

IL 26 DICEMBRE 1991 IL SOVIET SUPREMO (L'ORGANO LEGISLATIVO FEDERALE DELL'URSS) SCIOLSE UFFICIALMENTE L'UNIONE DELLE REPUBBLICHE SOCIALISTE SOVIETICHE

MESE

Montecatini e la Valdinievole
scritti da dentro

GIORNALE MENSILE
GRATUITO
DI APPROFONDIMENTO SU FATTI,
COSE E PERSONE DELLA VALDINIEVOLE

DICEMBRE - ANNO IV

Mese. Mensile di approfondimento - Distribuzione Gratuita

AUGURI!!!

IN QUESTO NUMERO

.....
Croce Oro aperto il tesseramento

.....
Il Natale di Isabella Schiavone

.....
Man Versus Food

.....
Tolsciò va alla grande

.....
Speciale Basket

.....
Sestilio Campioni

.....
Vacanze a Parigi

.....

Pieriposte

CORRISPONDENZA • PAGAMENTI • CORRIERE ESPRESSO

**I tuoi pacchi? Spediscili
da noi a prezzi mai visti prima!
A partire da 8,90€**

Vuoi maggiori informazioni? Passa a trovarci, oppure chiamaci per fissare un incontro presso la tua sede

TABACCHERIA PIERI Via Cividale ang. via Tripoli - Montecatini Terme (PT) tel 0572.74811
DAL MARTEDÌ AL SABATO ORARIO CONTINUATO 7.30 - 23.00 - LA DOMENICA 7.30 - 13.00 E 15.30 - 23.00

FERMO DEPOSITO

Un sicuro magazzino aperto
7 giorni su 7, dalle 7 alle 23





di VITO GENNA

Finalmente un altro Natale! Dopo tante notizie deprimenti: omicidi, furti, terrorismo e la manovra finanziaria del governo, possiamo staccare un po' la spina e dedicarci ad una festa. Fa notizia visto che è la solita di ogni anno? No. E chi se ne frega! Diremmo parafrasando una nostra rubrica.

Il bello del Natale, la festa più importante di tutto l'occidente, non è solo che rappresenta la natività di Cristo e quindi per i cattolici è sacra, ma che ci fa sentire tutti più buoni ed unisce in una simbiosi quasi idilliaca il sacro, la natività appunto, al profano, il rito dei regali e dell'albero. Per qualche giorno, quelli antecedenti alla festa che ci vedono indaffarati a cercare le cose più carine, portafogli permettendo, per sorprendere i nostri cari, e quelli immediatamente successivi fino ad arrivare a San Silvestro e poi, in un battibaleno, alla Befana. Una zona franca dell'anno nella quale vorremmo solo essere felici e dimenticare tutti gli assilli, i problemi e gli orrori della vita quotidiana. Ecco perché, in questo numero, abbiamo cercato, per quanto possibile, di inserire solo cose positive, che fanno sorridere e non deprimer. Inoltre, per tutta la nostra redazione è un momento ulteriormente particolare perché è il quarto Natale che possiamo festeggiare con voi lettori. Quando iniziò la nostra avventura, nel 2012, non sapevamo cosa ci riservava il futuro ma, vista la crisi che attanagliava l'Italia e che tuttora non demorde, le aspettative non erano rosee. Ci sentivamo dei folli a varare un progetto editoriale. Invece siamo ancora qui con voi, oltre al mensile cartaceo, siamo riusciti ad aprire un sito internet (www.mesenotizie.it) che ci sta iniziando a dare diverse soddisfazioni come il mensile tradizionale. Questo per dire che nella vita bisogna essere ottimisti e non darsi mai per sconfitti. Con il sorriso ed un atteggiamento positivo si possono ottenere risultati inaspettati, specie in questo periodo per cui mi sento personalmente, e lo faccio insieme a tutta la redazione di Mese, a tutti i collaboratori ed a quanti in qualunque modo contribuiscono alla realizzazione del giornale e del sito, di fare i più sinceri auguri di Natale e di un felice anno nuovo a tutti i nostri lettori.

Iniziato il tesseramento alla Croce Oro

Da qualche giorno l'associazione ha aperto i tesseramenti per l'anno 2016

PONTE BUGGIANESE - Il 10 dicembre è iniziato il tesseramento annuale della Croce Oro per il 2016. "Con l'occasione si ricorda - dicono dall'associazione - che la tessera associativa è da sempre un sostegno importantissimo per il lavoro che quotidianamente molti volontari svolgono a favore della comunità pontigiana e non solo. Inoltre, per chi sottoscrive la tessera ci sono diverse agevolazioni. Queste saranno tutte illustrate all'atto della sottoscrizione in Pubblica Assistenza (ci si può recare in sede tutti i giorni) oppure direttamente a casa dagli incaricati dall'ente che passeranno dalle abitazioni".

Onde evitare speculazioni da parte di eventuali truffatori, alla Croce Oro ricordano che i volontari che gireranno per le case per pro-

porre la tessera annuale saranno facilmente riconoscibili dal mezzo e dalle divise indossate. Tuttavia, qualora qualche cittadino avesse

delle perplessità può chiamare, anzi deve chiamare, la Pubblica Assistenza per avere conferma dell'identità e dello scopo delle



BioLab
Toscano
augura a
tutti buon
Natale ed
un felice
anno nuovo!

persone che ha di fronte facendo il numero 0572-636161".

Grazie al sostegno, sempre crescente, della cittadinanza, alla Croce Oro sono certi di poter continuare a mantenere, ed anche migliorare, gli standard di efficienza attuali per l'assistenza socio sanitaria erogata in h24. In merito va ricordato che la Pubblica Assistenza pontigiana è l'unica della provincia di Pistoia che garantisce un'ambulanza d'emergenza 24 ore al giorno, 2 apparecchi D.A.E., per il primo intervento in caso di arresto cardiaco con la presenza di personale adeguatamente formato 24 ore su 24.

La Croce Oro dispone inoltre di: 5 ambulanze; 3 mezzi per il trasporto dei disabili; un mezzo per il trasporto di organi e ben 4 auto per trasporti sociali. Il gruppo di protezione civile, facente parte dell'associazione ha in dotazione un mezzo 4x4 allestito con idrovora, generatore e torre faro. Vi sono, inoltre, tre servizi preziosi a disposizione della cittadinanza. Un centro prelievi, aperto tutti i giorni dal lunedì al sabato dalle 7.30 alle 9. Ma sono possibili anche prelievi a domicilio, basta prenotare telefonando allo 0572636161. Sempre dal lunedì al sabato è attivo un ambulatorio infermieristico per tutte le prestazioni del caso, a cura di un infermiere professionale estremamente preparato.

Infine, chi è in possesso di richiesta medica di trasporto per ricoveri, visite, diagnostica visite fiscali o servizi sociali ha nella pubblica assistenza un punto di riferimento certo. Chi volesse sostenere l'attività di quella che è una delle più efficienti e belle realtà del territorio pistoiese, può farlo donando il proprio 5 per mille inserendo il codice fiscale dell'ente (91003700472) nell'apposito riquadro dei modelli 730/1 bis e Unico dopo aver firmato nel primo riquadro, quello delle associazioni no profit.

Belle le iniziative di “LeggerMente”

La Biblioteca di Borgo a Buggiano nell'ambito delle attività del Circolo di lettura ha proposto il secondo appuntamento stagionale del ciclo di incontri “Giovani scrittori toscani”

BUGGIANO - Dopo l'incontro con lo scrittore livornese Simone Lenzi, presente ad ottobre, la sala consiliare del palazzo comunale di Borgo a Buggiano ha accolto Laura Bonaiuti di Firenze.

La giovanissima scrittrice fiorentina ha esordito proprio quest'anno, ai primi di maggio, con il romanzo «Se nessuno sa dove sei», edito da Piemme. La pubblicazione è stata subito presentata al salone del libro di Torino dove ha riscosso il consenso unanime del pubblico e della critica.

L'autrice narra le vicende di una adolescente che, toccata dalla prematura scomparsa del padre e dalla malattia della madre, riesce a riassaporare il “gusto” della vita grazie all'incontro con

un giovane di nome Roger. Laura Bonaiuti, ventiduenne, abita e studia giornalismo a Firenze. È solita ironicamente affermare: “Scrivo poesie e romanzi a metà: ma stavolta ne ho finito uno”. Il romanzo “Se nessuno sa dove sei”, racchiuso in 224 pagine è stato letto e commentato dai partecipanti al circolo “LeggerMente” che hanno avuto così modo di esprimere i propri giudizi e interloquire con la giovane autrice.

“Il circolo LeggerMente - dichiara Omero Nardini, direttore della Biblioteca di Borgo a Buggiano - è autogestito ed organizzato in forma spontanea e senza apporti specialistici e svolge la sua attività attraverso appuntamenti mensili per parlare di libri, autori, lettura e

scrittura.

Si propone di promuovere la lettura e di offrire ai lettori occasioni di scambio di opinioni sulle proprie frequentazioni letterarie, di presentare proposte di lettura, di organizzare incontri con autori e critici letterari ed eventi che abbiano al centro le tematiche della lettura e della scrittura”.

La partecipazione al Circolo è libera e gratuita. “LeggerMente” è anche presente sul sito “Rete dei Gruppi di Lettura” <http://www.biblioclick.it/SebinaOpac/do?sysb=gdl#0>. Per iscriversi a “LeggerMente” scrivere a: biblioteca@comune.buggiano.pt.it.

Carlo Pellegrini

Montecarlo durante la “Grande Guerra”

Nei locali della biblioteca comunale di Montecarlo (Lucca) si è tenuta l'interessante conferenza storica dal titolo “La comunità di Montecarlo nella Prima Guerra Mondiale”

MONTECARLO - Alla discussione sono intervenuti il prof. Dario Donatini, direttore dell'Istituto

Storico Lucchese sez. Pescia-Montecarlo ed il dott. Riccardo Maffei membro del medesimo

Istituto. I due storici hanno presentato ai partecipanti il risultato an-

nuale delle loro numerose ricerche e delle loro scrupolose indagini effettuate nell'archivio storico comunale di Montecarlo.

La singolare manifestazione storico-culturale appartiene ad un progetto deliberato dal comune montecarlese con l'intento di onorare il 100 anniversario dello scoppio della Prima Guerra mondiale avvenuto il 24 maggio 1915. In merito a questo progetto il prof. Donatini ha detto: “Il progetto di ricerca intende promuovere, in occasione del centenario della Prima guerra mondiale, la conoscenza delle vicende storiche del borgo di Montecarlo nell'anno 1915.

Siamo partiti dal desiderio di osservare e narrare le vicende che portarono un pacifico centro della Valdinievole storica a partecipare alla prima guerra moderna del XX secolo.

Vogliamo appunto ricostruire le ricadute locali della mobilitazione e del conflitto su di una realtà periferica dell'Italia liberale. L'idea centrale è quella di recuperare, attraverso le carte dell'archivio storico comunale, la memoria di una cittadinanza e di un'amministrazione che si trovarono a dover subire e guidare il processo di mobilitazione”.

Carlo Pellegrini

Iniziative solidali del Movimento Tricolore

Anche quest'anno a Ponte Buggianese il Movimento Tricolore e l'Associazione La Terra dei Padri organizzano le ormai tradizionali iniziative di solidarietà natalizie

PONTE BUGGIANESE - La campagna “Natale Sociale”, con la raccolta di generi alimentari a lunga conservazione, che la popolazione vorrà donare, e che saranno consegnati il 24

dicembre alle famiglie italiane bisognose del paese, affinché anche per loro il Santo Natale sia un momento gioioso ed allegro

E la “Befana Tricolore” a sostegno dei bambini ospiti della casa-famiglia “Piccoli Passi” di Monsummano Terme, sotto il patrocinio del Fondo Stabile “Teodoro Buontempo”, con la raccolta di offerte e articoli per l'infanzia (buoni farmaceutici, pannolini, vestitini nuovi, giochi, ecc.), che saranno consegnati loro come tradizione nel giorno dell'Epifania.

A supporto di tali attività è stato allestito presso la nostra sede in via Matteotti n. 7 un'artistica rappresentazione della

Natività, per questa edizione realizzata con i personaggi e gli arredi a grandezza naturale. La musica e le luci completano in maniera struggente e suggestiva questa viva raffigurazione di una delle più belle tradizioni del popolo italiano. La sede resterà aperta per ricevere i pacchi-dono ed ammirare il Presepe il venerdì e la domenica dalle 9,30 alle 11,30 ed il sabato dalle 15,30 alle 18,00 fino al giorno dell'Epifania.

Siamo sicuri che i nostri concittadini, incarnando l'autentico significato dello spirito natalizio, sapranno dimostrare la loro generosità verso tante famiglie e bambini meno fortunati.

Carlo Pellegrini

Benvenuto monsignor Filippini!

Un prelado con un grande curriculum accademico succede al compianto monsignor De Vivo

PESCIA - Sul calar del mese di novembre, Papa Francesco ha nominato Vescovo di Pescia, monsignor Roberto Filippini, sacerdote dell'Arcidiocesi di Pisa. Un nome assai noto nell'ambito ecclesiastico regionale dovuto alla sua vasta cultura teologica e biblica e alla sua docenza in diversi istituti. Monsignor Filippini, che succe-

de al compianto vescovo monsignor Giovanni De Vivo, scomparso il 20 settembre scorso, è nato a Vinci (Firenze) il 6 giugno 1948.

Ha compiuto gli studi nel Seminario Arcivescovile di Pisa; è stato inviato a completare gli studi teologici all'Almo Collegio Capranica, frequentando la Pontificia Università Gregoria-

na e il Pontificio Istituto Biblico, conseguendo la Licenza sia in Teologia sia in Sacra Scrittura. È stato ordinato sacerdote il 14 aprile 1973, incardinandosi nell'arcidiocesi di Pisa. Durante i suoi quarantadue anni di sacerdozio, monsignor Roberto Filippini è stato vicario parrocchiale nella parrocchia di S. Ermete a Forte dei Marmi dal 1975 al 1978 e contemporaneamente ha iniziato a insegnare nel Seminario di Pisa.

Dal 1978 al 1984 parroco a Cagnola. Nel 1984 ha ricevuto la nomina a parroco della parrocchia di S. Sepolcro a Pisa e nel 1997 a parroco della contigua parrocchia di San Martino. Nel 1996 è stato nominato Vicario foraneo del Vicariato cittadino di San Martino e Preside dello Studio Teologico Inter diocesano di Camaiore (Lucca). Dal 1999 al settembre 2015 è stato Rettore del Seminario arcivescovile «Santa Caterina», in Pisa.

Dal settembre 2015 è Padre spirituale del medesimo Seminario arcivescovile. Dal 1999 ad oggi è Cappellano del Carcere di Pisa e docente di teologia

Fondamentale e di Sacra Scrittura presso l'Istituto Superiore di Scienze Religiose “Beato Nicolò Stenone” di Pisa e presso la scuola di formazione teologica; è Delegato arcivescovile per l'Ecumenismo, Vicario epi-

scopale per la cultura, Direttore dell'Istituto Superiore di Scienze Religiose “B. N. Stenone” e Direttore della Biblioteca Cathariniana del Seminario di Pisa.

Carlo Pellegrini



Il Natale di Isabella Schiavone

La celebre giornalista televisiva dà una lettura molto condivisibile delle festività

ROMA - Con il mese di dicembre si chiude il sipario sull'anno 2015 e si assiste ad un periodo davvero vivace ed effervescente grazie alle festività. Certamente il richiamo più rilevante è costituito dal Natale, giorno in cui si celebra la nascita di Gesù Cristo. Oggi, in una società spesso volte distratta e assente, esso assume una veste folcloristica e consumistica, basata sulle facili apparenze. Tuttavia nel mese di dicembre e nella solennità della natività rifulgono maggiormente lo splendore e la vicinanza tra gli uomini. Abbiamo parlato di questo tema con Isabella Schiavone, celebre giornalista RAI del TG1

A suo avviso, il Natale di quest'anno "brillerà" come quello degli anni passati? "Sarà sicuramente un Natale più sobrio, quello di quest'anno. L'attentato di Parigi ci ha scosso tutti, senza dimenticare le stragi in Siria e in Iraq, l'abbattimento sul Sinai di un aereo di turisti russi (224 morti), la strage nel mercato di Beirut, in Libano. Credo che difficilmente potremo sottovalutare ciò che sta accadendo nel mondo. L'Isis fa sempre più paura, ma dovremmo riflettere su cosa non sia stato fatto per tagliare qualche canale tra il movimento terroristico, che ha sfruttato le repressioni del dittatore siriano Bashar al Assad e i suoi 'padrini'".

Secondo lei, il Natale dei cattolici in che misura può definirsi cristiano? "Se cristiano è colui che segue gli insegnamenti di Gesù Cristo Figlio di Dio, che santifica il nome di Dio e compie la sua volontà, credo che sia del tutto soggettivo il modo di vivere il Natale da parte di un cattolico. Compire buone azioni e fare del bene non è prerogativa delle religioni, ma dell'umanità delle persone. Se si lascia a casa l'egoismo, l'ipocrisia, l'individualismo, l'arrivismo, la maldicenza, l'arroganza, la violenza, forse si è sulla strada giusta per stare meglio con noi stessi e con chi ci circonda".

In che misura, a suo parere, la Scuola Italiana di ogni ordine e grado riesce a trasmettere il messaggio natalizio? "Non ritengo che sia compito della scuola italiana trasmettere il messaggio natalizio, a meno che non si tratti di una scuola cattolica. Credo, altresì, che sia compito della scuola italiana formare i giovani non solo dal punto di vista dell'istruzione, ma anche da quello dei valori civici e della formazione della personalità individuale. Compito di estrema difficoltà e impegno, che dovrebbe andare di pari passo con il duro lavoro che si dovrebbe svolgere in famiglia per educare i giovani. Se poi il messaggio natalizio è solidarietà, altruismo, sensibilità verso

chi soffre, allora dovrebbe essere trasmesso tutto l'anno, a scuola, e verso i ragazzi di ogni religione".

Quale ruolo, secondo lei, le istituzioni politiche dovrebbero "giocare" per mantenere o inaugurare nuove usanze politiche? "Dipende da cosa si intende per nuove usanze politiche. Le istituzioni politiche dovrebbero innanzitutto fare il proprio dovere e dare un esempio positivo, magari cominciando a fare dei sacrifici in prima persona per adeguarsi al livello medio del Paese".

Dove e come pensa di trascorrere il prossimo Natale? "Lo trascorrerò in famiglia con i miei cari: sarà il pretesto per stare tutti insieme in un'atmosfera serena".

Quale regalo natalizio le piacerebbe ricevere? E da chi? "Non amo il Natale come evento consumistico e cerco di non renderlo una festa materiale. Certamente mi piacerebbe fare un regalo, più che riceverlo: penso a tutti i bambini in difficoltà, poveri, orfani e malati. In Italia come nel resto del mondo: bianchi, neri, gialli, cattolici, musulmani, atei... Mi piacerebbe donare loro una giornata di affetto e serenità. E mi piacerebbe che i giovani fossero educati a questo".

Carlo Pellegrini

Ciao Mario

Il ricordo di un eccellente professionista ma, soprattutto, di un grande uomo da parte di chi lo ha conosciuto

MONTECATINI TERME - Il mese scorso ci ha lasciato Mario Schettino, lo vogliamo ricordare come il compagno di avventura del grande The Last Hurrah, quel piccolo grande cavallo che è rimasto nei cuori di tutti gli appassionati toscani ed italiani. Abbiamo chiesto di Mario a Stefano Baldi. "Mario iniziò a lavorare da Vivaldo e Alessandro Baldi nel 1973, seguendo subito con enorme passione i cavalli che gli vennero affidati. Alla fine del '75 arrivò dagli USA The Last Hurrah che all'inizio non carburava, per grossi

problemi fisici.

Mario non si arrese e curò quel cavallo come un figlio, tanto che al compimento del quinto anno iniziò letteralmente a volare. Quello che ha fatto The Last Hurrah in seguito, tra il '77 e l'80, ha dell'incredibile: due vittorie ed un secondo posto nel Lotteria di Agnano; due edizioni del Campionato Europeo di Cesena, in una delle quali Vivaldo Baldi, con una sua "guidata" mise in difficoltà e sconfisse Kash Minbar, considerato imbattibile in quel momento.



La battitura della castagna

Alla riscoperta di antichi, e nuovi, sapori nelle colline della Valdinievole

PESCIA - Il bellissimo paesaggio collinare e montano della Valdinievole, considerato un panorama tra i più suggestivi della Toscana, è caratterizzato dalla presenza di piante di ulivo e alberi di castagno. In passato la coltivazione dell'ulivo e del castagno, rappresentavano le attività lavorative

maggiori dei contadini, ed i prodotti da esse ricavati: olio, castagne e farina neccia erano gli elementi principali dell'alimentazione del tempo.

Oggi giorno a differenza della coltivazione dell'ulivo, che rappresenta ancora un settore attivo e qualificato per l'economia della Valdinievole, la

coltivazione del castagno è passata in secondo piano, a causa dell'abbandono del territorio da parte degli abitanti della montagna e dall'interesse per il legno di castagno. Fortunatamente i pochi residenti ed alcune aziende agricole situate nel territorio montano si occupano della cura, pulizia e man-

tenimento del bosco; facendo sì che la castagna, la sua farina e tutti i prodotti ottenuti dalla sua lavorazione, possano ancora essere gustati sulle nostre tavole.

E' il caso del signor Stefano Natali, che a dicembre, ci ha invitato nella sua azienda agricola "Albero e Foglia" per la battitura delle castagne, procedimento che consiste nella separazione del frutto essiccato dalla buccia e dalla pellicola interna. Per l'occasione ha messo in funzione una macchina storica dopo quasi un secolo, ricreando così l'atmosfera del passato. L'azienda agricola si trova a Medicina, paese delle dieci castella situata a nord di Pescia, nel territorio dell'alta valle del fiume omonimo, conosciuta come Valleriana. Il borgo si trova a 600 mt di altitudine ed è noto per l'antica chiesa dedicata ai S.S. Sisto e Martino del XV secolo

ed il suo campanile, originariamente antica torre di guardia. L'azienda agricola si estende per ben venti ettari, prevalentemente occupati da castagneti da frutto e castagneti cedui, e si tratta di terreni tenuti in gestione che sono stati salvati dall'abbandono grazie all'Istituto Diocesano del Clero di Lucca, che gli ha dato la possibilità di operare sulle loro proprietà. Inoltre hanno collaborato al progetto anche diversi privati ormai anziani o residenti in città, dando in gestione i propri terreni. Il signor Natali si occupa di cura e ripristino dei castagneti da frutto, vendita diretta di castagne fresche e farina di castagne; inoltre possiede anche un allevamento di capre da latte svizzere grazie alle quali produce un ottimo formaggio caprino.

Mariantonietta Fenuta

Al Solito Posto

Ristorante Pizzeria

Via Puccini, 42 - Ponte Buggianese (PT)

Tel. 0572 93.01.51 - 347 57.83.295



www.facebook.com/alsolitoposto.ponte

*Tutte le sere
risotto coi ranocchi!*

Di venerdì sera

ranocchi fritti

e su ordinazione

anche anguille!!!

MARTEDI'

...PIZZA!!!
pizza + bibita + caffè

9,00 euro

e il dolce SOLO 1,00 euro in più

GIOVEDI'

...CINGHIALE!!!
cinghiale con polenta +
bibita + caffè

12,00 euro

e il dolce SOLO 1,00 euro in più

MERCOLEDI'

...FRITTO!!!
fritto di pesce + patatine
+ bibita + caffè

13,00 euro

e il dolce SOLO 1,00 euro in più

VENERDI'

...TRIPPA!!!
crostini misti + trippa +
bibita + caffè

14,00 euro

e il dolce SOLO 1,00 euro in più



Il contest fotografico #inmontecatini

Step 1: Fatti un selfie nelle attività delle Vie dello Shopping con il marchio "Amici di Babbo Natale" utilizzando il messaggio #iocredoababbonatale

Step 2: Partecipa al contest caricando la foto nell'apposita sezione che troverai sulla pagina facebook ufficiale "In Montecatini - Le Vie dello Shopping"

Step 3: Invita i tuoi amici a mettere mi piace

I primi tre classificati saranno premiati con 3 carnet di buoni acquisto da spendere nei negozi delle Vie dello Shopping.
 1° premio: 400 € - 2° premio: 200 € - 3° premio: 100 €
 Concorso valido fino al 6 Gennaio 2016.

Per info: www.inmontecatini.it
www.cittadelnatale.it

In Montecatini - Le Vie dello Shopping
 La Città Del Natale - Montecatini Terme




Comune di **MONTECATINI TERME**

Centro Commerciale Naturale Città di Montecatini Terme
« Progetto Città del Natale 2015 - 2016 »
Addobbi Luminosi - Parate Musicali e Animazioni in Città






Il gioco della Città del Natale

Richiedi qui **L'ALBUM E LE FIGURINE DEI PERSONAGGI DELLA CITTÀ DEL NATALE** e partecipa al **CONTEST FOTOGRAFICO #INMONTECATINI**

Per info: www.inmontecatini.it
www.cittadelnatale.it

In Montecatini - Le Vie dello Shopping
 La Città Del Natale - Montecatini Terme




Il Centro Commerciale Naturale Città di Montecatini Terme ringrazia tutti i commercianti che hanno contribuito alla realizzazione ed augura Buone Feste!

Anniversario di Lando Vinicio Giusfredi

Il 2015 rimarrà per Massa e Cozzile un anno memorabile. Ricorreva il 70° anniversario della fondazione del Circolo Arci di Massa

MASSA E COZZILE - Dagli inizi dell'estate una serie di iniziative culturali e folcloristiche, promosse dal presidente e dal consiglio direttivo del circolo, hanno dato il massimo rilievo alla ricorrenza.



PONTE BUGGIANESE - Il bar di Ponte Buggianese amplia la sua offerta dando un'impronta ancor più frizzante alle sue notti e garantendo pure il servizio di pizza a domicilio. Nell'ottica di dare ai clienti un servizio sempre migliore ed intrattenimenti al passo coi tempi il bar Ricaroka ha da poco lanciato il servizio di pizza a domicilio. Ordinandone almeno tre,

o multiple, il locale offre pure caffè e/o cappuccino a colazione. E per gli amanti del genere c'è pure il karaoke. Inoltre, tutti i venerdì sera va in scena la sfida epica, ripresa dalla celeberrima trasmissione americana Man vs. Food che è un reality show televisivo che va in onda negli Stati Uniti dal 3 dicembre 2008 sull'emittente Travel Channel. Il programma è

Al di là delle singole manifestazioni popolari i festeggiamenti si sono distinti, soprattutto, in due iniziative ricche di significato. La prima ha avuto luogo a Massa, in piazza Cavour dove il presidente del Circolo, Ivano Luciano Damiani ed il relatore Alfio Pellegrini, già sindaco di Buggiano, nel corso di una commemorazione, con parole appropriate, hanno ripercorso le tappe della storia del Circolo dalle origini fino ai giorni nostri. La seconda si è tenuta in collaborazione con la Parrocchia di Massa e Cozzile. La manifestazione svoltasi nella Chiesa parrocchiale di Massa ha onorato la memoria del giovane Lando Vinicio Giusfredi ucciso dai nazifascisti il 31 marzo 1944 per la sua volontaria renitenza alla leva. Franco Nardini, già sindaco di Massa e Cozzile, ne ha rievocato il sacrificio con la lettura di un proprio opuscolo intitolato "Lando Vinicio Giusfredi: il dramma di un ragazzo, di una famiglia, di una comunità".

Al tramonto di questo anno il presidente del Circolo Arci di Massa, Ivano Luciano Damiani e l'intero consiglio direttivo hanno voluto concludere in modo ancora più solenne le celebrazioni relative a questo 70° anniversario. È stata così deliberata la pubblicazione di un apposito volume che reca il titolo «1945-2015: un circolo per il paese un paese per il circolo settanta anni di storia» (ed. Vannini, Borgo a Buggiano).

Il volume è stato presentato ad un numerosissimo pubblico nella sala del Circolo Arci di Massa da Alfio Pellegrini e si può acquistare con soli 9 euro al il Circolo Arci di Massa, tel. 057260190.

Carlo Pellegrini

Remo benedetti sottolinea l'incuria della cappella cimiteriale

Ancora una volta il delegato Cisl di Ponte pungola l'amministrazione segnalando un disservizio

PONTE BUGGIANESE - "Già da tempo si osserva la impraticabilità e quindi il mancato uso della chiesa cimiteriale di Ponte Buggianese, al presente completamente abbandonata come un rudere di guerra. Non capisco la ragione di questa situazione in cui è venuta a trovarsi: da poco costruita, dopo la demolizione di quella precedente, con l'orgoglio di aver fatto un'opera monumentale in un cimitero monumentale. Fin da ragazzo ho visto sempre una chiesina nel cimitero e ogni volta che stava aperta era una pausa di riflessione per familiari, parenti e amici che facevano visita ai loro defunti. Occorre trovare le dovute risorse cimiteriali,

che ce ne sono tante, e destinarle esclusivamente al mantenimento del cimitero.

Quindi, codesta amministrazione deve prendersi cura di ristabilire l'uso di questo tempio come precedentemente funzionante. Qualsiasi siano le ragioni o le cause di questa anomalia, l'amministrazione comunale, dato che è di nuovo il gestore diretto del cimitero comunale, si faccia carico di ristabilire la funzionalità della cappellina. Il decoro del cimitero si basa non soltanto sul rispetto dell'ambiente ma anche sull'agibilità dell'edificio sacro: la chiesa, oasi di preghiera e meditazione della vita terrena e celeste".

Grandi novità al Ricaroka: "Man versus Food"

Grandi idee per il nuovo anno, molta fantasia ed il lancio di un format televisivo di successo riproposto ai tavoli del locale pontigiano. Queste le ricette vincenti

condotto dall'attore e presentatore Adam Richman.

Al Ricaroka la sfida consiste nel misurarsi col "mostro" una pizza di dimensioni eccezionali, di un diametro di 60 cm e super farcita, dal peso di circa 2 kg accompagnata da una birra da mezzo litro. Chiunque può partecipare alla sfida basta solo tanto appetito, una dose di coraggio, e l'incoscienza di sfidare un vero

e proprio mostro culinario, saporito ma infinito. Un po' come nella trasmissione reale.

Ma le novità del Ricaroka non finiscono qui. Ci sono anche eccezionali promozioni per il 26 dicembre (Santo Stefano) pezzo dolce + caffè = solo 1€ 50 cent. cappuccino + pezzo dolce solo 1€ e 80 cent.

Infine In collaborazione con la Culligan è stata organizzata

una speciale lotteria di Natale. I numeri sono in vendita al bar. Al primo estratto sulla ruota di Firenze il 6 gennaio 2016 sarà assegnato uno stupendo lettore mp3 Apple.

Per chi volesse maggiori informazioni o iscriversi a "Man Versus Food" basta andare al locale, oppure telefonare allo 0572 930144.



G. Ginanni

Via Marconi, 563 - LARCIANO (PT) - Tel. (0573) 83208

www.ginanni.it

info@ginanni.it



Da oltre 40 anni il punto di riferimento Volkswagen nella tua provincia



Tolscio va alla grande!

Sta riscuotendo un grande successo l'ultima trasmissione realizzata e condotta da Alessandro Martini

MONTECATINI TERME - Dalla stupenda location dell'Hotel Adua di Montecatini Terme sta andando in onda una trasmissione che, per usare il gergo dei giovani, "spacca" alla grande. Si tratta di Tolscio, in onda sull'emittente DiLucca tv, canale 89 del digitale terrestre tutti i venerdì sera alle 23 ed

in replica il sabato alle 24 e la domenica alle 18. Inoltre è possibile scaricare on demand, sul sito di DiLucca Tv, le varie puntate. Abbiamo voluto approfondire la sua genesi con l'ideatore Alessandro Martini. **Come mai hai realizzato un talk show, piuttosto che qualcosa di più vicino alle tue**

esperienze passate? "Sinceramente la scelta di allestire un Talk Show è stata dettata dalla convinzione che fosse più facile da realizzare piuttosto che un varietà. Cosa che invece facevo qualche anno fa su TVL sulla quale presentavo una sorta di Domenica In. C'era di tutto informazioni, cabaret e molto altro ed andava in onda dalle Terme Tamerici. Io avevo l'idea di ripartire da questa cosa, però era troppo ambizioso come sogno, specialmente da un punto di vista tecnico organizzativo".

Quindi avete dovuto cercare dove registrare le puntate ed il formato del Talk Show? "Si abbiamo optato per un Talk Show perché nei progetti iniziali c'era pure quello di realizzare una trasmissione di questo genere. Quanto a dove fare le riprese abbiamo trovato una stupenda location all'Hotel Adua di Montecatini e degli squisiti padroni di casa nei proprietari che si sono rivelati dei veri e propri mecenati, ai quali vanno i nostri più sinceri ringraziamenti. I proprietari ci hanno dato in uso uno dei loro salotti più belli".

Ma la vostra sede dov'è? "Sopra la Confesercenti di Montecatini Terme".

Ci parli un po' del tuo staff?

"Diversi giornalisti, in questi primi mesi, mi hanno dato una mano, come Davide Lemmi e Marco Baronti, però adesso, stabilmente, ho come collaboratrice Silvia Teglia quale svolge molti compiti tra cui quello di segretaria di produzione e che, tra l'altro, è stata la mia spalla per tanti anni in diversi programmi. Poi fanno parte dello staff la giovane regista Miriana Cecchi.

Una ragazza di soli 22 anni ma che ha avuto esperienze notevoli nel mondo della tv avendo fatto la regia ad un programma musicale che va in onda su reti nazionali. Una persona preparatissima, sia da un punto di vista tecnico sia artistico. Poi fa parte della nostra 'famiglia' come ospite quasi fisso, la dottoressa Lisa Guidi, un medico psichiatra responsabile clinico dell'istituto Specchidacqua.

Lei si occupa, da sempre, del comportamento alimentare e dei suoi disturbi (anoressia, bulimia) e di tutte quelle che possono essere le problematiche psicologiche dei bambini. Importantissima e preziosa è, poi, la presenza del professor Monti (al secolo Omar Monti, campione italiano di cruciverba e conosciuto dai più per il programma 'La pupa ed il seccionone') che ci delizia con le

sue pillole di saggezza. Infine abbiamo Matteo Panella che è un po' la figura di rappresentanza che riprende il tema delle storie scritte nel libro antico dal quale prende le mosse tutto il programma.

I temi delle diverse trasmissioni chi li sceglie? "Naturalmente io, ma di concerto col mio staff. Chiaramente questo è un compito assai delicato perché non è semplice trovare le persone giuste ed il tema adatto. In linea di massima, comunque, si cerca sempre di dare un filo conduttore ad ogni puntata.

Ad esempio quello della giustizia, come in merito al caso Parlanti ed a quello, più recente, del Massimi. Poi, per fare un altro esempio, abbiamo sviscerato il tema dell'amore. Molti altri ne tratteremo nelle prossime puntate. Certamente se avessimo fatto una trasmissione di varietà sarebbe stato più facile, bastava trovare un pianista, una ballerina e degli ospiti fissi".

Hai altri progetti? "Sì. Quello più prossimo a partire è un programma di cucina fatto in una home restaurant che si occuperà, qui sta la differenza rispetto ai milioni di programmi culinari che inondano la rete, di crudismo vegano".

Alessandro Martini si rimette in gioco

Da quasi un anno il presentatore di Ponte Buggianese ha ricominciato a calcare i palchi con ottimi risultati

PONTE BUGGIANESE - Dopo un lungo stop ed un "cambio di vita" torna far parlare di sé sul piccolo schermo Alessandro Martini. Per capire cosa l'ha spinto a tornare al suo vecchio amore, la televisione, ed a fare il presentatore a tempo pieno, siamo andati a trovarlo nella sua casa di Ponte Buggianese.

Cosa ti ha fatto venir voglia di ricominciare da capo una carriera che, peraltro, quando l'hai interrotta ti stava dando delle discrete soddisfazioni? "Fino a tredici, forse quattordici anni fa ero un professionista. Poi, per ragioni familiari, ho deciso di abbandonare tutto e prendere in mano l'attività di commercio che era stata di mio padre. Certamente ho interrotto la mia carriera nel suo momento più alto, era l'epoca dei vari Carlo

Conti e Panariello e probabilmente ci sarebbe stata pure per me la possibilità di fare il grande salto.

Tuttavia la mia è stata una scelta di vita e non me ne pento. Detto ciò, l'attività di commerciante fino a qualche anno fa è andata abbastanza bene, poi complice la crisi, da due anni a questa parte è diventata una rimessa. Per questa ragione ho deciso di fermarmi ma, nel frattempo, quasi per scherzo, mi è venuto in mente di rimettermi in gioco come presentatore e personaggio televisivo".

Con chi hai ricominciato la tua seconda vita televisiva? "A darmi la prima chance è stata una web tv, ovvero Telemontecatini, sotto l'ala protettiva del patron e mentore Vittorugo Cecchi una persona di rara gentilezza

ed immensa professionalità, la quale a dispetto dello scetticismo con la cui molti guardano a questa forma di comunicazione, si è dimostrata un'eccellente banco di prova ed un'ottima vetrina.

Era il periodo delle elezioni amministrative a Montecatini e ci siamo accorti che la trasmissione messa in piedi funzionava alla grande. Da lì abbiamo iniziato a fare speciali sulla realtà locale della Valdinievole. Unico problema ci siamo accorti che sebbene questo sia sicuramente il futuro della comunicazione, in molti guardano ancora il digitale terrestre".

Quindi cosa hai fatto, insieme al tuo staff? "Abbiamo iniziato varie collaborazioni, qualcuna sporadica, come con Rete Capri che è una tv nazionale, altre più stabili. Personalmente sono stato anche a Rai Uno ed ho ripreso la mia attività di presentatore di eventi, come ad esempio Miss Mondo Toscana. In fin dei conti da quando ho ricominciato, diciamo un anno e mezzo fa, ad oggi, ho fatto passi da gigante. Però, televisivamente, facevamo solo speciali e sentivamo il bisogno di dare un punto di riferimento al nostro lavoro. Ecco come è nato Tolscio".



La Farmacia Sorini Dini consiglia

Individuare le
**INTOLLERANZE
ALIMENTARI**
è il primo passo per
RISOLVERLE!



IL TEST SULLE IgG4 PER LE
INTOLLERANZE ALIMENTARI
È RICONOSCIUTO DALLA
COMUNITÀ SCIENTIFICA
INTERNAZIONALE



TEST
SEMPLICE E PRATICO
VALUTAZIONE
DA PARTE DI UN
MEDICO NUTRIZIONISTA
CONSIGLI ALIMENTARI
SPECIFICI
INDICAZIONI SALUTISTICHE
PER LA RISOLUZIONE

Quantificare le IgG4 rappresenta l'unico metodo scientificamente
attendibile per determinare con certezza la presenza di intolleranze alimentari



G4
TEST·MUNE®
scientific intolerance analysis



Il test sulle IgG4 per le
INTOLLERANZE ALIMENTARI
è riconosciuto dalla comunità
scientifica internazionale

Dosaggio di immunoglobuline IgG4

Valutazione da parte di un Medico Nutrizionista

Consigli alimentari specifici

Indicazioni salutistiche per la risoluzione

FARMACIA

Dott. A. Sorini - Dini



- **OMEOPATIA**
- **FITOTERAPIA**
- **PREPARAZIONI GALENICHE**

Via Francesca, 126 - Cintolese

Monsummano Terme (PT)

Tel. 0572 640155 - Fax 0572 615336

e-mail : farmaciasorinidini@alice.it

Sestilio Campioni riscoperto da Fulvio Lenzi

*Fulvio Lenzi, memoria storica di Montecatini Alto,
ha dato alle stampe un volume dal titolo,
"Sestilio Campioni, il fiore rosso"*

MONTECATINI TERME - Quando giungiamo a Montecatini Alto in piazza Sestilio Campioni, spesse volte lo sguardo cade sulla lapide a lui dedicata. Nessuno fino ad oggi aveva tributato un omaggio editoriale alla sua memoria. Anzi, ai più questo nome diceva poco o niente. A ricordarlo, con un libro, ci ha pensato Fulvio Lenzi. L'elegante pubblicazione, raccolta in 100 pagine, è stata resa possibile dalla Pro Loco di Montecatini Alto; ed è corredata da alcune immagini dell'epoca grazie alle ricerche iconografiche dell'autore e di Riccardo Santo. L'impaginazione del testo è stata curata da Stefano Romani.

Sestilio Campioni nacque il 30 maggio 1887 da Leopoldo e da Anna Grilli a Montecatini Alto. "Fin da bambino - si legge a pagina 11 - Sestilio fu affascinato dalla figura di Giuseppe Garibaldi, anche per il fatto che il suo padrone (del podere) era proprio un ex gari-

baldino. L'idea di un mondo giusto e senza fronzoli, dove gli uomini fossero considerati solo per i loro attributi fondamentali (cuore, lealtà, coraggio) al netto di ogni astruso privilegio, segnò in modo deciso la sua vita".

Nelle pagine successive, Fulvio Lenzi ripercorre la vita di Sestilio Campioni, meglio conosciuto come "il Generale", descrivendo dettagliatamente il contesto paesano dell'epoca. Emergono, infatti, avvenimenti, particolarità, vicende, eventi quotidiani, la funzione dei caffè, eccetera, tali da ricostruire, in modo chiaro ed esaustivo, i principali "ingredienti" di una comunità attiva e vivace come era quella di Montecatini Alto agli inizi del XX secolo.

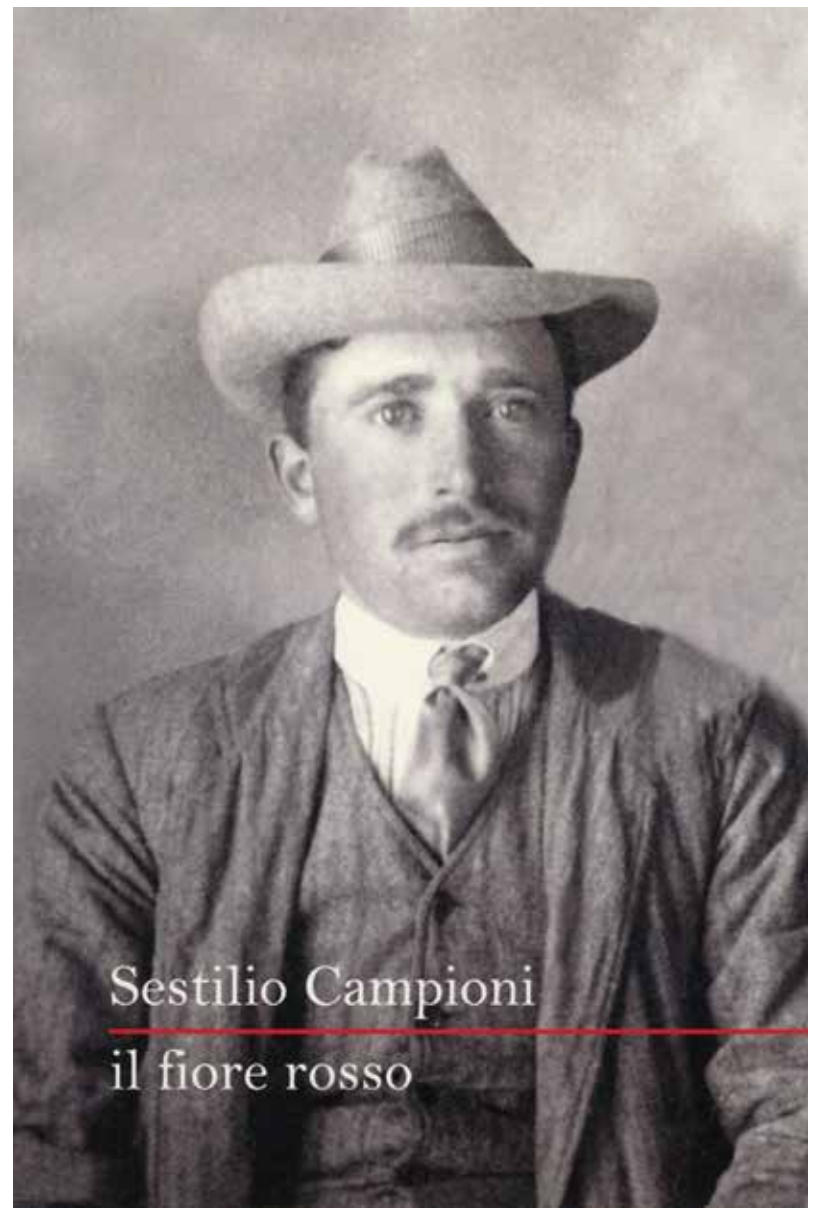
In questo scenario viveva ed operava Sestilio Campioni, di cui l'autore ne cura, in modo mirabile, il carattere piuttosto acceso e il comportamento spesso irresponsabile. Sestilio Campioni, il Generale, non era un cittadino

qualsiasi.

"La sua nomea - scrive Lenzi - cresceva giorno per giorno. Mentre tutto s'intonava al nero delle camicie fasciste, il suo bagliore di Primula Rossa nostrana [...] sul quel nero risaltava ancor di più. E la sua fama veniva diffusa dai racconti di quei libertari che vedevano in lui l'unico punto di riferimento". Uomo "sfegatato, schietto, leale, ribelle, sfrontato, spaccamusì", Sestilio Campioni, per questi suoi attributi trovò posto, prima del 1922, nella compagine dei "sovversivi" montecatinesi per cui era diventato il capopopolo dei rossi locali.

In seguito all'avvento del fascismo diventò, come possiamo presumere, un ghiotto bersaglio per i fascisti di Montecatini Terme. Infatti il 17 aprile, lunedì di Pasqua, Sestilio Campioni fu ucciso al caffè Edelweiss dalla pistola di un fascista.

Carlo Pellegrini



Presentato il premio Il Fiore

*Si rinnova a Chiesina Uzzanese
l'appuntamento con la poesia d'autore*

CHIESINA UZZANESE - L'uomo per poter esprimere certe emozioni spesse volte ricorre alla poesia. I versi costituiscono la voce del cuore altrimenti inespriabile. La poesia, quindi, diventa suono di un qualcosa che si nasconde nella più profondità interiore. In considerazione del crescente interesse generale verso la poesia si è tenuta, nei locali del Centro Civico "Il Fiore" di Chiesina Uzzanese, la presentazione del Premio Nazionale di Poesia "Il Fiore"

per l'anno 2016.

La nota manifestazione culturale, promossa dal Comune di Chiesina Uzzanese in collaborazione con l'Accademia Collegio de' Nobili di Firenze presieduta dal conte prof. Marcello Falletti di Villafalletto, l'Istituto Statale di Istruzione Secondaria "G. Simondi" e l'Istituto Statale Professionale per l'Industria e Artigianato "A. Pacinotti" entrambi di Pescia, e l'Istituto Comprensivo Statale "Don Lorenzo Milani" di Chiesina Uzzanese e di

Ponte Buggianese, offre a tutti gli interessati la possibilità di far conoscere, attraverso una appropriata competizione poetica, i propri versi.

Il Premio Nazionale di Poesia "Il Fiore", che ha come scopo quello di stimolare e di promuovere la vena poetica degli uomini, è giunto alla sua XXX Edizione. Madrina della presentazione è stata la poetessa Ilaria Parlanti, vincitrice della XXIX edizione.

Carlo Pellegrini

Dalla Tipolito Vannini un calendario "Valdinievolino"

Enrico Biagi da diversi anni ormai, ci offre, per mezzo di un apposito calendario da scrivania, un'interessante rassegna di personalità illustri della Valdinievole

BUGGIANO - In questa nostra epoca la tecnologia ha raggiunto vertici impensabili tuttavia un calendario è sempre un riferimento quotidiano. Ogni giorno possiamo trarne i benefici e gli stimoli al fine di rapportarci con il passato prossimo. La Valdinievole, oltre che differenziarsi per i suoi suggestivi borghi medievali e per la sua collocazione geografica da renderla tra i luoghi più ameni della Toscana, ha consegnato alla storia alcuni cittadini benemeriti.

In realtà questo prezioso almanacco che reca il titolo "Sport, arte, cultura e tanta umanità in Valdinievole" è stato pensato e realizzato da Enrico Biagi con il preciso obiettivo di promuovere e valorizzare coloro che hanno diffuso, oltre il proprio nome, anche i loro paesi e le loro città nelle parti più impensabili dell'Italia, dell'Europa e del mondo intero. Sono tutti grandi personaggi. Ogni mese ci accompagnerà una loro foto corredata da un breve ma efficace profilo biografico.

I personaggi sono: Benito Lorenzi (1925-2007) da Borgo a Buggiano, centravanti di spicco dell'Inter e della Nazionale negli anni '50; Bruna Adelaide Michelotti (1903-1983) da Pescia, poetessa raffinata; Solmiredo Papini (1890-1972) da Montecatini Terme, calzolaio e musicista; Ferruccio Ugo Pellegrini (1898-1991) da Massa e Cozzile, bancario e benefattore; Giovan Battista Queirolo (1856-1930) direttore sanitario delle Terme di Montecatini dal 1916 al 1928; Fanny Bartolini da Uzzano (1853-1937) benefattrice; Hermann Kanzler (1822-1888) generale tedesco proprietario della Villa Bellavista di Bellavista; Roberto Strulli (1938-1965) da Monsummano Terme, portiere dell'Ascoli calcio; Dino Birindelli (1927-2009) da Pescia, fecondo scrittore e pittore; Agostino Giovannini (1881-1958) da Collodi, scultore. Chiude la lunga rassegna il giovane Giovanni Arrigoni (1915-1946) da Ponte Buggianese, docente liceale.

Carlo Pellegrini

Sport, arte, cultura e tanta umanità in Valdinievole



Benito Lorenzi
calciatore



Bruna Adelaide Michelotti
poetessa



Solmiredo Papini
musicista e calzolaio



Ferruccio Ugo Pellegrini
bancario



Giovan Battista Queirolo
medico



Fanny Bartolini
benefattrice



Hermann Kanzler
generale e ministro



Roberto Strulli
calciatore



Dino Birindelli
pittore e scrittore



Agostino Giovannini
scultore



Giovanni Arrigoni
umanista

C a l e n d a r i o 2 0 1 6



MESE

SPECIALE

Torneo della Befana

1° TROFEO

Assigenia

2° Memorial Rodolfo Romano

**2-3-4-5 GENNAIO 2016
MONTECATINI TERME- PALAVINCI**

**CATEGORIE:
serieC/F - U13 - Esordienti - Aquilotti**



PROGETTO
PALLACANESTRO
PRATO



Con il Patrocinio del
Comune di Montecatini Terme



*“Un Grande Polo
Assicurativo”*

www.assigenia.it

Assigenia

Massimiliano Barucci, Nicola Novelli e Giovanni Taddei

Sede Empoli: via Amendola 3/5 - Tel. 0571 73229

Firenze: via G. Capponi "Palazzo Capponi" 24/26

Castelfiorentino: via Duca d'Aosta 16 - Montelupo Fiorentino: via Caverni 16 - Montespertoli: via Taddeini 50 - Signa: via Giovanni XXIII, 9
Montecatini Terme: viale Don Minzoni 27b



Do un caloroso benvenuto a tutti i partecipanti a questa seconda edizione del Torneo di Befana – 2° Memorial Rodolfo Romano che si annuncia interessante e ben strutturato con oltre 250 tra ragazzi e ragazze che si contenderanno la vittoria nelle loro categorie sui parquet del Palazzetto “da Vinci”. E consentitemi subito un ringraziamento agli organizzatori ed agli ideatori di questo importante torneo non solo per quanto fanno ormai da tantissimi anni per i ragazzi montecatinesi ma anche perché ci permette di ricordare Rodolfo Romano, uno dei padri del basket sia maschile che femminile a Montecatini Terme. Il palazzetto di via L. Da Vinci, intitolato ad un altro grande personaggio dello sport montecatinese, Raul Bellandi, ha sempre avuto un posto speciale nel cuore degli amanti della palla a spicchi e sono certo che anche stavolta una miriade di bei ricordi si presenterà negli occhi di tutti coloro che interverranno da spettatori. Un grosso in bocca al lupo a tutti, giocatrici, piccoli giocatori, organizzatori e famiglie... E adesso tutti a giocare!!!

Giuseppe Bellandi
Sindaco del Comune di Montecatini Terme

La vita a volte è proprio curiosa. Parlavo di Rodolfo Romano la scorsa settimana a Montale, in occasione dell'inaugurazione del nuovo parquet al palazzetto, dove gioca la squadra di serie C che alleno. E due giorni dopo MESE mi chiede un ricordo di questo storico personaggio del basket montecatinese, in occasione del torneo giovanile che nelle prossime festività lo ricorderà.

Montale e Romano sono per me indissolubilmente legati a un episodio accaduto poco tempo fa (1978...). Partita Libertas Montale-Sporting Club Montecatini, da giocarsi alle nove di mattina. Campo all'aperto che fungeva anche da parcheggio durante la settimana. Arriviamo e un paio di auto sono in mezzo al campo, non avendo rispettato l'ordine di sgombero del week end.

Oggi succederebbe di tutto: dalla richiesta di vittoria a tavolino, alle offese per la cattiva organizzazione. Per il dirigente Rodolfo no. Apparteneva a un'altra generazione. Quella per cui non andavamo a una guerra ma a giocare una partita di pallacanestro (il basket lo giocavano in America che, come canta Lucio Dalla, a quel tempo era “dall'altra parte della Luna”). “Che problema c'è, aspettiamo.” disse, e ci portò tutti a fare un'altra colazione in un bar.

Poi nel tempo Romano, come dirigente, ha ricoperto tutte le posizioni organizzative all'interno del glorioso Sporting Club, con in più incarichi prestigiosi in ambito federale. Sempre pronto a unire, a cercare di fare del bene al nostro sport e a promuoverlo. Godeva quando un bambino o una bambina si iscrivevano al minibasket; era felice nel vedere le palestre piene di cestisti di tutte le età. Credo che oggi sarebbe contento di quest'unione recentemente nata fra le società della Valdinievole, perché le seguiva tutte con affetto e passione.

Me lo voglio ricordare ancora lì, seduto nella vecchia “Striscia degli intenditori” del Palavinci, gioire per un canestro e sorridere alle esilaranti battute dell'allora capotifoseria Marione, del Birbante, del Terzino, di Godino, di Alessio Bellandi, ben diverse dai cori e dalle offese degli ultras di oggi. Altro basket. Anzi: Pallacanestro.

Bruno Ialuna
Assessore alla Cultura del Comune di Montecatini Terme & Coach



Che lo sport sia nei nostri pensieri è una diretta conseguenza del ruolo sociale che il settore assicurativo riveste, sia per gli individui che per l'intera comunità con la gestione dei rischi nel lungo periodo. Pensiamo a proteggere l'oggi, ma soprattutto il domani. Perciò salute, buone abitudini alimentari, condotta sana ed attiva, sono garanzie di sicurezza per tutti. Lo sport è maestro di vita perché insegna ad agire in maniera corretta e responsabile nei confronti dei partner e degli avversari, della comunità e delle regole. Sono questi i temi prioritari dell'agenzia Assigenia e del Gruppo AXA assicurazioni in Italia. Tutto ciò unito al tradizionale fair play sul campo e nella vita.

Riteniamo che questo sia il nostro miglior investimento perché crediamo che la correttezza sia parte integrante del nostro modo di fare consulenza e che sostenere l'educazione sportiva, mettendo la nostra esperienza imprenditoriale al servizio della salute sociale, sia la chiave per contribuire alla creazione di un futuro migliore, soprattutto per le nuove generazioni. Guardiamo lontano, insieme ai nostri interlocutori, solo se incoraggiamo il benessere e la tutela dei talenti, solo se ci impegniamo in favore della comunità in cui operiamo, anche attraverso iniziative di sponsorizzazione. Miriamo al successo condiviso, impegnandoci a ridurre i conflitti e affrontando positivamente la sfida dello sport.

Giovanni Taddei
Co-Titolare Agenzia ASSIGENIA

Torneo della Befana, un'occasione importante per tutta la società MB Montecatini; 4 giorni di intenso basket quattro categorie in un evento che vedrà coinvolte 19 squadre in 29 partite.

Mi sento onorato di poter organizzare questa competizione che perfettamente si colloca all'interno delle nostre attività e delle nostre aspettative, che mirano con grande cuore e impegno all'aggregazione dei bambini e dei giovani, nonché a far tornare la città di Montecatini agli alti livelli che le competono in ambito cestistico.

Infatti oltre al torneo il programma prevede anche un clinic riservato a istruttori di minibasket e un dibattito tecnico tra addetti ai lavori con Coach Luca Banchi che gentilmente si è reso disponibile per tale iniziativa.

Il torneo della Befana vuole essere, oltre che un tributo alla memoria di mio padre Rodolfo, un'occasione per coinvolgere tutte le famiglie dei giovani giocatori e tutti coloro che li guidano in questo sport meraviglioso.

Mi sento inoltre fiero di rappresentare un gruppo di persone, tante, davvero tante, che ci permettono di tenere alto il livello organizzativo della nostra società e colgo l'occasione per ringraziare tutto il Team del MiniBasket Montecatini, amici e genitori che con il loro apporto hanno reso possibile la realizzazione dell'evento. Un ringraziamento al Sindaco Giuseppe Bellandi e ai suoi collaboratori, che ci sono sempre vicini.

Raffaele Romano
Presidente di MB MiniBasket Montecatini





MEMORIAL RODOLFO ROMANO

MAURO VACCAI

Rodolfo Romano, una vita dedicata alla pallacanestro

Rodolfo Romano era un signore che amava lo sport, in particolare la pallacanestro. Sulla sua giacca portava sempre le spille della Federazione o di qualche squadra locale. Un uomo con grandi principi morali e sportivi che seguendo dapprima i figli che giocavano è diventato piano piano una figura di rilievo a livello istituzionale nel mondo del basket: dirigente accompagnatore, segretario a livello provinciale e poi addirittura Presidente, Fiduciario CONI, Consigliere FIP Regionale. Tifava per tutti, non c'erano squadre rivali, la palla doveva rimbalzare e i bambini divertirsi. Un vero uomo di sport che ha lasciato con la sua scomparsa un vuoto incalcolabile. Organizzare un torneo per ricordarlo è stato naturale, automatico. Suo figlio Raffaele inizia a cercare e ad invitare le squadre e non ne può mancare una da Viareggio, città molto amata dal padre Rodolfo. Dalla zona tutte, o quasi, rispondono presente, questo anno si aggiungono Prato (città natale di

Rodolfo) dell'amico Carlo Mariotti, Loano e Pontedera Femminile oltre a tutte le formazioni che confermano la propria adesione, Pistoia Basket 3 formazioni, Dany Basket Quarrata, Massa e Cozzile, Shoemakers Youth Monsummano 3 formazioni, PF Viareggio, Chie-

sina Basket e MB Montecatini con 4 formazioni per un totale di 18 squadre. Una categoria senior femminile, Una Under 13 maschile e per il Mini Basket Esordienti e Aquilotti, 4 trofei per il Torneo di Befana Assigena 2016.



IL Trofeo donato da Mauro Vaccai

Un incontro importante presso la Fabbrica di Montecatini dove Raffaele Romano durante una riunione all'Istituto Benedetto Croce conosce grazie a Nicoletta Giovannelli e Federica Parenti lo scultore Mauro Vaccai.

Schizzi su fogli, su post-it, emozioni che scorrono e si perdono in racconti ed immagini, l'artista in soli dieci giorni le riassume, toglie la materia superflua, leviga le superfici e concretizza il ricordo di Rodolfo Romano: due mani che si intrecciano sopra un pallone da basket.

Opera d'arte che donerà gratuitamente al Minibasket Mon-

tecatini. Il primo Memorial Rodolfo Romano 2015 se lo aggiudica nel Torneo Aquilotti la formazione del Dany Basket Quarrata.

Il 2 Gennaio 2016 partirà il Torneo della Befana Assigena, 2° Memorial Rodolfo Romano, 230 ragazzi e ragazze in campo a giocare, genitori in tribuna a fare il tifo e Allenatori, ufficiali di campo, arbitri, dirigenti a dirigere le gare. Rodolfo sicuramente assisterà soddisfatto da lassù.

Il torneo terminerà il 5 pomeriggio.



"Un Grande Polo Assicurativo"

www.assigenia.it

Assigenia

Massimiliano Barucci, Nicola Novelli e Giovanni Taddei

Sede Empoli: via Amendola 3/5 - Tel. 0571 73229

Firenze: via G. Capponi "Palazzo Capponi" 24/26

Castelfiorentino: via Duca d'Aosta 16 - Montelupo Fiorentino: via Caverni 16 - Montespertoli: via Taddeini 50 - Signa: via Giovanni XXIII, 9
Montecatini Terme: viale Don Minzoni 27b

CALENDARIO TORNEO DI BEFANA ASSIGENIA**Sabato 02 gennaio 2016**

1	U 13	Massa Cozzile – Pistoia Basket	09:30	PLV
2	U 13	PRATO – Shoemakers Monsummano	11:00	PLV
3	Esordienti	MB Montecatini - Pistoia Basket	11:00	PAL
4	Aquilotti	Dany Basket Quarrata – Pistoia Basket	15:00	PLV
5	Aquilotti	MB Montecatini "A" – Chiesina Basket	16:15	PLV
6	U 13	PRATO – MB Montecatini	18:00	PLV
7	U 13	Shoemakers Monsummano – Pistoia Basket	18:00	PAL

Domenica 03 gennaio 2016

8	Aquilotti	Shoemakers Monsummano – MB Montecatini "A"	09:15	PLV
9	Aquilotti	MB Montecatini "B"- Dany Basket Quarrata	09:15	PAL

CLINIC MINI BASKET 10.30-12.30 PLV

10	Esordienti	Pistoia Basket – Massa e Cozzile	15:30	PLV
11	U 13	MASSA COZZILE- Shoemakers Monsummano	17:00	PLV
12	Esordienti	Shoemakers Monsummano – MB Montecatini	17:00	PAL
13	C Femminile	PF Montecatini - PF Viareggio	19:00	PLV
14	C Femminile	Pallacanestro Loano – BELLARIA Pontedera	21:00	PLV

Lunedì 04 gennaio 2016

15	Esordienti	Massa e Cozzile – MB Montecatini	10:30	PLV
16	Esordienti	Pistoia Basket – Shoemakers Monsummano	10:30	PAL
17	Aquilotti	Chiesina Basket - Shoemakers Monsummano	15:30	PLV
18	Aquilotti	Pistoia Basket – MB Montecatini	15:30	PAL
19	U 13	Pistoia Basket – MB Montecatini	17:00	PAL
20	U 13	Prato - Massa e Cozzile	17:00	PLV
21	C Femminile	Finale 3° - 4° POSTO	19:00	PLV
22	C Femminile	Finale 1° - 2° POSTO	21:00	PLV

Martedì 05 gennaio 2016

23	Aquilotti	3 ^a Girone A – 3 ^a Girone B	09:30	PLV
24	U 13	MB Montecatini - Shoemakers Monsummano	10:00	PAL
25	Aquilotti	2 ^a Girone A – 2 ^a Girone B	10:45	PLV
		DUE CHIACCHIERE CON LUCA BANCHI	12:00	PLV
26	Esordienti	Shoemakers Monsummano – Massa e Cozzile	16:00	PAL
27	Aquilotti	1 ^a Girone A – 1 ^a Girone B	16:00	PLV
28	U 13	Massa Cozzile – MB Montecatini	17:30	PAL
29	U 13	PRATO – Pistoia Basket	17:30	PLV
	TUTTI	PREMIAZIONI	19:00	PLV

Clinic mini basket Domenica 3 gennaio ore 10.30 – 12.30 Palavinci di Montecatini Terme

Relatori: Chiara Mariotti - Michele Bottari.

*“Modulo 1” - Giocare easy e giocare mini;
modifiche e attenzioni didattiche
coerenti (proposta integrata pratica
con un gruppo aquilotti 2006)”
Crediti assegnati: 3.*



VIBanca
Banca di Credito Cooperativo di S. Pietro in Vincio


**AGRICOLA
Gloria**
import ortofrutticoli

SERIE C FEMMINILE



LOANO

Questo il roster, così come appare nella foto:

In piedi da sinistra:

Malacarne Gretha ('97 centro)
Zappatore Valeria ('00 play/guardia)
Lanari Emanuela ('94 ala piccola)
Bellenda Fabiana ('80 centro)
Zappatore Federica ('92 ala forte)
Rumbolo Chiara ('92 ala forte)

In basso da sinistra:

Maggioni Alessandra ('95 play)
Tassara Francesca ('92 guardia)
Casto Noemi ('92 play/guardia)
Russo Isabel ('99 ala piccola)
Olivotti Francesca ('00 ala piccola)
Cavallaro Sabrina ('00 guardia).

Allenatore, Iannuzzi Vincenzo

PF MONTECATINI

Agostini Daniela
Agresti Milvia
Barni Chiara
Billi Chiara
Ferraboschi Chiara
Grieco Elisa
Giorgetti Fulvia
Iozzelli Silvia
Magnani Francesca

Mariotti Alessandra
Mariotti Angela
Nannini Francesca
Parlanti Eleonora
Parlanti Federica
Panelli Vittoria

Allenatore: Becciani



PALLACANESTRO FEMMINILE VIAREGGIO

Elena Aiello
Marianna Lorenzi
Chiara Braccini
Giulia Gemignani
Valeria Foglia
Marta Venturi
Francesca Tresconi

Desire' Pardini
Carolina Manzini
Annalisa Mekni
Laura Venturi
Chiara Carolli
Federica Verona
All. Giovanni Della Longa



BASKET FEMMINILE PONTEDERA



"Un Grande Polo Assicurativo"

www.assigenia.it

Assigenia

Massimiliano Barucci, Nicola Novelli e Giovanni Taddei

Sede Empoli: via Amendola 3/5 - Tel. 0571 73229

Firenze: via G. Capponi "Palazzo Capponi" 24/26

Castelfiorentino: via Duca d'Aosta 16 - Montelupo Fiorentino: via Caverni 16 - Montespertoli: via Taddeini 50 - Signa: via Giovanni XXIII, 9
Montecatini Terme: viale Don Minzoni 27b

UNDER 13



PALLACANESTRO PRATO

Ballerini Ian	Nacca Leonardo
Cantini Tommaso	Pacetti Matteo
Colombo Duccio	Papini Giulio
Di Giovanni Giacomo	Rossi Diego
Fantechi Riccardo	Sarti Francesco
Gastro Alessandro	Sarti Mirko
Gherghut Friederik	Tuci Marco
Lombardi Alessandro	Vannozzi Niccolò
Lunetti Gregorio	Allenatori: Manganello Sauro
Mari Ettore	Giulio Gambassi

MB MONTECATINI

Cappellini Gianni	Liberatori Francesco
Gigetti Ronni	Ciappei Lorenzo
Bachini Gabriele	Natali Lorenzo
Tisci Gianmaria	Mema Aleandro
Corradi Daniel	Shahaj Sami
Biondi Pietro	All. Raffaele Romano
Martinelli Niccolò	Ass. Lorenzo Franchi
Ducceschi Cristiano	Ass. Andrea Martinelli
Ferretti Giulio	Acc. Daniele Ciappei



SHOEMAKERS MONSUMMANO



PISTOIA BASKET



MASSA E COZZILE



Altopascio	Masotti	Navacchio
Bientina	Montecalvoli	Pieve a Nievole
Cintolese	Montecatini Terme - Centro	Pisa
Fucecchio	Montecatini Terme - Sede	Pontedera
Larciano	Montecatini Terme - Casina Rossa	Traversagna

AQUILOTTI



MB MONTECATINI

Cecchi Andrea
Rinaldi Federico
Genovese Samuel
Murgioni Christian
Pasi Lorenzo
Soare Cristian
Mariani Tommaso
Vanvitelli Viola
Albelli Riccardo
Modini Giada
Spinetti Leonardo
Mengoli Martina

Magrini Giulia
Ducani Manuel
Sensi Matteo
Mura Francesco
Mariani Clarissa
Magrini Niccolo
Scelso Alessandro
Iacopini Edoardo
Cellerini Jacopo
Istruttore Raffaele Romano
Ass. Simone Ponzo
Dir. Paolo Albelli

SHOEMAKERS MONSUMMANO



PISTOIA BASKET



CHIESINA BASKET

Anton Sorini
Samuele Manfredi
Giulio Desideri
Tommaso Del Grande
Simone Angeli
Mattia Marchione
Alessandro Esposito
Gianpaolo Miranda
Lorenzo Calvori

Martina Perondi
Desirè Fattorini
Francesca Gallorini
Gabriele Cervino
Francesco Galligani
Niccolò Fossetti
Marco Maggi
Coach Felice Panico
Coach Veronica Capo

DANY BASKET QUARRATA

Akshay Carradori
Alessandro Spadaro
Carlotta Ligorì
Duccio Niccolai
Filippo Cappellini
Gioele Rateni
Giulio Frati
Giuseppe Cassese

Jacopo Zucconi
Matteo Muraca
Sevieri Marco
Serghey Beltrami
Simone Agostini

Istruttore: Sciatti Gianluca



*"Un Grande Polo
Assicurativo"*

www.assigenia.it

Assigenia

Massimiliano Barucci, Nicola Novelli e Giovanni Taddei

Sede Empoli: via Amendola 3/5 - Tel. 0571 73229

Firenze: via G. Capponi "Palazzo Capponi" 24/26

Castelfiorentino: via Duca d'Aosta 16 - Montelupo Fiorentino: via Caverni 16 - Montespertoli: via Taddeini 50 - Signa: via Giovanni XXIII, 9
Montecatini Terme: viale Don Minzoni 27b



Galleria D'arte - Antiquariato

Modernariato - Archeologia Industriale

Oggettistica da Collezione

Tappeti Orientali - Agenzia D'Affari



"IL GIARDINETTO" bottega D'arte di Sandra Magnani
Via Puccini,19 51016 Montecatini Terme (PT)

ESORDIENTI



MB MONTECATINI

Cecchi Andrea
Rinaldi Federico
Gigetti Ronnie
Pasi Lorenzo
Corradi Daniel
Martinelli Niccolò
Vanvitelli Viola
Tisci Gianmaria
Ferretti Giulio
Biagioni Alessio
Albelli Riccardo

Spinetti Leonardo
Ducani Manuel
Mura Francesco
Mariani Clarissa
Magrini Niccolo
Iacopini Edoardo

Istruttore Raffaele Romano
Ass. Andrea Martinelli
Dir. Paolo Albelli

SHOEMAKERS MONSUMMANO



PISTOIA BASKET

MASSA E COZZILE



*“Un Grande Polo
Assicurativo”*

www.assigenia.it

Assigenia

Massimiliano Barucci, Nicola Novelli e Giovanni Taddei

Sede Empoli: via Amendola 3/5 - Tel. 0571 73229

Firenze: via G. Capponi "Palazzo Capponi" 24/26

Castelfiorentino: via Duca d'Aosta 16 - Montelupo Fiorentino: via Caverni 16 - Montespertoli: via Taddeini 50 - Signa: via Giovanni XXIII, 9
Montecatini Terme: viale Don Minzoni 27b

I NOSTRI AMICI: LUCA BANCHI



FOTO MINIBASKET MONTECATINI PANAPESCA:
LUCA BANCHI È IL PENULTIMO A DESTRA ACCOSCIATO.



I suoi primi passi cestistici sono a Montecatini. Luca Banchi, che per anni ha vissuto con la famiglia all'ombra delle Terme, si sente anche montecatinese e Montecatini lo ricambia ogni qual volta lui passa a trovarci. Inizia ad allenare nelle squadre giovanili del Basket Grosseto; in seguito è vice allenatore alle Forze Armate Vigna di Valle e all'Affrico Firenze. Dal 1987 al 1999 allena la squadra juniores del Basket Livorno, con cui vince 3 titoli nazionali nel 1995, 1996, 1997. Viene promosso a capo allenatore del Basket Livorno in Serie A2. Nel 1999 fa il suo esordio su una panchina della massima serie guidando la

Pallacanestro Trieste per un biennio, prima di tornare a Livorno, nel frattempo promossa in Serie A. Seguiranno due esperienze in Legadue a Trapani e Jesi. Nel 2006 diventa il vice allenatore dell'esordiente Simone Pianigiani alla Mens Sana Siena, con cui vince 6 scudetti consecutivi (dal 2006-2007 al 2011-2012), 5 Supercoppe italiane (dal 2007 al 2011), 4 Coppe Italia (dal 2009 al 2012). Nel giugno 2012 subentra allo stesso Pianigiani nel ruolo di capo allenatore della Mens Sana. Il 10 febbraio 2013 vince al Forum di Assago la Coppa Italia, grazie alla vittoria in finale su Varese per 77-74. Il 19 giugno 2013 vince anche il suo primo

scudetto da capo allenatore. Il 1° luglio 2013 passa ufficialmente alla guida dell'Olimpia Milano, che conduce alla conquista del suo ventiseiesimo scudetto. Prima di lui, nessun allenatore era riuscito a vincere uno scudetto con l'Olimpia al suo primo anno di permanenza a Milano. Con questo successo ha inoltre replicato l'impresa di Carlo Recalcati, unico allenatore capace di vincere due scudetti consecutivi con due squadre diverse. Il 25 giugno 2015, dopo una stagione negativa, dove Milano ha perso la finale di Coppa Italia ed è stata eliminata nella semifinale play-off (in entrambi i casi dalla Dinamo Sassari), viene sollevato dall'incarico.



LUCA E RAFFAELE CON IL TROFEO RODOLFO ROMANO

LUCA BANCHI
sarà al nostro Torneo il
5 Gennaio (alle ore 12.00)
a disposizione dei tecnici
per una "chiacchierata"
sul basket a 360°



TORNEO DI BEFANA - EDIZIONE 2015



TORNEO AQUILOTTI
(in palio il trofeo Memorial Rodolfo Romano)

- 1^ classificata Dany Basket Quarrata
- 2^ classificata MB Montecatini
- 3^ classificata Pall. Monsummano
- 4^ classificata Chiesina Basket

TORNEO SENIOR FEMMINILE

- 1^ classificata PF Montecatini
- 2^ classificata PF Viareggio
- 3^ classificata Fucecchio
- 4^ classificata Basket Team Pistoia



TORNEO ESORDIENTI

- 1^ classificata Pistoia Basket
- 2^ classificata Shoemakers Monsummano
- 3^ classificata Massa e Cozzile
- 4^ classificata MB Montecatini



Miglior giocatore
Parlanti Federica PF Montecatini – C Femminile
Niccolai D. Dany Basket Quarrata
Magrini Giulia MiniBasket Montecatini
Bonistalli L. Pistoia - Esordienti

Miglior Realizzatore
Lecce C. Viareggio
Cecchi Andrea Minibasket Montecatini
Mariani C. Minibasket Montecatini Aquilotti
Bucciantini D. Pistoia Esordienti



Cercaci sul Web: www.mesenotizie.it

Da oggi MESE ha anche un sito che parla di cronaca e fatti della Valdinievole e non

Puoi contattarci alla mail info@mesenotizie.it per inviarci i tuoi commenti o segnalarci una notizia interessante da pubblicare

Assigenia

BARUCCI NOVELLI TADDEI

AGENZIA GENERALE AXA ASSICURAZIONI



“Un grande polo assicurativo”

I NOSTRI UFFICI:

» AGENZIA GENERALE AXA di EMPOLI

dal lunedì al venerdì 9.15-12.45 15.15-18.45
via Amendola n°3/5 - Tel: 057173229 - Fax: 057173220
ag4207@axa-agenzie.it - ag4221@axa-agenzie.it

» Filiale AXA di FIRENZE

dal lunedì al venerdì 9:30-12.45
Palazzo Capponi, via Gino Capponi 26 - Tel./fax 0552466300
giulio.sodi.ag4207@axa-agenzie.it - novelli@assigenia.it

» Subagenzia AXA di CASTELFIORENTINO

dal lunedì al venerdì 9.15-12.45 15.30-18.45
via Duca d'Aosta 16 - Tel: 0571628083 - Fax: 0571635987
massimiliano.barucci@assigenia.it

» Subagenzia AXA di MONTECATINI TERME

viale Don Minzioni 27/B - Tel: 0572770784
andrea.taddei@assigenia.it - nicole.taddei@assigenia.it

» Subagenzia AXA di SIGNA

dal lunedì al venerdì 10:00-12.30 e 16:00-18:30
via Giovanni XXIII, 9 - Tel: 055875952 - Fax: 055875649
sonia.bertini@assigenia.it

» Subagenzia AXA di MONTESPERTOLI

martedì 9.15-12.45; il mercoledì, giovedì, venerdì 15.30-18.45
via Taddeini 50 - Tel: 0571609717 - Fax: 0571635987
roberto.semprepiovi@assigenia.it

» Subagenzia AXA di MONTELUPO FIORENTINO

dal lunedì al venerdì 15.30-19.30
via Caverni 16 - Tel./fax 0571542502

www.assigenia.it



ridefiniamo / gli standard

Caffè Carpe Diem



Il 31/12 il Carpe Diem vi regala il brindisi. Ogni due teglie grandi di pizza acquistate noi vi offriamo una bottiglia di spumante. Per tutte le feste il locale rimarrà sempre aperto e si ricorda la straordinaria apertura notturna per la colazione del 1 gennaio 2016!



Al Carpe Diem dal "magico" assisti a tutte le dirette



Vieni a vedere i nostri eventi sportivi e cena con noi. Prenotazione obbligatoria al 320.9520640

APERTO TUTTI I GIORNI

Dal lunedì al giovedì dalle
4.00 alle 20.00

Dal venerdì alla domenica
ORARIO CONTINUATO

24h su 24h

per apertura straordinaria per
COLAZIONI NOTTURNE
dopo la discoteca

Via Livornese di Sopra 14, Chiesa Uzzone (PT)
Tel. 0572.48256 -  Luca Pucci magico!!!



Bar - Pizzeria al taglio e da asporto
Paninoteca - Primi piatti - Pranzi di lavoro

Buone Feste!

Destra vs Sinistra

di Mirco Tognarelli e Manilo Benvenuti

La realtà è sempre una, ma non si tratta di tante sfumature di grigio, i fatti vanno interpretati. A volte cambia molto da che punto di vista si guardano

Non serve certo lo sguardo attento dell'economista per capire che l'Occidente ha conosciuto in questi anni una delle crisi economiche più spaventose mai verificatesi. Iniziata nel 2007 negli Stati Uniti con lo scoppio della bolla finanziaria e la conseguente crisi bancaria, immediatamente ha fatto sentire i propri effetti sull'economia reale del mondo occidentale, acuendosi con gli anni e portando allo stremo un sistema già provato dal collasso del modello consumistico e dall'instabilità geopolitica post 11 settembre.

La chiusura di importanti gruppi industriali, la perdita di una ingente quantità di posti di lavoro, le saracinesche abbassate di molti esercizi commerciali, hanno in poco tempo spinto le famiglie italiane verso una sempre più grave condizione di disagio economico, ma anche esistenziale e di relazione, costringendole ad attingere, finché possibile, ai risparmi faticosamente accumulati, virtù essenziale della società italiana, sperando infine di poter scorgere in fondo al tunnel la luce di una nuova ripresa.

Il prolungarsi di tale periodo di recessione ha influito oltre che sulle casse domestiche ed aziendali, anche sul morale e sulla fiducia della gente, infondendo pessimismo ed

incertezza, cosicché anche coloro che avrebbero potuto permettersi di investire in innovazione e sviluppo, hanno preferito non farlo, per paura di non avere in futuro a disposizione risorse necessarie in caso di eventi peggiori. Le contromisure adottate dalle finanze pubbliche dell'eurozona poi si sono contraddistinte oltre che per inefficacia anche per contraddittorietà.

Se da una parte l'UE ha puntato tutto sull'austerità e la rigidità dei bilanci in nome della pericolosità di un elevato debito pubblico, sacrificando la possibilità di dare un impulso da parte degli Stati alla ripresa economica tramite incentivi e la creazione di posti di lavoro, dall'altro non sono mancati numerose iniezioni di denaro fresco alle banche, artefici della loro situazione di dissesto, senza oltretutto che queste spesso usassero quei capitali per aiutare famiglie ed imprese.

In Italia poi, abbiamo avuto una sostanziale sospensione democratica con i governi Monti, Letta e Renzi, insediati appositamente per ridurre il debito pubblico, eliminando gli sprechi statali, i quali non solo non sono riusciti a diminuire il primo, evidentemente non intervenendo sui secondi, ma al contrario lo hanno incrementato, fino ad arrivare al record assoluto

sotto la guida di Renzi "il Riformatore". D'altronde cosa aspettarsi da un Premier che ribattezza, nella triste atmosfera che vivono le famiglie italiane, "Happy Days" un decreto economico, o che pensa di dare una svolta attraverso qualche mancia elettorale come i famosi 80 euro o l'annunciato bonus diciottenni, cercando di far dimenticare una legge di stabilità per gran parte in deficit e con scopiazzature di vecchi cavalli di battaglia del vituperato centro-destra berlusconiano (abolizione imu e innalzamento del limite al contante).

Sarà quindi il 2016 l'anno della ripresa? Non vogliamo fare i gufi, come direbbe il "Presidente non eletto", ma ormai troppe volte siamo rimasti delusi. Né sembrano esserci significativi cambi di rotta. E' mancato completamente un intervento serio sul lavoro, vero cardine della ripresa (altro che bonus!), argomento liquidato dal PD con il Job Act, che pur drogato da sgravi contributivi non a lungo sostenibili e trasformando in precario il contratto indeterminato, sta iniziando a mostrare gli scarsi effetti prodotti. Sulla pressione fiscale poi, vero freno alla crescita ed allo sviluppo, la più volte acclamata riduzione delle tasse si è risolta in un aggravio, con variazione degli enti preposti alla riscossione.



Peggio che mai con la burocrazia, macigno sulle spalle dei cittadini e premessa naturale alla corruzione e al malaffare, che a fronte della sbandierata semplificazione va espandendosi incontrollata. L'Italia ha un patrimonio ineguagliabile di risorse e creatività. Quando riuscirà ad avere alla sua testa una classe dirigente di patrioti che applicherà una generale e significativa riduzione fiscale (flat tax al 15-20%) e lascerà spazio alla libera iniziativa senza troppa burocrazia; che difenderà i propri interessi nazionali, applicando il principio di sovranità, anzitutto nei settori economici che ci caratterizzano, come l'agricoltura e l'a-

goalimentare, il manifatturiero ed il made in Italy, soprattutto allentando le catene di Bruxelles; che garantirà sicurezza e saprà regolare e governare un'immigrazione che sta sostituendo interi settori economici attraverso una concorrenza sleale e spesso illegale; che saprà finalmente mettere a profitto le ricchezze paesaggistiche e culturali attraverso un turismo di qualità; allora avremo una Repubblica realmente fondata sul lavoro che non avrà da temere alcuna crisi. La Francia e l'Europa dei popoli si stanno ormai svegliando. L'Italia si desterà.

Mirco Tognarelli

Il bilancio di stabilità

Anche la manovra economica di quest'anno va nella direzione sbagliata. Prima ancora che per il merito delle singole misure, per l'impianto generale e la visione di fondo che la ispira. Questa manovra non è espansiva ma rappresenta l'ennesimo attacco ai diritti sociali. Per definizione la finanza pubblica è il problema, quella privata

la soluzione; l'unico obiettivo del Governo sembra quello di migliorare la competitività delle imprese e puntare sulle esportazioni.

Si continua a pensare la crisi come un problema di offerta, trascurando una domanda che non riparte, a causa delle enormi disuguaglianze, della mancanza di investimenti pubblici e dei problemi strut-

turali del Paese. Mentre il presidente del consiglio si affanna a definirla una manovra "di sinistra" in uno scontro con la inutile minoranza interna del PD, i fatti vanno in tutt'altra direzione. Mantiene dritta la barra alle direttive imposte dalla UE e dalla BCE, aumenta i tagli alla scuola, alla sanità, alle regioni e ai comuni, ai diritti sociali, privilegia i ricchi,

aumenta le spese militari nel momento di massimo riarmo della Nato.

L'abolizione dell'IMU sulla prima casa è un provvedimento che va analizzato per i suoi lati positivi e negativi. La sinistra non è a favore delle tasse sulla prima casa per i lavoratori e le famiglie popolari, caso diverso è per immobili di pregio, per le sedi di grandi imprese, enti economici e finanziari. C'è poi la questione sostanziale, con l'abolizione di IMU e TASI, su quali risorse destinare agli enti locali, il taglio delle entrate si traduce in un incentivo alla privatizzazione dei servizi e a forti aumenti delle tariffe. Manca completamente una norma che punti ad abbassare la pressione fiscale sui redditi da lavoro dipendente che rappresenta la gran parte del gettito fiscale nazionale.

Tutti gli interventi sono destinati a ridurre le tasse sulle imprese, ma nessuno va nella direzione di cessare la tassazione delle pensioni, non essendo queste somme classificabili come un reddito. Mancano impegni per stabilizzare i lavoratori pubblici che operano di fronte a situazioni gravi e d'urgenza. Come i vigili del fuoco precari e discontinui che costituisce una vera e propria emergenza umana e di

dignità del lavoro, vista anche la delicata funzione che svolgono per l'intera collettività. All'articolo 33 della legge di stabilità sono previsti i tagli ai vari ministeri. Una vera e propria mazzata per la scuola e l'università.

Una situazione che andrà ad aggravare le già difficili condizioni per l'istruzione e la ricerca, aggraverà inevitabilmente la pressione sulle famiglie e sugli studenti. Mentre il Governo finanzia con 27 milioni di euro la scuola privata. Per non parlare della sanità. La riduzione delle prestazioni passate dal SSN con il pretesto della razionalizzazione e riduzione della spesa pubblica, in realtà diventa un modo per tagliare sul diritto alla salute e per agevolare l'introduzione di un sistema fondato sul binomio assicurazioni private e sanità privata. In tutto questo il Governo non rinuncia alle spese militari. Nella legge di stabilità si prevedono nuovi finanziamenti alla politica del riarmo che oggi è inserita a pieno titolo nell'ambito dell'incremento delle attività della Nato in campo internazionale. È una evidente dimostrazione che i soldi in realtà ci sono e che si tratta di una questione di scelte politiche.

Manilo Benvenuti



di Dott.ssa Valentina Vene - Dietista Nutrizionista

Valentina Vene è laureata in Dietistica alla Facoltà di Medicina e Chirurgia all'Università degli studi di Firenze. Presso la stessa Facoltà ha conseguito la specializzazione in Scienze della Nutrizione Umana. Ha partecipato all'attività ambulatoriale e di degenza dei Servizi Dietetici delle principali Aziende ospedaliere di Firenze tra cui Careggi, Meyer e Nuovo ospedale San Giovanni di Dio. È attualmente Membro del Consiglio Direttivo regionale ADI - Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione Clinica, in qualità di Consigliere e Membro del Comitato Scientifico Regionale dell'Associazione Italiana Celiachia. Svolge presso poliambulatori medici attività di consulenza nutrizionale, di educazione alimentare e di terapia dietetica per bambini, adulti e in corso di patologia.

ANZIANI E ALIMENTAZIONE: LE PRINCIPALI MALATTIE DA CIBO NEGLI OVER 65

PARTE 1

Troppo spesso quando si parla di nutrizione e alimentazione si fa riferimento alle criticità che interessano i bambini o gli adulti, ma pochi riflettono su come si nutrono gli anziani.

Tanto per avere un'idea...

- Dopo i 40 anni si perde calcio più velocemente di quanto se ne assorbe, pertanto la tua massa scheletrica si riduce di circa il 10% ogni decade (10 anni)

- A 80 anni la massa ossea può essersi ridotta anche del 50% rispetto a quella che avevi a 30 anni.

- Nei primi 30 mesi dall'insorgere della menopausa, la massa ossea può essersi ridotta anche del 20-30%.

- A 65 anni la massa muscolare si riduce circa del 25% rispetto a quella dei 25 anni.

- A 80 anni la forza dei muscoli della coscia è spesso appena sufficiente ad alzarsi da una sedia senza l'aiuto delle braccia

- La funzionalità cardiaca inizia a diminuire intorno ai 40 anni, a 70 è circa il 30% inferiore a quella di un trentenne.

- Oltre i 50 anni il rischio che nelle arterie si siano formate delle placche è molto elevato.

- Gravi malattie a carico di cuore e arterie come infarto, ictus, trombosi, e altre patologie, sono più frequenti in donne e uomini che hanno superato i 65 anni.

QUINDI...

- Fai una regolare attività fisica e impara ad alimentarti correttamente, mangiando 2-3 frutti al giorno, verdura a volontà, tanto pesce, e riducendo gli alimenti che contengono alti valori di grassi ani-

mali e colesterolo.

- Non fumare, nemmeno poche sigarette al giorno.

- Segui una corretta alimentazione per sentirti meglio e restare in forma ancora per molti anni.

In occasione del III Forum Salute di Senior Federanziani tenutosi a Rimini il mese scorso, si è parlato delle 5 sfide da affrontare per il benessere e la salute degli anziani.

Come si nutrono i nostri anziani e quali sono le principali criticità legate alla loro alimentazione?

Un po' di cifre! Ad oggi in Italia abbiamo:

- 1,8 milioni di anziani (over 65 anni) OBESI

- 1,9 milioni gli ultra sessantenni a rischio MALNUTRIZIONE

- 19.500 sono i pazienti che ricorrono alla NUTRIZIONE ARTIFICIALE A DOMICILIO

- 9,4 milioni quelli con carenza di VITAMINA D

- 1,8 milioni gli anziani affetti da SARCOPENIA

La sarcopenia è una sindrome correlata all'età caratterizzata dalla perdita progressiva e generalizzata della massa muscolare e della forza, con il rischio di serie conseguenze negative come disabilità fisica, peggioramento della qualità di vita e decesso. La perdita di massa muscolare è un fattore naturale correlato all'età, spesso causato da un'alimentazione non equilibrata, dalla riduzione della sintesi proteica, dall'inattività fisica, dal rallentamento del metabolismo basale e dall'infiltrazione di grasso nel tessuto muscolare.

La sarcopenia compare intorno ai 40 anni con la progressiva riduzione del numero e della dimensione delle fibre muscolari e con l'aumento della componente grassa e connettiva. La perdita di fibre muscolari comincia dopo i 20 anni ma diventa molto più rapida dopo i 50 anni. Tutto questo si traduce

nel progressivo declino della forza muscolare e della performance fisica.

Di seguito le 5 sfide da affrontare in nutrizione clinica per il benessere e la salute degli anziani individuate nel Manifesto delle criticità in nutrizione clinica e preventiva, il documento che ADI - Associazione italiana di dietetica e nutrizione clinica, promosso in occasione di EXPO2015, insieme ad un network di oltre 50 associazioni.

Le 5 SFIDE ALIMENTARI nell'anziano:

1. OBESITA'

2. MALNUTRIZIONE PROTEICO CALORICA

3. NUTRIZIONE ARTIFICIALE A DOMICILIO

4. CARENZA DI VITAMINA D

5. SARCOPENIA

La prevalenza dell'obesità nella popolazione anziana tra i 64 e 74 anni è del 16%; scende al 12% tra i 74 e gli 85 anni e al 9% oltre gli 85 anni.

Nei soggetti che hanno superato i 65 anni, si rileva spesso una scorretta alimentazione e una cessata o diminuita attività fisica. Un esempio tra i tanti è costituito dall'atteggiamento di molte donne che, nonostante la disponibilità di tempo, tendono generalmente ad isolarsi in casa o escono solo per fare la spesa, compiendo solo brevi tragitti a piedi. Per quanto riguarda le scelte alimentari, la problematica maggiore riguarda la monotonia delle preparazioni, dettata spesso dalla mancanza di entusiasmo nel preparare i pasti (prevalente nelle persone rimaste sole per varie ragioni).

Nascono così abitudini alimentari "semplificate" a base prevalentemente di formaggi freschi, affettati, latte e biscotti, prodotti in scatola (tonno ecc.) e prepara-

zioni industriali (piatti pronti) che richiedono la sola cottura. Oppure al contrario, per motivi di gratificazione, alcune donne preparano per sé, per amici o familiari, menu con molte portate e preparazioni ipercaloriche, soprattutto se rapportate al fatto che vengono presentate tutte in occasione di un solo pranzo o cena. Questo modo di alimentarsi, anche se non è associato a quantità eccessive di cibo, conduce spesso ad un aumento di peso perché è il risultato di un consumo elevato di alimenti ad altissima densità calorica (poco volume, tante calorie), molto ricchi di grassi e/o zuccheri.

L'eccesso di peso è spesso associato ad un aumento dei grassi nel sangue (ipercolesterolemia e ipertrigliceridemia), che predispone il soggetto ad un aumento degli zuccheri nel sangue (con rischio maggiore di contrarre il diabete di tipo 2) e del rischio cardiovascolare.

- Misura la tua vita nel punto medio tra l'ultima costa e la cresta iliaca. In pratica, posiziona il centimetro a metà strada tra la gabbia toracica e le ossa superiori del bacino, punto che di solito si trova all'altezza dell'ombelico.

- Nelle donne la circonferenza vita deve essere inferiore a 88 cm, negli uomini essa deve invece essere inferiore a 102 cm

La malnutrizione calorico proteica, invece, è un problema dovuto a una ridotta assunzione di calorie e/o nutrienti per ridotta disponibilità, incapacità di mangiare o per alterazione dei processi digestivi e di assorbimento. Sono molti i fattori che possono portare alla malnutrizione per difetto, in particolare negli anziani oltre i 75 anni. A volte si tratta di una malnutrizione non quantitativa, non si tratta quindi di mangiare "poco", ma qualitativa, cioè di non introdurre con il cibo

scelto tutti nutrienti fondamentali per il nostro corpo, detti essenziali (quelli che non produciamo e dobbiamo assumere con gli alimenti). Si possono avere carenze di proteine ad alto valore biologico, di alcune vitamine, di minerali come il calcio, di antiossidanti, ecc...

Fattori che possono portare gli anziani ad adottare una dieta carente:

- Inappetenza (dovuta eventualmente anche ad una riduzione fisiologica della percezione dei sapori).

- Difficoltà nella preparazione di alcuni cibi.

- Costo elevato di determinati alimenti.

- Difficoltà di masticazione a causa di protesi dentarie assenti o non adatte.

- Difficoltà di deglutizione (ad esempio, come conseguenza di una patologia neurologica).

- Difficoltà digestive.

- Solitudine, depressione.

Per quanto il sovrappeso e l'obesità possano essere condizioni che aumentano il rischio di contrarre importanti malattie, un eccessivo calo di peso predispone l'anziano ad un aumentato rischio di morte. Per prevenire la malnutrizione è molto importante adeguare la dieta degli over 65 intervenendo su tutte quelle cause che possono impedire o ostacolare una corretta alimentazione.

Insieme ai pazienti over 65 che devono ricorrere alla nutrizione artificiale domiciliare, vi sono tantissimi anziani che soffrono di carenza di vitamina D e che presentano un rischio di mortalità superiore del 56%. Questo stato carenziale può generare rachitismo, osteomalacia, osteoporosi, ipertensione, cancro e diverse malattie autoimmuni.

Dott.ssa Valentina Vene
Dietista Nutrizionista

Alimentazione Domande e Risposte

OROMANIA

MONTECATINI TERME

GIOIELLERIA SPECIALIZZATA
NELLA COMPRAVENDITA
DI OROLOGI ROLEX
DIAMANTI ORO ARGENTO
E PIETRE PREZIOSE

Via Ugo Bassi 42 - Montecatini Terme (PT)
51016 - Tel. +39 0572 913067

www.romania.eu  Gioielleria Oromania



UNA FOTO AL MESE



MESE

- Direttore responsabile: riantonietta Fenuta.
- Vito Genna Fotografie:
- Redazione, Amministrazione, Grafica: - Rosellini
- via Medici 9 - Montecatini Terme (PT) - Giancarlo Previato
- mail: - Simona Fortina
- - mesemontecatini@gmail.com - Archivio Mese
- - redazionemvsgroup@gmail.com - Foto Goiorani
- - amministrazionemvsgroup@gmail.com Stampa: Centro Servizi Editoriali s.r.l.
- - pubblicitamvsgroup@gmail.com (senza via Selice 187/189 - 40026 - Imola (BO)
- accento sulla a) Pubblicità:
- - info@mesenotizie.it MVS Editoriale sas - tel. 336.685401,
- Impaginazione e grafica: Società editrice:
- Alberto Lombardi MVS Editoriale sas - via Medici 9 - Monte-
- Hanno collaborato a questo numero: catini Terme (PT) - Registrazione del tribu-
- Martino Fedele, Davide Matteo Morini, nale di Pistoia n. 5 del 17 maggio 2012
- Tiziana Bordonaro, Simona Fortina, Gian- - Iscrizione R.O.C. 22247 - Responsabile
- carlo Ignudi, David Ignudi, Lorenzo Mei, del trattamento dati (d. lgs 30 giugno
- Luca Bonistalli, Carlo Pellegrini, Luca Bar- 2003 n. 196): Vito Genna. La tiratura del
- ni, Silvia Babbini, Ilaria Cardelli, Davide presente numero è stata di 9.870 copie.
- Lemmi, Valentina Vene, Mirco Tognarelli, Sito internet:
- Manilo Benvenuti, Matteo Baccellini, www.mesenotizie.it
- Roberto Guastucci, Omero Nardini, Ma- DISTRIBUZIONE GRATUITA

STRAPUNTI... DI VISTA!

Rubrica a cura di Sileno Lavorini

ARMATO DI UNA BANDIERA BIANCA

Uccidere per rigenerare,
distruggere per ricostruire,
il potere, la guerra,
il petrolio, l'oro,
le multinazionali,
le religioni commerciali,
i supermercati,
le autostrade
lunghe e veloci
con
la vita corta
che scorre inesorabile
su di noi.

Ma...
io sono solo armato
di una bandiera bianca
e vorrei essere sempre
un uomo libero
come Dio mi promise,
per non morire
nei campi di sterminio
ma
per morire
in un campo di grano!

COSTITUZIONE ITALIANA



Art. 47.

La Repubblica incoraggia e tutela il risparmio in tutte le sue forme; disciplina, coordina e controlla l'esercizio del credito. Favorisce l'accesso del risparmio popolare alla proprietà dell'abitazione, alla proprietà diretta coltivatrice e al diretto e indiretto investimento azionario nei grandi complessi produttivi del paese.

Numeri utili

COMUNE
Viale Verdi 46 - Tel. 0572- 9181
ASS.ALBERGATORI - APAM
Via Palestro 2 - Tel. 0572- 70124
TEATRO VERDI
viale Verdi 45 - Tel. 0572- 78903
CINEMA EXCELSIOR
viale Verdi 66 - Tel. 0572- 904289
CINEMA IMPERIALE
Piazza D'Azeglio - Tel. 0572- 78.510
TERME - DIREZIONE TERME
Viale Verdi 41 - Tel. 0572-7781
TERME REDI
viale Bicchierai 64 - Tel. 0572- 778531
CARABINIERI : Tel.112 - 0572-940.100
POLIZIA : Tel.113 - 0572-92.861
VIGILI DEL FUOCO : Tel.115 - 0572-78.222
VIGILI URBANI
Tel. 0572-918.800 - 0572-954.154
SOCCORSO ACI : 116
SOC. SOCCORSO PUBBLICO
Via Manin 22 - Tel. 0572- 90901
MISERICORDIA
via Cairoli - Tel. 0572-75566
GUARDIA MEDICA : Tel. 0572- 766656

DETTI E RIDETTI CELEBRI

PARIGI, FRONT NATIONAL: Il capolista del partito di destra guidato da Marine Le Pen: "I musulmani rispettano la laicità ma chi confonde terroristi e Islam è uno stronzo"

SCRIVETECI!

Mandateci pensieri, dediche, auguri, interventi, lettere al direttore, poesie, sogni, ricordi. Nei limiti dello spazio cercheremo di pubblicare quanto riceveremo.

Il nostro indirizzo mail è: mesemontecatini@gmail.com
Non saranno pubblicati testi anonimi e non accompagnati dal recapito personale (anche telefonico) dell'autore.



...E CHI SE NE FREGA!

La famosa cantante Rita Ora sfoggia un abito hot a Londra. Se non era famosa prima...



Valeria Marini ha confessato di avere avuto un flirt giovanile con Jovanotti. Jovanotti non conferma...



Tiziano ferro ha annullato i suoi concerti di Ginevra e Monaco per la troppa stanchezza. Un consiglio a Tiziano: "riposati pure..."



CANE cerca PADRONE

(e viceversa)

JACK:

meticcio adulto ipovedente ma sano, attivo e dolcissimo. Buono, adatto a tutti i tipi di compagnia. Taglia media.



Ti aspetta al Canile Hermada
Via S. Antonio 24 Montecatini T. (PT)
334-6211610
Aperto tutti i giorni dalle 14.00 alle 18.00.
per info gabbievuote@gmail.com

Jack

Positiva Mente

di Dott.ssa Silvia Babbini

Psicologa docente con alcune passioni, tra cui letture onnivore e la scrittura. Con un grande obiettivo di benessere: realizzare il maggior numero possibile di sogni attinti da un serbatoio infinito.

Il bacio tra fiaba e realtà

Il bacio, nell'immaginario collettivo, è il simbolo d'amore che scandisce la vita degli esseri umani, assumendo declinazioni diverse in base alla cultura di riferimento e alle tappe della vita osservate.

Neonati riceviamo il nostro primo bacio d'amore dalle figure genitoriali, adolescenti sperimentiamo il primo bacio passionale, adulti ci scambiamo baci d'affetto e di saluto, innamorati alimentiamo il desiderio con i baci della persona che crea vibrazioni piacevoli del nostro muscolo cardiaco. Provare a delineare una storia del bacio è arbitrario; si può scegliere di procedere con le osservazioni sul comportamento animale fornite dall'etologia, analizzare alla teoria di Freud circa il rapporto tra allattamento, zone erogene e fasi di sviluppo, per concludere con le Neuroscienze che descrivono scientificamente i meccanismi connessi all'atto del bacio.

La mitologia, la letteratura, le arti iconografiche e il cinema,

offrono baci che sono potenti generatori d'emozioni e forniscono materiale a innamorati desiderosi di collegare il loro sentimento d'amore a celebrati poemi o immagini.

Anche il mondo della fantasia, fiabe o fumetti, concede al bacio uno spazio importante.



Nelle fiabe non esiste una connotazione spazio-tempo e le immagini evocate dal racconto

riescono a attivare significati simbolici trattati ampiamente dalla Psicoanalisi e universalmente sperimentati attraverso un ventaglio di emozioni.

Le bambine di diverse generazioni hanno sognato e sognano con "La bella addormentata nel bosco", le donne si disperano

se non trovano chi individua la password che è in grado di accedere al mondo incantato del

loro sentimento adulto.

Pensiamo alla fiaba Il principe ranocchio e all'espressione "baciare un ranocchio" che viene utilizzata con diverse sfumature metaforiche.

Il significato psicologico collegato alla mutazione miracolistica da ranocchio a principe è la metafora del cambiamento di una persona che ha attraversato una fase di crescita personale.

Nel nostro percorso formativo, occorre anche baciare rospi perché la sperimentazione del sé possa condurre dall'IO al NOI.

Sembra che e il bacio d'amore nel senso etimologico del termine (dal latino a-mors, l'amore sconfigge la morte) possa essere simbolicamente associato ad una "rivitalizzazione" benefica.

Quando bacciamo alla francese, spesso chiudiamo gli occhi perché per noi quel momento è degno d'essere vissuto senza distrazioni, vogliamo assaporare la persona che con noi si isola da un mondo per aprirne

altri, concentrandoci solo sulla scoperta reciproca, con l'obiettivo comune di perdersi nell'altro e ritrovarsi ebbri di felicità. Chiudiamo gli occhi e torniamo a sognare, apriamoli e nutriamoci di belle letture, film piacevoli e fumetti divertenti che cullino la nostra fantasia.

Bacciamo i nostri principi, le principesse, i rospi e i nostri scheletri nell'armadio, con la convinzione divertente di materializzare il migliore dei nostri sogni.

Auguro a tutti un 2016 da ricordare per i tanti baci inaspettati o attesi.

"Sì dissi. Sì, se davvero arrivasse la fine del mondo, l'ultimo mio desiderio sarebbe quello. Quello cosa? Insinuò lei. Un bacio."

Grègoire Delacourt, La pimpinella. Storia di un primo amore, Salani Editore

Dott.ssa Silvia Babbini
Psicologa plurilaureata
Docente MIUR

Giovannini s.a.s.

La tariffa migliore
per te,
privati, Partita Iva
piccole e grandi aziende

Assistenza e riparazione
telefonia cellulare
Riparazione Computer

Via buggianese 8/a - Tel. 0572 636653
51019 PONTE BUGGIANESE (PT)
e-mail: info@giovaninisas.it



e20

Gennaio - Febbraio 2016
MONTECATINI E DINTORNI

PER SEGNALARE EVENTI E SPETTACOLI A MONTECATINI E DINTORNI, SCRIVETE A: MESEMONTECATINI@GMAIL.COM

2 Gennaio

Lo SchiaccianociCon il Royal Ballet of Moscow
Montecatini, Teatro Verdi

2 Gennaio

Fiaccolata dei maestri di sci

Abetone

15 Gennaio

Il Volo live

Firenze, Mandela Forum

21-24 Gennaio

Claudia Gerini in: Storie di Claudia

Firenze, Teatro Verdi

30 Gennaio

Mogol - Mingardi

Montecatini, Teatro Verdi

31 Gennaio

Marco Travaglio in: Slurp

Firenze, Obihall

4-7 Febbraio

Lorella Cuccarini in Rapunzel

Firenze, Teatro Verdi

5 Febbraio

On BroadwayThe best of musicals
Montecatini, Teatro Verdi

6 Febbraio

Virginia Raffaele live

Montecatini, Teatro Verdi

6-7 Febbraio

Pistoia Blues Winter Clinics

Pistoia

7 Febbraio

Ciaspolando - 6a edizione

Pian di Novello

11 Febbraio

Marracash in concerto

Firenze, Viper Theatre

13 Febbraio

Chi è di scenaDi e con Alessandro Benvenuti
Pistoia, Teatro Manzoni

13 Febbraio

ScoopCon Katia Beni e Anna Meacci
Aglia, Teatro Moderno

18 Febbraio

Un borghese piccolo piccoloCon Giuseppe Pambieri e Lia Tanzi
Quarrata, Teatro Nazionale

18 Febbraio

Subsonica Live

Firenze, Viper Theatre

19 Febbraio

Massimo Ranieri in: Sogno e son desto

Montecatini, Teatro Verdi

19-21 Febbraio

Qualcuno volò sul nido del cuculoRegia di Alessandro Gassmann
Firenze, Teatro Verdi

21 Febbraio

Il principe ranocchio

Montecatini, Teatro Verdi

24 Febbraio

Brian May e Kerry Ellis

Firenze, Mandela Forum

25 Febbraio

Max Gazzè live

Firenze, Mandela Forum

27 Febbraio

50 Sfumature di Renzi

Montecatini, Teatro Verdi

27 Febbraio

Baglioni e Morandi

Firenze, Mandela Forum

28 Febbraio

Ghini e Ciavarrò in: Un'ora di...

Montecatini, Teatro Verdi



2-6 Gennaio

I mercatini della Befana

Cutigliano

5 Gennaio

The Blues Legend - Il Musical

Montecatini, Teatro Verdi

7 Gennaio

Lello Arena in "L'Avaro"

Quarrata, Teatro Nazionale

9-11 Gennaio

Emilio Solfrizzi in: Sarto per signora

Pistoia, Teatro Manzoni

14-17 Gennaio

Vincenzo Salemme in: Sogni e...

Firenze, Teatro Verdi

15 Gennaio

Flomart

Pescia

23 Gennaio

Tre donne in cerca di guaiCon Iva Zanicchi
Montecatini, Teatro Verdi

23 Gennaio

International Skate Awards

Firenze, Mandela Forum

27 Gennaio

Nomadi Tour 2016

Firenze, Obihall

29 Gennaio

Angelo Pintus

Montecatini, Teatro Verdi

29-30 Gennaio

Zubin Mehta con Bollani ed Elio

Firenze, Mandela Forum

30 Gennaio

Carmen Consoli in tour

Firenze, Teatro Verdi



BURALLI
Carrozzeria

Autorizzato

Soccorso Stradale

FIAT

AUTO SOSTITUTIVA - RIPARAZIONE PARABREZZA - GESTIONE SINISTRI
INSTALLAZIONE PELLICOLE OSCURANTI - AUTORIZZATO RIPARATORE FLOTTE LEASYS

ZONA INDUSTRIALE ALBINATICO - 51019 Ponte Buggianese (PT)
Tel. 0572.635959 - Fax 0572.931518 - Cell. 347.3790726 - 339.2673324
E-mail: ufficio@carrozzeriaturalli.it

**IDEA GIOVANE
ACCONCIATURE**

di Bassetti M. e Pierini S.

Via Romana Vecchia 36 - 51013 - Chiesina Uzzanese (PT)
Per prenotazione 0572 480047

Alta Fedeltà

diario discografico di Lorenzo Mei

Lorenzo scrive di musica in rete su Chometemporary, Wall Street International Magazine, Canibastardi.

Comprati

IN CD: Van Morrison, Astral Weeks (Expanded); Bob Dylan, The Bootleg Series vol. 12 "1965-66 The cutting edge"; Vol. 6 "Live 1964 - Concert at Philarmomnic Hall"; Esterina, "Dio ti salvi"

Applauditi

KEITH JARRETT ALL'OPERA DI FIRENZE

Uno degli ingredienti principali della musica di Keith Jarrett all'Opera di Firenze il 23 novembre è stato il silenzio. Il pubblico ha iniziato a fare "shhhhh" diversi minuti prima che il grande pianista entrasse in scena, e a un certo punto, contando qualche minuto di ritardo, qualcuno cominciava a temere che non si sarebbe affacciato finché l'ultimo ronzio di mosca non fosse sparito. Non vorrei fare il solito pezzo sulle paranoie e le fissazioni jarrettiane, come ne ho letti diversi in questi giorni.

Ma di quel silenzio devo parlare, perché oltre a essere quasi irreale e senza paragone nella mia carriera di spettatore, quel silenzio, che faceva sentire perfino il rumore sordo e debolissimo del riscaldamento, era del tutto complementare alla musica. Del resto, gli unici microfoni davanti al pianoforte servivano a Keith per registrare la performance, mentre il suono arrivava ai milleottocento del nuovo teatrone fiorentino senza alcuna amplificazione. Ogni volta era stranissimo sentire uno scroscio impetuoso di applausi che si troncava senza sfumare, di botto, non appena il protagonista si avvicinava al pianoforte.

Quel silenzio, dicevo, era la bilancia perfetta per pesare ogni singolo tocco sui tasti, una specie di vuoto in cui le nostre vite esistevano solo per co-

noscere le scelte che Jarrett faceva da un istante all'altro.

Il concerto, stando ai pareri raccolti all'uscita, è generalmente piaciuto, e molto. Prima dell'inizio l'altoparlante aveva annunciato che si sarebbe trattato di "totale improvvisazione", e lungo la schiena di molti, a cominciare dalla mia, è corso un brivido di godimento pensando ai miracoli immortalati su dischi come "Koln Concert" o "La Scala", per citarne un paio. In realtà, al posto delle montagne scalate in quelle - e in altre - occasioni, cioè brani molto lunghi in cui una delle sfide era non perdere mai l'ispirazione e mantenere la coerenza all'interno di ogni singola parte, a Firenze abbiamo ascoltato molti pezzi, tutti piuttosto brevi, che hanno spaziato senza timore fra i generi e hanno toccato sensibilità diverse custodite dal genio di Jarrett.

Diciamo subito che per qualcuno questo è stato un punto debole: improvvisazioni accorciate per fare i conti con un'ispirazione altalenante. Per me è difficile sbilanciarmi su questo: non mi aspettavo fin dall'inizio i "miracoli" di cui parlavo prima, e ho avuto l'impressione che, nonostante la brevità, tutte le proposte partissero da un'idea solida, portata avanti con la consueta padronanza della creazione estemporanea.

C'era del mestiere, in quella musica? Ovviamente sì, lo do per scontato, ma sono stati molti i momenti in cui la musica ha illuminato a giorno la sala, in realtà quasi completamente al buio. Anche se fosse stato solo per quei lampi di classe cristallina improvvisi, sarebbe valsa la pena esserci.

Ma non c'è stato solo quello, per fortuna. Si potrebbe aggiungere intanto che la tecnica di Keith Jarrett, nonostante i settant'anni, è ancora straordinaria, e messa in mostra fin dal primo brano, uno dei più difficili sia da suonare che da digerire in tempo reale, in cui ha mantenuto un ritmo

sempre forsennato.

Poi si potrebbe continuare dicendo che, se non tutti i brani sono sembrati sostenuti dalla stessa ispirazione, alcuni hanno sbalordito il pubblico. Per esempio il primo dopo l'intervallo, uno dei più compiuti, forse perché anche uno dei più melodici. E anche quando si è affidato a un blues, peraltro senza smontarlo come avrei immaginato, Jarrett ha dimostrato come sia difficile alzare steccati tra la musica colta contemporanea, il jazz, la melodia, e la musica nera.

Era blues, era poesia, era un'interpretazione che rispettava alla lettera l'anima di quella tradizione, e allo stesso tempo la spogliava di ogni decorazione superflua, per leggerla così come avrebbe sempre dovuto essere scritta e suonata.

Poi naturalmente le paranoie ci sono: tralasciando il ridicolo avviso sul divieto di tossire, ci sono state prima le ripetute lamentele per quell'aria fredda sul collo (con una breve critica alle sale da concerto moderne, tanto per sistemare subito i padroni di casa), poi la paterna fatta all'unico sconosciuto che, sprezzante del pericolo, ha scattato una foto mentre Jarrett si avvicinava al microfono (chissà cosa avrebbe detto senza quello scatto, non lo sapremo mai).

Eppure resto dell'idea che se si va a un suo concerto, conviene portarsi le caramelline per la tosse e lasciare fotocamera a casa e telefono in tasca. Si sta per assistere a una performance unica, irripetibile, che comincia e finisce nel momento stesso in cui le note interrompono il silenzio di cui dicevo prima, per poi lasciargli di nuovo il posto. Per questo non mi sono sentito di criticarlo, quando ha detto: "Quando sarò morto potrete venire qui e fare tutte le foto che volete". E per questo non trovate una foto del concerto di Firenze a corredo del mio articolo.

di Luca Bonistalli

Libreria Fahrenheit 451
Via Antonelli 35 - Pistoia
Tel 0573.1942862

Book Storie

Joshua Ferris

SVEGLIAMOCI PURE MA A UN'ORA DECENTE



(Neri Pozza, 370 pp. 17 euro)

Joshua Ferris è un segreto molto ben custodito tra i lettori nel nostro Paese: è poco conosciuto eppure i suoi libri producono alcune delle letture più intelligenti in cui imbattersi. "Svegliamoci pure ma un'ora decente" rimane nella scia del precedente "Non conosco il tuo nome" e prima ancora del fulminante esordio "E poi siamo arrivati alla fine" - in Italia tutti pubblicati da Neri Pozza. Il filo conduttore che lega i tre romanzi è la supremazia dell'ateismo. Il protagonista di "Svegliamoci pure..." è Paul O'Rourke; di lavoro fa il dentista. Ha uno studio con cinque sale tra cui si destreggia egregiamente vicino a Park Avenue. Gli piace il baseball e le domeniche mattina a Central Park, come a un qualsiasi abitante della Grande

mela.

La scrittura di Joshua Ferris brilla per il ritmo e le osservazioni acute e spesso ciniche di Paul. Tutto nelle mani dell'autore può diventare un magico esercizio di prosa dove avvengono i fatti più diversi. Il racconto degli amori del protagonista è assurdo e insieme ironico ed emozionante.

All'improvviso la vicenda cambia trama e ritmo quando irrompe sulla scena un falso sito dello studio dentistico. Sembrerebbe un furto d'identità, o meglio, un attacco portato verso Paul attraverso la rete. Le pagine cambiano in continuazione, le pagine del sito intendo, e vi sono riferimenti alla Bibbia e alle prime famiglie ebraiche. In particolare l'autore della falsa pagina di O'Rourke, da qui in poi ci riferiremo a lui come a "il falsario", parla degli Ulm, un'antica tribù ebraica che è stata sterminata e di cui rimarrebbero al mondo solo quattrocento discendenti. Paul cerca informazioni, ma nessuno storico ha mai sentito parlare degli Ulm che sono stati perseguitati nel corso della storia. Perché? "Gli Ulm credevano soltanto di avere l'obbligo di dubitare di Dio. Questo irrita la gente". Appare pure un profilo twitter

E' eccezionale come Joshua Ferris riesca a gestire situazioni assurde al limite del grottesco e a farle rientrare, invece, in una narrazione in apparenza classica. Joshua Ferris regala al lettore personaggi memorabili, primo tra tutti l'io narrante Paul O'Rourke, tutti invidiati in situazioni di disagio oppure di totale sconforto.

"Svegliamoci pure, ma a un'ora decente" è un romanzo strabiliante e un po' folle, contiene di tutto, ma chi avrà il coraggio necessario si troverà immerso in un vero capolavoro, un'opera unica che può ricordare molto da vicino il grandissimo romanzo di John Barth, "L'opera galleggiante" e come questo splendido classico della letteratura americana, l'opera di Joshua Ferris, credetemi, merita tutta la vostra ammirazione.

Fahrenheit 451

Libreria

Via Antonelli 35 - Pistoia
0573 1942862 - fahr451@alice.it



Specialisti dal 1924

Forniture alberghiere all'ingrosso

Via Albinatico, 32
51019 Ponte Buggianese (PT)
Tel. 0572/636615 Fax 0572/636616

www.meialberghiera.com info@meialberghiera.com



di Davide Lemmi

Piccolo manuale per lo "spendi poco" e godi un sacco viaggiando. Vademecum e filo d'Arianna tra le mille offerte del mondo di internet

On the road

Capodanno a Parigi



Parigi è scontata a capodanno? Non penso, siamo tutti pronti a sventolare la bandiera del "Je suis Charles", ma di concreto niente. E allora perché no? Perché non contribuire alla ricostruzione della pace? Basta poco: basta un viaggio in una delle mete più belle di sempre. Tornare alla tranquillità, con le Champs Elysees pieni di turisti, la torre Eiffel fotografata dagli Iphone ed i locali pieni di affamati italiani appena usciti dalle vie dello Shopping. Sì, la pace si raggiunge anche con un viaggio, con un calcio alla paura. Tutti insieme. E allora basta poco a prenotare su un qualche sito web e goderci qualche giorno nella capitale francese. Partiamo dal volo, la soluzione migliore è trovare un buon sito web che compari i prezzi di tutte le

compagnie aeree. Ultimo dell'anno o non ultimo dell'anno questo è il problema? Quindi per accontentare tutti cercheremo di valutare sia l'uno che l'altro. Il primo viaggio considera le date dal 26 al 30 dicembre, il secondo dal 28 dicembre al 2 gennaio. Quattro notti per capodanno escluso, cinque incluso. Senza indugi, digitiamo "skyscanner" nella barra di Google e vediamo sul sito quali sono le migliori soluzioni. Con partenza da Pisa il 26 dicembre e ritorno il 30 abbiamo trovato un volo misto EasyJet e Ryanair che ha un costo totale di 300 Euro per due persone. Una buona soluzione visto che l'andata atterra in mattinata ad Orly, vicino al centro di Parigi. Una volta prenotato l'aereo andremo a concentrarci sull'alloggio. Come già sapete, i prezzi sono relazionati al tipo di albergo che vi ospiterà. I b&b hanno un ottimo prezzo, da 50 Euro con soluzioni in doppia e vicini al centro città. I quattro stelle,

se siete amanti della comodità, partono da 70 Euro. Se invece avete esigenze di portafoglio più ristrette o volete provare l'opzione ostello i costi si abbassano ulteriormente fino ad un minimo di 12 Euro. Un piccolo consiglio: prenotate gli alberghi con Trivago, ma per la soluzione ostelli utilizzate Hostelworld. Due buone notizie per gli amanti del "capodanno fuori". Sorprendentemente il prezzo del volo Pisa-Parigi costa meno. Solo 220 Euro andata, in mattinata, e ritorno, nel pomeriggio, per due persone: con Ryanair all'andata ed Easyjet al ritorno. I costi dei pernottamenti rimangono sostanzialmente gli stessi, per tutte le categorie già analizzate. Ricapitolando: dal 26 al 30 dicembre il prezzo totale è di 500 Euro per due persone; dal 28 dicembre al 2 gennaio il prezzo scende a 470 Euro. Ricordate che la soluzione con ultimo dell'anno incluso ha una notte in più.



di Fabio Zucconi e Elisabetta Ricci

Via Vacchereccia, 11 - Massa e Cozzile (PT)

Cell. +39 333 600 56 07

doramolder@gmail.com

Chiuso il Martedì e Mercoledì

BAR PIZZERIA

RICAROKA CAFE'

Aperitivi - Pizza al taglio e da asporto - Pranzi di lavoro

Via Arrigo Boito 5, Ponte Buggianese (PT) - Tel. 0572.930144



di Dott. Luca Barni - Osteopata (D.O.)

Luca Barni è laureato in Scienze Motorie e perfezionato in Posturologia.

Salute & Benessere

Forma e Funzione dei muscoli

2ª parte

Vi sono 4 possibili movimenti che un muscolo può effettuare:

1- Ad ampiezza completa, sia per ciò che concerne lo stiramento che la contrazione.

2- Con stiramento completo, ma contrazione incompleta.

3- Con stiramento incompleto, ma contrazione completa.

4- Ad ampiezza incompleta, sia per ciò che concerne lo stiramento che la contrazione.

1. Il primo caso presenta una situazione di ampiezza completa. Il muscolo parte da una condizione di stiramento completo, ossia le sue inserzioni tendinee sono posta alla massima distanza, e termina il movimento con una contrazione completa, ossia avvicinando al massimo i capi di inserzione. Il muscolo, cioè, sfrutta tutta l'ampiezza di escursione. Come esempio, esaminiamo la flessione dell'avambraccio sul braccio ad opera del Bicipite brachiale. Partendo da un atteggiamento di braccio esteso, semipronato, e retroposto, si allontanano i capi di inserzione, quelli prossimali, situati sulla scapola, e quello distale, situato sul radio: lo stiramento è completo.

Se da questa posizione si arriva a flettere completamente l'avambraccio, supinandolo, e anteroponendo il braccio, avremo svolto un movimento di ampiezza completa. In questo caso, un lavoro abituale di questo tipo, produrrà un allungamento del ventre muscolare, e un accorciamento dei tendini pari all'entità

dell'allungamento della parte contrattile. La lunghezza del muscolo in toto, a riposo, non avrà subito cambiamenti. L'ampiezza del movimento che potrà compiere il Bicipite brachiale sarà massima, perché vi è un aumento di lunghezza del ventre muscolare.

2. Nel secondo caso, invece, il movimento risulta di ampiezza incompleta a carico della contrazione, pur sussistendo uno stiramento completo: il Bicipite brachiale, sempre continuando con l'esempio precedente, parte da un atteggiamento di massimo al-

In questo caso, un lavoro abituale di questo tipo, produrrà un accorciamento del ventre muscolare, e un allungamento dei tendini superiore all'entità dell'accorciamento della parte contrattile. La lunghezza del muscolo in toto, a riposo, avrà subito un aumento. Risulterà diminuita anche l'ampiezza del movimento che potrà compiere il Bicipite, essendo diminuita la lunghezza del suo ventre muscolare.

3. Nel terzo caso, il movimento risulta di ampiezza incompleta a carico dello stiramento, pur effettuandosi una contrazione

questo caso, un lavoro abituale di questo tipo, produrrà un accorciamento del ventre muscolare, e un mantenimento della lunghezza dei tendini. La lunghezza del muscolo in toto, a riposo, avrà subito una diminuzione. Risulterà diminuita anche l'ampiezza del movimento che potrà compiere il Bicipite, essendo diminuita la lunghezza del suo ventre muscolare.

4. Nel quarto caso, il movimento risulterà di ampiezza incompleta sia a carico della contrazione che dello stiramento: partirà da una posizione di non completa estensione dell'arto, e giungerà ad un'incompleta flessione dell'avambraccio. Con un abituale movimento di così limitata ampiezza, si accorceranno sia i tendini che il ventre muscolare, ed il muscolo in toto risulterà, a riposo, più corto. Dalle quattro condizioni sperimentali ora esposte, possiamo dedurre quale sia il lavoro specifico normale dei principali gruppi muscolari. È chiaro, ad esempio, che i muscoli del treno portante e di quelle prensile, che hanno una funzione dinamica e motoria, necessitano di movimenti di ampiezza completa (1° caso), rapidi e di grande ampiezza. Lo stesso dicasi del Gran Pettorale e dello Psoas. Viceversa, i muscoli delle docce vertebrali dorsali, dovranno lavorare in condizioni di stiramento incompleto e contrazione completa (3° caso), per attuare il raddrizzamento del dorso.

I lombari, dovranno essere allungati per ridurre la lordosi, quindi

necessitano di contrazioni incomplete e stiramenti completi (2° caso). I muscoli addominali, dato che hanno una funzione di mantenimento delle posture e di contenzione dei visceri, vanno fatti lavorare come i dorsali, con contrazioni di ampiezza incompleta e contrazione completa: un allungamento di essi sarebbe quanto mai controproducente. Tutti questi muscoli, con l'esclusione di quelli del treno portante e prensile, devono attuare contrazioni lente e intense, perché si realizzi la loro funzione statica. Comunque, questi principi trovano la loro principale applicazione nel trattamento correttivo dei paramorfismi. Nelle scoliosi, i muscoli delle docce vertebrali della parte convessa, risultano allungati, e quelli della parte concava accorciati. Quindi il ripristino della normale lunghezza finalizzato al raddrizzamento della colonna, dovrà essere attuato con l'ausilio dei movimenti descritti. Anche nel caso delle ginocchia valghe o vare, si assiste ad uno squilibrio morfologico e funzionale tra muscoli adduttori e abductori, che potrà essere ripristinato eseguendo movimenti di ampiezza incompleta del 2° e 3° caso.

Bibliografia:

Chinesiologia applicata per fitness e body building - Società Stampa Sportiva
Biomeccanica sportiva. Teoria e applicazioni - di Michele Fiorino

Dott. Luca Barni
Osteopata (D.O.)



lontanamento dei suoi capi di inserzione, avambraccio semipronato, esteso e braccio retroposto, ma non termina completamente la contrazione, fermandosi, ad esempio, ad una flessione limitata dell'avambraccio.

completa: l'avambraccio termina in completa flessione, supinato, e col braccio anteposto, ma partendo da un incompleto allontanamento dei capi di inserzione del Bicipite, ad esempio ad un'incompleta estensione dell'arto. In



- Recupero Funzionale
- Cardio
- Posturale
- Forza
- Valutazione dello Sportivo
- Analisi Posturali
- Trattamenti Osteopatici
- Valutazioni Metaboliche
- Piscina termale



Per informazioni
Dottoressa Daniela Barni - tel. 338.2038804
Dottor Francesco Bruni - tel. 338.125837

c/o Terme Redi
Viale Marconi, 2 - Montecatini Terme 51016 (PT)



MONTECATINI TERME

Città del Natale



LA CASA DI BABBO NATALE
 IL VILLAGGIO DEGLI ELFI
 LA MAGIA DI BABBO NATALE
 IL BOSCO DEGLI ELFI
 IL PICCOLO REGNO INCANTATO
 MONTECATINI TERME ON ICE
 IL PARCO DI PINOCCHIO
 JURASSICA

IL PARCO DEI FALCHI
 LE TERME@NATALE
 NATALE IN GIOSTRA

TERMELAND
 I PONY DI BABBO NATALE
 NATALE CON PEPPA
 IL COVO DELLA BEFANA
 L'ANGOLO DI SANTA CLAUS
 LABIMBOTECA.IT
 NATALE AL TEATRO VERDI
 MY KART

DAL 6 NOVEMBRE AL 6 GENNAIO

Il Natale a Montecatini Terme è ancora più speciale

VIVI LE ATTRAZIONI DELLA NOSTRA CITTÀ CON TUTTA LA FAMIGLIA



www.cittadelnatale.it