO.

Motivi: il lago non è mai stato considerato come un'importante risorsa turistica (attrattore per il turismo lacuale) ma solo come risorsa economica, non vi è mai stata una linea di promozione comune tra i vari paesi lacuali (Carpino, Cagnano, Ischitella) per la valorizzazione del lago, menegreghismo delle amministrazioni, apaticità degli operatori turistici (si pensa al mare a ad agosto, il resto dell'anno è off.limits), ma quello che mi chiedo è: ma è veramente così?

Alcune considerazioni: il turismo lacuale in Italia rappresenta circa il 7% del totale (11,9% stranieri e 3% italiani .dati Issnart Istat 2011), le strutture ricettive nelle aree lacuali sono cresciute dal 2005 al 2010 in maniera considerevole, come i B&B (+176,7%), con una predominanza delle case in affitto, seguite da alberghi, B&B e per finire campeggi e villaggi.

A prescindere dalla crisi economica che ha

ridotto la spesa media dei turisti lacuali (tra le più alte nei vari segmenti turistici) il turismo lacuale si caratterizza per una stagionalità della domanda che però risulta



essere più "destagionalizzata" rispetto al turismo balneare: infatti i laghi attirano flussi di turisti già dai mesi di febbraio-marzo con tassi di occupazione camere dal 30% in su (aprile 40%), che per località come quelle garganiche, sono molto alti.

Una domanda che si spalma durante tutto l'anno, con picchi nei mesi estivi ma buone

"Il lago non è mai stato considerato come un'importante risorsa turistica (attrattore per il turismo lacuale)"

performance da marzo a novembre (33% di media).

Alcuni operatori potrebbero contestare questi tassi, ma quello che chiedo sempre è: quanti operatori puntano sul lago attraverso un'offerta mirata attivando politiche di marketing, di comunicazione specifiche? Possibile che con due laghi come quello di Lesina e di Varano non si riesce a attivare una nuova domanda legata ai laghi? La Lombardia raccoglie il 36% dell'intera domanda nazionale, segue il Veneto con il 15% e il Piemonte con il 14,9%, praticamente queste prime tre regioni raccolgono il 66% di tutta la domanda nazionale, e la Puglia o meglio il Gargano? A livello di posizionamento il Gargano è visto come Vieste, Parco Nazionale del Gargano, Foresta Umbra e Isole Tremiti, enogastronomia. Il lago non esiste. La Puglia raccoglie un 2,3% dell'offerta nazionale, settimi in Italia. Poco o

niente, ma l'aspetto paradossale è che gli stessi pugliesi non conoscono il lago, in quanto solo lo 0,2% (pochissimo) dei pugliesi si sposta per vedere i nostri laghi garganici.

Eppure il turismo lacuale è un turismo che attira soprattutto stranieri (olandesi, tedeschi e austriaci), è un turismo che utilizza come canale di comunicazione primario il passaparola, il personale qualificato e le strutture e internet (in forte crescita rispetto agli anni passati soprattutto per gli stranieri), è un turismo con una spesa media molto alta, siamo sui 120 euro per gli italiani (viaggio e pernottamento senza consumi extra) e 200 euro per gli europei (viaggio e pernottamento senza spese extra); cosa fanno questi turisti una volta arrivati sul lago? Il 75% predilige l'attività sportiva (canoa, nuoto, corsa, triathlon, bici) ed è anche per questo motivo che "fare sistema" e unire i comuni in uno sforzo comune per la buona riuscita di eventi come (non solo) il Varano Lake Triathlon è importantissimo, potrebbe essere il primo evento organizzato grazie all'apporto di tre comuni che "insieme" si muovono per promuovere un territorio e il lago di Varano. Risultati attesi? Visibilità per i comuni e per il lago di Varano (cominciamo a parlare finalmente di lago di Varano), diversificazione della domanda e dell'offerta turistica, finalmente si comincia a parlare di turismo lacuale e non solo di turismo balneare o religioso (il Gargano è molto altro), si attirerebbero nuovi flussi turistici sportivi, enogastronomici, importantissimi per il territorio, destagionalizzazione, portare un evento del genere a fine settembre vuol dire attivare un sistema economico praticamente "assente" in periodi di bassa stagione e infine si avvia un processo di valorizzazione e promozione del Lago di Varano, per troppo tempo non considerato elemento turistico primario.

Ecco perchè fare sistema è indispensabile...noi ci crediamo.



Michele Falco è dottore in Economia del Turismo. Con il suo studio, Innovation Consulting, sostiene le industrie le attività turistiche nella soluzione ai problemi legati al management.

Articoli Per La Casa - Elettrodomestici
Elettronica - Riparazioni Apparecchiature Elettroniche

ELECTRIC

di Del Campo Riccardo

Via Salvemini 3 A, Cagnano Varano
tel. 328/4719379

Agenzia Pratiche Auto

Consulenza Assicurativa

Michele GIACOBBE
Pers. 339 6883178

Via Sirena, 32
Cagnano Varano - FG
Tel. e Fax 0884 88662

corso Giannone 12

**CAGNANO
VARANO**

TEL/FAX 0884/8218

*L'Arte
del
Mobile*

Parco: fra pochi mesi l'attivazione dell'ex pesa di Bagno

Il Gargano ha tre nuove frecce per il proprio arco. Forte di una reciproca e solida collaborazione funzionale con il Corpo Forestale, l'Area Protetta potrà godere di tre nuovi avamposti di controllo e promozione. Trattasi dei due nuovi Comandi Stazione del CTA di San Nicandro Garganico (e Cagnano (lavori in fase di conclusione, insediamento previsto entro un paio di mesi) e dell'attivazione della Caserma di Spigno (in agro Monte Sant'Angelo). «Con il Corpo Forestale, guidato egregiamente e proficuamente sul territorio dal dott. Cosimo Chiumento, – dichiara il Presidente dell'Ente Parco, **Avv. Stefano Pecorella** – si è instaurato un rapporto di stretta collaborazione che nell'ultimo anno ha portato ad un più mirato controllo del territorio con relativo calo di reati. Quindi, non ho avuto alcuna esitazione nel concedere i finanziamenti necessari all'avvio dei lavori per l'adeguamento strutturale dei due nuovi Comandi, i quali, ne sono fermamente convinto, consentiranno azioni preventive e repressive ancor più capillari ed efficienti. Altrettanto fondamentale – aggiunge Pecorella – è il restauro e la fruizione di Caserma Spigno, snodo strategico allocato nel cuore della Foresta. Infatti, esso oltre a garantire una presenza stabile e vigile di un luogo fuori portata, rappresenterà la miccia per avviare la nuova fase di un turismo che vuol vivere esperienze a diretto contatto con l'ambiente». «Sono due grandi conquiste quelle ottenute, soprattutto quella di Cagnano – ribadisce il Comandante Chiumento –. Dunque, il nuovo e stretto patto di collaborazione con l'Ente Parco, produce i primi frutti concreti che si estrinsecano con l'operatività di due nuove postazioni. Era da tempo che auspicavamo il potenziamento ed miglioramento delle condizioni di sicurezza ed efficienza delle strutture al fine di poter garantire la nostra completa operatività. Ora, grazie a queste due postazioni strategiche, ci sono i presupposti ideali per svolgere al meglio la nostra funzione sul territorio». il CTA, attraverso l'utilizzo di locali concessi dal Comune in comodato d'uso, ha un distaccamento in prossimità della riva del lago di Varano. I lavori realizzati – finanziati dall'Ente Parco – hanno visto l'abbattimento di alcune parti di tramezzatura interna, la chiusura di due porte con grate in ferro, l'adeguamento dell'impianto elettrico alle norme vigenti di legge, la messa in opera di porta blindata e la realizzazione di opere di protezione perimetrali quali apposizione di inferriate alle finestre dei locali al piano primo. Nello specifico si sono costruite parti di tramezzatura per la creazione del locale armeria, necessario per la



custodia delle armi in dotazione al Corpo Forestale dello Stato, inoltre l'apposizione di grate in ferro alle finestre perimetrali permetterà di scoraggiare l'intrusione da parte di terzi in questi locali. L'immobile ammodernato sarà reso operativo entro un paio di mesi. Al fine di vigilare ed intervenire tempestivamente, il CTA, avrà a disposizione anche una motobarca acquistata mediante finanziamento dello stesso Ente Parco. Ma, questi locali non saranno solo

utilizzati a scopo militare. Infatti, al 1° piano dell'immobile sarà ubicato un infopoint/centro d'accoglienza la cui gestione sarà affidata dal Comune (che nel frattempo ha l'incarico dell'allestimento delle attrezzature necessarie a svolgere tali attività) a soggetti privati per un rilancio della fruizione turistica della zona. Sull'immobile si erge anche una suggestiva torretta che sarà utilizzata sia per la vigilanza sia come postazione di birdwatching.

Differenziata: il Comune di Cagnano a rischio commissariamento

«La Giunta Regionale ha adottato, su mia proposta, un provvedimento di nomina di commissari ad acta per 46 comuni pugliesi (tra cui Cagnano, ndr) che non riescono a varcare la soglia del 15% in materia di raccolta differenziata e che, non hanno presentato proposte relative ad interventi per il potenziamento dei servizi dedicati a valersi sui fondi PO FESR 2007-2013». Lo comunica l'assessore alla Qualità dell'Ambiente **Lorenzo Nicastro** (nella foto).



«Nel 2010, con delibera di Giunta nr. 2989, avevamo messo a disposizione dei comuni non capoluogo 23 milioni di euro per dare uno stimolo forte ai sistemi di raccolta nell'ottica di una differenziata spinta, all'interno di una serie di iniziative volte a migliorare il dato regionale. Con successivi provvedimenti – spiega ancora Nicastro – abbiamo più volte riaperto i termini, registrando tuttavia l'inerzia di alcuni comuni che non sono riusciti ad attingere alle risorse per concorrere proficuamente agli obiettivi regionali. Nonostante, l'esempio di nuove realtà virtuose come Ruti-

gliano e San Severo, abbiano confermato che il risultato sia possibile e a portata di mano». «Il provvedimento di oggi è un'ulteriore tentativo, parallelamente ad una ulteriore deroga dei tempi per l'accesso ai fondi, di responsabilizzare gli enti locali, di avviare con loro una interlocuzione diretta individuando nei vertici delle loro strutture tecniche l'interfaccia per gli uffici regionali. Si tratta di un passaggio delicato, ce ne rendiamo conto, ma abbiamo inteso intraprendere questa via – conclude Nicastro – per facilitare il compito dei comuni, per snellire i passaggi e raggiungere più rapidamente un obiettivo che fino ad ora non si è centrato: l'elaborazione di proposte per il potenziamento dei servizi di raccolta utili a elevare i dati medi di raccolta differenziata a livello regionale. Tenuto conto che il mancato accesso al finanziamento da parte dei Comuni potrebbe determinare un ostacolo per la Regione Puglia al raggiungimento degli obiettivi fissati dalla normativa comunitaria, nazionale e regionale».

TORREFAZIONE
MOKA DIVO

tel. - fax: 0884/88003
e-mail: info@mokadivo.it
Via Sirena 9-13 CAGNANO VARANO
ASSISTENZA TECNICA DIRETTA

Lavanderia
D'AMORE
VIA TITO FIORE
CAGNANO VARANO

NANDA
ALIMENTARI
di Stasi Biagio
via Montegrappa 67
CAGNANO VARANO

Sentenza storica fa cadere diritto esclusivo di pesca in una zona del lago

Sentenza storica per il comune di Ischitella e per tutte le comunità rivierasche. Il Tribunale Amministrativo Regionale per la Puglia, Sez. I, con sentenza del 28.02.2012 n. 444, ha finalmente fatto chiarezza su una questione addirittura secolare, avendo accertato e dichiarato la estinzione di qualsivoglia diritto esclusivo di pesca vantato dalla Famiglia Sanzone sul Lago di Varano. Oggi, grazie a questa sentenza la comunità Ischitellana si riappropria di ben duemila ettari dei seimila facenti parte del suo territorio compresi nel Lago di Varano. Tale era infatti la superficie vantata come appartenente alla famiglia Sanzone, originaria di questi luoghi ma i cui ultimi esponenti da più tempo si sono stabiliti nella Capitale. Grazie a questa sentenza diventa finalmente possibile realizzare quel "piano regolatore" del Lago di Varano, che costituisce una parte rilevante del progetto politico amministrativo della Giunta guidata dal Sindaco di Ischitella, il dott. Pietro Colecchia. Così spiega la questione l'assessore alla pesca, **Raffaele Cannerozzi**: "Siamo riusciti nell'intento di liberare il nostro lago da questa vera e propria "mano morta" invisibile".

"Gli Ischitellani" spiega l'avvocato **Giro-lamo Arcuolo**, di Monte S. Angelo, che ha curato gli interessi del Comune di Ischitella davanti al TAR di Bari, ci provavano da sempre e avevano sperato nella eversione di questo "diritto" di origine feudale già ai tempi della Commissione presieduta dall'Intendente di Capitanata e Commissario Ripartire Biase Zurlo, che si concludeva con l'ordinanza del 27 maggio 1811 (si, si parla del 1811 a ridosso della Rivoluzione Francese), ma in quella occasione la comunità ischitellana aveva dovuto accontentarsi del riconoscimento dei soli diritti civili di pesca per la comunità dei cittadini di Ischitella, mentre veniva mantenuto il diritto esclusivo di pesca a favore dei principi feudatari. Ci avevano provato-continua Arcuolo- ancora in epoca fascista allorché il Podestà di allora e i Sindacati Corporativi dei Pescatori avevano tentato di fare dichiarare la incompatibilità di quei diritti con la intervenuta inclusione del lago di Varano tra i beni demaniali dello Stato.



L'esito però non fu favorevole in quanto con sentenza della Corte di Appello di Roma, sezione Usi Civili del 25 giugno 25 luglio 1941, poi confermata dalla Cassazione, veniva confermata la sopravvivenza di quegli antichi diritti. Oggi conclude l'avvocato- siamo finalmente riusciti a dimostrare che quei diritti vantati dalla famiglia Sanzone si sono estinti. È stato necessario ricostruire una complessa vicenda storico giuridica e addentrarsi in documenti antichi, tra i diritti reali di feudali propri dell'antico "Diritto Comune" e i "diritti reali" emergenti dalle codificazioni moderne ispirate al Codice Napoleonico per il Regno di Napoli, poi tra le leggi promulgate sulla materia dallo Stato Unitario Sabauda a ridosso della sua costituzione, a partire dal 1876 a oggi. È stato un bel lavoro, condiviso con l'avvocato Gilda Sacco di Manfredonia, appassionante e interessante. I Giudici del Tribunale Amministrativo Regionale hanno condiviso le nostre tesi e di ciò siamo orgogliosi. Soprattutto siamo contenti per le prospettive che a questo punto si aprono per Ischitella e per l'intera comunità dei comuni della fascia costiera del Lago". Il Sindaco di Ischitella **Pietro Colecchia** (nella foto) ha espresso un vivo ringraziamento "per lo straordinario risultato raggiunto grazie alla competenza e alla professionalità dimostrata dai due avvocati".

Gargano e Puglia: le novità dei collegamenti Pugliairbus (aspettando il Gino Lisa)

Anche nel 2012 il Gargano sarà raggiungibile dall'aeroporto di Bari e quindi da tutto il mondo. "Il collegamento bus che è partito dal 1° aprile è già pubblicizzato sui portali Ryanair di mezza Europa visitati da milioni di viaggiatori", ha spiegato l'assessore regionale alle infrastrutture strategiche e mobilità **Guglielmo Minervini** nel corso della presentazione del servizio, alla quale è intervenuto a Mattinata con il Sindaco **Luigi Roberto Principe**, i rappresentanti del Consorzio Gargano Mare, e l'amministratore unico di Aeroporti di Puglia **Domenico Di Paola**. Ma questa non è l'unica novità del servizio Pugliairbus. "Quest'anno rafforziamo" spiega Minervini - il diritto di mobilità aerea per tutti i pugliesi e il collegamento fra Foggia e l'aeroporto di Bari che passa da due a cinque corse giornaliere". Tornando al Pugliairbus fra l'aeroporto del capoluogo regionale e Manfredonia, Mattinata, Vieste, Rodi, Peschici, sperimentato con successo nell'estate 2011, Minervini sottolinea che "Quest'anno potenziamo il servizio sia dal punto di vista quantitativo che della durata (le ultime corse partiranno il 28 ottobre). C'è un gruppo lungimirante di operatori turistici attorno al quale il sistema territoriale si sta organizzando e che ci ha permesso un collegamento più strutturato, che guarda alla destagionalizzazione dell'offerta turistica e a drenare parte 3 milioni di passeggeri che passano dallo scalo barese e che, soprattutto dal nord Europa, non vanno in vacanza a luglio o ad agosto". "Questa attività" ha concluso Minervini - non pregiudicherà il progetto Capitanata in corso per la riattivazione del Gino Lisa. Il protocollo d'intesa con gli enti locali che abbiamo predisposto ci è sembrato il percorso migliore, che crea una strategia di sistema, perché vogliamo che la Capitanata sviluppi tutte le sue potenzialità". È possibile ottenere informazioni sui percorsi e gli orari e prenotare ed acquistare i biglietti online sul sito <http://pugliairbus.aeroportidipuglia.it/> oppure su www.aeroportidipuglia.it (com.)

GIOIELLERIA - OREFICERIA
OROLOGI
Coppolecchia
Corso Giannone 3/B - Cagnano Varano
tel. 0884/80483

Abbigliamento
D'ERRICO
MODA
elena miro
Via Dante Alighieri 4 - 71010 Cagnano Varano (FG)
tel: 0884 80388

STC **STUDIO TECNICO**
CICILANO
Progettazioni edifici urbani e rurali
Pratiche catastali, fabbricati e terreni
Coordinatore per la progettazione ed esecuzione
lavori D.Lgs. 494/96 - T.U. 81/08
Design di interni 3D CAD fotorealistico
via Orso, 8 - 71010 Cagnano Varano (FG)
tel./fax 0884/80207 Cell. 333/6139243- 333/4658102
studiocicilano@yahoo.it

MACELLERIA - GASTRONOMIA
Da Pietro
DI PELUSI PIETRO
Via Marconi 7
CAGNANO VARANO FG

PARRUCCHIERE
ESTETISTE
Nada & Donatella
via Siberia - Cagnano Varano
tel. 340/7962100 - 338/9652631

Ricominciare dallo sport

Dopo i campionati di Orienteering, il nostro Lago a settembre sarà lo scenario di un grande evento sportivo di caratura internazionale: il Varano Lake Triathlon Event. Perché lo sviluppo, dati alla mano, può passare anche dallo sport.

di Emanuele Sanzone

Mentre alla Borsa Internazionale del Turismo di Milano è stato presentato il campionato di Orienteering che quest'anno si svolgerà sul Gargano, la Montagna del Sole, e in particolare il Lago di Varano, si prepara ad accogliere un altro grande evento sportivo. Stiamo parlando di un'altra disciplina che si sta affermando negli ultimi anni sul territorio nazionale e già da molti praticata nel resto del mondo, il triathlon. È uno Sport multidisciplinare di resistenza nel quale l'atleta copre nell'ordine una prova di nuoto, una di ciclismo e una di corsa, senza interruzione. "Il triathlon è divertimento, salute, sfida con sé stessi, impresa, armonia con la natura. E' uno sport giovane, nuovo, che accomuna insieme le tre discipline più popolari e praticate, in un'unica prova" per dirlo con le parole della Federazione Nazionale.

I concorrenti devono infatti passare senza interruzioni da una frazione di gara all'altra, dimostrando ottime capacità condizionali quali forza e resistenza, ma anche buone capacità coordinative, dovendo esprimere durante il loro sforzo gestualità sportive completamente differenti tra loro, quali il nuotare, il pedalare ed il correre. Sul Lago di Varano, che con i suoi spazi è un teatro ideale per questa disciplina, dal 21 al 23 settembre prossimi si terrà il primo 'Varano Lake Triathlon Event' che coinvolge nella sua organizzazione Enti pubblici e privati e i numerosi atleti che accorreranno in Laguna per cimentarsi nelle prove. "Questo progetto è nato lo scorso dicembre- spiega **Fabrizio Cutela**, event manager dell'iniziativa- in questi giorni sta continuando la serie di incontri per mettere a punto l'architettura dell'evento". Cutela non è garganico ma vive a Cesena: come si spiega allora la scelta di organizzare questo evento qui sul Gargano? "Mia moglie è di Ischitella e nel venire ogni estate per le vacanze estive nella sua terra d'origine, io mi sono pian piano innamorato della zona. Ho



cercato quindi di unire l'amore per questa terra con l'amore per lo sport che mi caratterizza puntando quindi da un lato alla promozione della cultura per lo sport, e dall'altro alla promozione di queste risorse non ancora ben promosse". La competizione si svolge in località Foce Varano- frazione del comune di Ischitella e la partenza avverrà presso lo stabilimento balneare Panis Beach. Per il nuoto è previsto un percorso di 1900 metri in un giro unico antistante la spiaggia dello stabilimento segnalato da boe. Per il ciclismo ci sarà un percorso di chilometri suddiviso in due giri di 47 ciascuno su percorso completamente chiuso al traffico intorno al lago di Varano e per il podismo il percorso sarà di 21 chilometri suddiviso in 4 giri di 5, su percorso asfaltato nei pressi della strada litoranea. "E' un bel progetto che sicuramente avrà dei risvolti positivi sul territorio- commenta **Michele Falco**, nella duplice veste di responsabile di comunicazione e Marketing Territoriale e al tempo stesso operatore turistico- lo stiamo portando avanti in tutti i modi perché la nostra terra ha bisogno di eventi di questo tipo". Ma non è tutto: "Alla promozione del territorio- continua Cutela- affiancheremo una valorizzazione del patrimonio tradizionale del Gargano ad esempio con concerti di musica tradizionale nelle serate della tre giorni e nella proposta agli atleti di prodotti tipici locali. Ad esempio il tra-

dizionale pasta-party che viene organizzato alla fine delle gare italiane, verrà arricchito con i nostri prodotti, come a dire un 'orecchietta-party'. Stiamo tenendo degli incontri con gli operatori proprio per garantire dei pacchetti turistici ad hoc a scopo promozionale, con sconti per gli atleti. In Italia ci sono al massimo una decina di eventi simili e sono previsti circa duecento atleti con altrettanti accompagnatori: un bel flusso se pensiamo che a fine settembre siamo fuori stagione". Anche le amministrazioni locali stando a quanto dice l'organizzatore contribuiscono all'iniziativa: "Abbiamo avuto una disponibilità alta da parte delle istituzioni sancita formalmente in un incontro convocato dall'Assessore Provinciale allo Sport **Rocco Ruio** a cui hanno partecipato i comuni interessati (Ischitella, Carpino e Cagnano Varano), la delegazione provinciale del CONI e la Lega Navale Italiana (che ha una sezione proprio a Foce Varano). L'unica difficoltà che ho riscontrato è stata la mancanza di sinergie non sul piano comunale ma tra le associazioni degli operatori coinvolti: spero che questa iniziativa sia un modo per 'rompere il ghiaccio' e faccia capire che tutti abbiamo dei vantaggi dall'unione delle forze, soprattutto quando si crede nei progetti che danno un'ottima visibilità al territorio. Con il Triathlon non solo gli sportivi conosceranno il Gargano, ma anche tutti gli appassionati, che in Europa ne sono

**FERRAMENTA
2000**

di Cirelli Maria Rita

via Montegrappa, 37
CAGNANO VARANO FG
tel. 336/306819

**IMPIANTI IDROTERMICI
PELUSI MATTEO**

Ub.Fs. Via Brescia, 12

Dom.Fisc.E.L.c. Via dei Tulipani, 15/A

71010 Cagnano Varano (FG)

Tel./Fax: 0884/89043

**CASALINGHI - BOMBONIERE
ARTICOLI DA REGALO**

Il Bello della Casa



C.so Giannone
Via delle Grazie
CAGNANO VARANO FG

tanti, avranno modo di incuriosirsi sui nostri luoghi seguendo l'evento: ecco il grande vantaggio dello sport. La nostra economia è tutt'ora basata sull'agricoltura e sulla pesca, ma lo scopo di un'iniziativa come questa è che lo sviluppo passa attraverso lo sport: bisogna capire che si ha tra le proprie mani una grande risorsa che aspetta solo di essere utilizzata al meglio".

Tre giorni, tre sfide, tre comuni coinvolti: a quanto pare è proprio vero che tre è il numero perfetto. E tre sono i principali attori del Varano Lake Triathlon Event: gli organizzatori, gli Enti e gli operatori turistici. E l'entusiasmo lo dimostrano tutte e tre le categorie. "Stiamo preparando con gli operatori dei pacchetti appositi per gli oltre duecento atleti e gli accompagnatori che si recheranno sul Gargano per l'occasione. Punteremo molto sulle sponsorizzazioni private, con delle opportune offerte che assicurano visibilità, e che sono cucite su misura su sponsor locali che vogliono farsi conoscere sul locale, locali su nazionali e sponsor nazionali per il pubblico nazionale. Puntiamo a coprire i costi per metà con fondi pubblici e per metà con i privati".

"E' un'importante iniziativa che consente di far conoscere il nostro territorio ad un pubblico molto vasto - commenta **Antonio Pelusi**, consigliere delegato allo sport del Comune di Cagnano - sicuramente chi verrà rimarrà colpito dalle bellezze e porterà la famiglia o magari ne parlerà con gli amici facendo quindi un'inconsapevole promozione".

Numerosi gli operatori che stanno partecipando sia agli incontri e numerose quindi le strutture che stanno aderendo. Per citarne alcune, di Cagnano i camping Riviera e Ranch; per Ischitella i tre B&B del paese (Beatrice, Belvedere, Sul corso), la Masseria Giordano, il Giardino, il Camping Viola e per Carpino l'Hotel de la Ville. Ultima chicca, la sostenibilità dell'evento: "L'evento di settembre 2012 è ancora lontano, siamo ancora nella fase progettuale, le attività sono molte, complesse e richiedono di essere studiate nei minimi detta-

gli, prestando estrema attenzione a soddisfare le aspettative di tutti coloro che stiamo invitando a partecipare. - commenta Fabrizio Cutela- Per questo motivo, fin dall'inizio dell'affascinante percorso di concezione e organizzazione del Varano Lake Tri, abbiamo impostato il nostro lavoro seguendo le linee guida della norma BS9801. Questa normativa dal titolo "Specification for a sustainable event management system with guidance for use" è uno standard Britannico che costituisce una guida progettuale, operativa e di riesame, rivolta al continuo miglioramento della qualità della manifestazione e soprattutto della sua sostenibilità ambientale e territoriale. Un buon evento è tale se sono state rispettate e soddisfatte le aspettative di tutto ciò che interagisce con esso: l'ambiente, la società civile, il territorio, i volontari, gli atleti... L'applicazione di questo standard ci darà un forte impulso a fare le cose sempre migliori ascoltando tutto il mondo che ci circonda. Lo standard tra l'altro è utilizzato anche dalle prossime Olimpiadi di Londra"

Una scelta azzeccata se si pensa che in Italia il turismo sportivo è un settore che non conosce crisi, valutato in 6,3 miliardi di euro con ritmi di crescita a due cifre. Uno studio effettuato dall'Osservatorio Econstat sul turismo sportivo nel marzo del 2008 fornisce per la prima volta il quadro completo del valore, della struttura, e dei fattori competitivi relativi al mercato dei viaggi dedicati allo sport, siano essi viaggi per praticare (73% dei casi) o per assistere a eventi (16%) o anche per accompagnare familiari impegnati attivamente (11%). Entrando più nel dettaglio, il mercato genera annualmente 10,7 milioni di viaggi l'anno, comporta soggiorni per 60 milioni di notti (circa il 10% del volume totale del settore turistico), ed una

spesa media di € 590 per viaggiatore. Per citare altri dati sul turismo sportivo sono oltre 10 milioni di viaggi e oltre 60 milioni di pernottamenti in strutture ricettive italiane; 1,5 miliardi di euro è la spesa dedicata in Italia agli sport acquatici come vela, canoa, diving ecc.; 1 italiano su 4 sceglie la meta delle proprie vacanze anche in virtù dell'offerta sportiva mentre sono circa 27 milioni gli italiani che praticano sport (20 milioni di amatori, 6'5 milioni di dilettanti ed oltre 10 mila professionisti.

Il settore è ormai da vent'anni protagonista di una Borsa, la Borsa del Turismo Sportivo e del Benessere di Montecatini Terme con un vero e proprio progetto definito 'Mind, Body & Wellness' (mente, corpo e benessere) "che apre - secondo gli organizzatori - sempre più le porte ad un settore in espansione, puntando su quei segmenti che prediligono un soggiorno capace di riequilibrare il benessere psico-fisico abbinando sapientemente Sport, Natura e Relax. Insieme ai tradizionali percorsi di benessere termale sono inclusi attività sportive, terapie psicologi-

che, terapie orientali, agopuntura. L'attività della Borsa si inserisce all'interno di un mercato che durante l'ultimo decennio ha conosciuto in tutta Europa un vertiginoso incremento del giro d'affari, trasformandosi da nicchia, in uno dei segmenti che oggi registra il maggior tasso di crescita (oltre il 150%)."

E allora dati alla mano ben venga questo nuovo segmento turistico: il nostro territorio ha senz'altro tutte le carte in regola per ospitare lo sport, a patto che non ci si lasci bloccare dalla pigrizia (non solo fisica) e da quel pizzico di chiusura alle novità che ha fatto già perdere in passato molte sfide in partenza.

info su: www.varanolaketri.it



ABBIGLIAMENTO-CALZATURE
UOMO DONNA BAMBINO

**BOUTIQUE
PATRICK**

VIA MONTE GRAPPA 71, CAGNANO VARANO
TEL. 0884/80439

Pizzeria Paninoteca
Bellavista

di Leonardo Pelusi
piazzetta Bellavista
Cagnano Varano

LAVANDERIA
DI MAGGIO
AL VOSTRO SERVIZIO DAL 1964

Rag. Pasquale Di Maggio
Tecnico tessile - Pulitore igienista
Tel. 329/1831621 - 328/3742128

LAVANDERIA
ABBIGLIAMENTO
SARTORIA
Centro autorizzato
pulitura pelli, pellicce,
tappeti, salotti

Via Boccaccio, 6
71010 Cagnano Varano (FG)
e-mail: lav.dimaggiopasquale@libero.it

dott. Michele Di Pumpo
Biologo

- Consulente Hccp (settore alimentare, carni e preparati, conserve ittiche e semilavorati di pasticceria, servizi tamponi superficiali)
- Corsi di formazione Hccp (in ottemperanza al pacchetto igiene D.L.S. 193/07)
- analisi delle acque
- Relazioni fonometriche e vibrazioni per aziende D.L.S. 81/2008

Via Roma, 43
71010 Cagnano Varano (FG)
cell- 333-8252723

Panificio
La fonte del Pane

Di Marcantonio Bocale
Via Alessandria, 19- CAGNANO V.
TEL. 0884-8348

Cucinare in tempi di crisi? C'è la cara antica Dieta Mediterranea

di Emanuele Sanzone

L'associazione Cuochi Gargano e Capitanata, in occasione della chiusura dell'anno sociale, ha organizzato presso Tenuta Inagro di San Severo il convegno Provinciale dal titolo "Cucinare Mediterraneo in tempo di crisi: consumare preferibilmente...!". L'incontro voleva fornire uno scambio di informazioni e pareri da parte di istituzioni e settori lavorativi, in modo particolare quello Turistico e della Ristorazione, per migliorare le condizioni lavorative nella Provincia di Foggia. Tre i relatori a cui gli chef hanno potuto rivolgere i loro quesiti, la dottoressa **Pamela Iacovelli** (Dietista), la dottoressa **Rossana Di Leo** (Diabetologa) e il dottor **Michele Calabrese** (Presidente Associazione Italiana Celiachia Puglia).

"Negli ultimi cinquant'anni abbiamo assistito ad un cambiamento del modello di vita umana: da un lato è cresciuta l'aspettativa di vita, dall'altro abbiamo iniziato a fare i conti con l'obesità, che è divenuta man mano un vero problema di salute pubblica con un sesto della popolazione mondiale (1 miliardo circa) che soffre quindi di eccesso di grasso- esordisce la professoressa Di Leo, docente tra l'altro di medicina interna all'Università di Foggia- in Italia la situazione non è migliore: un bambino su tre è obeso e tutto questo è dovuto ai fast food, alle merendine, ad uno stile di vita sempre più sedentario. Se prendiamo infatti una fotografia degli anni Sessanta noteremmo fin da subito i bambini che giocavano per strada o con la bicicletta. I bambini obesi di oggi sono persone che saranno esposte da adulte a malattie come ipertensione, problemi di lipidi e al sistema endocrino e quindi il diabete, quindi una carenza di insulina o un ridotto consumo del corpo della stessa con conseguente aumento di glicemia. Il diabete è stato definito la malattia del terzo millennio negli anni il numero cre-



sce rapidamente e saranno oltre 350 milioni i diabetici nel 2025 : crea disturbi alla vista, ai reni, agli arti inferiori e provoca una diminuzione dai 5 ai 7 anni della speranza di vita. Il diabete inoltre rappresenta un costo sociale alto per la nostra società: nel '98 si spendevano 1505 euro annui per un paziente e attualmente vengono spesi due miliardi annui in farmaci antidiabetici senza contare la media di venti giorni lavorativi persi ogni anno da un diabetico. Il diabete è causato da un gene presente sin dagli uomini primitivi per sopravvivere nei momenti di mancanza di cibo. Come combattere quindi questa epidemia del Terzo Millennio? Stile di vita sano e corretto regime alimentare: qui entra in gioco la dieta mediterranea con i suoi prodotti di origine vegetale per la maggior parte e ricchezza di fibre e grassi polinsaturi come l'omega 3, quest'ultimo di particolare benefico alla pressione. La dieta mediterranea, intesa come stile alimentare e non come periodo di privazione, svolge un importantissimo ruolo nella lotta all'obesità, al diabete, all'arteriosclerosi, ad altre malattie cardiovascolari e ai tumori. Inoltre l'uso di prodotti tipici ha un valore anche culturale ed antropologico dal momento che questa dieta porta con sé un patrimonio di cul-

tura e tradizioni, ecco perché è stata proclamata patrimonio dell'umanità. Se abbiniamo questa dieta all'attività fisica, visto che il 60 % della popolazione non la svolge, andando in bici, salendo le scale anziché l'ascensore, arriviamo ad uno stile di vita veramente salutare".

Altro problema legato all'alimentazione è senz'altro la celiachia. "La celiachia- spiega il dottor Calabrese dell'Associazione Celiachia- come ben sappiamo è un'intolleranza al glutine che non ha terapia farmacologica (quindi si può solo eliminare il glutine dall'alimentazione). L'obiettivo della nostra associazione è informare e aiutare a creare network che facciano sì che celiaco non venga considerato una persona 'speciale'. In Italia sono 600 mila i potenziali celiaci, tra cui 122 mila già diagnosticati (dato di novembre 2011): negli ultimi tempi con una maggiore coscienza da parte dei medici e con le migliorie dei mezzi diagnostici abbiamo scoperto molti più casi con un rapporto 1 ogni 120 abitanti. Noi come associazione ci impegniamo a tutelare ed informare i celiaci e non soprattutto nell'ambito della ristorazione: con il progetto 'Alimentazione fuori casa' abbiamo creato una rete di ristoratori seguiti dalla nostra Associazione (cosa che dovrebbe spettare alle ASL). Oltre 500 strutture

Sala Ricevimenti
Centro Isola

Wine Bar - Pizzeria
EASYRIDER
Aperto tutto l'anno
Per qualsiasi ricorrenza
Viale Uria, km 34 - Località Isola Varano
71010 Cagnano Varano (FG)
tel. 349.8860795 - 333.9722373

Fitness & Dance
Centro Fitness

via Fraccacreta,
71010 Cagnano Varano
tel. 333.6670236 333.2872967

nella sola Puglia chiedono di istituire dei corsi e cerchiamo di fare il nostro meglio nonostante le ristrettezze economiche. Come Associazione inoltre partecipiamo ai tavoli tecnici ma anche formazione di corpo docente, addetti alle mense... Il problema che ci sta più a cuore è sicuramente la tutela del celiaco nel trovare i prodotti senza glutine: i costi di questi prodotti sono molto alti, se pensiamo che un chilo di farina senza glutine costa dieci volte di più della farina normale, prezzo dato sia dalle materie prime selezionate, sia per le linee di produzione delle aziende esclusivamente dedicate a questi prodotti ma anche ad un po' di speculazione."

IL MENU' DEI NOSTRI NONNI- Lo scorso 17 novembre l'Unesco ha dichiarato la dieta mediterranea patrimonio dell'umanità sia perché portatrice di uno stile di vita sano, sia per i valori culturali che questa dieta porta con sé. Il termine "Dieta" si riferisce all'etimo greco "stile di vita", cioè all'insieme delle pratiche, delle rappresentazioni, delle espressioni, delle conoscenze, delle abilità, dei saperi e

degli spazi culturali con i quali le popolazioni del Mediterraneo hanno creato e ricreato nel corso dei secoli una sintesi tra l'ambiente culturale, l'organizzazione sociale, l'universo mitico e religioso intorno al mangiare. La Dieta Mediterranea rappresenta un insieme di competenze, conoscenze, pratiche e tradizioni che vanno dal paesaggio alla tavola, includendo le colture, la raccolta, la pesca, la conservazione, la trasformazione, la preparazione e, in particolare, il consumo di cibo. La Dieta Mediterranea è caratterizzata da un modello nutrizionale rimasto costante nel tempo e nello spazio, costituito principalmente da olio di oliva, cereali, frutta fresca o secca, e verdure, una moderata quantità di pesce, latticini e carne, e molti condimenti e spezie, il tutto accompagnato da vino o infusi, sempre in rispetto delle tradizioni di ogni comunità. "La dieta mediterranea è un modello corretto di alimentazione - spiega la dietista Pamela Iacovelli - soprattutto perché nel menù dei nostri nonni si annoverava stagionalità e tipicità, basti pensare al piatto di fave e cico-

rie o alla frutta d stagione, la freschezza e genuinità date dalla mancanza di grassi saturi o elementi dati dai prodotti chimici. Altri aspetti non trascurabili sono la degustazione in compagnia dei prodotti (quando si mangia da soli spesso si scaricano ansie ed emotività mangiando male) o anche la presenza di microelementi data anche da metodi di cottura più salutari a cottura lenta, basti pensare ai tegami di coccio. Cosa consigliare quindi come 'menù dei nipoti'? Possiamo dire innanzitutto di non saltare mai la colazione di latte, frutta e cereali che non solo aiuta la lettura, l'ascolto, l'attenzione ma favorisce il senso di sazietà e il miglioramento dei parametri metabolici. Preferire le proteine vegetali (legumi) che regolano meglio la glicemia e il colesterolo con una maggiore longevità di vita. Mangiare inoltre tanto pesce azzurro."

Rodi, arriva l'istituto nautico

di Alessandro Stefania

Nell'ultima settimana di gennaio la Regione Puglia ha deliberato di istituire, sotto richiesta di Rodi Garganico e dell'Istituto di Superiore "Mauro del Giudice", un Istituto Tecnico a indirizzo Trasporti e Logistica: ovvero la nuova denominazione dell'Istituto Nautico dopo la Riforma del duemilanove. L'istituto entrerà in funzione nell'anno scolastico 2012/2013.

L'indirizzo Trasporti e Logistica è una scuola che forma lo studente "con il mare", e non soltanto "per il mare". L'istituto dovrebbe fornire una preparazione scientifica che consente allo studente di accedere a tutte le facoltà universitarie, sia scientifiche e sia umanistiche, oltre che alle Accademie navali. Il corso di studi è costituito da un primo biennio comune a tutti gli istituti tecnici, ossia con un carico settimanale di 32 ore di cui 20 ore di attività ed insegnamenti generali e 12 ore di attività e insegnamenti di indirizzo.

L'obiettivo del primo biennio è di far apprendere allo studente i saperi chiave soprattutto attraverso attività di laboratorio. Nel secondo biennio il carico totale settimanale resta invariato, ma le ore di insegnamenti generali saranno 15 mentre quelli di indirizzo saranno 17. I due bienni dovranno far acquisire le conoscenze professionali di settore. Il corso si dirama in tre diversi indirizzi; il primo indirizzo è la Conduzione Del Mezzo (capitano di lungo corso) e Conduzione Del Mezzo-Aim (capitano di macchina), il secondo è Logistica (tecnico della logistica) ed il terzo è la Costruzione Del Mezzo (costruttore navale). Come si può notare il primo ramo è diviso a sua volta in due parti: nella prima il perito con questa specializzazione possiede adeguate competenze



per inserirsi nel campo del controllo e monitoraggio ambientale. Invece con la seconda parte il perito, dopo aver compiuto la specializzazione sarà in grado di gestire e condurre impianti termici, elettrici, meccanici

e fluidodinamici; inoltre possederà anche conoscenze tecnico-scientifiche sulla conoscenza degli impianti e delle macchine, e sarà anche in grado di occuparsi del disinquinamento e tutela dell'ambiente. La diramazione "Logistica" approfondisce le problematiche relative agli aspetti riguardanti il trasporto aereo marittimo e terrestre. La specializzazione "Costruzione del mezzo" consente di essere in grado di effettuare costruzioni, progettazioni, riparazioni, e trasformazioni di navi e galleggianti. Permette inoltre di inserirsi nella carpenteria industriale.

COCCIA Guido Giuseppe Geometra STUDIO COCCIA	
CATASTO TOPOGRAFIA	
STUDIO TECNICO AGENZIA DI ASSICURAZIONI Via Giovanni XXIII n. 10 71010 CAGNANO VARANO	Tel/Fax: 0884/852019 Cell: 338 2494864 E-mail: studio-coccia@libero.it

RISTORANTE PIZZERIA Little Paradise di Liguori Pasquale tel. 0884/852026 via S. D'Acquisto, 3 Cagnano Varano	
---	--

VENDITA ELETTRODOMESTICI CENTRO ASSISTENZA CLIENTI CITY UniEuro Grillo Tiziana Via G. Di Vagno, 22 - Cagnano Varano FG tel. 0884/89170	
---	--

Uso e abuso di sostanze

Per molti, le droghe fanno ormai parte della vita di ogni giorno e il loro uso fra gli adolescenti è elevato. La legalità e l'accettazione a livello sociale di una determinata droga spesso dipendono dai motivi per cui viene usata, dagli effetti e da chi la usa. Per esempio, l'uso della marijuana per il piacere personale è illegale e considerato socialmente inaccettabile da molti, ma il suo impiego per alleviare la nausea in un soggetto con un cancro in fase avanzata è legale e in alcuni paesi ed è considerato accettabile da molti.

Molte droghe, alcune legali ed altre illegali, alterano lo stato mentale. Alcune influiscono sulle funzioni cerebrali ogni volta che vengono assunte, indipendentemente dalla quantità; altre hanno effetti sulla mente solo se usate in grande quantità o in modo continuo. Alcune droghe colpiscono il cervello a tal punto da generare il desiderio o la necessità di assumerle continuamente (bisogno compulsivo).

I medici possono sospettare problemi creati dall'uso di sostanze stupefacenti quando notano cambiamenti dell'umore o del comportamento. Si possono allora porre domande specifiche sulle possibili conseguenze di un uso prolungato di particolari droghe. Gli esami di sangue e delle urine sono talvolta usati per confermare il sospetto di assunzione di sostanze con effetti sulla mente.

I problemi dati dall'uso di tali sostanze sono definiti in termini diversi, per esempio abuso, assuefazione e tossicodipendenza.

L'abuso di droghe è l'uso di una sostanza stupefacente senza un'esigenza terapeutica, in quantità sufficientemente grande o per un periodo sufficientemente lungo da minacciare la qualità di vita o lo stato di salute e la sicurezza di chi la usa.

La dipendenza da sostanze è un bisogno

irresistibile di continuare ad assumere una sostanza con effetti cerebrali per provocare piacere o alleviare ansia e tensione ed evitare il malessere. Le sostanze che provocano dipendenza possono produrre euforia, sensazione di aumentate capacità fisiche e psichiche e disturbi sensoriali. La dipendenza può rivelarsi molto forte e difficile da superare. L'organismo si adatta all'uso continuo di una droga che produce dipendenza, portando alla tolleranza e a sintomi da astinenza quando l'uso viene interrotto (o quando gli effetti della droga vengono bloccati da un'altra sostanza). La tolleranza è la necessità di usare quantità progressivamente maggiori di una sostanza per riprodurre gli effetti raggiunti originariamente con la quantità iniziale.

La tossicodipendenza è l'insieme di comportamenti o di attività volti ad ottenere ed usare una sostanza da cui un soggetto è dipendente. Generalmente la dipendenza interferisce con la capacità di lavorare, studiare o interagire normalmente con la famiglia e gli amici. Va precisato che un soggetto può diventare dipendente da sostanze illegali o legali, anche quando la sostanza viene utilizzata a fini terapeutici; tuttavia, quando un malato di cancro in fase avanzata diventa dipendente da un oppiaceo come la morfina, il suo comportamento non è abitualmente considerato una tossicodipendenza. Infine, una tossicodipendente in gravidanza espone il feto alla sostanza di cui fa uso. Spesso, nega al medico di assumere droghe o alcol; il feto può diventare dipendente e sviluppare gravi malformazioni in seguito all'uso di sostanze da parte della madre. Dopo il parto, il neonato può presentare una grave, se non addirittura letale, crisi da astinenza, specialmente quando il medico non è stato informato della dipendenza della madre.

Effetti e danni all'organismo derivanti

dall'abuso di alcune sostanze:

Alcol. Poiché l'alcol viene assorbito più velocemente di quanto non venga metabolizzato ed eliminato dall'organismo, i livelli di alcol nel sangue si innalzano rapidamente. Gli effetti possono manifestarsi entro pochi minuti. Piccole quantità di alcol puro (per esempio 1-3 bicchieri) possono agire come stimolante, spesso rendendo il soggetto stordito e logorroico e, a volte, persino irascibile e violento. Quantità maggiori deprimono le funzioni cerebrali e determinano movimenti rallentati, alterati, equilibrio instabile e sonnolenza. Man mano che l'alcol viene lentamente metabolizzato, il processo può invertirsi; di conseguenza una persona sedata diventa di nuovo agitata e violenta. Quantità molto elevate possono portare a coma e morte. Il consumo prolungato di quantità eccessive di alcol danneggia molti organi e tra i più comuni effetti dannosi vanno ricordati: anemia, esofagite, gastrite, ulcera gastrica, epatite, steatosi epatica, cirrosi, pancreatite, tumori dell'esofago-stomaco-fegato-pancreas, aritmie, scompenso cardiaco, ipertensione arteriosa, ictus, confusione mentale e ridotta coordinazione, alterazioni della memoria a breve termine, psicosi, deterioramento dei nervi delle braccia e delle gambe.

Oppiacei. Gli oppiacei hanno un legittimo impiego medico come potenti antidolorifici. Questi comprendono codeina (che ha un basso potenziale di dipendenza), ossicodone (spesso in associazione con paracetamolo), meperidina, morfina, pentazocina e idromorfone [l'eroina, illegale in quasi tutti gli stati, ma utilizzata in alcuni paesi in un numero molto limitato di indicazioni terapeutiche, è uno degli oppiacei più potenti]. Gli oppiacei hanno molti effetti, sono forti sedativi e rendono calmi e introversi. Possono anche produrre euforia, a volte solo per

Ago & Filo uscite speciali di
di Eleonora **MANI DI RATA**
MERCERIA - FILATI *Bellera*
INTIMO- TESSUTI filati da ricamo
Via G. Verdi, 19 - Cagnano Varano (FG)
Tel. 0884/80366-80898-340/5908760

Caffetteria - Pasticceria
Gelateria
EMOZIONI
Via Dante Alighieri 9
CAGNANO VARANO (FG)

CALZATURE - PELLETTERIA
L'IMPRONTA
VIA MANFREDI 11
CAGNANO VARANO

ché un forte dolore è stato alleviato. Altri possibili effetti comprendono stipsi, cute calda o arrossata, ipotensione arteriosa, prurito, pupille ristrette, respiro lento e superficiale, bradicardia, ipotermia, confusione mentale.

Ansiolitici e sedativi. Gli ansiolitici e sedativi riducono lo stato di vigilanza e possono portare a eloquio rallentato, incoordinazione, confusione e rallentamento del ritmo respiratorio. Questi farmaci possono rendere un soggetto alternativamente depresso e ansioso. Alcuni soggetti presentano perdita di memoria, incapacità di giudizio, diminuzione della soglia di attenzione e labilità emotiva.

Marijuana. Il consumo di marijuana (cannabis) è molto diffuso specie tra i giovani e, viene comunemente fumata sotto forma di sigarette (spinelli) fatte con il gambo, le foglie e le cime fiorite della pianta secca. La marijuana deprime l'attività cerebrale, provocando uno stato sognante nel quale le idee appaiono sconnesse e incontrollabili. E' leggermente psichedelica, deformando e amplificando la percezione del tempo, dei colori e dello spazio. I colori sembrano più luminosi, i suoni possono sembrare più alti e l'appetito può essere maggiore. La marijuana allevia generalmente la tensione e dà un senso di benessere e di esaltazione, provocando al tempo stesso una diminuzione delle capacità motorie, per cui può essere pericoloso guidare o manovrare attrezzature pesanti. I soggetti che consumano quantità cospicue di marijuana possono diventare confusi e disorientati.

Amfetamine. Tra i farmaci classificati come amfetamine vi è l'amfetamina, la metamfetamina (speed, crystal) e la metilendiossimetamfetamina (MDMA, Ecstasy o Adam). Le amfetamine aumentano la vigilanza (riducono

l'astenia), innalzano il livello di concentrazione, riducono l'appetito e aumentano le prestazioni fisiche. Possono provocare una sensazione di benessere, euforia e disinibizione. Oltre a stimolare il cervello, le amfetamine aumentano la pressione arteriosa (fino a determinare un ictus!) e la frequenza cardiaca. Sono stati osservati attacchi di cuore, persino nei giovani atleti.

Cocaina. La cocaina produce effetti simili a quelli delle amfetamine ma è uno stimolante molto più potente. Essa provoca un senso di estrema vigilanza ed euforia, fa anche aumentare la pressione arteriosa e la frequenza cardiaca e restringe i vasi (vasocostrizione). Tali effetti possono provocare un infarto del miocardio, anche in soggetti molto giovani. Altri effetti comprendono stipsi, lesioni intestinali, estremo nervosismo, convulsioni, allucinazioni, insonnia, deliri paranoici, comportamento violento.

Allucinogeni. Gli allucinogeni comprendono LSD (dietilamide dell'acido lisergico), psilocibina, mescalina



(peyote) e 2,5-dimetossi-4-metamfetamina (DOM, STP). Queste droghe distorcono le sensazioni uditive e visive, per cui il pericolo principale che si corre usando queste sostanze è costituito dagli effetti psicologici e dalle alterazioni della capacità di giudizio che esse provocano.

Fenciclidina. La fenciclidina

(PCP, polvere degli angeli) deprime le funzioni cerebrali; poco dopo l'assunzione, i soggetti appaiono in genere confusi e disorientati. E' possibile che non sappiano dove sono, chi sono o che ora o giorno sia. Altri possibili effetti derivanti dall'uso di queste sostanze comprendono ipersalivazione, aumento della sudorazione, ipertensione arteriosa, tachicardia, allucinazioni, convulsioni, ipertermia.

Conclusioni: la dipendenza da sostanze si sviluppa in maniera complessa e non del tutto chiarita. Tale processo è influenzato dalle proprietà delle sostanze psicoattive, dalle caratteristiche fisiche predisponenti del consumatore, dalla sua personalità e classe socioeconomica e dal suo contesto culturale e sociale.

I fattori che conducono all'abuso e alla dipendenza, possono includere la pressione dei coetanei o del gruppo, un disagio emotivo che viene alleviato sul piano sintomatologico dagli effetti specifici della sostanza (molto spesso infatti, dro-

ghe e/o alcol vengono assunti per ottenere uno "sballo" o un'alterazione dello stato di coscienza ma, l'illusione di uno "sballo" non può né deve mettere a rischio la propria vita e quella degli altri!), l'alienazione sociale e gli stress ambientali (in particolare se accompagnati da sentimenti di impossibilità di cambiare le cose o di conseguire i propri obiettivi). Molti fattori sociali e gli stessi mass media possono contribuire all'aspettativa che le droghe

possano alleviare un disagio in modo sicuro, oppure che possano gratificare dei bisogni. In parole povere, l'esito del consumo di sostanze dipende dall'interazione tra la sostanza, il consumatore e il contesto.

E allora lo "sballo" che possiamo proporci di ottenere è solo quello di migliorare il nostro tessuto sociale!

 Assicurazioni C. Brigida & L.A. Cicilano Snc <i>Agenzia Generale</i> Via della Croce, 1 - Manfredonia tel.0884 58376 fax 0884 516351 <i>Ispettorato Agenziale</i> C.so Giannone, 166 - Cagnano V. Tel 0884 88008 fax 0884 854277	 COSTRUZIONI GENERALI via Pegaso snc - 71010 CAGNANO VARANO tel/fax 0884/88517 cell. 333/9650030 impresa.palumbo2005@libero.it  PETROLGAS di Antonio Tenace & C. Loc. S. Angelo - Str. per Capojale - Km. 2 Tel. 0884/853307 - Fax 0884/854019 71010 CAGNANO VARANO (FG) Partita IVA: 02222950715	GENERAL MARKET di Tierri Pietro s.n.c. VASTA GASTRONOMIA PRODOTTI TIPICI LOCALI via Montegrappa 29 - 71010 CAGNANO VARANO tel/fax 0884/80471  MACELLERIA- PRODOTTI DI GASTRONOMIA LOCALE Via Foggia 11/B Tel. 0884/80855 Cagnano Varano (Fg)
---	---	---

Lucio Dalla, garganico dentro

di Federica Carbonelli

Lucio Dalla lo scorso 4 marzo avrebbe compiuto 69 anni, e invece proprio in quel giorno è stato celebrato il suo funerale; qualche giorno prima, invece, un infarto ha spento la vita di uno dei più grandi cantautori della musica italiana. Dalla aveva appena inaugurato il suo nuovo tour europeo - di cui era molto contento - che ha avuto inizio a Montreaux (Svizzera) di cui era molto contento e che sarebbe terminato il 30 marzo 2012 a Berlino.

L'ultima apparizione di Dalla in pubblico risale all'ultima edizione del Festival di Sanremo al quale aveva partecipato con il brano 'Nani' insieme a Pier Davide Carone, egli era salito sul palco sanremese per dirigere l'orchestra durante l'esecuzione del brano.

La vita privata di Dalla rimase sempre avvolta da un velo di riservatezza, l'unica cosa evidente era il suo rapporto con la fede: credeva molto in Dio.

La fede cristiana era il suo unico punto fermo,

l'unica certezza in una società come la nostra che ogni giorno diviene sempre più complessa, un uomo sempre disponibile, generoso, semplice e umile. Per lui la morte era solo 'La fine



del primo tempo'. Inizia la sua carriera appassionandosi al jazz e negli stessi anni va a Sanremo, successivamente assistiamo alla sua prima apparizione sugli schermi con i cosid-

detti 'musicarelli'.

Diventa cantautore e firma molti capolavori come 'L'Anno che verrà', 'O Milano', 'Banama Republic', e il suo massimo capolavoro Caruso. Dopo Caruso si concentra sempre più sulle musiche con arrangiamenti pop e meno sui testi. Dalla amava stupirsi e stupire inoltre sappiamo che Dalla amava moltissimo la natura e il mare e infatti da piccolo andava in vacanza a Manfredonia. Il suo amore per la Puglia lo accompagnò per tutta la vita, tanto da spingerlo ad aprire uno studio di registrazione con tanto di villa alle Isole Tremiti. Lui stesso si è sempre definito un 'tremitese'. Egli si è sempre battuto per la difesa del territorio tanto da organizzare il 30 giugno 2011 un concerto per dire no alle trivellazioni in mare. Interamente scritto e registrato in questo studio di registrazione è l'album 'Luna Matana' che è una vera e propria celebrazione dell'amore per la natura e il mare.

Un libro per il Dottor Sorriso

di Caterina Di Biase

È stato presentato al liceo di Cagnano, il libro di **Massimiliano Arena**: la Sindrome di Cyrano, nel quale si intrecciano una vicenda penale, uno scandalo, una storia d'amore, il rapporto tra padre e figlio e tanta poesia.

Questo volume sostiene la presenza di due clown dottori professionisti della Dottor Sorriso ONLUS nel reparto di onco-ematologia pediatrica dell'ospedale di San Giovanni Rotondo. Da diversi anni, questi amici accompagnano le difficili giornate dei bambini ricoverati. Oggigiorno viene minacciata la dismissione di questo preziosissimo servizio per carenza di fondi. Questo libro, da solo, non potrà di certo recuperare tutto il necessario perché ogni anno i due clown dottori facciano visita ai piccoli pazienti, ma può essere un inizio e una forma di sensibilizzazione.

È la storia di un 17enne che si chiama Lev, nato in una borgata di Roma, con madre alcolizzata e padre sarto; il suo rapporto con i genitori è quasi inesistente dal momento che la madre pensa solo bere e il padre per mandare avanti la famiglia passa tutto il suo tempo a la-

voro. Il romanzo inizia con un episodio nel quale Lev dopo essersi fatto una canna e qualche bicchierino di più entra nel ristorante in cui stavano cenando Samantha, una sua amica della quale si era innamorato e un suo amico.

Lev, carico di gelosia e sotto effetto di alcool, picchia il ragazzo: avendo precedenti violenti viene processato e affidato ad una comunità che accoglie minori con provvedimenti penali per un anno. Per evitare che venisse portato in un carcere minorile a causa della sua fedina penale il giudice gli dà l'opportunità di rifarsi lavorando quotidianamente in una biblioteca e regalandogli un libro, Cyrano de Bergerac il quale farà venir fuori il vero Lev e che per lui diventa un'ossessione. Il padre, nel frattempo resosi conto della sua assenza nella vita

del figlio vuole rimediare, e chiede dei giorni di permesso e approfitta delle sue pause pranzo per andarlo a trovare e gli sta vicino. Lev inizia a dedicarsi alla poesia e in questa biblioteca scopre uno scandalo. La biblioteca nella quale lavora è una copertura per degli esperimenti scientifici nel quale le caviglie sono anziani ter-

minali. Lev insospettitosi delle troppe coincidenze con le morti di questi anziani, si mette sulle tracce di chi era dietro a tutta questa storia, e viene a scoprire la verità con conseguenze poco piacevoli, di fatti viene picchiato. Decide quindi di trasferirsi a Firenze dove inizia a scrivere poesia per strada senza mai rivelare la sua vera identità perché sarebbe stato un rischio. Un giorno però incontra Jamila, una ragazza bellissima che presto diventa la sua ragazza. Una sera Lev e Jamila nella loro roulotte vengono aggrediti da tre uomini, e fortunatamente salvati da un cacciatore che abita nelle vicinanze. Dopo quella notte i due si dividono perché Jamila è in ospedale dove Lev non può andare. Dopo qualche tempo Lev si rimette sulle sue tracce e scopre che nel frattempo si era sposata e per dimenticarla se ne va a Damasco. Arriva il tempo di testimoniare al processo contro le crudeltà che nascondeva la biblioteca, mentre una scorta della polizia lo accompagna vengono assaliti. Nonostante la sparatoria riescono a salvarsi. Di seguito al processo Lev decide di partire per dimenticare e iniziare da capo ma mentre è in aeroporto in attesa di quell'aereo che gli avrebbe dato la possibilità di una nuova vita, accade quello che mai si sarebbe aspettato...

massimiliano arena
LA SINDROME DI CYRANO



romanzo

Abbigliamento e calzature uomo-donna

Logrife

Via Montegrappa 13
CAGNANO VARANO
Telefax 0884.88636

PASTICCERIA
PRODUZIONE PROPRIA

BAR VITA

Caffè
KIMBO

corso Giannone 49 - Cagnano Varano

**Trattoria
Da Bacco**

Cagnano Varano
Via V. Fioritto 20
alle porte del centro storico

Franklin, dal Living al Piper

I vincitori dell'ultima edizione del concorso musicale del Living non si sono fermati ma hanno continuato a coltivare la loro passione con risultati notevoli, come le semifinali del Tour Music Fest nel celebre locale romano

di **Iolanda Carbonelli**

Credevate che ci fossimo dimenticati di loro, ma, tutt'altro...abbiamo solo atteso che il loro percorso artistico e musicale si evolgesse ulteriormente. Di chi stiamo parlando? Dei Franklin naturalmente, la band che, aggiudicandosi il primo posto, la scorsa estate, ha infiammato gli animi del pubblico della V edizione del Cagnano Living Festival.

Ma partiamo dall'inizio, chi sono i Franklin? La band è formata da **Alessandro Di Lascia, Pasquale Arena, Marco Tricarico e Matteo Grieco**, quattro ragazzi di tutto fascino e talento, partiti da Manfredonia e approdati (soltanto per ora...) al Piper di Roma, locale che ha visto l'esordio di buona parte degli artisti facenti parte del magnifico panorama della musica Italiana di "qualche" anno fa'. La band sippontina, che si è esibita nello storico locale romano lo scorso novembre, è arrivata alla finale del contest nazionale Tour Music Fest ed ha vinto numerosi concorsi locali, come appunto il Cagnano Living Festival e l'Artefacendo Rock. Non solo: nel 2004 sono approdati alla finale di uno tra i più importanti concorsi della nazione, l'i.Tim tour, avendo così la possibilità di esibirsi davanti ad un vastissimo pubblico in Piazza Duomo a Milano; l'anno successivo dallo stesso concorso, la band giunge a Torino alla finale dell'i.Tim tour. Il 2006 è invece l'anno in cui vincono, con un brano inedito, il concorso nazionale "Pop Rock Contest".

I Franklin hanno scommesso tutto sulla loro musica e il loro impegno è stato ben premiato dai successi raccolti nel tempo.

A cosa aspirate con le vostre esibizioni? "Sicuramente il nostro obiettivo è quello di trasmettere emozioni attraverso la musica dal vivo" - racconta Alessandro di Lascia, frontman, cantante e autore



dei testi delle canzoni della band: "I testi non sono mai ispirati dalle altre canzoni ma da concetti presi dai romanzi o dai fumetti che hanno qualcosa di assurdo ed estremo, non la narrativa tradizionale. Per fare alcuni titoli penso al "Fight Club" o a i fumetti americani di Davis. Mi piacciono i visionari: cerco tematiche popolari ma con aspetti non proprio scontati come, per esempio, 'La Città dei Clown' che parla del nostro Paese e di 'un pagliaccio senza trucco' fotografando quindi la nostra ipocrita società. O ancora 'Il Segno' che invece affronta tutt'altra tematica, il rapporto Uomo-Dio raccontando di un Dio che aspetta un segno dall'uomo (e non il contrario): chiarisco che non sono un supercredente ma credo in una Entità superiore a noi e a qualcosa aldilà della vita. "Rain e piove" (vincitrice del Living Festival) o "Venere di cartone" invece parlano d'amore."

Quando è nata la tua passione per la musica? "La mia passione per la musica nasce essenzialmente a tredici anni quando cantando per divertimento scoprii che il canto mi piaceva ed era una vera e propria valvola di sfogo per me. Iniziai a sentire il bisogno di chiudermi in me stesso per creare, passare il tempo ma soprattutto comunicare. Sì perché

quando un artista sta sul palco comunica dei pensieri che con il parlato non direbbe mai perché in quel momento è come se si scindesse in due: la persona e l'artista, quest'ultimo ruolo assume quasi l'aspetto di una maschera e le cose che dici cantando è come se in realtà le dicesse un'altra persona attraverso la musica. Quando abbozzo qualcosa, spesso al mattino, non so neanche io dove voglio arrivare, poi componendo e colgo il senso di quello che sto scrivendo". Nel 2008 Alessandro Di Lascia, partecipa assieme ai Frank Head al 58° Festival di Sanremo, conseguendo il premio della critica "Mia Martini": "Da piccolo vedevo tutto Sanremo e davo anche i voti agli artisti: è un'ottima occasione per far vedere la tua musica. La magia del Festival è che il giorno prima non ti fila nessuno mentre il giorno dopo la gente quasi ti salta addosso e questo è il lato più materiale. Dall'altra parte è stata un'avventura veramente stressante: avevamo fatto solo due prove in teatro prima della prima serata, nemmeno a i contest locali ci riducevamo così. Sono stati giorni intensissimi con interviste, incontri uno dietro l'altro. E' stata una bella esperienza- conclude Di Lascia- anche se il gruppo poi si sciolse per problemi interni e ognuno ha scelto la sua

Domenico Columpsi
Via L. Da Vinci, 13
71010 CAGNANO VARANO FG
cell. 346.3894809

artista

**BAR
URIA**

Via Di Vagno - Cagnano Varano (FG)
tel.0884 80128

STUDIO TECNICO - AGENZIA ASSICURATIVA
Geom. SALVATORE CURATOLO


consulenza immobiliare ed assicurativa
stime- prestiti - mutui e finanziamenti

V.le Montegrappa 56 - Cagnano V.
tel/fax 0884 88582 cell 333 2276159



Cagnano Living Festival 06.2012: aperte le iscrizioni al concorso musicale

Sono partite ufficialmente le iscrizioni al concorso musicale del Living Festival, promosso dall'Associazione Schiamazzi, giunto alla sua sesta edizione. Le finalità principali del festival sono promuovere la cultura, la musica, le arti e la creatività dei giovani.

PARTECIPAZIONE- Ogni partecipante dovrà presentare quattro brani (di lunghezza standard- max 5 minuti) di cui uno necessariamente inedito, cioè mai pubblicato e mai eseguito in una manifestazione pubblica. La partecipazione è aperta a tutti gli artisti (singoli, duo o gruppi), ed a tutti i generi musicali. La domanda di iscrizione sarà valida solo se verrà utilizzato il modulo online sul sito ufficiale della manifestazione ed effettuata entro le 24 del 31 maggio 2012

LA NOVITA' 2012 - L'esito del concorso sarà ottenuto dalla somma dei voti ottenuti online dagli artisti nei giorni antecedenti alla finale (con un'influenza del 10% sull'esito), dalla giuria demoscopica composta da giovani dai 18 ai 35 anni con esperienze in campo musicale (40% dell'esito) e da una giuria di esperti in campo musicale, presieduta da Roberto Parisi corrispondente di RTL 102.5 (restante 50%). La giuria demoscopica sarà composta giovani che faranno domanda di giurato scelti in base curriculum (verrà pubblicato un bando apposito).

Il Living è divenuto ormai un appuntamento per l'estate garganica e a prova della serietà e della qualità artistica della manifestazione, i vincitori delle passate edizioni hanno dato prova del loro talento anche su scala nazionale. info e iscrizioni su www.cagnanolivingfestival.com

strada, ma siamo rimasti comunque in ottimi rapporti".

E i Franklin? Perché "Franklin"? "Il nome 'Franklin' è stato scelto perché abbiamo pensato quasi ad una persona che si manifestasse dinanzi a noi quando suoniamo, una sorta di nuova entità. Il nome mi ha quasi 'perseguitato' dai libri alle marche di mazze da baseball, ai film: sembrava quasi che fosse già scritto, che dovesse essere quello. È un nome un po' sinistro che evoca senz'altro mistero. E' lui che ha scelto noi".

Se dico Cagnano Living Festival? "Il Cagnano Living Festival è stata senz'altro una bella esperienza, un modo per farci ascoltare e fare musica, 'testare' gli inediti in modo tale da vedere la reazione immediata del pubblico. Certo non ci aspettavamo di vincere, sia per non peccare di presunzione e sia perché non sapevamo come avrebbe reagito la gente.

Inoltre, non ci aspettavamo di vincere, perché siamo molto autocritici anche sulle piccole cose e sui dettagli. Dal vivo, senz'altro, si sta ad un livello più alto della registrazione. È difficile emergere in un mondo dove tutti possono promuovere la loro musica, uccidendo quindi le band che invece investono e spendono soldi per aprirsi una strada. L'esperienza del Living l'abbiamo vissuta con molta tranquillità, sono anni che partecipiamo a contest musicali in tutta Italia. Dopo il Living Festival - racconta di Lascia- sono tornato a Milano dove sto cercando di promuovere la nostra musica. Di solito veniamo apprezzati solo per le nostre performance, i testi vengono presi poco in esame mentre al Tour Music Fest è stato valorizzato anche questo aspetto. Arrivare in semifinale in un concorso così importante a livello nazionale è già una grande conquista".

Come su detto, la vittoria dei Franklin ha "surriscaldato" gli animi di altri concorrenti che, su suggerimento altrui, hanno lanciato serie accuse di plagio verso i vincitori, sostenendo che il loro inedito "Rain e Piove" fosse un calco della canzone Search and Destroy dei Thirty Second to Mars. Accusa presto caduta grazie all'intervento dei giurati e alle normative vigenti riguardo al plagio musicale, in quanto la legge e le varie sentenze parlano di plagio solo se si copia la melodia per un determinato numero di battute, quindi andando a copiare la linea melodica, in questo caso le somiglianze riguardano solo l'arrangiamento.

arch. Michela Sanzone
geom. Giuseppe Sanzone

abitare
studio di
Architettura e Urbanistica

via Orti n.5 71010 Cagnano Varano (Fg)
mail: studioabitare@yahoo.it
Tel. Fax. 0884/8326 cell. 3296235081/3405060256

Ap...pizza...ti

PIZZERIA
PANINOTECA

via Nino Bixio,
Cagnano Varano

Calzature - Pelletteria

ELISABETTA

CAGNANO V. : C.so Giannone
LIDO DEL SOLE:
Via Ippocampi
tel. 340 4183922

ABBIGLIAMENTO INTIMO
UOMO - DONNA - BAMBINO

IRONIC
di Antonietta Giuliani

Corso Giannone 1, CAGNANO VARANO
tel. 338.3822940

New Fashion

Antonio De Lellis

Corso Giannone, 84 71010 Cagnano Varano (Fg)
Tel. 338.3681099

Café - Pasticceria - Gelateria

Il Tempio del Dolce
di Crucio Luigi

Tel. 0884/89118 Cell. 339/1619368
Via S. D'Acquisto, 5/c 71010 Cagnano Varano (Fg)
e-mail: iltempio.del.dolce@tiscali.it P.L. 03273980718

Federico Perrotta

Attore, cantante, cabarettista... a tu per tu con il celebre shownman che ai nostri microfoni afferma: "Sono pazzamente innamorato della vita!"



**dal nostro inviato a Roma
Berardino Iacovone**

Attore, cantante, cabarettista, intrattenitore, animatore, presentatore... tante definizioni in un solo nome, Federico Perrotta: uno shownman a tutto tondo.

**Federico, benvenuto su "Schiamazzi"!
Partiamo con alcune domande di rito: Chi è Federico?**

"Federico sono io! Ma che domande! Scherzo ovviamente, Federico è un ragazzo che sogna... non solo la notte, ma anche il giorno ad occhi aperti: la mattina, durante l'allenamento in palestra, mentre fa la spesa, quando va a pranzo fuori, in mezzo al traffico romano, sul treno, sull'aereo, sulla metro... insomma prima di tutto Federico è un sognatore, poi è anche uno al quale piace mangiare... e non sai quanto!". **Quando eri ragazzino, prima di proiettarti nel mondo dello spettacolo, cosa avresti voluto fare da grande?**

"Ok, è arrivato il momento di dirlo! in un periodo che va dai nove ai tredici anni, ero convinto che da grande avrei voluto fare il prete. Non lo so spiegare, forse mi attraeva l'idea dell'omelia ai fedeli, che consideravo in egual modo pubblico di uno spettacolo. Mi auguro di non essere stato blasfemo con questa mia... "confessione"".

Quando comincia e come scopri la tua predisposizione per questo che diverrà poi il tuo mestiere?

"Mio padre... è stato lui ad accorgersi di un figlio rompiscatole ed impiccione che amava raccontare le barzellette, imitare i parenti e ingegnare scherzi ai nonni... insomma aveva capito che quella goliardia infantile poteva essere il primo mattone di un mestiere. Poi in quinta elementare organizzai, scrissi e realizzai la mia prima recita... abbastanza precoce, no?"

Poi la partenza e il trasferimento nella capitale... dicci un po'.

"Nel 2001 incomincio frequentando il laboratorio "Duse" diretto da Francesca De Sapio volto allo studio del metodo di recitazione Stanislasky/Strasberg, in seguito m'interesso al mondo del musical e partecipo ad un corso intensivo di musical - theatre, poi..."

Vieni selezionato per un'importante accademia di spettacolo e lì comincia anche il rapporto/amicizia con i fratelli Claudio e Pino Insegno... raccontaci.



Federico Perrotta

"Già... come esame finale del corso di musical - theatre occorreva sostenere un provino per un musical che sarebbe stato poi diretto dal regista Claudio Insegno. In quell'occasione vengo selezionato per "Joseph e la strabiliante tunica dei sogni in technicolor" e così ho modo di entrare in contatto con i fratelli Insegno che tra l'altro stavano dando vita all'accademia di spettacolo "Tuttinscena" che poi sarebbe diventata "Accademia Corrado Pani". Insieme è nato un percorso di vita formativa e lavorativa che ci ha portati a recitare in teatri del calibro de "Il Sistina", "Il Parioli" e "Auditorium Parco della Musica". Io devo tantissimo ai fratelli Insegno: Claudio mi ha insegnato cosa vuol dire comicità, Pino tra le tante cose anche la duttilità di un attore che all'occorrenza deve saper essere tecnico, organizzatore, relatore, etc..."

Il teatro è e rimane il tuo primo amore, all'improvviso, però ti si presenta davanti una grande opportunità televisiva. Nel 2007 entri a far parte di "Stasera mi butto" su Raiuno...

"Ho un ricordo vivo ed emozionante di quella che considero per me un'esperienza

unica. Indimenticabile e forgiate è stato lavorare con una produzione televisiva così importante come "Ballandi" (la stessa di Fiorello e di tutti gli show del sabato sera di Raiuno), con un gruppo autorale incredibile e nel mio caso, con un mito come Carlo Pistarino che ha fatto da spalla ai miei sketch, per non parlare infine della direzione di un maestro come Roberto Cenci."

Il pubblico ti adora e ti segue fino alla finale, descrivici quella serata.

"Beh... posso solo dire che ad accompagnarmi quella sera, c'era una stella che brillava dall'alto."

Dopo è un'escalation di successi... fino ad approdare nel 2008 nella storica famiglia de "Il Bagaglino", capitanata da Pingitore. Che cosa ha significato per te?

"La realizzazione di un sogno! Pensate, a quattro anni ero solito fermarmi davanti alla tv quando compariva un tipo strano in smoking, con gli occhiali grandi e spessi e con un cappello stranissimo... era Oreste Lionello in "Paradise". Lavorare venticinque anni dopo con lui e col maestro Pingitore mi ha semplicemente lasciato senza

parole!"

Il successo televisivo e teatrale non ti ha mai allontanato dalla tua terra, dalla tua famiglia e dalla tua gente, come mai questo profondo legame?

"Se devo essere sincero, non lo so! Le radici familiari sono sempre state fondamentali, ma qui c'è altro ... probabilmente si tratta anche di un attaccamento a quella determinazione tipica degli abruzzesi e delle persone del sud in genere."

Hai viaggiato in lungo e in largo l'Italia, portando la tua energia in ogni dove. Insomma riesci a catturare l'affetto e la simpatia di tutto il pubblico ... da cosa è dovuto?

"Mi diverto sul palco come un bambino ma soprattutto mi diverto con chi mi è davanti con semplicità ed autoironia ... penso che la gente se ne accorga e apprezzi."

Tra uno spettacolo e un programma tv, c'è tempo per l'amore?

"Ormai non ci speravo più! E invece ... da quasi un anno sto vivendo una relazione che sa scaldarmi tanto l'anima! Sono sorpreso dal benessere che questa storia riesce a darmi e lei è veramente una persona straordinaria e folle, perché scegliere di stare al mio fianco non è semplice! Questo mi fa pensare a cose molte importanti ma ... è ancora presto!"

Tornando ad oggi ... dopo "Quelli dell'in-

tervallo Café", "Colorado" e la tournée con Biagio Izzo, quali sono gli impegni attuali e le prossime tappe?

"Intanto m'impegno a capire cosa accadrà in questo 2012 che si prospetta essere molto duro da affrontare, ma non ho paura! Poi ogni lunedì fino a fine marzo, sono in onda su Canale Italia con la trasmissione "La canzone regina" al fianco di Matilde Brandi. A fine marzo invece, sarò in scena con un nuovo spettacolo firmato sempre da Pingitore con protagonisti Martufello e Pamela Prati. Dopodiché vedremo, nel frattempo mi do da fare."

Sappiamo che sei capitato qualche volta in terra pugliese ... verrai ancora?

"Assolutamente sì! Voglio tornare e stare almeno sei giorni all'ingrasso. Adoro tutta la Puglia, dal Gargano al Tarantino, per non



parlare del Salento!". **Federico, dacci la miglior definizione di te stesso.**

"Pazzamente innamorato della vita!"

Abbiamo terminato ... ma prima l'ultima richiesta, un saluto a tutti gli affezionati lettori di "Schiamazzi".

"Sentite ... io non vi saluto perché dovrete smettere di dar fastidio la notte con tutti questi ... va beh dai, un bacio a tutti voi amici chiassosi!" **Ringraziamo di cuore Federico Perrotta per quest'intervista! Un'artista che sa bucare lo schermo con il suo sorriso, la**

sua simpatia, il suo talento e la sua umiltà. Questo istrionico showman merita un crescente di successi e una presenza fissa sulle tv nazionali. Noi tutti incrociamo le dita e intanto ci godiamo la sua comicità a 360°.



"Il futuro appartiene a coloro che credono alla bellezza dei propri sogni"

(Eleanor Roosevelt)

Dieci anni di Schiamazzi, chi l'avrebbe mai detto! Grazie a tutti!

SCHIAMAZZI

associazione socioculturale

SCHIAMAZZI MAGAZINE anno VIII, n. 2 |
Aprile 2012

A cura dell'Associazione Schiamazzi, conferita del Premio Giulio Ricci 2009 per l'impegno sul territorio e affiliata all' A.I.C.S. (Associazione Italiana Cultura e Sport)

PER CONTATTARCI:

REDAZIONE: Via Orti 5 -71010 CAGNANO V.
(FG) c/o Studio Abitare
TEL/SMS: 327.007.2006 **FAX:** 0884.8326
WEB schiamazzi.org
MAIL: redazione@schiamazzi.org
DIR. RESP. Matteo Palumbo

IN REDAZIONE Federica Carbonelli, Iolanda Carbonelli, Michele Cicilano, Caterina Di Biase, Giovanni Di Fiore, Emanuele Sanzone, Matteo Sanzone, Alessandro Stefania

COLLABORATORI ESTERNI Berardino Iacono

Schiamazzi aderisce all'Associazione Attivo del Gargano, al Comitato della Tutela del Mare del Gargano, al Comitato per l'Aeroporto di Capitanata e del Sistema Turistico Gargano, al Movimento artistico europeo 'White Cube', alla Rete delle Associazioni contro le trivellazioni alle Isole Tremiti.

Schiamazzi ha ricevuto il Premio Saccia 2011- Premio Speciale per l'informazione

Arriva la bella stagione

Come proteggere gli occhi dal sole

Che siano chiari o no, gli occhi vanno protetti dal sole esattamente come la pelle durante i mesi estivi. Come? Attraverso lenti specifiche e testate che sono in grado di schermare i raggi nocivi che possono compromettere la salute della vista. Come scegliere gli occhiali giusti?

Negli anni Novanta era cronaca di tutti i giorni il fenomeno dell'allargamento del buco dell'ozono, causato dall'inquinamento dell'uomo; nel nuovo millennio sembra che tale fenomeno sia in regressione ma ci vorranno ancora molti anni affinché si richiuda. Per ora lo strato di ozono che circonda il nostro pianeta è molto sottile e l'atmosfera terrestre non riesce a filtrare i raggi solari in modo corretto. Il risultato? Esporsi al sole senza proteggersi è diventato molto pericoloso per la salute, anche quella degli occhi.

I raggi solari vengono chiamati ultravioletti (UV) perché sono delle radiazioni elettromagnetiche che corrispondono alla lunghezza d'onda compresa tra 100 e 400 nm (nanometro, unità di misura utilizzata in spettroscopia) che vanno oltre il colore violetto, quello che presenta la lunghezza d'onda più corta tra i colori dell'iride visibili ad occhio nudo. Possono essere suddivisi in UV-A, B e C, le cui lunghezze d'onda sono comprese rispettivamente tra 400/315 nm, 315/280 nm, 280/100 nm. L'atmosfera terrestre assorbe molti di questi raggi, che arrivano a colpire i nostri occhi solo in una quantità molto limitata; inoltre, gli unici che riescono ad attraversarla sono gli UV-A, in quanto gli UV-C sono schermati quasi totalmente e gli UV-B al 95%. A causa dell'assottigliamento dello strato di ozono che circonda la Terra, i raggi più dannosi, UV-C, rischiano di provocare molti danni alla salute umana, sia a livello epidemico che oculare. Inoltre, l'altitudine, la latitudine e la posizione del sole incidono sui livelli di tali raggi aumentandone la concentrazione di circa un decimo.

Il colore dei filtri

Gli occhiali da sole sono l'unico rimedio per proteggere gli occhi dalle radiazioni nocive le quali possono danneggiare sia la retina che il cristallino; sono necessarie delle lenti che assorbono i raggi solari fino ai 400 nm ma è importante farsi consigliare dal proprio oculista e dall'ottico affinché la scelta ricada sulla lente adatta al singolo soggetto. Inoltre, si devono prendere in considerazione i difetti visivi dell'individuo e l'età, elementi che incidono molto sulla scelta dei filtri e soprattutto della loro colorazione. I bambini hanno occhi molto delicati ed è importante scegliere per loro degli occhiali di ottima qualità.

Da evitare lenti di colore rosso, blu o giallo perché non sono considerate lenti protettive e se presentano delle sfumature che seguono i dettami della moda possono causare danni o fastidi all'occhio (tranne il colore giallo, indicato in caso di nebbia o foschia). I miopi devono preferire il colore marrone o ambra, per una questione di messa fuoco migliore da lontano, che garantiscono un assorbimento dell'88% presentando un Fattore di Protezione 3 (in una scala da uno a quattro, il massimo). Gli ipermetropi e i presbiiti devono scegliere lenti verdi (assorbimento dei raggi compreso tra il 55% e l'88%, FP 3); chi non ha difetti visivi può optare invece per entrambi i colori sopracitati e per il grigio, il quale altera meno i colori dell'ambiente circostante donando una sensazione più naturale alla visione (colore che assorbe l'88% dei raggi con FP 3).

Il materiale delle lenti e la montatura

Abbandonato il vetro, pericoloso per scheggiature e urti, la melanina risulta essere il materiale più usato negli ultimi anni: quella sintetica va ad integrare quella presente negli occhi naturalmente, offrendo così una protezione massima senza alterare troppo la visione complessiva. Inoltre, la melanina presenta un grado di assorbimento progressivo dei raggi UV nocivi, partendo dal viola, al blu, al verde e proseguendo per tutti i colori dell'iride. È consigliabile sottoporre le lenti ad un trattamento antiriflesso, per evitare che il riverbero del sole sugli oggetti infastidisca la visione; le lenti polarizzate poi eliminano il rischio di rimanere abbagliati (grado di assorbimento del 90% e FP 3) mentre quelle specchiate color ghiaccio sono destinate ad un uso in ambienti molto luminosi, come la montagna o in barca, presentando un grado di assorbimento del 95% e un FP di 4.

La montatura viene scelta in base ai gusti personali e alla forma del viso ma non bisogna dimenticare alcuni accorgimenti necessari ad un uso corretto dell'occhiale. Esso deve poggiare saldamente sul naso e sulle orecchie ma non essere troppo stretto sulle tempie e deve essere avvolgente e per garantire uno spettro visivo ampio.

L'occhiale giusto

La scelta finale deve ricadere su un occhiale protettivo e adatto all'uso che se ne deve fare; se si intende praticare sport è necessario scegliere una montatura salda e avvolgente affinché non cadano e per proteggere l'occhio da ogni angolazione. Se invece l'uso è meramente estetico, non bisogna dimenticare che gli occhi vanno protetti in ogni occasione e che non è permesso trascurare la vista, così importante nella vita quotidiana. I migliori sono quelli che garantiscono una protezione UV 400, da verificare insieme al bollino CE stampato sulla montatura.

Diffida infine dagli occhiali venduti in strada o per le spiagge, in cui i controlli sono scarsi o assenti e a causa dei quali rischi di avere danni a lungo termine alla vista, rivolgiti solo a esperti che sapranno consigliarti e garantirti la migliore scelta.



**OTTICA
LENTI A CONTATTO
Biancofiore**



Via Dante, 14
Tel. 0884/89134
71010 Cagnano Varano (Fg)