

QUELLO CHE C'È[®]

10.000
COPIE

mensile di Vita,
Eccellenza e
Buonumore

marzo 2011
copia gratuita

Fratelli d'Italia

**17 marzo 2011:
150 anni dopo, quanta Italia c'è
ancora da fare?**

**gli eventi del
mese di marzo**
pagina 12

**ambiente, speranze per
un futuro migliore**
pagina 20

**speciale
festa della donna**
pagina 10

Il commissario straordinario del Consorzio di bonifica del Padule di Fucecchio Gino Biondi ha approvato gli interventi di manutenzione ordinaria sui corsi d'acqua del comprensorio per il 2011. "Come noto la manutenzione ordinaria - spiega Gino Biondi - è la competenza principale di ogni consorzio e serve a rendere più sicuro il territorio dove viviamo, attraverso il taglio della vegetazione sugli argini e col ripristino dei

corsi d'acqua dove necessario. La manutenzione ordinaria viene effettuata con i contributi che ogni cittadino paga annualmente al Consorzio.

È quindi giusto e doveroso che spieghi pubblicamente in che modo questi soldi vengono spesi in modo da rendere più trasparente l'operato del nostro ente. Tengo anche a sottolineare come questi interventi vengono progettati tenendo conto di più fattori: le indicazioni dei nostri tecnici, le richieste da parte delle amministrazioni comunali e, fin dove è possibile dei suggerimenti dei nostri cittadini. Il nostro consorzio da

sempre ha preferito non avvalersi di operai propri ma di affidare questi lavori in appalto attraverso gare pubbliche. In questo modo grazie ai ribassi d'asta è possibile anche reinvestire in altri interventi questi risparmi. Da diversi anni poi affidiamo ai coltivatori diretti del posto gli interventi nella parte collinare, o nei tratti urbani o laddove è necessario operare a mano e non con le macchine.

Come spesso amo ripetere in questi casi il vantaggio è multiplo: lasciamo il reddito sul territorio e abbiamo la sicurezza di avere degli interventi a regola d'arte perchè i coltivatori conoscono più di ogni altro le caratteristiche delle zone d'intervento e sono i primi poi a beneficiare di questa manutenzione. Si creano insomma delle vere e proprie sentinelle d'acqua".

L'importo complessivo delle opere di manutenzione ordinaria per il 2011 è di 2 milioni e 750mila euro così suddivisi. Lavori di manutenzione ordinaria da compiersi sui corsi d'acqua di competenza del Consorzio sui 10 macrobacini di intervento: 1 milione e 950mila euro. Tratti urbani e opere idraulico-forestali (16 interventi) 450mila euro. Interventi da compiersi nelle zone montane e collinari (5 aree) 300mila euro. Manutenzione degli impianti consortili 50mila euro.



OSTERIA

IL FORNELLO
DA GABRIELE
... Ove mangiare è un piacere.
cucinare è un'arte.



Immerso tra filari di vite della meravigliosa campagna toscana, questo splendido complesso rustico vi attende per farvi gustare ghiotti piatti tradizionali e cucina stagionale:

*asparagi di Pescia
funghi porcini della Garfagnana
insalatina di ovuli freschi
tartufo bianco di San Miniato
pesce fresco*

Inoltre le ricette innovative dello Chef Gabriele.

Locale interamente climatizzato. A disposizione della nostra clientela giardino estivo.

via Mammianese, 5 località MARGINONE - Altopascio (Lucca) - tel. 0583.216528
www.ristoranteilfornello.it info@ristoranteilfornello.it



LOCALE ADATTO PER CERIMONIE
con menu personalizzati di carne e di pesce

CIONI SPORT

Abbigliamento e attrezzature sportive dal 1979

SPECIALIZZATO IN RUNNING, SCI, CALCIO

NUOVI ARRIVI PRIMAVERA ESTATE E ANCORA SALDI SU TUTTO IL COMPARTO NEVE

NIKE - ADIDAS - PUMA - DEHA.DANZA - QUICK - ATOMIC - NORDICA.TECNICA
DOLOMITE - COLMAR - MIZUNO - ASICS - SPYDER - SILVER - PHENIX

UZZANO

(Pistoia)

via Francesca Vecchia, 6
tel. 0572.451127
fax 0572.451127

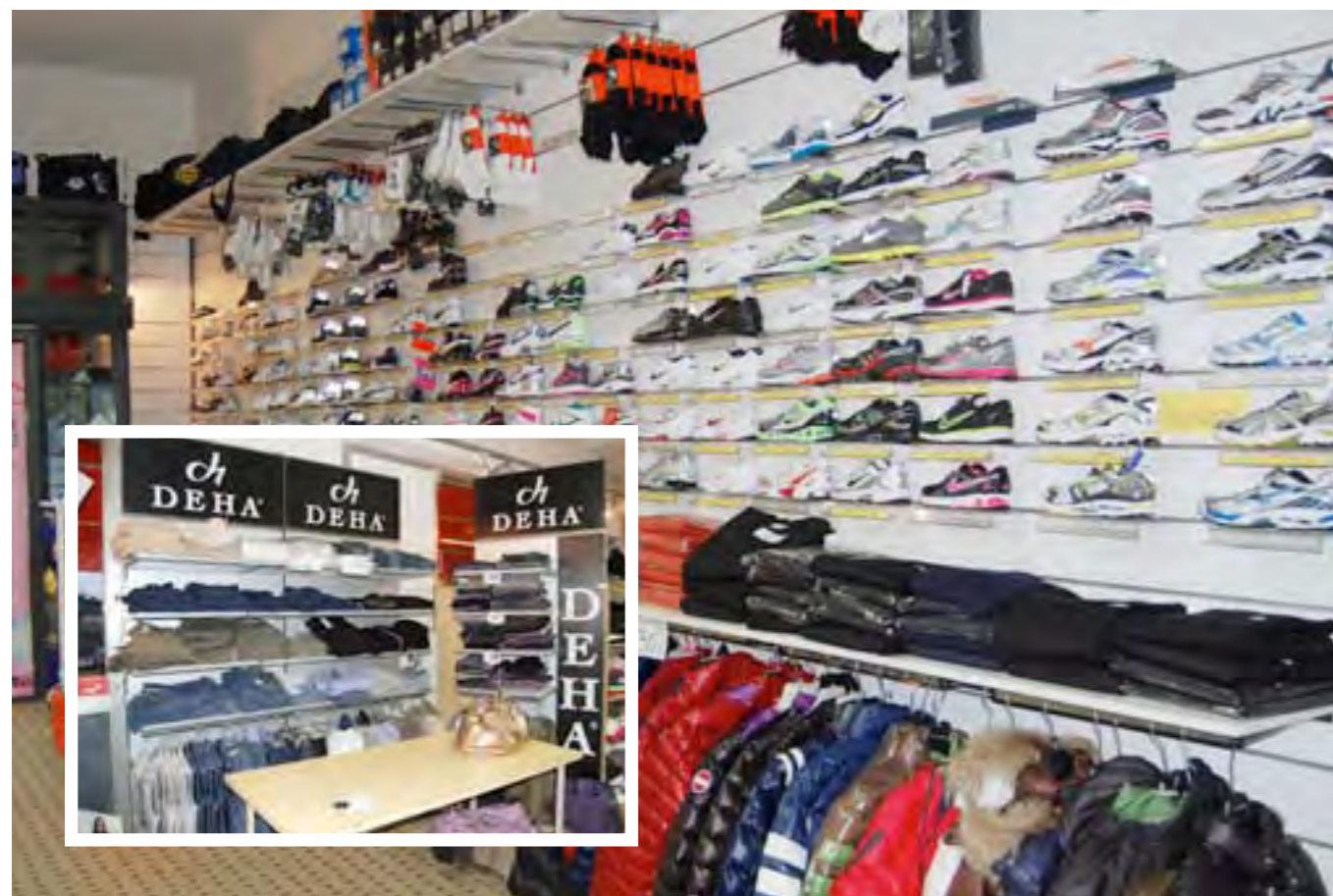
MONTECATINI TERME

(Pistoia)

corso Roma, 98
tel. 0572.71875
fax 0572.71875

PISTOIA

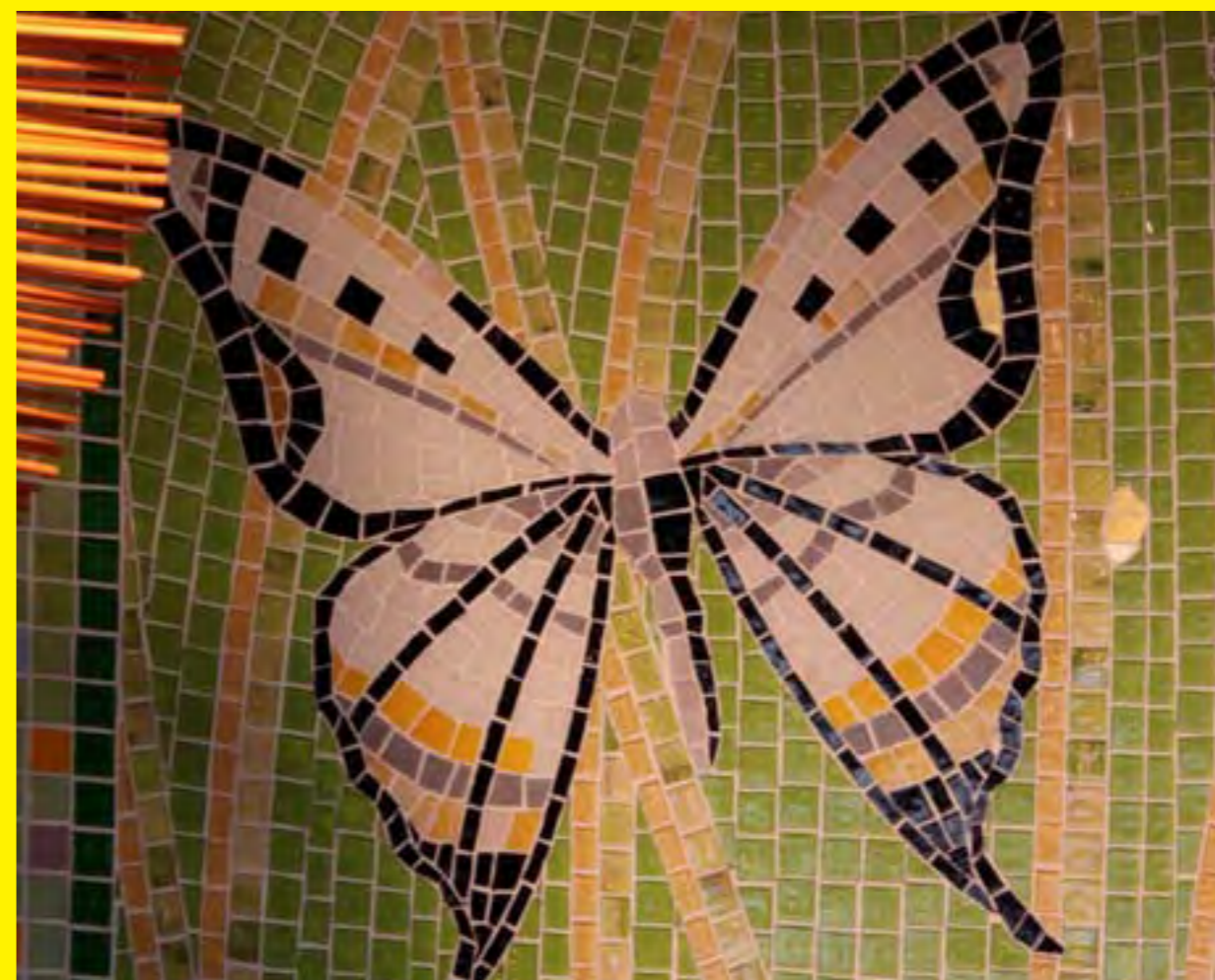
via Sestini, 34
tel. 0573.450801
fax 0573.450801



CARALLI

TUTTO PER L'EDILIZIA

idrosanitari - caminetti - pavimenti - rivestimenti



MASSA E COZZILE (Pistoia)
via FRATELLI ROSSELLI, 8 - LOC TRAVERSAGNA
tel. 0572.79338 (4 linee r.a.) - fax 0572.911659

www.carallisrl.it info@carallisrl.it

Il Don Chisciotte, l'editoriale del direttore

la cura

È tutta una questione di vitalità. Abitiamo un luogo e un tempo nel quale l'assenza di lungimiranza, la mancanza di senso civico e il diffuso malessere da carenza di autostima, ebbene, mi ammalano. È un male endemico, temo.

Un male che il mio sogno, cioè, il nostro giornale cercherà sempre di medicare. La cura: vitalità. Presenza di spirito. Capacità di sorridere. Tendenza maniacale alla soddisfazione delle proprie aspettative che ci porta a rivoluzionare la grafica dopo una sola uscita. Volontà razionante di esprimere di più che ci costringe a scrivere più articoli, più brevi e più intensi. Una cura, sì: prima di tutto per noi stessi.

Poi, superbamente, per chi ci legge. E per chi sceglie di essere presente sul nostro giornale. Perché vogliamo essere vincoli di vitalità. Costringere a vedere il bello, senza dimenticarlo. A gustare il buono, senza sciacquarci la bocca. A predicare il sano, senza intaccare la propria fede in se stessi dopo il primo inciampo. Vitalità, quindi. Presenza di spirito.

Capacità di sorridere. Perché il nostro Paese ha bisogno di noi. Il mondo tutto ha bisogno di noi. Di noi che vogliamo la vitalità. Senza se, e senza ma. Perché we care, always.

Simone Ballocci - direttore

“Quello che c'è” aderisce a “Sveglia Italia”, iniziativa del mensile “Wired” con la quale si richiede l'inserimento nella Costituzione del diritto inalienabile di ogni cittadino italiano ad accedere ad internet, e la destinazione di ogni fondo reperibile per fare della banda larga la più grande opera italiana del XXI secolo.

Per info: mag.wired.italia/svegliaitalia.

marzo 2011, n° 2 anno IX registrazione Tribunale di Pistoia al n° 3/2003 reg. Giornali e Periodici. Periodico Mensile a Distribuzione Gratuita.

Editore: M&D Formazione di Barlocco Guido
Redazione: via Ponte Buggianese, 1C/1D - Buggiano (PT) tel. 0572 33555
quellochece@md-formazione.com
telefono 0572.33555
pubblicita@quellochece.com

Direttore Responsabile: Simone Ballocci
direttore@quellochece.com
Redazione: Simone Ballocci, Guido Barlocco, Andrea Marchetti, Denise Spadoni, Chiara Torrigiani

Grafica e impaginazione: Michelotti Sebastiano
grafica@quellochece.com
Stampa: Nuova Cesat Coop s.r.l. - Firenze

LA REDAZIONE NON È RESPONSABILE DI VARIAZIONE/CANCELLAZIONE DELLE DATE DEGLI EVENTI E DELLA EVENTUALE VARIAZIONE DEI DATI INDICATI DAGLI INSERZIONISTI. TUTTI I DIRITTI RISERVATI.

8 Speciale Unità d'Italia
Dare i numeri per festeggiare un Paese che se lo merita

10 Donna, ti amo!
8 marzo, voce alle donne

12 Voglia di eventi
Il giro di Toscana in 80 (e più) manifestazioni, sagre e feste

Il cibo dell'anima
18 PisArt Expo A Pisa, esplosione l'arte contemporanea

19 Sul palcoscenico, la pagina dei teatri

di sole ce n'è uno solo
20 facciamo chiarezza sulle energie rinnovabili
21 ristrutturazione energetica

tanta voglia di motori
25 Smog e eco-guida
27 Il soccorso stradale in un click

29 sì, viaggiare
Una perla tra le stelle delle Alpi

un amico comune in Comune
30 Comune di Monsummano Terme
31 Comune di Buggiano

una mela al mese
32 le lesioni muscolari
33 il diritto di provare emozioni
33 i falsi miti delle diete fai da te

34 non è vero che siamo soli
La famiglia, e tutto il mondo che gli sta intorno

imparare per volersi migliori
36 star bene a scuola

Mi voglio bene
38 uomini, attenti al borsello

41 L'appetito vien mangiando
Guida per mangiare bene

43 La macchina perfetta
Il piacere sportivo di portare di portare il proprio corpo all'estremo

47 chi cerca trova... lavoro
Cambia la tua vita con noi

48 un cuore grande così
Associazionismo e buona volontà

49 L'occasione
L'appuntamento con i mercatini

50 Le utilità
Una pagina da strappare e mettere nel portafoglio

sommario

Pièri

Tabaccheria Ricevitoria Edicola

**DA OGGI PUOI PAGARE
DA NOI LA MAGGIOR PARTE
DEI TUOI BOLLETTINI.
IN CONTANTI O CON BANGOMAT.**



RICARICHE

postepay

MEDIASET PREMIUM



**BOLLO
AUTO**



BOLLETTE



GIOCO DEL
LOTTO

10^e
LOTTO

**Gratta
e Vinci!**



**Quartè
Quintè**

Vinci per la vita
WinforLife!

SuperEnalotto

**APERTURA
CONTO**

Totocalcio

Totogol



MONTECATINI TERME - Via Cividale ang. Tripoli
PER INFO 0572.74811
www.tabaccheriapieri.it

Breve storia di una grande impresa

il Risorgimento italiano a tappe



La storia del Risorgimento italiano è una vera e propria cavalcata. Ripercorrerla così, con l'ansimo di una corsa a tappe, dà la sensazione del fiato della storia, di quell'incidente umano che è stato l'Unità d'Italia, con i suoi protagonisti, i suoi moti, le sue idee. Con un solo, grande protagonista: il popolo. Che c'era già. E che aspettava

d'esser scoperto, come una nuova America. Eccola, la corsa a tappe. Eccola: la storia.

- 1820** – La rivolta di Nola e i primi moti a Napoli. Pellico e Maroncelli vengono incarcerati.
- 1821** – A marzo, i primi moti in Piemonte
- 1831** – Moti di Modena e in tutta l'Emilia Romagna. A luglio, Mazzini fonda la "Giovine Italia"
- 1834** – Mazzini fonda la "Giovine Europa". Durante una rivolta a Genova si evidenzia un patriota con tendenze di leadership e piglio da comandante: Giuseppe Garibaldi.
- 1842** – Moti in Romagna. Amari pubblica "I Vespri siciliani"
- 1844** – Spedizione dei Fratelli Bandiera
- 1847** – Cavour pubblica "Il Risorgimento". A Roma viene eletto sul soglio pontificio Pio IX
- 1848** – Dal 18 al 22 marzo, le "5 giornate di Milano". Il Granduca di Toscana concede la Costituzione. Scoppia la Prima Guerra d'Indipendenza.
- 1849** – Battaglia di Novara e fine della Prima Guerra d'Indipendenza: è una sconfitta. Carlo Alberto abdica in favore del figlio, Vittorio Emanuele II. Viene repressa l'esperienza della Repubblica Romana.
- 1852** – Cavour viene eletto capo del governo in Piemonte, sorretto da una maggioranza detta "il commubio", in quanto riuniva esponenti sia del centro-destra che del centro-sinistra
- 1853** – Nuova insurrezione di Milano, Martiri di Belfiore.
- 1855** – Guerra in Crimea. Cavour fa partecipare il Regno di Sardegna al fianco della Francia di Napoleone III
- 1857** – Spedizione di Peschiera. Nasce la "Società Na-



zionale"
1858 – Accordi di Plombières tra Napoleone III e il Regno di Sardegna di Cavour
1859 – Seconda Guerra di Indipendenza. Vittoria dei franco-piemontesi, con la Pace di Villafranca.

Insorgono Toscana, Parma e Modena.
1860 – L'anno fatale. Si annettono al Regno di Sardegna Toscana, Emilia, Romagna e Marche. Il 2 aprile Vittorio Emanuele inaugura il "Parlamento dell'Italia Settentrionale e Centrale". Il 5 maggio, da Quarto, uno scoglio presso Genova, parte la Spedizione dei Mille. Il 7 settembre Garibaldi, dopo una marcia trionfale, entra a Napoli. Il 21 e 22 ottobre la Sicilia e la Penisola meridionale votano il plebiscito. Il 26 ottobre, a Teano, Garibaldi incontra Vittorio Emanuele, e lo saluta quale "Re d'Italia".
1861 – L'anno dell'Unità. Il 18 febbraio viene inaugurato il Parlamento Italiano. Il 17 marzo a Torino viene proclamato il Regno d'Italia. Vittorio Emanuele II ne assume il trono.
1865 – La capitale viene spostata da Torino a Firenze. Viene approvato il nuovo codice civile.
1866 – Conquista del Veneto: Venezia entra nel Regno d'Italia.
1870 – La Breccia di Porta Pia: Roma viene liberata dal potere temporale del Papa. Subito indetto il plebiscito per l'annessione del Lazio
1871 – Il 27 gennaio Roma è capitale d'Italia. Il 2 luglio solenne entrata in città di Vittorio Emanuele II.
1915 - 1918 La Grande Guerra fa raggiungere il traguardo finale: vengono annesse Trento e Trieste. L'unità del Paese è compiuta.

Fonti: cronologia.leonardo.it/; digilander.libero.it/iccasteldario/media/mantovaris/cronologia.htm; it.wikipedia.org/wiki/Risorgimento.



Unità, l'Italia?

i mille dubbi di un paese che dà i numeri

1861 - 2011: sono 150 anni. In questi 30 lustri, la nostra nazione ha visto di tutto: una dittatura, quattro re, undici presidenti della Repubblica, 19 premi Nobel, tre capitali, sedici legislature parlamentari repubblicane, due guerre mondiali, cinquantasei governi dalla proclamazione della Repubblica ad oggi, una olimpiade estiva in casa, una moltitudine di manifestazioni di piazza, decine di scioperi generali, la definizione e la proclamazione di 20 regioni, innumerevoli premi oscar, 191 ori olimpici, due avventure coloniali, quattro campionati del mondo di calcio vinti. Numeri d'un paese giovane. E unito? Diamo altri numeri. Per raccontare la storia dell'Unità d'Italia. Una storia incompiuta.



- 700mila:** le persone che hanno abbandonato il Mezzogiorno dal 1997 al 2008.
- 122mila:** i residenti persi dal Sud nel solo 2008.
- 60mila:** i rientri al Sud nel 2008.
- 173mila:** gli emigranti "precari" nel 2008, ovvero i pendolari di "lungo raggio" dal Sud al Nord (nel 2008)
- 80%:** la quota di emigranti "precari" che ha meno di 45 anni (nel 2008).
- 19 ore e 25 minuti:** il tempo impiegato dall'Espresso 1927 per andare da Milano a Palermo (fonte Trenitalia.it).
- 14 ore e 25 minuti:** il tempo impiegato in auto da Milano a Palermo (fonte google maps).
- 31.1 anni:** età media dei migranti dal sud nel 2008.

- 17%:** la quota della popolazione dai 15 ai 24 anni che ha un lavoro nel meridione (dato 2007).
- 30%:** la quota della popolazione dai 15 ai 24 anni che ha un lavoro nel centro-nord (dato 2007).
- 19.2%:** la percentuale di lavoratori irregolari nel Mezzogiorno (dati 2008).
- 9.2%:** la percentuale di lavoratori irregolari nel centro-nord (dati 2008).
- 22%:** tasso di disoccupazione al sud (2007).
- 6.2%:** tasso di disoccupazione al nord (2007).
- Dal 14% al 22%:** la quota di quindicenni con livelli molto bassi di apprendimento nel meridione (dati 2006).
- 8%:** quota di quindicenni con livelli molto bassi di apprendimento nel centro (2006).
- 5%:** quota di quindicenni con livelli molto bassi di apprendimento nel nord (2006).
- 20%:** quota degli edifici precariamente adattati a scuole nel Meridione (2009).
- 15%:** quota degli edifici precariamente adattati a scuole nel centro (2009).
- 9%:** quota degli edifici precariamente adattati a scuole nel nord (2009).
- 32%:** la quota degli edifici scolastici con

- livello scadente nei servizi primari al meridione (2009).
- 22%:** la quota degli edifici scolastici con livello scadente nei servizi primari, centro-nord (2009).
- 38.9%:** i diplomati che lavorano a 3 anni dal conseguimento del titolo nel mezzogiorno (2008).
- 49.1%:** i diplomati che lavorano a 3 anni dal conseguimento del titolo al centro (2008).
- 56.0%:** i diplomati che lavorano a 3 anni dal conseguimento del titolo al nord (2008).
- 59.2%:** i laureati che lavorano a 3 anni dal conseguimento del titolo nel sud (2008).
- 82.6%:** i laureati che lavorano a 3 anni dal conseguimento del titolo nel centro-nord (2008).
- 41.5%:** la percentuale dei laureati meridionali che, a 3 anni dal conseguimento del titolo, lavora al centro-nord (2007).
- 40%:** la percentuale dei laureati meridionali che lavora al centro-nord e che si è laureata con 110 o 110 e lode (2007).
- 45:** i punti di differenziale di pil per abi-

tante tra nord e sud, quota praticamente immobile dal 1961 ad oggi.

- 30%:** le famiglie che lamentano irregolarità nella distribuzione dell'acqua in Sicilia (2008).
- 21.8%:** le famiglie che lamentano irregolarità nella distribuzione dell'acqua nel meridione (2008).
- 9%:** le famiglie che lamentano irregolarità nella distribuzione dell'acqua nel centro-nord (2008).
- 83%:** i rifiuti inviati in discarica nel meridione (2008).
- 70%:** i rifiuti inviati in discarica nel centro (2008).
- 30%:** i rifiuti inviati in discarica al nord (2008).
- 3 volte:** il grado di insoddisfazione per il servizio elettrico delle famiglie del sud rispetto a quelle del nord.
- Il doppio:** le persone che lamentano file alle poste superiori ai 20 minuti nel sud rispetto a quelle del nord.
- 1000 giorni:** durata media dei procedimenti di cognizione per le cause da lavoro nel Sud.
- 500 giorni:** durata media dei procedimenti di cognizione per le cause da lavoro nel centro-nord.
- 1582 giorni:** la durata media delle fasi amministrative per la decisione di un'opera pubblica in Sicilia.
- 1120 giorni:** la durata media delle fasi amministrative per la decisione di un'opera pubblica in Campania.
- 583 giorni:** la durata media delle fasi amministrative per la decisione di un'opera pubblica in Lombardia (2008)
- 1.8%:** la percentuale dei bambini accolti in asilo nido al sud
- 15%:** la percentuale dei bambini accolti in asilo nido al centro-nord.
- 2milioni:** gli occupati esclusi da ogni tutela in Italia (2008, Svimez).
- 650mila:** gli occupati esclusi da ogni tutela nel Meridione (2008, Svimez).

Fonti: saggio "Ma il Cielo è sempre più su", di Bianchi e Provenzano, Castelvecchi Tazebao editore (2010); it.wikipedia.org; www.governo.it; www.quirinale.it; www.senato.it; www.repubblica.it; www.corriere.it.





“Ho 39 anni, sono single, due lauree [...], due master, uno in economia e uno in studi storici, una specializzazione, un dottorato di ricerca e... un gran bel fondoschiena. Ebbene sì, signori miei, il mio primo impatto con la classe “maschio italiano” è sempre il suo sguardo insistente su quella qualità della quale io non ho nessun merito. [...] Ho un bell'affannarmi a parlare: la replica, nel migliore dei casi, è: <<pure intelligente...>>”.

Così scriveva Mila Spicola il 17/07/2007 su Repubblica.it, rispondendo ad un articolo comparso sul Financial Times che criticava il trionfo di veline e donne nude in Italia. Il titolo era: “Se il mio fondoschiena vale più di due lauree”. Lo so: è maschio-centrica come impostazione.

Ma io maschio lo sono, e – come dire – mi vergogno. Ecco: voglio festeggiare l'8 marzo dicendolo apertamente: sono maschio, e mi vergogno. Mi vergogno che nel III millennio ci sia ancora bisogno di un “Ministero per le Pari Opportunità”. Mi vergogno delle donne esposte nelle pubblicità per irretire la mia attenzione. Mi vergogno della parola “sex”, ancora tra le prime tre più cercate sui motori di ricerca di tutto il mondo. Mi vergogno per gli spogliarelli – sì, anche per quelli – mi vergogno. Per essere meno maschio-centrico, ho deciso di dare spazio alla voce di donne alle quali ho chiesto: “Che vuol dire essere donna, oggi?”. Perché io mi vergogno. Ma voi, no. Guai, sarebbero. Per tutti. Anche, e soprattutto, per me. In quanto maschio. Anche se mi vergogno.

Simone Ballocci

“Credo che essere donna sia un concetto atemporale. Non lo si può collocare in una data poiché in ogni istante della storia la donna ha dovuto combattere contro qualcosa. Da femminista convinta e consapevole dico che oggi abbiamo imparato a scendere a compromessi. 50 anni fa 2 donne su 10 avrebbero accettato di andare ad un colloquio di lavoro con il decolté scoperto. Oggi 10 su 10. E questo perché abbiamo a che fare con uomini cerebralmente limitati. Si va a decolté scoperto ma poi si dimostrano le proprie capacità. Ecco cosa vuol dire per me essere donna oggi. Far credere di essere un po' “galline” per sfoderare in seguito tutte le proprie doti intellettuali. E ad essere sincere non credo che le cose miglioreranno in futuro. Come donna di questo secolo dico che abbiamo imparato a sfruttare i punti deboli degli uomini. Loro credono ancora di dominare ma in realtà noi, come in tutte le cose della vita, li stiamo solo ingannando. Non è sempre semplice per noi, ma è così”.

Martina, Pozzuoli (NA), Giornalista

“Essere Donna oggi significa essere disarmata contro il pregiudizio e una cultura ancora maschilista. Significa provare ad abbattere il muro della “tradizione” che ti relega in luoghi e ruoli precisi a mani nude, perché gli strumenti li hanno gli uomini, che non li usano e difficilmente si pongono il problema. Significa provare tutti i giorni a essere diversa dagli stereotipi del mondo di carta dei media e continuare, comunque, ad essere Donne. Con tutte le cose magnifiche e terrificanti che esserlo porta con sé”.

Cristina, Monsummano Terme, Politica.

“A fine anni '70, una bambina di 11 anni, appartenente al mondo occidentale, era orgogliosa del suo essere donna, ma soprattutto della sua dignità di essere umano. Felice di vivere in una società in cui le differenze di genere non erano livellate, ma superate in un'ottica di egualitarismo.

Un dato acquisito dal suo DNA. Sono trascorsi trent'anni e ora, quella bambina, trasformata in donna matura, si ritrova in una piazza fisica e simbolica, con il viso segnato dal tempo, a rivendicare una femminilità sostanziale che va oltre un'estetica (in senso lato) imposta dai dettami di una società ripiegata su un ottundente conformismo in salsa hi-tech”.

Amanda, Roma, Giornalista.

“Essere donna oggi è vedere una guerra quasi vinta, la parità dei sessi è davanti a noi tutti i giorni, siamo delle suffragette riuscite nel loro intento. Dovremmo festeggiarci tutti i giorni, non solo l'8 marzo”.

Michela, Monsummano Terme, Studentessa

“Donna è la dolcezza negli occhi di una bambina, l'incertezza verso il futuro di una giovane, una carezza di madre. Donna è, talvolta, una sensibilità incompresa e spesso celata dietro un'apparente complessità emotiva. Donna è forza, vita, e immenso amore”.

Antonella, Montecatini Terme, Responsabile di un punto vendita.

Lago Ninfea, a Valenzatico (Quarrata), **cena** con antipasto, 2 primi, secondo, caffè e bevande, il tutto a 20 euro! **Musica** con DavidBit e Aka Balomix. Per info: 0573 734178, 392 4749177.

Polisala Gambrinus, in via Mazzini a Borgo a Buggiano, dalle 20 in poi musica e balli con “Lauro” (fonte www.montecatiniturismo.it).

Lucca, Mimosa Jazz Festival, Lucca Jazz Donna 2011, VII Edizione. Tanta buona musica per omaggiare tutte le donne in questa speciale serata ad ingresso gratuito. Presso il supermercato Coop di Sant'Anna, info centro.po@provincia.lucca.it; 0583 433435.

Stelle danzanti – questioni di donne, teatro delle Arti (Lastra a Signa – Firenze) a ingresso libero, uno spettacolo teatrale presentato in collaborazione con l'assessorato per le Pari Opportunità. Info al 055 87431.

I monologhi della Vagina, Firenze, Teatro Everest – Tratto dal capolavoro di Eve Ensler, è forse il più celebre spettacolo che

parla con ironia e inaspettata profondità dell'emancipazione della donna. Per info 055 2321754.

Le Panteraie – Lidò, Montecatini. La famiglia del Mamamia di Torre del Lago celebra la festa della donna con una serata spettacolare: Extremes Burlesques. Maschera facoltativa, ma si consiglia travestimento da uomo a donna e da donna a uomo, retrò, classico ma dinamico, osé ma very chic. Via delle Panteraie, 26 – Montecatini T, info@lepanterie.it, 0572 71958.

Terme dell'Emilia – Romagna, speciali pacchetti-benessere incentrati sui bisogni del gentil sesso. Informazioni su www.emiliaromagnaterme.it

“La sirena” - Teatro Comunale “Ciro Pinsuti”, Sinalunga (SI): spettacolo teatrale, regia e drammaturgia di Luca Zingaretti. Ingresso 10 euro. Info 0577 630247.

Ministero per i Beni e le Attività Culturali (MIBAC), Ingresso Gratuito a tutte le donne l'8 marzo. Per sapere quali musei, enti e associazioni abbiano aderito: www.beniculturali.it

Il palio dei Somari

Torrita di Siena si veste a festa per San Giuseppe, il Santo Lavoratore



Un tripudio di storia, colori e competizione: la festa del Palio dei Somari di Torrita di Siena giunge alla sua 53esima edizione. Nata nel 1966 per iniziativa di un gruppo di torritesi che voleva rendere omaggio a San Giuseppe, patrono dei falegnami, lo ritrae nel Palio, cioè nel drappo oggetto della contesa, sin dalla prima edizione.

A contendersi la vittoria le otto contrade di Torrita: Porta a Pago, Porta a Sole, Porta Gavina, Porta Nova, Le Fonti, Stazione, Refenero e Cavone. Tutte hanno i loro colori, il loro stemma, e le meravigliose comparse, vestite con abiti della metà del XV secolo, costituite dalla Dama, dal Principe, dall'Alfiere, dagli Sbandieratori e dai Tamburini.

Durante i giorni del Palio un'intera comunità si mobilita, per organizzare un vero e proprio viaggio nel tempo, scandito da un programma fitto di appuntamenti. Ecco i principali: sabato 12, alle 19.30, e domenica, alle 19, si aprono in pompa magna le taverne, luoghi magici di piatti tipici da mangiare a crepapelle. Sabato 19, alle 18.30, apertura del grande banchetto medioevale, e alle 22 la gara tra i tamburini e gli sbandieratori delle 8 contrade. Grande chiusura domenica 20: alle 11.45 il corteo storico, e alle 16 si corre il palio. Aspettando il 4 giugno, quando si correrà una speciale edizione, nel magico incanto di una gara in notturna. Quando: dal 12 al 20 marzo, ed anche dal 28 maggio al 4 giugno, quando verrà corsa una speciale edizione del Palio in notturna.



Per info: www.paliodeisomari.it,
tel. 0577.686571 oppure 347.1479201



Una lotta contro il tempo

23° gran premio della Valdelsa su carretti: una follia d'autore.

Una gara. A Casole d'Elsa. Provincia di Siena. Una gara, quindi: competitiva, e sfibrante. Con tanto di prove libere e warm-up. Il 23° gran premio della Valdelsa su carretti è una vera lotta contro il tempo: contro il cronometro degli altri, e contro il cronometro della storia, di quel vento addosso su un carretto a sfere che adesso, per i tanti bimbi ammalati di play station, si è fermato. Eccoli, il gran premio: una sfida anacronistica che mette in primo piano la forza di temerari che, con una tutina protettiva, un casco e un paio di guanti si lanciano su mini-mezzi con cuscinetti a sfere giù per un percorso impegnativo. Una lotta contro il tempo. Contro ogni tempo. Per essere liberi.



LEGENDA

- in **viola** le postazioni
- in **rosso** i contatti radio
- in **blu** il personale dei volontari + PROT. CIV.

Programma:

- Sabato 2 aprile:
 - ore 11.15: 1° discesa delle prove libere
 - ore 13.10: pranzo a Casole d'Elsa
 - ore 15.30: 2° discesa delle prove libere
 - ore 17.00: 3° discesa delle prove libere
 - Domenica 3 aprile:
 - ore 9.15: warm-up
 - ore 11.15: 1° discesa ufficiale
 - ore 13.10: pranzo a Casole d'Elsa
 - ore 15.00: 2° discesa ufficiale
 - ore 16.45: 3° discesa ufficiale
 - ore 18.40: premiazione al palazzo dei congressi.
- Il gran premio si disputerà anche in caso di pioggia.

Per info:

Paolo 349.4681667, casolevolley@libero.it



Marco, campione italiano 2010

Il principino è tornato

XIII Mostra-Mercato del Tartufo Marzuolo, il "diamante della terra"

E anche quest'anno è giunto il momento... Signore e Signori, il "PRINCIPINO" dal 19 al 20 Marzo torna di nuovo protagonista sugli stands e sulle tavole dell'Antico Borgo del Gusto, il meraviglioso scrigno medioevale di Cigoli, con la XIII edizione della Mostra Mercato del Tartufo Marzuolo, "Il Diamante della Terra", impreziosita dai patrocini del Comune di San Miniato, della Provincia di Pisa e della Regione Toscana. Degustazioni gratuite



lungo tutto il percorso espositivo faranno venire l'acquolina in bocca al punto da doversi per forza fermare o al ristorante "I giorni del Tartufo", dove verranno presentate le creazioni del cuoco Yuri Biligiardi, de "il Convio" di San Miniato, o alla pizzeria "La Terrazza", che sfonerà in esclusiva la rinomata pizza "Marzolina", prelibatezza al tartufo.

Calendario ricchissimo di eventi: dimostrazione di escavazione del tartufo, gara della Domenica, laboratorio interattivo per Bambini, manifestazione estemporanea di pittura "Cigoli a colori", esposizione di antichi mestieri tradizionali, 6° edizione della Mostra di Modellismo Ferroviario faranno da degno contorno di colore e azione alla manifestazione. Per gli amanti delle corse e delle passeggiate, non dimenticate la "Corsa Del tartufo Marzuolo", in programma sabato pomeriggio alle ore 15:30. E quest'anno, una grande novità: la gara del tartufo marzuolo gigante, iniziativa in collaborazione con la polizia municipale di

San Miniato, che vedrà premiati i primi tre con i tartufi marzuoli più grandi trovati quest'anno. Il regolamento è pubblicato sul sito www.cigoli.org.

Nel giorno di Domenica 19 Marzo sarà effettuato un servizio navetta gratuito con orario continuato 10:00 - 19:00, con fermate: Loc. La Catena "Piazza 2 Giugno", Molino D'egola "Fonte del Lotti".

Per informazioni
www.cigoli.org
associazione.gori@cigoli.org
comitato.eventi@cigoli.org
Associazione G. Gori Tel. 3201755966 Fax 1786088398
San Miniato Promozione
Piazza Del Bastione - 56028 - San Miniato (PI)
Tel. 0571-418739 0571-42745
email: ufficio.turismo@cittadisaniminiato.it
soc.cons@cittadisaniminiato.it
www.cittadisaniminiato.it
Comitato Eventi Cigolesi, Ass. "G. Gori"
Piazza L. Cardi, 5 Cigoli San Miniato 56024 (Pisa)

Il mare come oceano d'opportunità

"Avanti tutta", mostra nautica statica e dinamica

Si torna a parlare di nautica con la "N" maiuscola in provincia di Grosseto.

Grossetofiere ha preparato infatti la seconda edizione dell'appuntamento più interessante in ambito regionale dedicato al settore nautico e all'economia del mare in generale: "Avanti Tutta", evento in calendario dall'11 al 13 marzo 2011 nel nuovo centro fiere del Madonnino di Braccagni.

L'idea trae le sue radici proprio dalla consapevolezza dell'importanza dell'acqua, del mare e della nautica per il territorio del grossetano che lungo le sue generose coste conta più di 5000 posti barca, e che, in

Maremma, trova nella pesca e nell'acquacoltura settori in sicura esplosione. Anche la seconda edizione, replicando un copione

ben riuscito lo scorso anno, sarà strutturata con una parte statica espositiva (ospitata nei padiglioni di Grossetofiere) e una "dinamica" che si svolgerà nei porti della provincia che aderiranno al progetto, con regate e dimostrazioni in mare.

Per info:
segreteria di Grossetofiere,
tel. 0564.418783
fax 0564.42527
email: info@grossetofiere.it



Il giardino dell'eden torna a Grosseto

Giardini di Marzo, 2° fiera sul florovivaismo mediterraneo

Dopo i successi della passata, prima edizione, Grosseto si riscopre scrigno di profumi con "I Giardini di Marzo - 2° fiera sul florovivaismo mediterraneo", dal 25 al 27 marzo 2011 presso Grossetofiere. Si tratta di una manifestazione rivolta agli operatori, ai professionisti del verde e al singolo cittadino interessato o appassionato di vivaismo. Un appuntamento vivace ed innovativo, che al momento non ha epigoni in Maremma, dedicato anche al grande pubblico. La seconda edizione vede allargati gli orizzonti di interesse e porrà in mostra oltre che alle attrezzature e agli accessori per gli spazi aperti, anche proposte dai settori dell'arredo per esterni e del giardinaggio, oggettistica, abbigliamento, hobbistica, per non parlare della documentazione con libri, opuscoli e brochure: tutta la linfa che c'è, insomma, per tutte quelle numerosissime aziende che vivono in questo settore.

"La manifestazione - ha dichiarato il presidente di Grossetofiere, Riccardo Breda - è il primo passo di un più articolato percorso che il Cda di Grossetofiere ha intenzione di intraprendere per dare al territorio maremmano nuove opportunità di crescita economica e di promozione".

Per informazioni sulla fiera e su tutte le altre iniziative è possibile contattare la Segreteria di Grossetofiere al numero 0564.418783 fax 0564.425278 email: info@grossetofiere.it.



Io ci sarò, e come se ci sarò!

un bouquet d'eventi che profuma di vita

Motoraduno nazionale del Carnevale 2011, 22° edizione, 5 e 6 marzo, a Viareggio. Info allo 0584 962233.

Gustopolis 2011, 11° edizione - rassegna di sapori tipici e mostra mercato, il 6 marzo a Montopoli in Val d'Arno (PI), info allo 0571 449024.

La città sotterranea, parlando con gli etruschi, 11 marzo, museo civico di Chiusi (SI). Info allo 0578 227667, www.prolocochiusi.it.

Choccolandia 2011 a Cecina, il Mondo del Cioccolato, dall'11 al 13 marzo, a Cecina (LI), info al 347 6357063.

XXII Mostra delle Antiche Camelie, i tre fine settimana 12 e 13, 19 e 20, 26 e 27 marzo, a Pieve e a Sant'Andrea di Compito (Capannori - Lucca), con viaggi alla scoperta della floricoltura e della storia della lucchesia. Per info 0583 977188, www.camelielucchesia.it.

Chakraterapia a Firenze, 12 e 13 marzo, per info www.1virgola618.it.

Forte forte!... apri un libro e salta fuori una storia, rassegna di interventi teatrali di invito alla lettura per bambini e famiglie, 12 marzo, Biblioteca decentrata di Carrara. Info allo 0585 54190.

Immergersi nel Verde dell'Arte Moderna, Picasso, Mirò e Dalì, dal 12 marzo al 17 luglio in Palazzo Strozzi, a Firenze.

Campionato Regionale di Corsa Campestre, il 13 marzo, a Figline Valdarno (FI), per info www.comune.figline-valdarno.fi.it

Sagra del Neccio, 43° edizione, il 13 marzo a San Quirico (Pescia), in piazza Garibaldi. Per info 0572 490919.

Il Taste, l'osservatorio del gusto, dal 12 al 14 marzo, alla Stazione Leopolda, Firenze. Per info www.tastefirenze.it, 055 36931.

Trail di Pietraporciana, Trofeo Gran Fondo, il 13 marzo a Chianciano Terme (SI), info allo 0578 31561, www.girovaldorcia.it.

Terre di Toscana, dal 13 al 14 marzo all'Una Hotel di Lido di Camaiore (LU), fonte www.eventiesagre.it.

Sagra della Frittella di Riso, dal 14 al 21 marzo, a Chiesina Uzzanese (PT). Info allo 0572 41801. Fonte: www.eventiintoscana.it.

Progetto Brainstorming, laboratorio di riflessione sull'andare a teatro, inteso come analisi del rituale, delle azioni e delle reazioni, il 14 e 15 marzo, al Teatro Magnolfi nuovo di Prato. Per info: 0574 442906.

"Miss Uragano, la donna che fece l'Italia", presentazione del libro, il 16 marzo, presso la gipsoteca "Liberio Andreotti" di Pescia. Per info www.consiglio.regione.toscana.it, 800 401 291.

Festa della Canzonetta, rassegna di teatro dialettale, dal 17 al 20 marzo, al Teatro Jenco di Viareggio. Per info 0584 580711, www.apversilia.it.

Anteprima World Roller Skating Grand Prix, il 19 marzo ai "Gigli" (Campi Bisenzio). Per info 055 8969250.

Festa di San Giuseppe a Vernio, dal 19 al 20 marzo a Vernio(PO), per info www.comune.vernio.po.it

Festa della Frittella di Montefioralle, un intero borgo medioevale in festa, 19 e 20 marzo, a Greve in Chianti (FI). Per info 055 85451, www.comune.greve-inchianti.fi.it.

Vivere per vivere. Passione di se stessi e visioni del futuro, serie di incontri sullo stato attuale dei rapporti umani psicologici, familiari e sociali. Dal 19 marzo al 9 aprile, a Viareggio. Info www.apversilia.it.

Festa di Primavera a Castelfiorentino: mercato dell'artigianato, prodotti tipici e delizie, il 20 marzo, a Castelfiorentino. Per info 0571 76303. Fonte: www.saimicadove.it.

Festa di San Giuseppe, 21° sagra della frittella di riso, 20 marzo a Lupicciano (PT). Info allo 0573 46341

Keplero, fra magia e nuova astronomia, Planetario comunale "Masani" di Carrara, 25 marzo. Per info www.planetariocarrara.it.

VerdeMura, mostra-mercato del giardinaggio e dei prodotti tipici, dal 25 al 27 marzo, sulla Mura di Lucca. Per info: www.murabilia.com, 0583 583086.

Il Fuoco tra Mito ed Evoluzione, incontro di archeologia vissuta, il 26 marzo, a Schignano - Vaiano (PO).

Volterrastagosto, Il rassegna del tartufo marzuolo, a Volterra il 26 e il 27 marzo. Per info: frantoiovolterra@interfree.it.

Mostra Mercato del Fumetto, dal 26 al 27 marzo, a Scandicci (FI). Fonte: www.amicedelfumetto.it.

Regata di Carnevale, XXXVI Coppa Carnevale, Regata competitiva per imbarcazioni a vela, 26 e 27 marzo, a Viareggio. Per info www.circolovelamare.com.

Festival dei Narcisi, 150mila fiori di 400 varietà diverse, in onore della primavera, dal 27 marzo al 01 maggio, a Villa la Pescigola, Fivizzano (MS). Per info: 0187 610312, www.villapescigola.com.

Emozioni in musica, laboratorio artistico-espressivo a partecipazione gratuita, 29 marzo, Viareggio (LU). Info 0584 4752460, www.apversilia.it.

Fonti: dove non indicato, la fonte è il portale dedicato dalla Regione Toscana all'universo degli eventi, delle sagre e delle attività culturali: www.intoscana.it.

**Pisart Expo
edizione
2011**

3° rassegna d'Arte contemporanea

Dopo il grande successo di pubblico e di critica delle precedenti edizioni, si rinnova anche quest'anno, dal 25 al 29 marzo, negli spazi espositivi della Stazione Leopolda di Pisa, il singolare e atteso evento di arte contemporanea "PisArt Expo Edizione 2011". La rassegna, promossa ed organizzata dall'Associazione IdeArtecav centro arti visive di Pisa, propone un vasto ed eterogeneo spaccato della produzione di oltre 110 artisti provenienti dalla Toscana, dall'Italia e dall'estero che esporranno più di 1.200 opere. Tra questi, si segnala: una selezione di artisti soci del Circolo Arti Figurative di Empoli, circolo con il quale da tempo abbiamo instaurato un rapporto di scambio e fattiva collaborazione; e ancora la presenza di 12 artisti Polacchi provenienti dalla città di Zamosc, presentati dalla Galleria BWA e dall'Associazione "Renesans", con le quali stiamo sviluppando un interessante scambio culturale, che anche quest'anno, così come lo scorso anno porterà in Polonia una selezione di artisti dell'Associazione che potrà esporre le loro opere nel mese di Giugno durante i festeggiamenti della "Settimana della Cultura Italiana". Uno straordinario incontro di culture, di linguaggi e di stili diversi. Un confronto di esperienze e di valori comunicativi universali che aggrega e promuove talenti di ogni estrazione e provenienza.

Suddivisa in stand, la Rassegna, si presenta con una logistica ben articolata dove l'accoglienza ed il senso estetico, consentono ai visitatori di apprezzare al meglio le capacità stilistiche, tecniche ed espressive degli artisti partecipanti.

All'interno della manifestazione, come da tradizione, gli spazi collaterali dedicati a due importanti rappresentanti dell'arte contemporanea: Antonio Possenti e Paolo Grigò.



Da segnalare inoltre, nello spazio Arte-scuola, la presenza del Liceo Artistico "F. Russoli" di Pisa e Cascina.

Nello spazio segreteria, sarà sempre presente un rappresentante dell'Associazione per assistenza ed informazioni. Fino ad esaurimento saranno disponibili i cataloghi delle passate edizioni della rassegna.

Per gli espositori e i visitatori all'interno dell'ampio complesso che costituisce l'insieme della Ex Stazione Leopolda, sono presenti Bar e Ristoranti, dove è possibile gustare piatti tipici della cucina Toscana.

L'inaugurazione avrà luogo il 25 marzo alle ore 18,30, alla presenza del Sindaco del Comune di Pisa Marco Filippeschi, dell'Assessore alla Cultura del Comune di Pisa Silvia Panichi ed altre autorità cittadine.

Interverranno i critici: Lodovico Gierut e Ilario Luperini.

Luperini.

Location: edificio storico Stazione Leopolda Pisa Piazza Guerrazzi Angolo Via F. Da Buti.

Indicazioni: La Stazione Leopolda si trova a 5 minuti dalla Stazione Centrale di Pisa e dal Centro città. Tutta la zona è servita da numeri parcheggi sia liberi sia a pagamento.

Organizzazione: Associazione Culturale IdeArtecav centro arti visive. Via C. Cattaneo, 153 - 56125-PISA

Info: Andrea Lazzerini cell. 349/4294917
e-mail: andrea@ideartecav.it
Mimmo Corrado cell.333/2647425 tel. 050/24748

e-mail: dcorrado@tiscali.it.

Sito di riferimento: www.ideartecav.it
e-mail: info@ideartecav.it.

Durata: dal 25 marzo al 29 marzo 2011

Installazione e montaggio opere: giovedì 24 marzo ore 9,00/20,00.

Apertura: venerdì 25 marzo ore 18,00.

Inaugurazione venerdì 25 marzo ore 18,30.
Intervento critico: Lodovico Gierut, Ilario Luperini saranno presenti altri critici e addetti ai lavori.

Eventi collaterali:

L'arte dei grandi maestri: **Antonio Possenti.**
Spazio arte Contemporanea: **Paolo Grigò.**
Spazio arte scuola: **Liceo Artistico di Pisa e Cascina.**

Arte Europa: **Selezione di Artisti Polacchi proveniente da Zamosc.**

Associazioni: **Artisti soci del "Circolo Arti Figurative" di Empoli (FI).**

Spazio dibattito: **Incontro/dibattito, tra artisti e critici.**

Gallerie presenti: **Galleria Mercurio Arte Contemporanea, Viareggio (LU).**

Orari: **feriali continuato dalle ore 10.00 alle ore 20.00**

sabato e domenica continuato dalle ore 10.00 alle ore 22.00.

Ingresso: Gratuito.

Sponsor istituzionali: **Provincia di Pisa e Comune di Pisa.**

Catalogo della Rassegna: a cura di IdeArtecav centro arti visive distribuito gratuitamente.

Elenco artisti partecipanti:

Baldi Lori, Bernacca Giancarlo, Bernardoni Andrea, Bertini Rossano, Bertolla Veronica, Brzescinska-Riccio Joanna, Busi Tatiana, Calamai Giancarlo, Calloni Luigi, Canziani Vasco, Cappelli Franco, Catarsi Alba, Cerella Patrizia, Cerù Daniele, Cocchi Antonio, Cocchi Gianluca, Collavoli Grazia, Colombini Nadia, Colombini Teofilo, Conte Antonio, Coroneo Davide, Corrado Mimmo, Correnti Enzo, D'Alessio Ciro, Danzini Alessandro, De Rose Antonio, Del Corso Manrico, Divieto Santi, Fantacci Franco, Fidanzi Paolo, Filippi Fabrizio, Fiori Annamaria, Francesca Alma, Galletti Paolo, Giorgi Lina, Giovannetti Gian Paolo, Laganà Antonella, Lauraballa, Leonida (Anita Paoli), Luongo Marilena, Magnani Antonio, Mammana Vittorio, Maninchedda Giuseppe, Massei Antonio, Mazzi Giovanni, Miriello Marisa, Montagnani Ivano, Muntoni Gianni, Muntoni Rosy, Musumeci Daria, Nardi Massimo, Palagano G. Fernando, Papucci Luciano, Papucci Silvia, Pecchia Lucia, Petralli Mauro, Pistola Mauro, Precisi o Procissi Selene, Rametta Giuseppe, Ricci Daniele, Rossi Marco, Salvini Germana, Sandroni Lucia, Selloni Mario, Terreni Lorenzo, Venturi Laura, Vignini Paolo, Villani Catuscia, Voir Edda, Xamelo.

Partecipazioni:

Liceo Artistico "F. Russoli" di Pisa e Cascina.

Galleria BWA di Zamosc - Polonia

Associazione "Renesans" di Zamosc - Polonia.

Circolo Arti Figurative di Empoli (Firenze)

**Che si
apra il
sipario**

**il ricchissimo panorama teatrale
del nostro territorio**

**Teatro Verdi,
Montecatini Terme**

7 marzo: Elisa in concerto
13 marzo: Pooh in concerto
23-24 marzo: Giorgio Panariello (sold out, ma in attesa di nuove date. Replica prevista l'11 aprile)
26 marzo: Francesco Renga in concerto
29 marzo: Giovanni Allevi alien tour
1 aprile: Bollywood, il musical

INFO E PREVEDITE:

Telefono 0572.78903;

www.teatroverdimontecatini.it

info@teatroverdimontecatini.it



**Teatro Manzoni,
Pistoia**

In abbonamento:
4-6 Marzo 2011
Ennio Fantastichini, Isabella Ferrari

IL CATALOGO

di Jean-Claude Carriere
regia Valerio Binasco
18-20 Marzo 2011
Valentina Sperli, Roberto Valerio

UN MARITO IDEALE

di Oscar Wilde
regia Roberto Valerio

Fuori abbonamento:
1 Aprile 2011
Mario Perrotta

ODISSEA
di Mario Perrotta
regia Mario Perrotta

Per info: 0573.99161

**Piccolo teatro Mauro Bolognini
Pistoia**

20 Marzo 2011
Alessandra Bedino e Renzo Boldrini
MI FA UN BAFFO! (I CERCA GUSTI E IL MISTERO DELLA CIOCCOLATA STREGATA)
di Renzo Boldrini
regia Renzo Boldrini

Per info: comune di Pistoia, 0573.371608

Teatro Comunale di Lamporecchio

In abbonamento:
10 Marzo 2011
Luca Zingaretti
LA SIRENA
da Giuseppe Tomasi di Lampedusa
drammaturgia Luca Zingaretti

Per info: Biblioteca comunale di Lamporecchio, 0573.81281

**Teatro Yves Montand,
Monsummano Terme**

In abbonamento:
9 Marzo 2011
Luca Zingaretti

LA SIRENA

di da Giuseppe Tomasi di Lampedusa
drammaturgia Luca Zingaretti
2 Aprile 2011
Lucia Poli

IL LIBRO CUORE ED ALTRE STORIE.

PEDAGOGIA DELL'ITALIA UNITA
di Angelo Savelli e Lucia Poli
regia Angelo Savelli

Per info: Comune di Monsummano Terme, 0572.959236.

Teatro Mascagni, Popiglio (Piteglio)

6 Marzo 2011
Andrea Muzzi

EDIZIONE STRAORDINARIA

di Andrea Muzzi e Marco Vicari
regia Sergio Staino
3 Aprile 2011
Lucia Poli

IL LIBRO CUORE ED ALTRE STORIE

PEDAGOGIA DELL'ITALIA UNITA
di Angelo Savelli e Lucia Poli
regia Angelo Savelli

Per info: Agenzia l'Angolo, San Marcello Pistoiese, 0573.622114.

**Teatro Francini -
Casalguidi (Serravalle P.se)**

8 Marzo 2011
con Lucia Sardo

**LA MADRE DEI RAGAZZI LA VITA
E LA LOTTA DI FELICIA IMPASTATO**

di Lucia Sardo
regia Marcello Cappelli

19 Marzo 2011
con Andrea Muzzi
alle ore 18 - incontro con Sergio Staino (ingresso libero)

EDIZIONE STRAORDINARIA

di Andrea Muzzi e Marco Vicari
regia Sergio Staino
Per info: Biblioteca Eden Casalguidi 0573.917414

Dati, eccetto che per il teatro Verdi di Montecatini, tratti dal sito dell'Associazione Teatrale Pistoiese, www.pistoiateatri.it

**Uno spazio di cultura d'autore:
museo di Casa Giusti**

"Il risorgimento attraverso la musica", con Fabrizio Mazzoncin, sabato 5 e sabato 12 marzo, ore 16.

"8 marzo, un omaggio alle donne del Risorgimento, ospiti di Ildegarda in Casa Giusti". Concerto e letture delle poesie del Giusti

"Apertura straordinaria notturna", mercoledì 16 marzo, alle 21, del Museo nazionale per la "Notte del Tricolore", manifestazione di celebrazione del 150° anniversario dell'unità d'Italia organizzata dall'Amministrazione comunale di Monsummano Terme

"Dall'aria da camera alla canzone patriottica... 150 anni di canzone in Italia", concerto del Trio Psyhè, sabato 19 marzo, ore 16

"The a Casa Giusti", domenica 20 marzo, ore 16, Associazione amici di Casa Giusti, sul tema "Giovani Valdinievolini a Curtatone e Montanara", con Roberto Pinochi.



facciamo un po' di chiarezza

Il mese scorso nella nostra rubrica abbiamo introdotto brevemente il concetto di energia rinnovabile e abbiamo fatto una piccola panoramica sui problemi che ci troveremo ad affrontare in un futuro molto prossimo. I fatti accaduti recentemente in Nord Africa ed in Medio Oriente, non fanno che confermare e sottolineare la fragilità della nostra dipendenza energetica nei confronti dei paesi produttori di fonti energetiche non rinnovabili. E' chiaro che il processo di affrancamento da tali fornitori non è attualmente possibile. Rimane però centrale il concetto che il cittadino sarà sempre di più parte integrante di questo processo, sia perché di fatto è il cittadino che paga le immediate conseguenze delle crisi energetiche, attraverso sostanziali aumenti dei costi di bollette, carburanti etc. Sia perché sarà sempre di più chiamato a partecipare ai processi di risparmio e produzione energetica.

Attualmente sono disponibili sul mercato diverse soluzioni, il problema è che nessuna di esse è standardizzata e valida per tutti gli utenti e per tutte le situazioni strutturali, per cui la persona che anche armata di buone intenzioni e sensibilità ecologica volesse impegnarsi in tal senso, si trova spesso ad affrontare

**l'esperienza di una ristrutturazione energetica
a favore di comfort e risparmio**

Prima parte

Riqualificare energeticamente il patrimonio edilizio non solo è possibile, ma è anche necessario e doveroso. Nei nostri edifici si consuma il 40% di tutta l'energia della bolletta italiana e solo negli ultimi anni la normativa ha introdotto limiti agli sprechi energetici delle nuove costruzioni. Resta però la "voragine" di tutti gli edifici già esistenti, specie quelli realizzati dal dopoguerra ad oggi. Ma proprio quando i buchi del colabrodo sono più ampi anche i miglioramenti possibili sono maggiormente efficaci. Facciamo un esempio pratico, concreto e già realizzato in Liguria, provincia di Savona, sulle prime colline affacciate sul mare. Si tratta di una casa monofamiliare edificata nel 1975 con un piano interrato (cantina e box) e un piano fuori terra con



un unico locale per la zona giorno (ingresso/cucina), un bagno e due camere. Nessuna struttura dell'edificio era isolata termicamente essendo stata realizzata secondo i criteri costruttivi dell'epoca:

una serie di difficoltà tecniche, economiche e normative che lo scoraggiano immediatamente.

Di seguito quindi alcuni riferimenti per chi volesse informarsi più approfonditamente sull'argomento

<http://www.rinnovabili.it>

quotidiano di informazione sulle energie rinnovabili

<http://www.energie-rinnovabili.net/>

portale italiano delle energie rinnovabili

www.fonti-rinnovabili.it/ Lo sportello informativo online

dedicato alle energie rinnovabili curato dall'associazione

ambientalista Legambiente

<http://www.conto-energia.it/>

Per chi volesse approfondire l'argomento o avesse

domande specifiche ci potete contattare all'indirizzo

info@aries-sviluppo.it

dott. **Pablo Degl'Innocenti**

Laureato in scienze agrarie tropicali

Consulente Università di Firenze

Responsabile Agro-Energie per Aries srl.

- muratura perimetrale "a cassetta", ovvero con doppia fila di mattoni e intercapedine d'aria;
- soletta in laterocemento come separazione tra il piano riscaldato e il sottotetto adibito a sgombero;
- serramenti in alluminio, già dotati di doppio vetro (gli infissi erano stati sostituiti una prima volta negli anni '90).

I proprietari accusavano un grande disagio sia nei mesi più freddi sia in quelli estivi. I consumi per il riscaldamento durante l'inverno erano molto elevati: con il solo impianto a radiatori acceso non si superavano i 18 °C durante il giorno e al mattino la temperatura ambiente era di circa 14 °C. In estate - al contrario - il surriscaldamento costringeva a tenere le finestre sempre aperte per creare correnti d'aria che dessero respiro agli abitanti. Questa carenza di comfort ha spinto i proprietari a contattarci per elaborare con loro delle soluzioni efficaci sia dal punto di vista del risparmio energetico (ed economico) sia da quello della qualità abitativa interna. La soluzione? Nel prossimo numero di "Quello che c'è".



Dott. **Giuseppe Boveri**, geologo
are.vallebormida@libero.it

LightHouseNet

Progettazione ecosostenibile

contatti@lighthouse.net

www.lighthouse.net

**La LIS al tuo servizio contro gli inestetismi
della primavera.**

Eccoci. Stiamo uscendo dall'inverno. E in molte delle nostre case compaiono problemi antichi: muffa, e umidità. Immaginiamo un'altra cosa antica: un tappo di sughero, in una bottiglia di vino vecchio. Eccola là, la bottiglia: in cantina. In mezzo a tannini, acidi, zuccheri, alcool, e a contatto con una costante umidità molto alta. Ebbene: quel tappo non presenterà mai muffe. Se il vino è un bel Chianti, di quello corposo, ci sarà soltanto una lieve coloritura rossa. La macchia è superficiale. Quindi: il tappo di sughero non si fa intaccare.

È un filtro che non assorbe, ma respira. E se poi quel tappo, ovviamente dopo essersi goduti il Chianti, lo mettessimo in un freezer, ebbene: il miracolo della natura: la temperatura interna rimane fissa, ferma, inchiodata sui 13°.

Ecco perché un cappotto di sughero Lis fa evaporare l'umidità, mantenendo una temperatura gradevole in casa, e risol-



vendo per sempre i problemi della muffa e dell'umidità: perché fa come quel tappo di sughero. Con in più tutta la tecnologia, la conoscenza e l'attenzione di un'azienda che sa di essere eccezionale.

La LIS, azienda leader nel settore dal 1968, produce pannel-

Presenta "Quello Che C'è" del mese di marzo, avrai diritto a uno sconto del **35%** su tutto il pacchetto antiumidità.

VALIDITÀ FINO AL 30 APRILE



li isolanti termo-acustici e bio-compatibili tutti al naturale per isolamenti a cappotto e nelle coperture con spessori da 1 a 10 cm, fornendo costante assistenza tecnica in tutta Italia. LIS: un tappo di sughero, per il bene della casa, e di chi ci abita.



**LAVORAZIONE
ITALIANA SUGHERO srl**

via Livornese 54
BORGO A BUGGIANO (Pistoia)
tel. +39.0572.32289 +39.0572.33031
fax +39.0572.32083
www.lis.it



di Sole ce n'è uno **SOLO**

tempo di lettura:
2 minuti e 30 secondi

Biagioni Gas, la tecnologia al servizio del futuro

un'azienda, la risposta alla propria voglia di energia

Con la professionalità e la trasparenza nei confronti della nostra clientela che da sempre ci contraddistinguono abbiamo iniziato un percorso formativo teorico e pratico che ci ha consentito di affrontare il settore delle energie alternative. Siamo oggi in grado di proporre impianti eolici e fotovoltaici realizzati con la cura dell'esperto, fornendo a tutti i committenti tutte le informazioni tecniche ed economiche per permettere una valutazione attenta, consapevole e funzionale alle proprie esigenze.

Il nostro percorso è partito all'inizio del 2007, quando per metterci alla prova abbiamo deciso di impiantare sulla sede della nostra azienda il nostro primo impianto fotovoltaico.

Quello che abbiamo sin da subito tentato di fare è stato realizzare un impianto esteticamente gradevole e semplice, per poterlo usare come prototipo e "cartina geografica", estesa e facile, della nostra idea di impegno ambientale, in modo da farlo visitare e valutare a tutte le persone interessate. Il nostro personale ha poi seguito un corso di alta specializzazione presso la Scuola Energia di Eurosatellite, e presso Tuttosicurezza.

E fin da subito abbiamo utilizzato il software migliore che c'è per la progettazione di impianti del genere: Solarius-Pv, di Acca Software.

Ci siamo inoltre specializzati nella fase di collaudo. Effettuata l'installazione dell'impianto fotovoltaico e la connessione alla rete del gestore elettrico, definite le operazioni burocratiche con



il GSE (Gestore dei Servizi Energetici), siamo in grado di eseguire un collaudo funzionale sull'intero impianto, che deve tener conto, al momento della verifica, dell'energia in arrivo dal Sole e della temperatura dei moduli fotovoltaici. La verifica richiede una strumentazione avanzata, che abbiamo deciso di acquisire per eseguire direttamente le misure: per questo abbiamo acquistato il Solar 300, di HtItalia, e siamo in grado di collaudare direttamente gli impianti che installiamo, intervenendo diretta-

La nostra rubrica sull'ambiente



mente, senza perdere tempo prezioso, nel caso che qualche componente mostrasse rendimenti inferiori a quelli previsti e dichiarati. Insomma: con Biagioni Gas, a due passi da casa chiunque ha a disposizione un impianto pilota da guardare, sezionare e imparare, e un'azienda in grado di fornire "chiavi in mano" impianti avanzatissimi di produzione di energia alternativa, economica, ecologica e civicamente impegnata. Biagioni Gas: la tecnologia al servizio del futuro.

BIAGIONIGAS srl

Serravalle Pistoiese (Pistoia)
Via Vecchia Provinciale Lucchese, 55
tel. 0573.518205 fax 0573.51621
posta@biagionigas.com



marzo 2011

di Sole ce n'è uno **SOLO**

tempo di lettura:
25 secondi

Baciati dal sole (e dal vento, e dall'efficienza...)

New Energy s.r.l.: un'azienda, una risposta

La New Energy s.r.l. è una risposta alla domanda di futuro che c'è in ogni nostra bolletta energetica. Dal 2006 mastica energie rinnovabili, progettando e realizzando impianti fotovoltaici



e a solare termico, impiantando generatori eolici e pompe di calore. In nome del risparmio energetico, la New Energy è diventata un baricentro per il nostro territorio nella salvaguardia attiva dell'ambiente grazie ad una particolare cura negli investimenti, e nella formazione cognitiva per poterci guidare tra incentivi statali e tecnologia superiore.

New Energy s.r.l.: un sole d'azienda per lasciarsi baciare da un sole di vantaggi.



NEWENERGY
LASCIAVI BACIARE DAL SOLE

via Circonvallazione
BORGO A BUGGIANO (Pistoia)
telefono e fax 0572.452973
cellulare 392.9815131
www.newenergytoscana.it

marzo 2011

di Sole ce n'è uno **SOLO**

**La qualità
trasmette fiducia**

Da oltre 15 anni Ser.Tec è una delle aziende leader nel campo della tecnica di combustione.

L'azienda è presente a livello regionale. Il programma completo Ser.Tec comprende bruciatori di olio, di gas e misti gruppi termici compatti, caldaie a gas a condensazione, sistemi solari, condizionatori e pompe di calore per l'approvvigionamento termico di edifici mono e plurifamiliari e, inoltre, sistemi di telegestione e automazione edifici per impianti di riscaldamento, condizionamento e impianti di processo.



Il Centro Assistenza si dedica costantemente allo sviluppo e agli aggiornamenti di prodotti per l'ottimizzazione degli impianti e dell'assistenza tecnica.

La motivazione comune sta nell'aggiornare tecnicamente per poter servire integralmente il cliente finale, chiunque esso sia dall'industria alla signora Maria.



DISTRIBUTORE UFFICIALE
SER.TEC.
SERVIZI TECNICI

SER.TEC. SRL
via Giovannini 4
BORGO A BUGGIANO (Pistoia)
telefono 0572.33805 fax 0572.33806

tanta voglia di **motori**

tempo di lettura:
1 minuto e 20 secondi

**Mezza Italia
fuorilegge**

le polveri sottili-killer: 8200 morti l'anno nelle città italiane

Ancora una volta, multa. Più di prima, peggio di prima. Al 9 febbraio scorso, giorno nel quale è stato pubblicato il resoconto degli sforamenti da polveri sottili nelle città italiane capoluogo di provincia, già due tessuti urbani avevano usufruito di tutti e 35 gli sforamenti consentiti alle regole sull'assemblamento di sostanze nocive nell'atmosfera previsti dal piano comunitario: Milano, e Brescia.

Ad un passo dai 35, e quindi verosimilmente oggi sono già tutte fuorilegge, c'erano Lucca, Bergamo, Torino, Mantova, Frosinone, Monza e Napoli. Entro Pasqua, quindi, buona parte dell'Italia sarà già in pieno allarme rosso, con conclamato rischio sanitario.

Multa, dicevamo: perché l'Unione Europea ha un vezzo: considera anche gli italiani come propri cittadini, e quindi striglia lo stato membro che non riesce a conseguire qualità accettabili di salubrità delle proprie città. E comminerà una sanzione al nostro

paese che, secondo calcoli LegAmbiente, oscillerà per il 2011 attorno ai 700 milioni di euro. Anche perché siamo recidivi: a fine 2010 era fuorilegge il 17% del nostro territorio nazionale, entro il quale abitano poco meno di 30 milioni di italiani. In pratica, uno su due respira aria illegale. Cioè: veleno. Conviene continuare a pagare multe?



tempo di lettura:
1 minuto e 40 secondi

**Al volante
ci vuole dolcezza**

Eco-guida, ovvero risparmiare rilassandosi

Eccoci qui, italiani in fila. Città intasate, semafori incomprensibili, e clacson vari a far da caffè acustico ogni mattina. Ovvio, uno si innervosisce. E oltre a far male al proprio fegato, spende di più anche in benzina. Lo dice uno studio tutto nuovo fatto dall'Uni-



versità della California: la guida arrabbiata, fatta di accelerazioni dopo il verde e brusche frenate, fa consumare di più. Molto di più. Fino al 15%. Una bella scommessa, se si calcola su base annua. Meglio

rilassarsi, e seguire alcune semplici regole: inserire la marcia superiore il prima possibile; mantenere la velocità costante; prevedere e anticipare gli andamenti del traffico; frenare ed accelerare



molto dolcemente; controllare almeno una volta al mese la pressione delle gomme. Un vademecum neanche tanto impossibile, basta accendere il cervello, e stare sereni.

Usciamo dal traffico, e andiamo in autostrada: meglio partire un po' prima, e non correre.

Non solo per le ovvie ragioni di sicurezza, ma anche per risparmiare: la stragrande maggioranza dei motori in circolazione, infatti, perde gradualmente la propria efficienza oltre i 100 km/h. Continuando

ad aumentare la velocità, quindi, si spende molto di più, fino al 20%. E se poi siamo d'estate, si apre il capitolo del condizionatore. Che si permette di consumare anche il 25% del combustibile bruciato.

Meglio aprire il finestrino, quindi, ma attenzione: soltanto fino ai 65 km/h. Superata quella soglia il baccano fatto dall'apertura laterale sull'aerodinamica dell'auto raggiunge e supera il costo energetico del condizionatore. In fin dei conti, quindi, meglio andare a piedi...

tanta voglia di **motori**

Le minicar...

Solo moda, o risposta intelligente al proprio bisogno di autonomia? Le minicar da patentino conquistano fette di mercato, diffondendosi tra giovani e meno giovani.

GUIDA COMPATTO. AVERE È UN PIACERE

Le minivetture da città sono un mezzo comodo, dinamico e funzionale. Si possono guidare dai 14 anni con il semplice patentino. Adattissime a tutte le persone che si muovono localmente, si parcheggiano in un fazzoletto, sono facilissime da guidare e sono pronte a soddisfare qualsiasi esigenza. Oramai la scelta è davvero ampia: ci sono modelli **con airbag**, con aria condizionata, quelle comode, quelle eleganti, quelle sportive. Ognuna ha la sua anima. Provare per credere...



GUIDA COMPATTO. E RISPARMI UN SACCO

Le minivetture da città sono un mezzo molto economico. Adattandosi benissimo ai regimi incostanti della guida urbana, permettono in ciclo misto di fare anche 30 km con un litro di gasolio, conseguendo anche bassissime emissioni nell'ambiente. Inoltre, i loro motori semplici hanno anche spese di manutenzione molto modeste.



GUIDA COMPATTO. VIENI DA INTERAUTO

Interauto srl è un'azienda pistoiese che ha creduto fin dall'inizio in questo segmento. Vendendole dal 1999, ha conseguito ampia conoscenza, esperienza consolidata e capacità di consiglio esagerata. E non si ferma alle minicar, ma coccola il cliente che vuole motorizzarsi dall'inizio alla fine...



INTERAUTO CITY

Oltre ad essere una completa agenzia per pratiche auto, vende auto nuove Daihatsu, Tata, Kia e Mitsubishi, veicoli commerciali Effedi Gasolone e Nissan, Minicar Ligier, Chatenet, Casilini e Microcar. Vende auto usate di tutte le marche, ed offre pure un affidabile servizio officina e gommista.

 **interaauto**
www.interauto-srl.it

via Palazzi, 4 SERRAVALLE PISTOIESE
(Pistoia) telefono 0573.913013
info@interauto-srl.it

tanta voglia di **motori**

Il soccorso stradale in un click sul touch

Europe Assistance lancia un'app anti-panico

"Non fa il caffè, perché non sapevano dove mettere la cialda". Così un giorno un venditore di smartphone mi convinse a comprare il gioiellino che ho in tasca. In effetti, non aveva tutti i torti: adesso, grazie a Europe Assistance, anche il soccorso stradale passa da lì.

Basta scaricarsi un'applicazione, e subito il nostro smartphone diventa un punto di contatto con l'assistenza più vicina: poche risposte a semplici domande, e in qualche minuto ecco arrivare il soccorso, con tanto di mappa di avvicinamento, numero di pratica salvato in automatico e consigli anti-panico.



Per adesso disponibile sull'App Store della Apple, sarà presto compatibile con i sistemi operativi dei telefoni delle più grandi aziende.

E non finisce qui, perché l'applicazione di Europe Assistance fornisce anche tutta una serie di informazioni in tempo reale: numeri, posizione, punti di interesse ed un raziocinante "Calendario manutenzione" con il quale, opportunamente impostato, il cellulare mi avverte delle scadenze di bollo, assicurazione, revisioni, e controlli periodici. In attesa del

caffè in uscita dal tasto 9, per adesso, meglio portarsi dietro il telefono anche quando si viaggia.



il titolare Stefano Brizzi mentre esegue il test dell'autodiagnosi su un'auto


Garage SPRINT
L'esperienza del passato con la tecnologia del futuro
Via Primo Maggio, 96 - MASSA E COZZILE
telefono 0572.772004



Dopo 37 anni d'esperienza e gli investimenti in nuove tecnologie l'autofficina GarageSPRINT è in grado di coccolare qualsiasi autoveicolo

tanta voglia di **motori**



autocarrozzeria
BELLAVISTA



AUTOCARROZZERIA BELLAVISTA
di Stefano Corradi
Via Molinetto, 4 - Borgo a Buggiano
Telefono 0572.30331 - cell. 335 6824450

I NOSTRI SERVIZI
Carrozzeria
Assistenza gomme
Assistenza meccanica
Soccorso stradale
Assistenza legale
Auto sostitutiva
Gestione del sinistro

E IN PIÙ
Car Wrapping (vedi scheda)
Montaggio pellicole
oscuranti



COS'È IL CAR WRAPPING?

Il Car Wrapping è una tecnica di personalizzazione dell'auto che permette con un costo inferiore alla verniciatura di modificarne il colore, rivestirla completamente o personalizzarla a proprio piacimento con loghi, banner o immagini.

si **viaggiare**

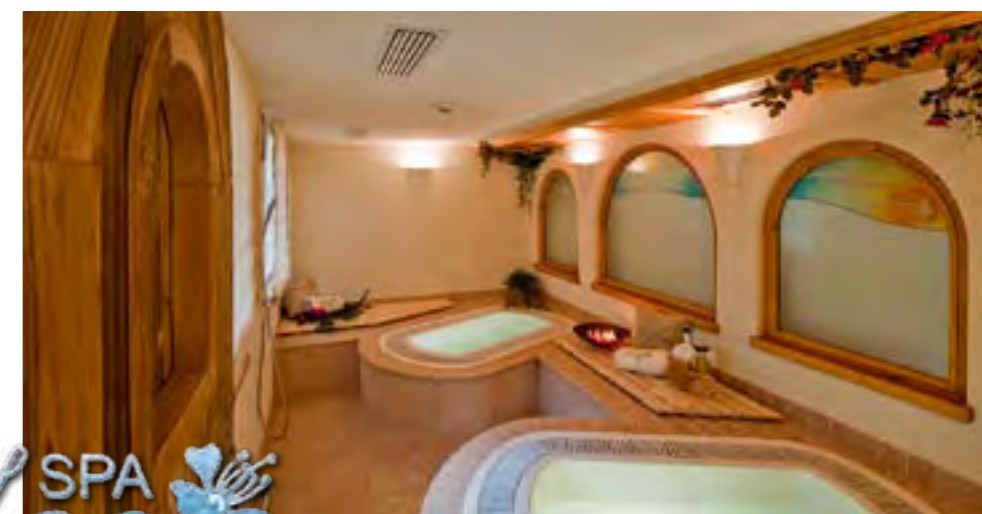
La fragranza della neve, la morbidezza del benessere

Hotel Des Alpes: le Dolomiti diventano un sogno

Fino al 27 marzo sono aperte le piste più incantevoli del mondo nella meraviglia della Val di Fassa, patrimonio dell'umanità. E fin da subito, sono godibili le coccole e i servizi di un centro benessere finemente strutturato: lo Zoe Spa, gratis per tutti i clienti dell'albergo.



Hotel des Alpes, via Palua, 4 SORAGA 38030 (Trento).
Tel. 0462.768164, www.hdesalpes.it



14-20 marzo, una settimana di eventi per l'Unità

14 marzo, 21 - Biblioteca Comunale - Vasco Ferretti presenta il libro **"Le stragi naziste sotto la Linea Gotica: 1944: Sant'Anna di Stazzema, Padule di Fucecchio, Marzabotto"**

15 marzo, 21.30 - Museo della Città e del Territorio - incontro **"Verso l'Unità"**

16 marzo - **La Notte Tricolore: In cammino verso... l'Unità** - Percorso performativo/teatrale che guiderà il pubblico all'incontro con i personaggi e i luoghi che hanno fatto l'Unità d'Italia; **Festa Tricolore Piazza Giuseppe Giusti** dalle ore 23.00; **Marcia dell'Unità d'Italia** dalle ore 23.45 lungo le vie della città. È il 17 marzo - ore 0.15 in piazza Giuseppe Giusti **Intervento del Sindaco, cantiamo insieme l'Inno di Mameli**

17 marzo - Cerimonia ufficiale: ore 10.40 Scoprimo della **pietra marmorea del 1860** collocata sotto il loggiato dell'Osteria dei Pellegrini: Inno risorgimentale suonato dalla Filarmonica di Monsummano Terme. ore 11,30 Piazza G. Giusti: Inaugurazione del **monumento bronzo** dello scultore Domenico Viggiano Inno italiano di Mameli a cura della Filarmonica. Teatro Yves Montand - ore 21.30 **"VIVA V.E.R.D.I. ...MUSICHE DELL'UNITÀ D'ITALIA"**

18 marzo - Mac'n - ore 21.00, incontro: **"Perché i tedeschi in Padule"** a cura di Andrea Ottanelli

20 marzo - Casa Giusti - ore 15,30 - incontro: **"Giovani valdinievolini a Curtatone e Montanara"** a cura di Roberto Pinochi

Gli appuntamenti del mese di marzo Mac'n

Fino al 27 marzo 2011 - **"Tre Colori, Verde-Bianco-Rosso"**

Museo della Città e del Territorio

Domenica 6 Marzo - ore 16,00 Per gli incontri "Le domeniche al planetario": **"Le donne in astronomia"** - relatore Cecilia Bencini.

Alle ore 21,00 osservazione delle Geminidi

15 marzo ore 20,45 - inaugurazione mostra "MEMORIE PATRIE E PERSONAGGI ILLUSTRI"

La mostra rimarrà aperta fino al 2 giugno 2011

Sabato 26 marzo, ore 16: per gli incontri "Figure note e meno note del territorio di Monsummano": **"Giuseppe Baronti, Montevetolini e il suo territorio"**, a cura di Emanuel Carfora

Teatro Yves Montand

A Teatro, con la scuola... 2011: Martedì 15 Marzo (ore 10) **La Costituzione in Dieci colori**, testo di Renzo Sicco e Fabio Arrivas (Fascia d'età indicata 8 - 14 anni), mercoledì 16 Marzo (ore 10)

Il bianco, il rosso e il verde - i clown del circo per l'Unità d'Italia (Fascia d'età indicata 11 - 18 anni); **Mi fai un baffo**, I cerca gusti ed il mistero della cioccolata stregata di Renzo Boldrini (Fascia d'età indicata 6 - 10 anni)

Per gli spettacoli in cartellone al teatro, guarda la pagina "sul palcoscenico", n° 19.



Il programma

FATTORIA MEDICEA

VENERDÌ 11 MARZO

per Gustarti meglio - ore 10.00 e 15.30 Introduzione alla degustazione del cioccolato (anche sabato 12)

A cena per Cioccolosità - ore 20.30 - Cena inaugurale con i cuochi della rete di Terra Madre

SABATO 12 MARZO

Cioccolato e sigaro toscano - ore 15.00 - In collaborazione con il Club "Il Maledetto Toscano" **Il gusto delle origini** - ore 17.00 - Impariamo a distinguere le origini del cacao.

DOMENICA 13 MARZO

I cioccolati d'Italia - ore 17.00 - Tre "scuole" diverse interpretano il cioccolato: Piemonte, Toscana, Sicilia.

Premiazione Torneo di Golf "Città di Monsummano Terme", ore 19.00.

MUSEO DELLA CITTÀ E DEL TERRITORIO

"LIQUIDO, SOLIDO, ZUCCHERATO - Golo-sità di cioccolata in una bottega fiorentina del Settecento"

Venerdì 11 e Sabato 12 - **L'avventura del cacao** - Laboratori didattici per le scuole.

OSTERIA DEL MAIALETTO

SABATO 12 MARZO - **A tavola con il Maledetto Toscano.**

MUSEO DI CASA GIUSTI

SABATO 12 MARZO - **Cioccolato e Concerto a Casa Giusti, ospiti di Ildegarde** ore 16.30.

GROTTA GIUSTI

VENERDÌ 11 MARZO - 1° **Concorso "Cucina, Benessere e Cioccolato"** - inizio ore 8.30-13.00

SABATO 12 MARZO - Ristorante "La Veranda". ore 20,30 **Il cioccolatiere in cucina.**

DOMENICA 13 MARZO ore 18.00 **Il drink degli dei: VIII premio Grotta Giusti.**

11, 12, 13 marzo accesso a piscina termale e grotta alla quotazione esclusiva di € 30,00.

TEATRO YVES MONTAND

SABATO 12 MARZO, ore 18.00 **Ingresso ad invito.**

DOMENICA 13 MARZO, ore 16.39 **MI FAI UN BAFFO** I cerca gusti ed il mistero della cioccolata stregata.

AUDITORIUM SAN CARLO

Il Comitato Vivi Monsummano presenta:

Assaggiare con gusto - pane e cioccolata e fondue di cioccolata con frutta; ore 17.00 -

Sculture di pane e cioccolato, in collaborazione con la Scuola di Formazione "Gustar arte bianca", **Gusto freddo** - tanti gusti del gelato al cacao, con la partecipazione degli artigiani gelatieri monsummanesi.

PIAZZA GIUSTI

SABATO 12 MARZO

dalle 16.00, concerto della **Large Street Band** e spettacolo **Il Carretto di Pan con il Teatro Carillon.**

DOMENICA 13 MARZO

dalle 10.00 alle 20.00, **DOLCE PIAZZA - Mercato di artigianato**, piccolo antiquariato, **prodotti tipici** locali.

PIAZZA DEL POPOLO

DOMENICA 13 MARZO

Dalle ore 16.00, - **UNO SGUARDO DALL'ALTO** - inquadrature inedite volando in mongolfiera.

Info: www.cioccolosita.it

Puntoinforma - tel. e fax 0572 954412

puntoinforma@tiscali.it

Ufficio Turismo - tel. 0572.959 236/228

e.vigilanti@comune.monsummano-terme.pt.it

Slow Food Valdinievole

335.6693002 - 338.9669677 - 366.4474458

tempo di lettura:
2 minuti e 20 secondi

Santa Maria in Selva la storia in festa

il Sindaco Bettarini racconta la Fiera più antica della Valdinievole

"La fiera di Santa Maria in Selva è oramai una istituzione del nostro territorio. Ha origini antichissime: se ne fa infatti menzione nel lontanissimo

1367, quando Coluccio Salutati, figura centrale del Rinascimento, ne fu eletto "ordinatore". Un'altra interessantissima informazione è contenuta nel diario della visita che, il 18 dicembre 1575, Giovan Battista Castelli, vescovo di Rimini, fece alla chiesa di Santa Maria. In quel diario, infatti, l'alto prelato racconta che i frati di quella ridente località che con molta dovizia e cura lo accolsero nel loro convento gli dissero che, per la festa dell'Annunciazione, sul prato conveniva "magna populi multitudo", cioè una grande moltitudine di persone, e che vi giungevano venditori di ogni merce da ogni parte. Il risultato era un gran baccano, che spesso disturbava le celebrazioni che si tenevano nella chiesa.

Questo conflitto tra i caratteri devozionali e mercantili della fiera è stato una delle micce che fecero esplodere diversi contrasti tra la Comunità del Borgo di Buggiano e il Convento, dalla fine del '500 fino a tutto il '700. Nel diciottesimo secolo si assisté ad una lenta decadenza della fiera, che riprese tutta la sua vigoria sin dagli inizi dell'800, tanto da valere il titolo di "regina delle fiere della Valdinievole".

Anche quest'anno, come tutti gli anni, oggi migliaia e migliaia di visitatori accorrono nel grande prato, in particolare per il tradizionale acquisto di piante ed alberi da frutto. Il moltiplicarsi in Valdinievole di appuntamenti di questo tipo, in realtà, nulla ha tolto alla magica atmosfera della nostra fiera.

Come magica sarà l'atmosfera, nel mese di aprile, per il tradizionale appuntamento con i "giardini aperti di Buggiano": gli antichi giardini delle corti vengono aperti al pubblico ed è vi assicurato uno spettacolo da non perdere per gli amanti dei giardini storici e di architettura dei giardini. Il profumo degli aranci e dei limoni si mescola al suono dei violini in uno scenario davvero mozzafiato. Ma per parlarne, avremo tutto il tempo e lo spazio nel prossimo numero di "Quello che c'è".

Buona fiera a tutti!

Daniele Bettarini, sindaco di Buggiano

Scheda:

Fiera di Santa Maria in Selva

Cos'è: Mostra/mercato di prodotti tipici, oggetti artigianali e alberi da frutto

Dov'è: nel prato davanti alla chiesa di Santa Maria in Selva, a Buggiano, angolo tra via Ponte Buggianese e via Livornese

Quand'è: 26 e 27 marzo

Per info: Comune di Buggiano, 0572.31711.



Solati da Borgo a Buggiano.
Ricordo della fiera di S. Maria in Selva

Le Lesioni Muscolari (prima parte)

Eccoci, prima tappa: il nostro viaggio nel mondo della cura di noi stessi insieme a Maurizio D'Angelo e Marco Paperetti comincia da qui. Da loro ci faremo accompagnare, per la prima serie di articoli, nel mondo traumatico e doloroso delle lesioni muscolari. Perché chi più sa, più previene...

La parola all'esperto: "Le lesioni muscolari acute sono piuttosto frequenti in tutte le discipline sportive. Hanno un'incidenza del 10-30% di tutti i traumi da sport. In particolare, molto spesso sono interessati i muscoli ischio-cruiali (i muscoli posteriori della coscia), degli arti inferiori, detti bi articolari in quanto si inseriscono sul bacino e sulla gamba, agendo di conseguenza sia sull'anca sia sul ginocchio.

Il danno muscolare può essere la conseguenza di un trauma diretto o di un trauma indiretto. Nel primo caso, quello del quale ci occuperemo in questa pagina, l'agente che produce la lesione è esterno. Tale trauma contusivo determina la lesione di un numero di fibre muscolari tanto maggiore quanto è forte il trauma e quanto meno è contratto il muscolo al momento della contusione.

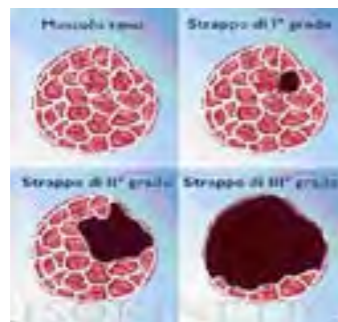
In condizioni di rilasciamento muscolare, l'intensità dell'onda pressoria che arriva al piano muscolare profondo ed al piano

scheletrico è maggiore. Generalmente le fibre più colpite sono le fibre muscolari profonde, adiacenti al piano osseo. Questo spiega il perché le contusioni muscolari vengano spesso sottovalutate, in quanto la lesione è profonda ed il versamento ematico (l'abbondante vascolarizzazione del muscolo scheletrico determina, in occasione di una lesione, la fuoriuscita di una certa quantità di sangue), non appare in superficie.

I segni clinici sono: dolore nella sede dell'impatto, tumefazione locale seguita dopo qualche giorno dall'ecchimosi, che può arrivare fino ad un ematoma diffuso e conseguente limitazione funzionale.

La terapia deve essere sempre prescritta da un medico specialista in fisiatria o in medicina sportiva, o in ortopedia, ed eseguita da un fisioterapista o da un massofisioterapista.

Essa consisterà in riposo immediato, ghiaccio e compressione locale. Successivamente, ma solo dopo aver valutato e graficamente l'entità della lesione, si seguirà la terapia delle lesioni muscolari indirette, della quale parleremo nella prossima puntata del nostro articolo a capitoli, il mese prossimo, sempre, ovviamente, su "Quello che c'è".



Studio di Massofisioterapia

via del Calderaio, 18 loc. Traversagna
Massa e Cozzile (Pistoia)
tel. 0572.770722

Orario dal lunedì al venerdì 8.30 - 12.30, 15.00 - 19.30
su appuntamento.



Alice Colonaci psicologa

Libera professionista
Psicologa dello "Sportello d'Ascolto"
dell'Istituto Comprensivo di Lamporecchio (Pistoia)
Collaboro come psicologa, (organizzo serate a tema su "La psicologia e lo sport") con la palestra "Club Fitness Sport e Forma" di Castelmartini, Larciano (Pistoia)
Psicologa dello "Sportello Giovani" presso l'"Istituto Sant'Anna" di Pistoia
Organizzatrice e Conduttrice di corsi riguardanti tecniche di rilassamento, comunicazione, autostima ed emozioni.

Il diritto di provare emozioni

Provare emozioni è un diritto che spesso ci viene negato. Perdonate l'esempio, ma quante volte vi sarà capitato di aver avuto mal di pancia e di non aver esitato a rivolgervi ad un medico o a far uso direttamente di un farmaco.

Quante volte invece avete provato un disagio psicologico e avete tentato di scacciarlo via da soli, senza chiedere l'aiuto di nessuno, né di un familiare, né di un esperto.

Spesso c'è una forte vergogna nel chiedere aiuto perché siamo i primi a non accettare la nostra sofferenza: non ci permettiamo di essere umani. Non siamo stati educati a parlare di noi, a esprimere le nostre emozioni, a dividerle.



Non sappiamo nemmeno se sia giusto farlo, né sappiamo come.

Il senso di colpa o la paura di ferire qualcuno spesso ci impediscono di aprirci. Non abbiamo più il diritto di "stare male". La nostra società ci dice che dobbiamo sempre essere "up" e mai "down". Dobbiamo sempre dimostrare (a chi?) di essere iper-adeguati in ogni situazione. Ma chi ci ha tolto il diritto di provare emozioni?

La tristezza, ad esempio, non è più un'emozione per molti, è diventata un segno di debolezza. Se per i motivi più disparati infatti, il nostro umore è giù, non ci sentiamo tristi ma "depressi" perché la tristezza non è tollerabile, dunque diventa una patologia. Le emozioni costituiscono un aspetto antico dell'essere umano. Dovremo riappropriarcene e ridare loro l'importanza che meritano. In che modo? Prendendocene cura, ascoltandole.

Dott.ssa Alice Colonaci - Psicologa

Iscrizione all'Ordine degli Psicologi della Toscana nr. 4674

Per parlare con la psicologa scrivere a:
unamelaalmese@quellochece.com

Martina Danesi dietista

Al giorno d'oggi, per ognuno di noi, esiste un'ampia possibilità di scelta in campo nutrizionale, e gli alimenti di cui disponiamo sono davvero tanti: per questo motivo, siamo noi a decidere quali cibi assumere ed in quali quantità, in modo da realizzare un'alimentazione salutare, nel quadro di uno stile di vita attivo. Ciò non è, però, sempre possibile. Spesso, infatti, veniamo influenzati dalle pubblicità o da altri fattori (prezzo, comodità...), e siamo costretti a consumare molti dei nostri pasti fuori casa, in modo frettoloso e casuale. Molte persone, inoltre, perennemente a dieta, assumono cibi che credono meno calorici, privandosi di alimenti fondamentali come la pasta ed il pane e saltando pasti altrettanto fondamentali, quali ad esempio la colazione. In questa puntata della mia rubrica di alimentazione vorrei sfatare alcuni miti e false credenze riguardanti il mondo degli zuccheri e degli snack:

- non è vero che i prodotti "light" o "senza zucchero" possano essere consumati liberamente. La loro assunzione, infatti, induce un falso senso di sicurezza che porta a consumarli in grandi quantità, anche se molto spesso forniscono una notevole quota di calorie.

Il valore calorico e le caratteristiche nutritive dello zucchero grezzo non sono diversi da quelli dello zucchero bianco. L'u-



nica differenza risiede nella colorazione, per la presenza di residui vegetali, privi di significato nutrizionale. Così è anche per il fruttosio e per il miele che, essendo composti interamente da zuccheri semplici, seppur diversi dallo zucchero bianco, hanno lo stesso valore calorico.

Non è vero che uno snack con "solo" 100-120 kcal sia ipocalorico. Si gioca, infatti, su porzioni decisamente piccole (circa 20-25 g), dallo scarso potere saziante. Per cui per raggiungere una concreta soddisfazione non basta certo un solo snack.

Dott.ssa Martina Danesi

Laureata in Dietistica presso la facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università degli Studi di Firenze
visite su appuntamento c/o Pubblica Assistenza AVIS, Borgo a Buggiano e c/o Ambulatorio Medico, via Francesca Uggia, 334
Località Cintolese, Monsummano Terme (nei pressi della Farmacia D.ssa Vezzani)
Cell. 3272083769

Per parlare con la dietista scrivere a:
unamelaalmese@quellochece.com

non è vero che siamo **soli**

tempo di lettura:
45 secondi

**Le coccole comode
sotto casa**

**Il "Cappelli e Grazzini" di Monsummano:
disponibilità e professionalità**



ingresso scuola materna

Il "Cappelli e Grazzini" è una istituzione. Generazioni di monsummanesi hanno corso per queste mura adesso intonacate di fresco dopo i tanti, impegnativi lavori di ristrutturazione di uno degli immobili più antichi del centro.

La fondazione civica alla guida di questo storico ente formativo è adesso impegnata in un'operazione-rilancio alla quale siamo felicissimi di partecipare. Convenzionato con il Comune di

Monsummano, l'asilo nido - centro gioco - scuola dell'infanzia "Cappelli e Grazzini" sta vivendo una seconda giovinezza.

100 sono i bambini iscritti alle sue sei sezioni, quasi equamente divisi tra asilo nido (dai 3 ai 36 mesi) e scuola materna (dai 3 ai 6 anni), controllati, stimolati e coccolati da 10 insegnanti, 2 inserienti e dal responsabile del personale, Federico Ferretti, che ci ha raccontato la struttura.

"E' difficile, ma è il lavoro più bello del mondo - ci dice introducendoci in una delle aule, imbiancata da pochi mesi - anche se gli adempimenti sono tanti e stringenti, non potrei fare altro nella vita".



interno asilo nido

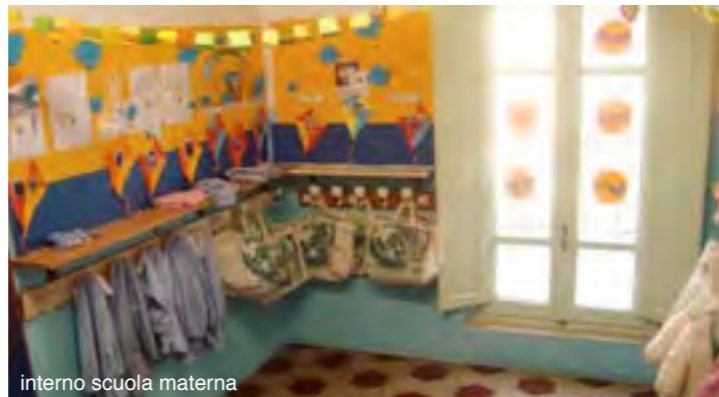


esterno scuola materna e asilo nido

PUNTI DI FORZA

L'orario: dal lunedì al venerdì dalle 7.00 alle 18.30, anche se ingresso e uscita sono **variabili e flessibili** per assecondare le esigenze delle famiglie.

Collaborazioni: asilo nido e scuola dell'infanzia si avvalgono delle consulenze di personale altamente qualificato con i quali



interno scuola materna

vengono organizzati periodici incontri, in particolare con: **psicologi, logopedisti e psicoterapeuti familiari.**

Attività formative speciali: ogni momento formativo è intervallato da progetti e ambizioni scritti su misura per l'età e la tappa di crescita dei bimbi (vedi box sotto).

Convenzione con il Comune di Monsummano, che attesta la qualità, la forza e l'attendibilità di questa struttura formativa.

ATTIVITÀ FORMATIVE SPECIALI

Nido (dai 3 ai 36 mesi): sul calendario ci sono dei **giorni speciali** in cui i bimbi vengono accompagnati in **fattoria**, in **biblioteca** e al **parco giochi**. L'offerta formativa è poi arricchita da progetti che hanno come oggetto la **musica**, **l'alimentazione**, la **natura**, la **religione**, la **pittura** e la **creatività**.

Scuola dell'infanzia (dai 3 ai 6 anni): numerose **gite** e **uscite** coinvolgono (talvolta) anche le famiglie, e l'offerta formativa è costellata di progetti incentrati sulla **psicomotricità**, sull'**acquaticità**, sulla **religione**, sull'**inglese**, sul **teatro**, sulla **prelettura**, **pre-scrittura** e **pre-calcolo**, e sull'**alimentazione** (attraverso divertentissimi laboratori pratici di semina, raccolto, e preparazione di alcuni piatti in cucina).

"La famiglia, con
Quello Che C'è per aiutarla"

Scuola Materna
Asilo Nido
Centro Gioco
"Cappelli e Grazzini"

CONTATTI

via Matteotti, 27
Monsummano Terme
51015 (Pistoia)
telefono 0572.952575
cellulare 338.7113307

non è vero che siamo **soli**

**Gli uomini
del fare...**

**Termoidraulica fratelli Fantozzi:
la sicurezza nei tuoi tubi**

Era il settembre del 1960. In quegli anni del boom di un mondo così lontano due uomini, Piero Bellandi e Roberto Fantozzi, a Buggiano, decisero di fare le cose in grande.

Iraulici sin da giovanissimi, fondarono la società "Idraulica Bellandi & Fantozzi", e cominciarono a correre.

Il testimone di quella gara partita mezzo secolo fa dal 2002 è in mano ai fratelli Eugenio e Maurizio, figli di Roberto Fantozzi, uno dei fondatori.

L'azienda si ingrandisce e diventa una delle realtà più floride del nostro territorio. Dopo tanti anni, cortesia, professionalità e presenza sono rimaste intatte. **Fratelli Fantozzi: la tranquillità ha un nome.**



"La famiglia, con
Quello Che C'è per aiutarla"



TERMOIDRAULICA F.lli FANTOZZI SNC
di Fantozzi Eugenio e Maurizio
via 25 Aprile, BORGO A BUGGIANO (Pistoia)
Maurizio **335.6905403** - Eugenio **335.7226528**

**Iuri Degl'Innocenti:
protegge la tua casa**

Con esperienza ventennale, **Iuri Degl'Innocenti, è l'uomo gentile che risolve i problemi della tua casa** con passione e professionalità.

Specializzato in montaggio di **zanzariere, avvolgibili, persiane, tende da sole, porte blindate, serrature, cancelletti estendibili...**

Inoltre ti ricorda che: se sostituisci porte e finestre con infissi nuovi in alluminio o PVC, puoi sfruttare la detrazione del 55% per tutto il 2011.



DEGL'INNOCENTI IURI
via B. Croce, 27
BORGO A BUGGIANO (Pistoia)
telefono 0572.3188497
yurideglinno@alice.it
iuri **333.2352423**



apprendimento e insegnamento sono tutta una questione di stile

L'acquisizione delle competenze scolastiche rappresenta la prima sfida cognitiva e motivazionale che i bambini devono affrontare nella loro crescita. I bambini, nel contesto di questa difficile impresa, acquisiscono anche il senso della propria capacità relativamente allo studio e al successo scolastico, sui quali incide un importante costrutto psicologico definito come "senso di autoefficacia" che corrisponde alle convinzioni circa le proprie capacità di organizzare e realizzare il corso di azioni necessario a gestire adeguatamente specifiche attività, situazioni o aspetti del proprio funzionamento psicologico e sociale in modo da raggiungere i risultati prefissati (Bandura, 1997).

In questo senso, la scuola rappresenta un vero e proprio banco di prova perché, così come è organizzata, propone un accrescimento progressivo delle richieste e presuppone apprendimenti, che possono

generare, se non efficacemente acquisiti, difficoltà in momenti successivi, magari nell'ambito della stessa disciplina o in relazione ad altre materie.

Un'altra ragione per pensare alla scuola come una vera e propria sfida cognitiva è il fatto di essere esposti al giudizio altrui, nel senso che le nostre capacità o incapacità vengono mostrate ad altri e questo può essere fonte di tensione e stress.

Tutto questo dimostra quanto il successo scolastico o il fallimento siano determinanti nel definire l'immagine di sé, l'autostima e la gestione delle emozioni come l'ansia, la depressione, la collera e lo stress. Inoltre, studi recenti sugli stili di apprendimento, cognitivi e di pensiero hanno evidenziato il ruolo delle

differenze individuali che intervengono nei processi di apprendimento. Ora sappiamo che alcuni insuccessi scolastici sono determinati semplicemente da una incompatibilità tra stile di insegnamento e stile di apprendimento.

Molte persone si persuadono, per esempio, di non essere portati per una determinata disciplina scolastica, solo perché il modo con cui gli è stata insegnata non corrisponde al suo stile di apprendimento e tutto ciò determina la possibilità che il soggetto possa andare incontro all'insuccesso scolastico malgrado motivazione, impegno e competenze cognitive siano perfettamente presenti ed efficaci.

Le azioni di recupero, consolidamento e potenziamento devono partire dal presupposto che ogni allievo è unico, con un modo di studiare e di apprendere diverso.



Ecco perché avere un docente a disposizione rappresenta una grande risorsa: permette di personalizzare l'intervento mediante lezioni pensate e tagliate su misura sulle difficoltà e le incertezze del singolo studente, facilitando l'individuazione di uno specifico metodo di studio che permette di avere il giusto approccio alla materia in questione, determinando il successo nello studio futuro di quest'ultima.

I docenti simulando le prove che gli studenti si trovano ad affrontare quotidianamente nel

corso dell'anno scolastico, stemperano la loro tensione nell'affrontarle e creano le condizioni perché gli studenti possano dare il meglio di loro stessi, impiegando nella maniera più ottimale il metodo e le nozioni apprese. La tranquillità della consapevolezza, quindi: un passo in avanti verso la sana formazione.

Dr.ssa Chiara Torrigiani

specializzata in progettazione formativa e gestione della qualità della formazione, conduce da più di dieci anni interventi di formazione per il personale scolastico. Attualmente ha esteso i suoi interventi di consulenza e formazione a favore di enti territoriali sia pubblici che privati.



Vanna Giorgetti psicopedagogista

La dottoressa Vanna Giorgetti, con oltre trentacinque anni di esperienza sviluppa percorsi di aiuto alla persona e di gruppo per bambini, ragazzi, adulti, genitori, insegnanti e anziani, risolvendo difficoltà di apprendimento e relazione. Specializzata in sostegno alla genitorialità e formazione. Riceve a Monsummano, Santa Lucia di Uzzano e Pescia.

Per parlare con la Dott.ssa Vanna, 333.9632666 oppure scrivi a vannagiorgetti@infinito.it.

presenta il corso di comunicazione del terzo millennio

- **realizzazione sito web**
- **fotoritocco delle immagini**
- **i grandi mezzi di comunicazione**
- **software di condivisione di files**

**inizio corsi lunedì 28 marzo 2011
orario dalle 20,30 alle 22,30
informazioni presso la nostra sede
di Borgo a Buggiano**

via Ponte Buggianese, 1
BORGO A BUGGIANO (Pistoia)
telefono 0572.33555

www.md-formazione.com

mi voglio bene

tempo di lettura:
1 minuti e 40 secondi

Uomini, attenti al borsello

usarlo troppo può causare dolori alla schiena

È tornato. Il borsello è tornato di moda. Eccone comparire delle più diverse forme alle spalle di uomini in carriera, studentelli sbarbati e affermati padri di famiglia. Il borsello è tornato. Ma, occhio: ortopedici e chiropratici sono pronti a strigliarci, attenti e preoccupati delle ripercussioni prodotte dal faticoso accessorio sulla nostra (povera) colonna vertebrale.

Se è vero il risultato dello studio messo in rete dalla British Chiropratic Association, ovvero l'ente inglese che organizza la professione dei curatori di schiene, gli specialisti hanno ragione: il peso del borsello medio da uomo raggiunge i 6.2 kg.



Siamo, quindi, tornati tutti a scuola, quando avevamo il magnifico zainetto portato ad una spalla sola, perché così "era giovane" (con due "g"). Un peso folle per la nostra schiena fatto dalla somma tra smartphone, tablet, laptop o netbook, immancabile portafoglio strapieno di tutto, purtroppo, tranne che di soldi, e poi il libro, la rivista, le chiavi, il giocattolo del bimbo rimasto in tasca dalla sera prima, eccetera, eccetera, eccetera. Il tutto, ad incurvare la nostra colonna vertebrale con un peso che, se fosse movimentato in luogo di lavoro, dovrebbe essere maneggiato come ex-626 comanda: vicino al corpo, non sbilanciato, appoggiato su piano non troppo basso, non portato per più di 5 minuti.

Per evitare problemi, meglio seguire semplici consigli: cambiare spalla spesso, accorciare la cinghia (per tenerlo, appunto, vicino al corpo), e non indossarlo a lungo. Basta poco, quindi, per non tradurre il 21% in più di borselli venduti nel 2010 rispetto al 2009 in un 21% in più di mal di schiena. Quindi, uomini: attenti al borsello...

Il giardino della salute

erboristeria, alimenti naturali

Il Giardino della Salute, uno scrigno che dal 1989 offre prodotti biologici e biodinamici certificati sia freschi che secchi: frutta, verdura, tofu, seitan, tempeh, latte, ed anche formaggi, yogurt, carni, salumi, uova, e pure cereali, legumi pregiati, e paste di grano, di kamut, di farro.

Non solo: nel Giardino della Salute si incontrano anche prodotti da forno, miele, marmellate, oli, ed ogni tipo di latte ve-

getale. Vi è poi una ricca selezione di prodotti per alimentazioni particolari, e per la macrobiotica (shoyu, tamari, miso, ume, alghe). Una ricca sezione mette a disposizione anche erbe officinali e prodotti erboristici selezionati. Ed anche prodotti per l'igiene della casa, e la cura della persona. Infine, una ampia libreria di volumi e riviste specializzate. Il tutto curato, controllato e dispensato con professionalità, sorrisi e competenza.



Il Giardino della salute
di Claudio Santelli e Nonna Fusi
ERBORISTERIA - ALIMENTI NATURALI
Via Mamuola, 97 - Tel. 0572 911689
51016 Montecatini Terme (PT)



EVALUNA

Centrobenessere

Cosmetic Innovation



PRODOTTI "Murad & Dermo28"

15 MARZO

«GIORNATA PORTE APERTE VISO»

Durante questa particolare giornata EVALUNA da la possibilità, a tutti coloro che desiderano iniziare una buona cura del viso, di eseguire **gratuitamente** un «*Tattamento Personalizzato*» per conoscere i nostri metodi e prodotti, offrendovi anche il «*Consiglio Domiciliare*» adatto alle vostre esigenze per curare il proprio viso nel modo giusto anche a casa. Soluzioni personalizzate che assicurano risultati di grande efficacia, grazie alle preziose formulazioni a base di ingredienti naturali e di altissima qualità. È NECESSARIA LA PRENOTAZIONE.



PROMOZIONE BENESSERE

Fino al 31/03/11

«Aromamassaggio» € 35

Concedersi un momento di Relax e Benessere va a beneficio del corpo e della mente... Prendiamoci il tempo per noi stessi!!

8 MARZO

«Make Up Day»

In occasione della «Festa della Donna» in promozione «*Trucco Personalizzato*» a € 10

Per esaltare in questa speciale giornata la bellezza di ogni donna. E nello stesso tempo imparare tecniche utili per truccarsi...



EVALUNA : Via Prov. Pistoiese 116 – 51011 – Borgo A Buggiano (PT)
Momentaneamente potete contattarci al Tel: 349 4110646 , e-mail: evalunasnc@alice.it
Orario continuato dal Martedì al Venerdì 9:30/19:30, il Sabato 9:30/18:30

R

PIAZZA MARTINI 147
51015 MONSUMMANO TERME (PT)

CAMPIONE DEL MONDO

I Romani International



Dall'arte e dalla passione per l'acconciatura di Michele e Steno Romani nascono delle vere e proprie opere d'arte scolpite nei capelli. Nel salone de I Romani International, grazie ad uno staff di professionisti, tutto è predisposto perchè le persone trascorrono in armonia il tempo che dedicano a se stesse.

Con la stessa passione che mi ha fatto vincere il Campionato del Mondo - dice Steno Romani - mi dedico ogni giorno al mio lavoro perchè ogni persona che entra nel nostro salone deve avere il meglio!

Per questo nel nostro salone scegliamo i prodotti più esclusivi per valorizzare i vostri capelli.

I Romani International vi invitano a provare le novità di Kèrastase per questo mese:

- Chronoligiste, trattamento al caviale. per capelli incredibilmente sani e rigenerati.
- Chroma sensitive, trattamento per aumentare la durata del colore.

SALONE SPECIALISTA KÈRASTASE

Tel. 0572-950714 Mob. 393-1761487
e-mail: romaniinternational@tin.it
www.romaniinternational.com
Orario: MARTEDÌ - VENERDÌ 8:00 - 20:00
SABATO 7:00 - 19:00

L'appetito vien mangiando

Trattoria pizzeria Antico Toppato

trattoria classica toscana dal 1945

Situata ai margini del padule di Fucecchio in località Vione, nel comune di Ponte Buggianese, gestita da Massimo e Barbara, che con tanto amore curano l'ambiente a cercano di mantenere viva la tradizione culinaria toscana. Tra le specialità il cacciucco d'anatra, non mancano le penne al germano, e le pappardelle al cinghiale. Da segnalare l'ottima bistecca servita nella griglia da tavolo.



via Colmate dal Cerro Ponte Buggianese
tel. 0572 634319

CHIUSO IL MARTEDÌ

Trattoria ristorante Bellavista

cucina tipica toscana dal 1986

Situata a Borgo a Buggiano in Località Santa Maria, vicino al palazzo Bellavista. Specialità cacciagione Locale caldo e accogliente dove poter gustare cibi di qualità e di antica tradizione conduzione familiare. Tra i piatti: baccalà-trippa, penne al cinghiale, pappardelle alla lepre, fegatelli con le rape, cacciagione, grigliate. Aperto anche a pranzo con menù per lavoratori a prezzi economici. Ristorante, semplice, di tradizione e di qualità.



via Livornese Borgo a Buggiano
tel. 0572 33053

CHIUSO IL MERCOLEDÌ

"El Gatto" 30 anni

PIZZERIA RISTORANTE DAL 1981



Massimo, Gabriella e Debora, il 7 aprile 2011 saranno lieti di festeggiare i 30 anni di attività della pizzeria "El Gatto Fuerte".



Dalle 19 in poi oltre a deliziarvi con le gustose pizze e tanto altro, vi sarà consegnata la card del "El Gatto Fuerte", che contiene tanti piccoli pensieri di gratitudine, per gli affezionati clienti e per tutti coloro che vorranno diventarlo.

largo Giorgio La Pira, 1
loc. Traversagna MASSA E COZZILE (Pistoia)
telefono 0572.74520

Rosticceria Bruceto



*Tavola calda
Pizza al taglio e da asporto*

via Bruceto 64 MASSA e COZZILE
telefono 0572.70728 cell. 327.1406073
(CHIUSO IL LUNEDI)

la macchina perfetta

tempo di lettura:
1 minuto e 15 secondi

Un mare di attività con l'associazione Nuoto Valdinievole

Frequentare un corso di nuoto? Fare due vasche in completo relax? Oppure provare qualcosa di diverso come l'acquacircuit e il total fitness? C'è veramente l'imbarazzo della scelta per chi decide di frequentare la piscina comunale di Monsummano Terme. Tutto questo grazie alle attività organizzate dall'Associazione Nuoto Valdinievole per la stagione 2011, attività che ogni anno vengono incrementate e diversificate per offrire un servizio sempre più mirato.

L'associazione organizza, ad esempio, corsi riservati a neonati, cuccioli, ragazzi ed adulti con cadenza mono (per i corsi neonati) e bisettimanale.

Passando al settore dell'Acquafitness, anche qui non c'è che l'imbarazzo della scelta: hydrobike, hydrofitbike, acquacircuit, acquagym, gym & gag, acquaerobica, acquate, total fitness.

E ancora: corsi di ginnastica dolce e per gestanti in acqua, lezioni private con un istruttore a propria disposizione, nuoto libero ed idrochinesiterapia.

Per chi, invece, avesse intenzione di avvicinarsi ulteriormente al mondo dell'acqua c'è la possibilità di prendere parte ai corsi di

*Il piacere sportivo di
portare il proprio corpo
all'estremo.*



nuoto per salvamento (una novità per questa stagione), ai corsi per ottenere il brevetto di "Assistente bagnanti" rilasciato dalla Fin (Federazione Italiana Nuoto), oppure di entrare a far parte dei gruppi amatoriali denominati Master e Fitness Agonistico. Un mare di possibilità, quindi. L'acqua è per tutti con l'Associazione Nuoto Valdinievole.

Info e contatti, telefono 0572.952255
blog.nuotovaldinievole.it



PALESTRA
KOLOSSUS GYM
AICS - CONI

GRATIS
1 SETTIMANA
SU TUTTE
LE NOSTRE DISCIPLINE

Sala Pesistica - Total Body
Step - G.A.G.
Body Energy
Stretching - Sala Cardio
PILATES - FIT BOXE - SPINNING
Tai Chi Chuan
Wing Tsun Sistema Leung Ting E.W.T.O
Escrima Philippine Martial Arts

VALIDO
PER TUTTI I NUOVI
ISCRITTI

KOLOSSUS GYM via Circonvallazione 75 BORGO A BUGGIANO tel. 0572.33275 www.kolossusgym.com

la macchina **perfetta**

tempo di lettura:
58 secondi

Run... dagi, lenti ma fieri, un gruppo di amici che corre

“Suona la sveglia, le sette, sono le sette e devi andare a scuola”, cantava Venditti nel lontano '78, oramai sono molti anni che nessuno dei run...dagi va a scuola, i capelli folti e corvini hanno lasciato il posto a fronti spaziose e fili argentei, le cartelle sostituite da borsoni sportivi, ma quando si ritrovano insieme gli occhi sono di bambini gioiosi ed è con questa fanciullesca allegria che, per esempio, sono andati il mese scorso a Torre del Lago a sfidare pioggia, vento, 750 avversari ben allenati e 21097 metri di asfalto infido.

La gara è dura: si suda, s'impreca e ci si chiede chi ce l'ha fatto fare, poi il traguardo, uno sguardo veloce all'orologio che parla di tempi da atleti “quasi” veri, amici e sconosciuti tutti a dirti che sei stato bravo che anche questa volta le fatiche, i sacrifici, le ore tolte ai propri cari nelle settimane che hanno preceduto la gara a qualche cosa sono servite.

Una doccia calda e dopo i run...dagi sono tutti assieme, di fronte un'ottima tavola imbandita e accanto mogli, compagne, figli, ridono scherzano parlano della corsa e di quelle che verranno. Non ci sono vinti e vincitori tra i run...dagi ma solo amici che la



domenica mattina mettono la sveglia, ma soprattutto si alzano, per poter tornare per qualche ora insieme bambini spensierati.

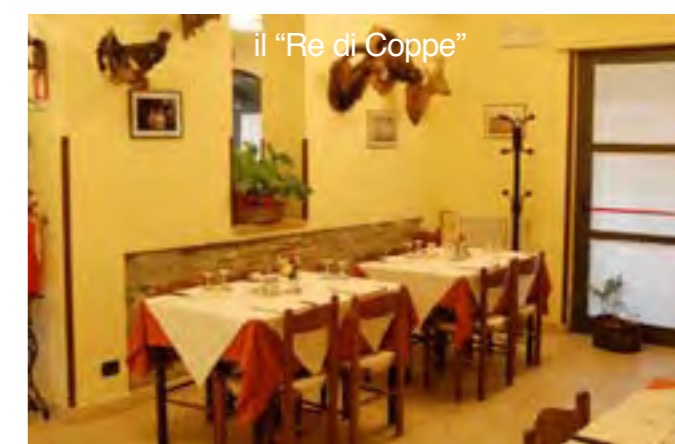
Roberto Orsi (il barbiere)

PUNTO COPPE

di Anna Bartolini

**PREMIAZIONI SPORTIVE
COPPE, MEDAGLIE E TARGHE
INCISIONI DI OGNI TIPO**

via Francesca, 41 loc. ALBERGHI DI PESCIA
PESCIA (Pistoia) **telefono 0572.452894**



50 alimenti per la salute e l'allenamento!

prima parte



Inizia da oggi l'avventura alla scoperta dei 50 alimenti tra i più importanti della nostra dieta. In natura ce ne sono centinaia se non migliaia di alimenti benefici, ma da buon Personal Trainer vi presenterò quelli che a mio avviso saranno i più indicati per chi ama allenarsi e sentirsi in forma. Molto spesso ci lasciamo convincere più dal sapore di un alimento, buono o cattivo che sia

senza però pensare a gli effetti benefici che questo potrebbe avere sulla nostra salute. Pronti ai primi dieci?

Mandorle: come tutti sanno la frutta secca è ricca di calorie, ma mangiarla ogni tanto in quantità moderata può fare molto bene. Ad esempio 60g di mandorle contengono ben oltre il 50% della dose raccomandata di magnesio. Inoltre alcune ricerche dimostrano che mangiarle regolarmente riduce il colesterolo e altri fattori di rischio legati a disturbi cardiaci.

Ciliegie: il succo di questo frutto altamente energetico sembra, a seguito di uno studio effettuato su corridori, ridurre altamente l'indolenzimento a seguito di una gara di lunga distanza.

Broccoli: alcune ricerche hanno dimostrato la loro capacità di aumentare la potenza celebrale, ridurre il rischio di cancro e migliorare la capacità polmonare.

Estratto di semi d'uva: questa sostanza già molto popolare oltre oceano, inizia a ricevere consensi anche in Europa. Infatti alcune ricerche dimostrano che ha una potenza antiossidante 50 volte superiore alla vitamina E e ben 20 volte la vitamina C. Inoltre è un ottimo antiinfiammatorio e potrebbe proteggere la pelle dall'invecchiamento prematuro. Per gli amanti della pesistica è consigliato in quanto migliora la pressione ematica e favorisce il tanto ricercato pompaggio muscolare.

Yogurt: nel caso di disturbi come costipazione o gas intestinali è consigliato lo yogurt, in quanto assumerne una tazza e mezzo con lactobacilli vivi apporta al corpo batteri benefici che migliorano il passaggio di cibo per l'intestino.

Funghi: forte azione protettiva sulla salute. Un fungo tipo champignon mediamente fornisce il 21% della Razione Giornaliera Raccomandata di selenio e la stessa dose di potassio contenuta in una banana. Sembra inoltre che il selenio secondo alcune ricerche sia uno degli antiossidanti più efficienti nel contrastare l'effetto dei radicali liberi. Inoltre, una subcarezza di questo minerale aumenterebbe il rischio di malattie cardiovascolari, disturbi tiroidei e diabete.

Avocado: attenzione amanti della pesistica, rispetto a tutti gli altri frutti l'avocado contiene molte più proteine per la costru-

zione muscolare. Inoltre presenta alte concentrazioni di folato, potassio e grassi monoinsaturi che proteggono il cuore.

Mele: questo frutto come anche le pere contengono quercitina, un flavonoide che, secondo uno studio svoltosi in Olanda, può proteggere e rafforzare i polmoni. Alcuni ricercatori hanno scoperto una correlazione fra mangiare mele e pere e una riduzione del rischio di asma.

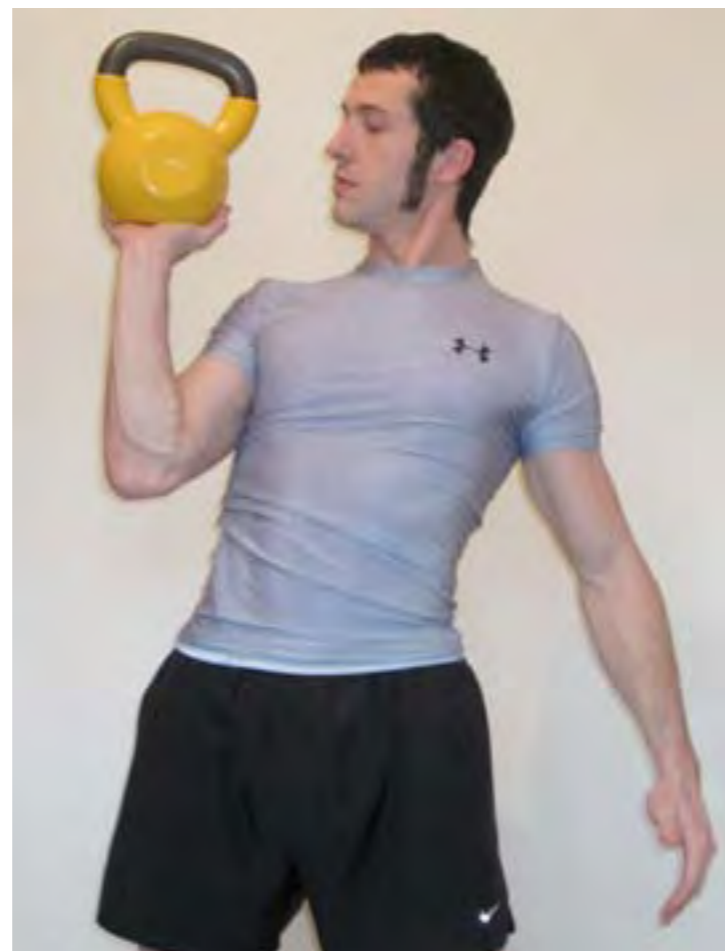
Cacao: questo alimento sembra far bene al cuore. Si è scoperto che un'alta concentrazione di polifenoli del cacao in polvere, agiscono come antiinfiammatori naturali. Quindi in giuste dosi la cioccolata fondente può far bene alla salute, ma anche all'umore.

Limone: secondo una serie di studi giapponesi, il profumo del limone potrebbe ridurre lo stress. Prove certe sugli umani ancora non ce ne sono, in quanto gli studi sono stati effettuati sui topi. Sembra che il suo profumo alteri l'attività genica e la chimica ematica, producendo un effetto calmante. Tentar non nuoce.

A cura di **Leonardo Filippelli**

MOOVIN'

via Gramsci 44/D MASSA E COZZILE
tel. 0572.050947 cell.338.4904636
www.moovin.it info@moovin.it



CONCORSI

Chi ha emesso il bando: A.S.M. S.p.A. Prato

Tipologia: Impiegato addetto servizi ICT (Information e Communication Technology) presso servizi informativi.
Titoli di Studio: Diploma di Maturità ad indirizzo tecnico o scientifico ed esperienza biennale acquisita in ruoli informatici. Laurea in Fisica, in Informatica, in Ingegneria, in Matematica
Scadenza presentazione domanda: 11 marzo 2011
Informazioni sul bando: <http://www.asmprato.it>

Chi ha emesso il bando: Comune di Prato - Servizio Comunicazione, Cultura e Scuola di Musica

Tipologia: Esperto in politiche della comunicazione. L'incarico potrà essere affidato solo nel caso in cui sia andata deserta la ricognizione della presenza della professionalità richiesta all'interno dell'Ente. Si richiede: iscrizione presso l'ordine nazionale dei giornalisti.
Titoli di Studio: Laurea in Scienze della Comunicazione
Scadenza presentazione domanda: 10 marzo 2011
Informazioni sul bando: <http://www.comune.prato.it/lavoro/avvisi/home.htm>

Chi ha emesso il bando: Comune di Prato

Tipologia: Istruttore Educativo - Assunzione a tempo determinato
Titoli di Studio: Diploma di Scuola Magistrale- Diploma di Istituto Magistrale se conseguito entro luglio 2002; Laurea in Scienze della Formazione primaria indirizzo scuole dell'infanzia
Scadenza presentazione domanda: 30 giugno 2011
Informazioni sul bando: <http://www.comune.prato.it/lavoro/avvisi/>

Chi ha emesso il bando: Azienda U.S.L. n.8 di Arezzo

Tipologia: Borsa di studio, della durata di 12 mesi, per la partecipazione al progetto "Osservatorio del Diabete". Il borsista opererà nell'ambito della Struttura Complessa di Diabetologia della USL 8 di Arezzo.
Titoli di Studio: Laurea specialistica in Psicologia; Laurea di primo livello in Psicologia
Scadenza presentazione domanda: 17 marzo 2011
Informazioni sul bando: <http://www.usl8.ntc.it>

Chi ha emesso il bando: S.U.M. - Istituto Italiano di Scienze Umane - Firenze

Tipologia: Concorso per l'ammissione ai corsi di dottorato di ricerca, XXVI ciclo.
Titoli di Studio: Laurea o equipollente, laurea specialistica o equipollente
Scadenza presentazione domanda: 05 aprile 2011.
Informazioni sul bando: <http://www.sumitalia.it>

Chi ha emesso il bando: Quadrifoglio S.p.A. - Firenze

Tipologia: Assunzione a tempo indeterminato - Operaio di quarto livello da adibire a mansioni di manutentore veicoli industriali con specializzazione elettrauto o elettromeccanico.
Titoli di Studio: Vari titoli di studio. Si richiede possesso della patente di guida italiana o di un paese della comunità europea di grado C o superiore in corso di validità
Scadenza presentazione domanda: 15 marzo 2011
Informazioni sul bando: <http://www.quadrifoglio.org>

Chi ha emesso il bando: Teatro del Maggio Musicale Fiorentino

Tipologia: Assunzione a tempo indeterminato, primo flauto obbligo terza, nell'Orchestra del Maggio Musicale Fiorentino
Titoli di Studio: Diploma di Flauto. I candidati devono avere età non inferiore agli anni diciotto alla data di scadenza per l'inoltro della domanda di ammissione.
Scadenza presentazione domanda: 02 aprile 2011
Informazioni sul bando: <http://www.maggiofirentino.com>

Chi ha emesso il bando: C.N.R. Istituto di Geoscienze e Georisorse

Tipologia: Assunzione a tempo determinato - Operatore tecnico enti di ricerca VIII livello, presso l'Istituto di Geoscienze e Georisorse del CNR di Pisa, per lo svolgimento di attività tecniche di supporto alle esigenze derivanti dall'attività analitica di laboratorio per l'esecuzione di analisi chimiche-isotopiche comportanti la preparazione di campioni acqua per le analisi isotopiche di trizio deuterio e ossigeno 18.
Titoli di Studio: Scuola Media Inferiore
Scadenza presentazione domanda: 21 marzo 2011
Informazioni sul bando: <http://www.igg.cnr.it>

Chi ha emesso il bando: C.N.R. Istituto di Geoscienze e Georisorse

Tipologia: Assunzione a tempo determinato - Collaboratore tecnico enti di ricerca VI livello, presso l'Istituto di Geoscienze e Georisorse del CNR di Pisa, per lo svolgimento di attività tecniche di supporto alle esigenze derivanti dalla gestione e manutenzione di stazioni di monitoraggio automatico continuo di selezionati parametri fisici e fisico-chimici nelle acque naturali e dalla attività di carotaggio microstratigrafico di sedimenti e suoli mediante carotatore auto inguainante e trattamento delle carote, per studi ambientali.
Titoli di Studio: Diploma di istruzione secondaria di secondo grado
Scadenza presentazione domanda: 17 marzo 2011
Informazioni sul bando: <http://www.igg.cnr.it>

Chi ha emesso il bando: C.N.R. Istituto di Geoscienze e Georisorse

Tipologia: Assunzione a tempo determinato - Tecnologo III livello, presso l'Istituto di Geoscienze e Georisorse del CNR di Pisa, per lo svolgimento di attività di ricerca inerenti la gestione e la manutenzione di stazioni di monitoraggio automatico continuo di selezionati parametri fisico-chimici nelle acque naturali e dell'attività di elaborazione di serie temporali di dati per l'individuazione di anomalie geochimiche relazionate ad eventi sismici
Titoli di Studio: Laurea in Scienze Geologiche o laurea magistrale o specialistica
Scadenza presentazione domanda: 17 marzo 2011
Informazioni sul bando: <http://www.igg.cnr.it>

Chi ha emesso il bando: Azienda Ospedaliera Universitaria Pisana

Tipologia: Assunzione a tempo indeterminato - Dirigente Medico.
Titoli di Studio: Laurea in Medicina e Chirurgia. E' richiesta specializzazione nella disciplina di Chirurgia generale o in disciplina equipollente o affine. E' richiesta l'iscrizione all'Albo dei Medici-Chirurghi
Scadenza presentazione domanda: 17 marzo 2011
Informazioni sul bando: <http://www.ao-pisa.toscana.it>

Chi ha emesso il bando: Fondazione Stella Maris - IRCCS

Tipologia: Assunzione a tempo indeterminato - Dirigente Medico di Neuropsichiatria Infantile.
Titoli di Studio: Laurea in Medicina e Chirurgia. E' richiesta specializzazione nella disciplina di neuropsichiatria infantile o in disciplina equipollente o affine. E' richiesta l'iscrizione all'Albo dei Medici-Chirurghi
Scadenza presentazione domanda: 17 marzo 2011
Informazioni sul bando: Bollettino Ufficiale della Regione Toscana 5 del 02/02/2011

Chi ha emesso il bando: C.N.R. I.F.C. Istituto di Fisiologia Clinica

Tipologia: Assunzione a tempo determinato - Ricercatore III livello professionale, a tempo determinato, presso l'Istituto di Fisiologia Clinica del CNR sede di Pisa, per lo svolgimento delle seguenti attività: alterazioni macro e micro vascolari nelle malattie metaboliche, cliniche e sperimentali.
Titoli di Studio: Laurea in Scienze Biologiche. E' richiesto

titolo di dottore di ricerca o equivalenti, o aver svolto per un triennio attività di ricerca post-laurea in settori inerenti alle competenze specifiche del bando.
Scadenza presentazione domanda: 21 marzo 2011
Informazioni sul bando: <http://www.ifc.cnr.it>

Chi ha emesso il bando: C.N.R. I.S.T.I. Istituto di Scienza e Tecnologie dell'Informazione Alessandro Faedo

Tipologia: Assunzione a tempo determinato - Ricercatore III livello professionale, a tempo determinato, per svolgere la seguente attività di ricerca: "progettazione e sviluppo di un sistema di gestione delle informazioni dipendenti dal contesto di uso per il supporto di interfacce utenti adattive"
Titoli di Studio: Laurea in Scienze e Tecnologie Informatiche. Laurea Informatica. Laurea in Ingegneria Informatica. E' richiesta documentata esperienza di ricerca e sviluppo maturati presso strutture di ricerca scientifica nel settore delle interfacce utenti per dispositivi mobili
Scadenza presentazione domanda: 21 marzo 2011
Informazioni sul bando: <http://www.isti.cnr.it>

Chi ha emesso il bando: C.N.R. I.S.T.I. Istituto di Scienza e Tecnologie dell'Informazione Alessandro Faedo

Tipologia: Assunzione a tempo determinato - Tecnologo III livello professionale, a tempo determinato, per svolgere la seguente attività di ricerca: "strumenti e linguaggi per la progettazione di interfacce utenti basata su modelli"
Titoli di Studio: Laurea in Scienze e Tecnologie Informatiche. Laurea Informatica. Laurea in Ingegneria Informatica. E' richiesta documentata esperienza di ricerca scientifica nel settore delle interfacce utenti
Scadenza presentazione domanda: 21 marzo 2011
Informazioni sul bando: <http://www.isti.cnr.it>

Chi ha emesso il bando: C.N.R. I.S.T.I. Istituto di Scienza e Tecnologie dell'Informazione Alessandro Faedo

Tipologia: Assunzione a tempo determinato - Ricercatore III livello professionale, a tempo determinato, per svolgere la seguente attività di ricerca: "studio e sviluppo di meccanismi per garantire sicurezza e privacy in smart environments"
Titoli di Studio: Laurea Informatica. Laurea in Ingegneria Informatica. Si richiede titolo di dottore di ricerca pertinente, ovvero aver svolto per un triennio attività di ricerca in settori inerenti alle competenze specifiche del bando
Scadenza presentazione domanda: 24 marzo 2011
Informazioni sul bando: <http://www.isti.cnr.it>

Chi ha emesso il bando: ESTAV Nord-Ovest - Pisa-Livorno-Lucca-Massa Carrara

Tipologia: Incarico a tempo determinato per collaboratore amministrativo
Titoli di Studio: Laurea in Economia e Commercio o equipollente
Scadenza presentazione domanda: 15 marzo 2011
Informazioni sul bando: <http://www.estav-nordovest.toscana.it>

Chi ha emesso il bando: ESTAV Nord-Ovest - Pisa-Livorno-Lucca-Massa Carrara

Tipologia: Incarico per la direzione della struttura complessa UO Pneumologia presso l'Azienda USL 6 di Livorno
Titoli di Studio: Laurea in Medicina e Chirurgia. Si richiede anzianità di servizio di sette anni, di cui cinque nella disciplina di malattie dell'apparato respiratorio o discipline equipollenti e specializzazione nella stessa disciplina o in una disciplina equipollente ovvero anzianità di servizio di 10 anni nella disciplina di malattie dell'apparato respiratorio.
Scadenza presentazione domanda: 24 marzo 2011
Informazioni sul bando: <http://www.estav-nordovest.toscana.it>

Tratto da: sito Comune di Prato - Area Concorsi



Gocce di Vita-onlus

via di Quarrata, 6 51010 Uzzano (PT), tel. e fax. 0572444638

Associazione di volontariato che opera nel campo della solidarietà internazionale, impegnata dal 2005 a sostegno delle popolazioni delle Ande peruviane

Realizzazioni:

- **assistenza medica ed educazione sanitaria** a 29.000 abitanti della provincia di Cotabambas
- **costruzione e gestione di una Casa di accoglienza** per bambini orfani, abbandonati, gravemente denutriti, violentati
- **sostegni a distanza (adozioni)**
- costruzione di acquedotti

Progetti:

- **ampliamento della Casa del bambino**
- **Progetto Picaflor**, costituzione di una cooperativa di allevatori per l'introduzione di bestiame da latte, trasformazione e commercializzazione dei prodotti derivati.



c/c postale n. 63008304 - c/c bancario IBAN IT 32 I 08358 70550 000000751280

sito web: www.goccedivita.org e-mail: info@goccedivita.org



Aiutaci con il tuo

5x1.000

Cod. Fisc. 91021990477

Nella prossima dichiarazione dei redditi

DEVOLVI il

5xMILLE

al

shalom

AIUTA CHI AIUTA DAVVERO

Nell'apposito spazio dedicato al 5xMILLE è necessario:

firmare il riquadro dedicato al sostegno del volontariato, delle organizzazioni non lucrative (onlus)...

Specificare il **Codice Fiscale Shalom:**

91003210506

Il 5xMILLE non è alternativo al 2x mille.

Passa l'informazione a amici e conoscenti

UNA PERGAMENA SOLIDALE PER IL TUO GIORNO SPECIALE

Un momento di gioia è più ricco se condiviso. Matrimoni, Battesimi, Prime Comunioni, Cresime, Feste di Laurea ed Anniversari sono eventi che con le Pergamene Solidali possono essere vissuti in modo più significativo e profondo

Sostieni i progetti del Movimento Shalom

Con una scelta contro corrente, al posto della tradizionale bomboniera, viene realizzata la Pergamena della Solidarietà e l'equivalente della spesa viene devoluto per uno dei progetti di cooperazione promossi dal Movimento Shalom.

IDEE REGALO E MOLTO ALTRO le puoi trovare nei nostri Negozi Equosolidali:

IL MONDO IN VETRINA - Fucecchio
L'OMBELICO DEL MONDO - Ponsacco
EQUOMONDO - Cerreto Guidi



per info.: shalom@movimento-shalom.org
www.movimento-shalom.org tel. 0571-400462

a caccia di piccoli tesori

Mercati: un'occasione da non perdere

divertirsi in compagnia a caccia di tesori

Artigegno a Fucecchio - Firenze

5 Marzo Un'occasione per curiosare tra le bancarelle di antiquariato, arti e mestieri e prodotti tipici.

Mercatale della Valdelsa a Fontebecci - Siena.

5 Marzo Mercato mensile di filiera corta per promuovere e far conoscere i prodotti del territorio.

Artigegno a Carrara in fiore - Massa Carrara.

5 Marzo Arriva l'appuntamento mensile con piante, fiori, accessori per giardino e artigianato dedicato ai fiori.

Collezionisti in Piazza a Scarperia - Firenze.

6 Marzo Una giornata per visitare la borsa scambio del piccolo antiquariato, rigatteria, collezionismo, numismatica e filatelia nel centro storico del paese.

Mercato del Piccolo Antiquariato a Fiesole - Firenze.

6 Marzo Torna uno degli appuntamenti più attesi e più apprezzati dagli appassionati dell'antiquariato, proprio sopra Firenze.

Mercatino dell'antiquariato a Montecatini Terme - Pistoia.

6 Marzo Torna l'appuntamento in Piazza XX Settembre con il mercatino mensile dell'antiquariato.



L'angolo dell'antiquariato a Carmignano - Prato.

6 Marzo Un ampio spazio del mercatino è dedicato ai numerosi banchetti di oggettistica antica e di usato.

Mercatino dell'antiquariato a Pietrasanta - Lucca.

6 Marzo Un'occasione per passeggiare nella



deliziosa cittadina della Versilia con l'opportunità di curiosare tra molte bancarelle di antiquariato di qualità.

Aprilante a Panzano in Chianti - Firenze

6 Marzo Artigianato e curiosità in mostra per le vie del centro storico della piccola frazione di Greve in Chianti.

Cioccolosità a Monsummano Terme (PT)

11-13 marzo: la qualità del cioccolato artigianale dà spettacolo.

Terre di Toscana 2011

13 e 14 marzo, Una Hotel di Lido di Camaiore, grande degustazione aperta al pubblico che raduna il meglio della produzione di una Regione ricchissima di storia, tradizione e qualità nell'enogastronomico.

SWAP di Primavera, mercatino dello scambio e del dono

13 marzo, arena Astra, Livorno.

Fiera di Santa Maria in Selva - Buggiano (PT)

26-27 marzo, vedi la nostra ampia scheda a pagina 31, nello spazio dedicato al Comune di Buggiano.

L'angolo del collezionista a San Gimignano - Siena.

27 Marzo Al mercatino sarà possibile curiosare tra oggetti usati, escluso il vestiario, oggetti di antiquariato, oggettistica d'arte antica ed usata, e molto altro.

Mercati settimanali:

Montecatini Terme

ogni giovedì, in piazzale Leopoldo.

Monsummano Terme

ogni lunedì, in piazza Giusti.

Pieve a Nievole

i sabati pomeriggio, in piazza 27 Aprile.

Pescia, ogni sabato

in piazza Mazzini.

Buggiano

ogni martedì, in piazza Salutati.

Margine Coperta,
ogni mercoledì, in piazza della Resistenza.
 Ponte Buggianese,
ogni venerdì, in piazza 24 novembre.
 Chiesina Uzzanese,
ogni mercoledì, in piazza Vittorio Emanuele.
 Altopascio
il giovedì in via Cavour.
 Lamporecchio,
ogni venerdì, piazza Gramsci.
 Larciano,
il sabato pomeriggio, in piazza Togliatti.
 Uzzano,
ogni mercoledì, in piazza Anzillotti.
 Pistoia,
il mercoledì e il sabato, in piazza Duomo.
 Fucecchio,
il mercoledì in piazza XX Settembre.



Tutto a portata di mano

una pagina da strappare e conservare nel portafoglio



Numeri di telefono utili

Sicurezza:

Carabinieri, stazione di Montecatini: telefono 0572.78184
Carabinieri, stazione di Monsummano: telefono 0572.81721
Polizia Stradale, Montecatini (uscita casello autostrada): telefono 0572.95671

Salute:

CUP Azienda ASL 3: 848.800 709
Enti locali:
URP Regione Toscana: 800 401 291
URP Provincia di Pistoia: 800 246 245
URP dei principali comuni:
Monsummano Terme: 0572.959265
Montecatini Terme: 0572.918254
Pescia: 0572.492219

Il meteo

www.lamma.rete.toscana.it,
info@lamma.rete.toscana.it
http://www.comune.monsummano-terme.pt.it/meteo,
oppure telefono 0572.952965

I turni delle farmacie

Montecatini Terme:
Farmacia Le Terme
da: venerdì 04 marzo 2011
a: venerdì 11 marzo 2011

Farmacia della Stazione
da: venerdì 11 marzo 2011
a: venerdì 18 marzo 2011

Farmacia Internazionale
da: venerdì 18 marzo 2011
a: venerdì 25 marzo 2011

Farmacia Centrale
da: venerdì 25 marzo 2011
a: venerdì 01 aprile 2011



Monsummano Terme
Farmacia Della Pieve snc
da: sabato 05 marzo 2011
a: sabato 12 marzo 2011

Farmacia Satti snc
da: sabato 12 marzo 2011
a: sabato 19 marzo 2011

Farmacia Di Cintolese
da: sabato 19 marzo 2011
a: sabato 26 marzo 2011



Pescia
Farmacia Vecchio Mercato
da: sabato 05 marzo 2011
a: sabato 12 marzo 2011

Farmacia Lavorini
da: sabato 12 marzo 2011
a: sabato 19 marzo 2011

Antica Farmacia Sansoni
da: sabato 19 marzo 2011
a: sabato 26 marzo 2011

QUELLO CHE C'È

Cercavi un'informazione e non ce l'hai trovata? Segnalacela, e il prossimo mese la troverai!
Quello che c'è, 0572.33555
www.quellochece.com

il senso del **gusto**

tempo di lettura:
25 secondi

Il gusto unico

Profumo di caffè: la qualità assaggiata col sorriso

Sembra di essere in una grande città, in uno di quei bar finemente arredati dove immaginare poeti del passato riunirsi in conviviali incontri. Ecco, "Profumo di caffè": caffetteria nella quale dentro alle tazzine c'è un oro nero frutto della lavorazione tradizionale, tostato a legna come in pochissimi, in Italia, ancora si sforzano di fare. Servito con il sorriso magnifico di chi è convinto di fare la cosa giusta mentre presenta le tante possibilità di un menù unico anche per i pranzi veloci: tutto fresco, tutto espresso. Ecco, "Profumo di caffè": il bar che ci mancava.

Sabato 12 marzo, dalle 18.30 in poi, Apericena al Cioccolato: il cibo degli dei, nei giorni di Cioccolosità, diventa antipasto, primo, secondo e dessert. Il tutto, con l'originalità di uno staff che sa cosa non sappiamo di volere.

Profumo di Caffè, via Luciano Lama, 257/A
Monsummano Terme (stabile nuova Coop). Tel. 389.1967730



"Foto di Riccardo Mattesini".



**Giovanni
Parisi**

SHOWROOM:

BORGO A BUGGIANO (Pistoia)

telefono 0572.32187



**Dove prima c'era solo
uno spazio all'aperto, creiamo
uno spazio da vivere.**

www.giovaniparisi.it

Corradi
OUTDOOR LIVING SPACE



STOBAG
Freiker Swiss Quality

Vetrate e Giardini d'inverno
SUNROOMS
BYBODA

emu



Royal Botania
outdoor luxury

KE
Tende da Sole