PIACERE
MAGAZINE
108



# PM

## A NATALE SONO TUTTI PIÙ BUONI



# NUOVA MINI CLUBMAN.
# RAGIONA D'ISTINTO.

## TUA A PARTIRE DA 220 EURO AL MESE.
## TAN FISSO 3,99% E TAEG 5,51%.*

PROVALA CON LA TRAZIONE INTEGRALE ALL4.

**Concessionaria MINI**

## A.D. MOTOR

Via P. Soriano, 1 - PERUGIA - Tel. 075 5279942
admotor.mini.it

---

Consumi Nuova MINI Clubman ciclo misto (litri/100 km): da 3,8 a 7,4. Emissioni $CO_2$ (g/km): da 99 a 168.

*Un esempio per MINI One Clubman con formula di Finanziamento MINI Free, 1 anno di Assicurazione Incendio e Furto e Pacchetto di Manutenzione ordinaria MINI Service Inclusive L 5 anni o 50.000 km in omaggio. Prezzo chiavi in mano 22.300 €, IVA e messa in strada incluse, IPT esclusa. Anticipo o eventuale permuta pari a 6.600 €. Durata di 48 mesi con 47 rate mensili pari a 219,96 €. Valore residuo minimo finale garantito a 48 mesi /60.000 km pari a 7.615,59 €. TAN fisso 3,99%. TAEG 5,51%. Importo totale del credito 15.700 €. Spese istruzione pratica 350 €. Spese incasso 5 € a rata. Imposta di bollo 16 € come per legge addebitata sulla prima rata. Invio comunicazioni periodiche per via telematica. Importo totale dovuto dal Cliente 18.204,67 €. Salvo approvazione di BMW Bank GmbH – Succursale Italiana. Fogli informativi disponibili presso le Concessionarie MINI aderenti. Offerta valida fino al 31/12/2016. Vettura visualizzata a puro scopo illustrativo. Messaggio Pubblicitario con finalità promozionale.

# Fondazione per l'Istruzione Agraria

CULTURA
E COLTURA

# Buone Feste

fondazioneistruzioneagraria.it
T. 075 33753 | info@fiapg.it

CREATIM.BIZ

Quando c'è festa,
c'è Sanmagno!

# BUONE FESTE

DA TUTTO LO STAFF
DEL SANMAGNO

# SANMAGNO
CAFFÈ

*Il locale con la vita dentro*



VIA DANIELE MANIN 22 FOLIGNO

PASTICCERIA
GELATERIA ARTIGIANALE
PIZZERIA
RISTORANTE
LUNCH
HAPPY HOUR

paracucchiarmas.com


Chloé



# Galli 1952

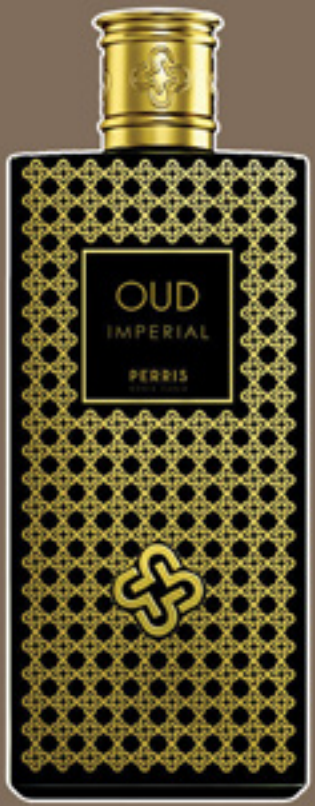
Via Baglioni 26, 28 • 075 5722722
Via Gramsci 32 • Ellera (Pg) • 075 5178969
www.otticagalli1952.it
Ottica Galli 1952
Ottica Galli 1952



fashion is art, you are the canvas.

F

filippofettucciari




parfum is art, elevate it.

filippofettucciari



in a world full of trends,
I want to remain a classic

filippofettucciari

F/M/F




filippofettucciari

abbigliamento/profumi/abiti su misura

Ponte S.Giovanni_via A.Manzoni,221_075.6919772




# Fai rinascere Norcia
# acquista i prodotti del nostro territorio



# L'editoriale

*di Matteo Grandi

*E ORA CHE IL 90% DELL'ARSENALE NUCLEARE DEL PIANETA È IN MANO A TRUMP, PUTIN E KIM JONG-UN, LA TERRA, COMMOSSA, RINGRAZIA L'UMANITÀ.*

Il 2016 è stato un anno nero: le **stragi di Bruxelles** e **Nizza**, la scomparsa di giganti come **David Bowie**, **Umberto Eco**, **Mohammed Alì**, **Dario Fo**, **Gene Wilder**, **Anna Marchesini**, **Michael Cimino**, **Bud Spencer**, **Giorgio Albertazzi**, **Prince**, **Marco Pannella**, **Paolo Poli**, **Ettore Scola**, **Leonard Cohen**, **Umberto Veronesi** hanno impoverito l'umanità (e il **Belpaese**) oltre ogni ragionevole immaginazione.

Eppure l'**immagine** che ci resterà per sempre impressa negli occhi, stampata sull'**anima nera** di questo **2016** come un indelebile **marchio a fuoco**, sarà quella delle **rovine** della **Basilica di San Benedetto** a Norcia qualche istante dopo il **terremoto** del **30 ottobre**. Un'immagine che per noi umbri è una **coltellata** al cuore ogni volta che ci ripassa sotto agli occhi, che sia sul web o in televisione. Ma forse è anche un'immagine dalla quale **ripartire**.

A voler cogliere nella tragedia un segno positivo, possiamo attaccarci alla **facciata** della Basilica, rimasta miracolosamente **intatta** nonostante il crollo. **Non è molto**, considerando il **dramma** che intere **famiglie di sfollati** stanno vivendo, considerando gli enormi **danni** al **commercio** e all'economia di un **intero territorio**, considerando che una perla come **Castelluccio di Norcia** è ridotta a un **cumulo di macerie**. Non è molto, appunto. Ma è tutto quello che abbiamo per **pensare positivo**. E un elemento che ti permetta di appoggiare sul futuro lo **sguardo della speranza**, in momenti come questo, ha un valore **incalcolabile**.

A noi, nel frattempo, resta la consolazione del **Natale**. Quest'anno, per esempio, l'**Anas** in collaborazione con il Comune di **Perugia**, inaugura le **luminarie** di Natale a basso consumo energetico sulla **tangenziale**: una decina di chilometri ininterrotti di **lucine rosse e bianche** da **Ponte San Giovanni** a **Olmo**, alimentati direttamente dai fanali delle auto in coda.

Quanto a voi, **bambini**, non preoccupatevi se sotto l'Albero la mattina del **25 dicembre** non troverete i regali. Probabilmente Babbo Natale è soltanto rimasto bloccato nel traffico sotto la **galleria di Piscille** insieme alle vostre mamme e ai vostri papà. **Merry Christmas**!

*@matteograndi*

HONDA
The Power of Dreams

# NUOVO HONDA HR-V.
## LA SOLUZIONE PERFETTA.




Honda HR-V. La perfezione da oggi si guida.
**Scoprilo negli Showroom Honda.**

honda.it Honda Auto Italia

Consumi gamma HR-V, ciclo urbano/extraurbano/combinato (l/100 km): da 4,2 a 7,1 / da 3,8 a 4,9 / da 4 a 5,7. Emissioni di $CO_2$: da 104 a 134 g/km.

CONCESSIONARIA UFFICIALE

**F.lli PALOMBA**

**Perugia - Via Cortonese,67**
**T. 075 5051741**
**palomba@hondaauto.it**

# PM* *Contributi*



**CLAUDIA ALFONSO**

---

*30 anni ma non li sente, lotta contro il tempo perché in realtà non vuole invecchiare. Finalmente laureata. A volte recita. Ama il divano. Barese. Amante delle cime di rapa. Infinitamente curiosa. Con uno sguardo non ben definito sul futuro. Ma speranzosa e piena di fede.*



**VALERIO BUONUMORI**

---

*Perugino doc e di bella presenza (la modestia è una delle sue doti principali) non ha mai cercato di domare i suoi ricci. Responsabile web di PM e tuttofare per indole non perde occasione per aprire bocca e dire la sua. Considerato in peso-forma è in realtà un falso magro, amante della musica, se bella, del cibo e del vino bianco alla giusta temperatura.*



**MATTEO GRANDI**

---

*Scribacchino professionista, polemico, relativista, diversamente qualunquista. Dirige PM, ma gli piacerebbe dirigere un'orchestra e non potrebbe mai dirigere una banca. Ha scritto un libro su Renzi ("su" non "per") e un libro di racconti. Autore tv, ha firmato lo spettacolo "Pop-Hoolista Tour", portato in tournée da Fedez nel 2015.*



**LAURA SERRA**

---

*Nata a Carbonia, perduta a Verona nei meandri della comunicazione e del design, arrivata a Perugia per amore, nel 2008 bussò alla porta di Piacere, senza appuntamento. Entrò nel team una settimana dopo. Oggi è la responsabile commerciale di Piacere Magazine. I suoi up sono i viaggi, i film, i libri, il teatro e, soprattutto, i suoi tre figli. I suoi down le scadenze ravvicinate.*



**PATRIZIA VAGLIO**

---

*Il Rock è la sua musica, il nero è il suo colore preferito. Cerca di fare la dura, ma non ci riesce. Nel 2006 ha avuto il suo incontro 1.0 con Photoshop e da allora infesta il web con i suoi lavori. Ha sempre una piccola scorta di chips nella sua dispensa. Si occupa della grafica di PM.*



**ISABELLA ZAFFARAMI**

---

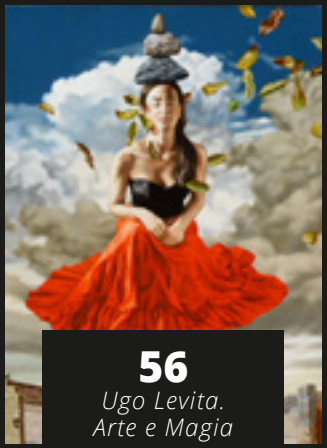
*Moglie e mamma, prova a fare anche la giornalista. Molto curiosa, abbastanza coraggiosa e un po' capricciosa. È spesso in ritardo, ma solo perché odia aspettare. Ama il giallo, le margherite, il mare e il tiramisù. Un tempo amava dormire fino a tardi, oggi ama andare a letto presto. Ama la sua città, Todi. Ama le parole, quelle già scritte e quelle ancora da scrivere.*

# PM

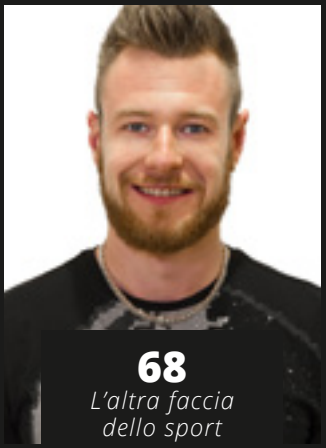
SOMMARIO



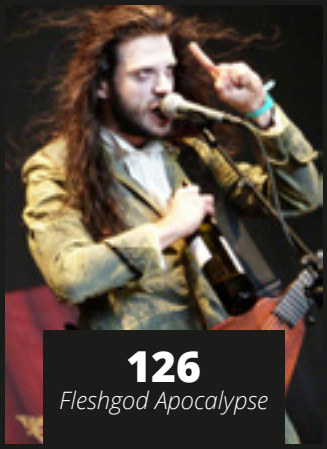

**50**
*Gli Indimenticabili Anni 90*



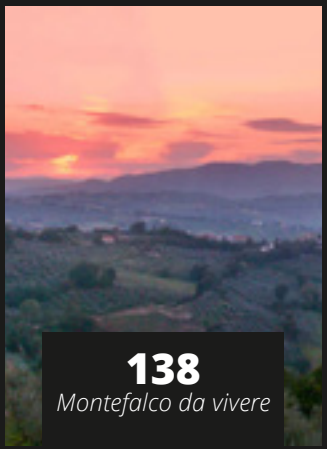
**56**
*Ugo Levita. Arte e Magia*



**68**
*L'altra faccia dello sport*



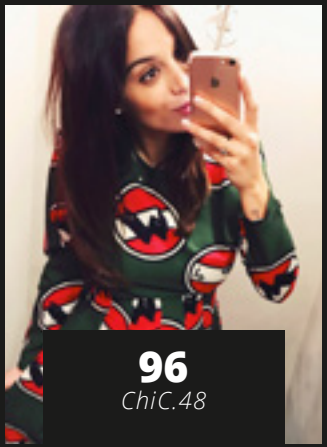
**126**
*Fleshgod Apocalypse*



**138**
*Montefalco da vivere*



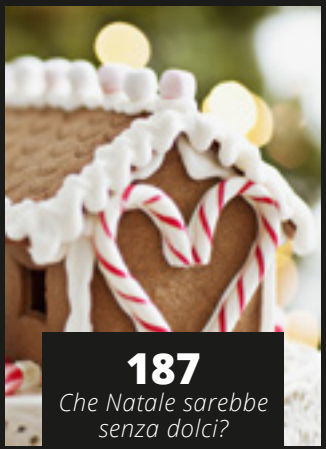
**178**
*Marco Grisafi*



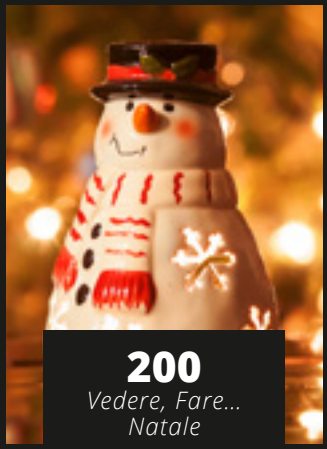
**96**
*ChiC.48*



**109**
*Christmas Presents*



**187**
*Che Natale sarebbe senza dolci?*



**200**
*Vedere, Fare... Natale*

# #108


**23** *The Young Wife*

**29** *Parole Parole Parole...*

**36** *Smart News*

**64** *Michela Sciurpa*

**150** *Dall'Umbria al Mozambico per combattere la malnutrizione con il latte*

**162** *Perugia – Catania, al volo*

**168** *Triart. L'arte è una e trina*

**172** *Serendipity*

**198** *L'impiccione*

**208** *Gli Umbro-Milanesi si incontrano a Perugia*

TOYOTA

ALWAYS A **BETTER** WAY

# NUOVO RAV4 **HYBRID.** **POWER** RE-DEFINED.



MOTORE HYBRID DA 197 CV E FINO A 20 KM CON UN LITRO.

CAMBIO AUTOMATICO, TOYOTA SAFETY SENSE,
TELECAMERA POSTERIORE, PORTELLONE POSTERIORE ELETTRICO.

DA **28.900 €**

**3 ANNI** DI BOLLO **GRATIS**

**STRISCE BLU** ED **ACCESSO ZTL GRATIS** NEL COMUNE DI **PERUGIA**

TOYOTA HYBRID

**VIENI A PROVARLA ANCHE IL SABATO**

**Toy Motor**
**www.toymotor.it**

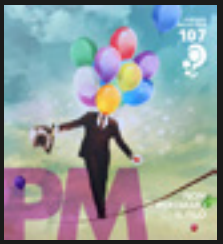
**Perugia**
via Corcianese 30, S.Sisto
075 5270611

**Foligno**
viale Roma,38
0742 342907

**C.di Castello**
viale Romagna,38
075 8511228

Nuovo RAV4 2.5 Hybrid Active 2WD. Prezzo di listino 33.500 €. Prezzo promozionale chiavi in mano 28.900 € (esclusa I.P.T. e Contributo Pneumatici Fuori Uso, PFU, ex DM n. 82/2011 di 1,81 € + IVA), grazie agli ecoincentivi Toyota, con il contributo della casa e del concessionario. Offerta valida fino al 31/12/2016, solo in caso di permuta o rottamazione, presso i concessionari che aderiscono all'iniziativa. Valori massimi riferiti alla gamma RAV4 Hybrid: consumo combinato 19,6 km/l, emissioni $CO_2$ 118 g/km. Immagine vettura puramente indicativa.





LE NOSTRE ULTIME COVER


**Direttore Responsabile**
Matteo Grandi

**Redazione e Contributi**
Alessandra Olivi, Chiara Silvestri, Claudia Alfonso, Valerio Buonumori, Lucrezia Sarnari, Viola Menicali, Marco Piscedda, Giorgia Cardinaletti, Daniele Aureli, Jacopo Cossater, Alessandro Paolucci, Laura Serra, Isabella Zaffarami

**Web Contents**
Valerio Buonumori

**Foto**
Alessandro Pellicciari, Simone Rossi, Andrea Adriani, Gildo Giuliani

**Per la vostra pubblicità**
Laura Serra
*lauraserra@piaceremagazine.it*
T. 347 5242246

**Ufficio commerciale:**
T. 075 9662854
*piacere@piaceremagazine.it*

**Progetto grafico e impaginazione**
Brainleaf Communication
*brainleaf.eu / info@brainleaf.eu*

**Editore**
***Big Projects***
SEDE OPERATIVA:
EXELIOGRAFICA
Via delle streghe, 11 A - Perugia
T. 075 9662854 – Fax. 075 9662843
*piacere@piaceremagazine.it*


## DISPIACERI

*Le defaillance dell'ultimo numero:*

* A pag. 157 abbiamo scritto "gurmet" invece di "gourmet".

*PM Piacere Magazine*
*@PiacereMagazine*
*@piaceremagazine*

***www.piaceremagazine.it***




# PM


*novembre-dicembre 2016*

**#108**

**IN COPERTINA:**
FBCOVERSTREET

**Anno 12 n°108**
**Novembre-Dicembre 2016**
Registrazione
Tribunale di Perugia
N° 50/2004 R.T.
Tribunale di Perugia
in data 03/12/2004

**Stampa**
Arti Grafiche Paciotti
Strada delle Fratte, 2 - Perugia
T. 075 5279902
*www.artigrafichepaciotti.it*

# OFFERTA **OUTLET**

SCOPRI TUTTE LE OFFERTE
SU **PUCCIARINIOUTLET.IT**

CUCINA
**MY PLANET / VARENNA**
~~€.24.400,00~~
**€.4.500,00**

SCONTO **80%**





CUCINA
**IMPERIAL / ARAN**
~~€.23.600,00~~
**€.7.400,00**

SCONTO **70%**





WWW.PUCCIARINI.IT

PUCCIARINI®
LO STILE DI CASA

// V.LE ROMA 26
TORGIANO (PG)
T. 075.98.23.70 //

**MARATONA DI NEW YORK: LEONARDO CENCI DIVENTA CAVALIERE**

*Leonardo Cenci taglia un altro straordinario traguardo. Il perugino è il primo italiano a correre la maratona di New York con un cancro in atto. Non solo: con il suo tempo (4 ore e 27 minuti) ha battuto, di oltre un'ora, la corsa di Fred Lebow, il cofondatore della New York Marathon che la corse nel '92 con un tumore al cervello. E ora Mattarella gli conferirà il titolo di Cavaliere al Merito della Repubblica Italiana.*



**LA "CRONOMETRO DEL SAGRANTINO"**

*Grande colpo per la nostra regione: il Giro d'Italia 2017 (molto pesante in termini di audience e storia, in quanto "Giro del Centenario") farà tappa in Umbria. E a prendere vita sarà una delle tappe più attese: la cronometro, che, per l'occasione, si intitolerà "Cronometro del Sagrantino" da Foligno a Montefalco. Una tappa suggestiva prevista per il 17 maggio 2017.*



**FLYING TIGER COPENAGHEN**

*Non possiamo fare a meno di notare quanta vivacità, quanta attenzione e quanti giovani abbia portato in centro la recente apertura di un marchio cult come il Tiger di Copenaghen. Investire in attrattori commerciali e farli aprire in centro: questa è la miglior strada per il rilancio. E sia chiaro: ne beneficerebbero tutte le attività dell'Acropoli. In attesa dei vari Mango, Zara, H&M, e via dicendo...*





**GLI SCIACALLI**

*Un down interamente dedicato al sisma. Perché, purtroppo, al di là dei danni più evidenti, il dopo-terremoto ha portato uno strascico di danni collaterali odiosi e insopportabili. Fra questi, la piaga degli sciacalli: esseri senza scrupoli pronti a fare razzia in case ed edifici abbandonati. Fra i furti più clamorosi: l'opera "Perdono di Assisi" del pittore francese Jean Lhomme, datata 1631, sparita pochi giorni dopo il sisma dalla chiesa Santo Stefano di Norcia.*



**LA PESSIMA INFORMAZIONE**

*È vero che con tutti i problemi causati dal terremoto, stare a sottilizzare sugli effetti di una cattiva informazione che associa genericamente l'Umbria al terremoto può sembrare una questione di lana caprina, ma così non è. Oggi più che mai è importante che la stampa nazionale faccia capire che la gran parte della regione è in salute. Ne va delle ricadute turistiche e dell'economia di un intero territorio!*



**MALEDETTO TERREMOTO**

*Il fatto che l'Umbria, dal '97 a oggi, e ancora prima, ai terremoti sia "abituata", non cambia la sostanza. I crolli del 30 ottobre, l'immagine della basilica di Norcia, le macerie di Castelluccio, resteranno ferite indelebili. Ripartire, rimboccarsi le maniche e ricostruire sono il solo motore della speranza. Noi umbri lo abbiamo già fatto e dobbiamo rifarlo.*

Federica Cucci Consulting

il Bistrot.

# GRANDE RIAPERTURA OTTO DICEMBRE

IL BISTROT. SI È RIFATTO IL LOOK.

**Tutto il giorno dalle ore 15.00**

**Nuovo menù** con prodotti della Valnerina
Omaggio **calice Banfi** o **espresso Lavazza**
**Musica dal vivo**

partnership with

LAVAZZA

CASTELLO BANFI

PIAZZA MATTEOTTI - **PERUGIA**



# THE YOUNG WIFE

**di Claudia Alfonso*

*Penso che la vera ricchezza è il tempo, non i soldini.*
Queste le parole che qualche settimana fa **mio fratello** ha scritto su Facebook. Le ho lette e poi **ho pensato**.
In realtà era da un po' che pensavo al tempo.
Al tempo che scorre, ai **traguardi**, alle **partite perse**, a quelle **vinte**, alle **persone** che mi accompagnano in questo viaggio spesso tortuoso, ricco di salite e discese come le strade e i vicoli di **Perugia**.
E forse, la mia età, quella meravigliosa ma, contemporaneamente, odiosa età di mezzo rappresentata da questi trentadue anni, leggeri e pesanti allo stesso tempo, induce a pensare e a riflettere. Ci ritroviamo a non avere mai tempo in questa meravigliosa avventura della vita.
In questa **costante frenesia**, non abbiamo tempo di guardare chi ci siede accanto sul bus, di fare una telefonata in più alle persone che amiamo, dimentichiamo di chiedere *come stai*?, di abbracciare per un conforto, di **abbracciare** per il piacere di farlo, di alzare la testa dallo schermo di un computer per leggere gli occhi di chi abbiamo davanti, invece che la solita mail del collega.
Non c'è mai tempo, **il lavoro ci divora**, ma poi perdiamo mezz'ora per scrivere un post su Facebook. Non c'è mai tempo, tra le riunioni, i briefing, gli appuntamenti di lavoro, però poi perdiamo ore su Instagram.
Non faccio la morale, perché anch'io sono così. Non ho tempo, ma poi ne perdo tanto per scorrere la timeline di Facebook, per guardare le testimonianze della vita dorata dei vip su Instagram o i vestiti e le scarpe sui siti di e-commerce.



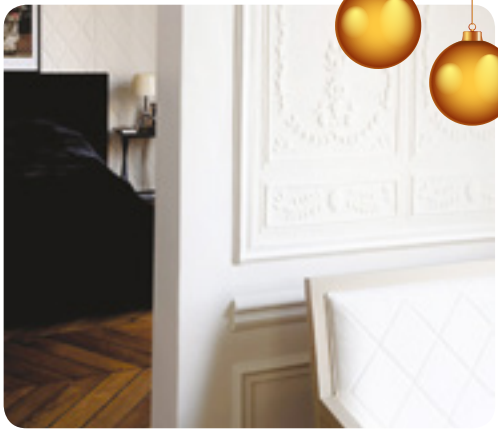
CARO BABBO NATALE
QUEST'ANNO REGALACI TEMPO

Nessuno è escluso da questo vortice frenetico. Ma, dal basso dei miei trentadue anni, ho capito che **la partita della vita si gioca sul tempo**, non sui soldi e nemmeno sul lavoro. Sia chiaro, perché non vorrei cadere nell'ipocrisia, sono tutte cose che servono e che rendono la vita davvero piacevole, ma non sono tutto. L'essenza della vita è il tempo. Il tempo che abbiamo per stare con chi amiamo, per realizzare i nostri sogni, per guardarci attorno e apprezzare quello che non riusciamo a vedere e che ci perdiamo tra una mail e l'altra, tra una foto postata e uno status pubblicato.
Quindi **Babbo Natale** regalaci **tempo**.
Noi cercheremo di **usarlo meglio** e **al meglio**.
Buon Natale a tutti!

@claelly

CARTA DA PARATI - RIVESTIMENTI MURALI









gmtendaggi
INTERIOR & OUTDOOR

momig
SOFA & CO

Via Pievaiola km 6.1 - 06132 Castel del Piano - Perugia
Tel. 075 5288785 - Fax 075 5298406 • info@gmtendaggi.it • *www.gmtendaggi.it*



# FAST GOOD

**di Jacopo Cossater*



Alla parola "**diritto di tappo**" ho avuto la netta sensazione che la persona all'altro capo del filo proprio non sapesse di cosa io stessi parlando. "*Le spiego* – ho detto allora – *il fatto è che stasera a cena vorrei portare una bottiglia di vino da casa e sapere se è possibile berla al ristorante, naturalmente pagando una certa cifra per il disturbo*". Invece niente, era conversazione a cui proprio mancava una certa linearità: "*un attimo che vado a chiedere al responsabile*".

Con quale importante ristorante poco lontano da Perugia sia davvero avvenuto questo dialogo poco importa, il diritto di tappo – in inglese *corkage fee* o *BYOB*, *bring your own bottle* – è pratica che in Italia proprio non riesce a sfondare. I più non sanno come reagire e anzi, vedono il cliente che chiede di presentarsi con una o più bottiglie acquistate altrove come una vera e propria minaccia al proprio portafoglio. Niente di più sbagliato: **il diritto di tappo è infatti una straordinaria opportunità di contatto, di conversazione, di condivisione e, in ultima analisi, di fidelizzazione**. "*Buonissimo, in cantina tra l'altro ho un Barolo della stessa annata che potrebbe essere interessante aprire in parallelo*".

## PIÙ DIRITTI (DI TAPPO) PER TUTTI

Ma è solo un esempio e sì, è davvero così semplice.

Quale però la giusta cifra da far pagare a persona per l'apertura della bottiglia, per l'uso dei bicchieri, in generale per il servizio? Come al solito: dipende. Dall'importanza del ristorante e quindi dell'ambiente, della cantina, etc. Girando qua e là ho avuto l'impressione che, salvo eccezioni particolari, la media si aggiri intorno ai 7/8 euro per persona, o poco meno. Un incasso netto, a voler pensare alle tasche del gestore di turno, generalmente maggiore rispetto alla vendita di una qualsiasi delle bottiglie meno costose presenti in carta. Quindi, amici ristoratori: viva il diritto di tappo. Promuovetelo, segnalatelo all'interno delle vostre carte dei vini e fate sbizzarrire i vostri clienti con le loro bottiglie.

Per non parlare di uno dei miei locali del cuore, qui a Perugia: "*il diritto di tappo? Non so, gratis credo, basta che facciano bere anche noi*".

@jacopocossater

Ristorante del Sole

Living Cafe



## RISTORANTE DEL SOLE

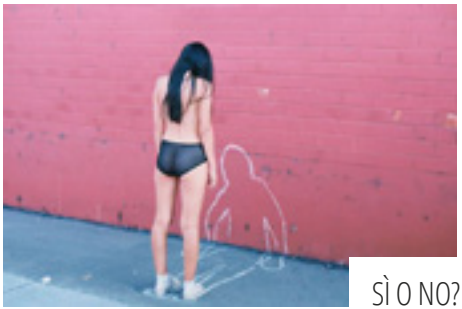
Via della Rupe, 1 - Perugia
(*Terminal Minimetrò Pincetto*)

Tel. 075-5735031
Fax: 075-5732588
ristorante@ristorantesole.com
***www.ristorantesole.com***



# TR.acce

**di Chiara Silvestri*



SÌ O NO?

Questo è dilemma degli ultimi tempi. Voti sì o voti no? **Renzi sì, Renzi No?** Più che un dilemma parlerei di un problema e negli ultimi tempi i problemi sono dietro ogni angolo. No, non parlo di **Times Square**, ma dell'angolo di casa mia. Praticamente torni da Perugia dopo un paio di settimane e come svolti l'angolo di Largo delle More, ti ritrovi in una **piazza di spaccio** che in confronto la stazione di Fontivegge sembra una comune hippy. Allora di corsa tiri fuori Ennio da un'aiuola, perché non si sa mai che ci trovasse nascosto qualcosa che non è suo, e cambi strada pensando che Corso Vecchio è pur sempre una garanzia. Una garanzia, si. Una vera miniera d'oro: per i cinesi, s'intende. E mentre raccogli una **cacca** di Ennio tra tante cacche di non Ennio, pensi: che disgraziati quegli amministratori che non hanno il tempo di mettere il naso fuori dagli uffici di potere. Quegli **amministratori** che pur uscendo non hanno la voglia di alzare gli occhi a guardare in faccia la città che dalle loro azioni dipende. Peccato perché vedrebbero il nulla, ma pesterebbero molte merde. E alzando gli occhi al cielo, maledicendo il padrone che non ha fatto il suo dovere, forse scorgerebbero una città allo sbando, vuota delle loro idee, dei loro sguardi lucidi e lungimiranti. Una città che **si sballa visto che non può ballare**. E quando parlo di ballare non parlo del **terremoto**, perché nella conca non si sgretola nulla e anche se si danneggiasse qualcosa, Terni è già stata ricostruita e qui non esistono né storia né arte da salvare. Piuttosto esiste... Esiste... Che cosa esiste veramente a **Terni**? Esistono una giunta comunale e una politica cittadina? Esistono un'identità, un teatro, un palazzetto dello sport o una manifestazione diversa da quella che si svolge in ogni occasione in cui viene paventata la chiusura delle acciaierie? Esiste un sogno che non sia la Ternana ancora in serie B o quello di una raccolta differenziata che funzioni? La risposta è no. **Disgraziatamente no**.

tr-acce.tumblr.com



# DAMIANO PARATI

Pomellato | DoDo | Chantecler CAPRI | OMEGA | BREITLING | CRIVELLI | Roberto Coin | QUERIOT

CORSO VANNUCCI, 103 - PERUGIA - 075 5732999
QUASAR SHOPPING VILLAGE - VIA ALDO CAPITINI - ELLERA DI CORCIANO
WWW.DAMIANOPARATI.IT - FB: DAMIANO PARATI



# PAROLE, PAROLE, PAROLE...

**di Isabella Zaffarami*

Ho sempre avuto un'indole un po' **paranoica** e certamente è anche per questo che, prima di **postare** qualcosa, ci penso e ci ripenso e forse esagero, ma forse no. Il fatto è che temo che con questo giochino rischiamo di **scottarci di brutto** perché sono convinta che non siamo davvero consapevoli di come account e profili online gestiti con **leggerezza** possano mettere in **imbarazzo**, in difficoltà o addirittura in **pericolo**, noi o le persone che ci sono vicine. Condividiamo in rete, e quindi potenzialmente con chiunque, di tutto. **Immagini** degli esterni e degli interni delle nostre case, immagini dei nostri **bambini**, dei loro volti e dei loro corpi vestiti o svestiti, immagini di noi e in generale dei nostri cari, **scatti a volte rubati** e pubblicati per fare uno scherzo e riderci su, senza pensare a come potrebbero essere **manipolati** e utilizzati da malintenzionati o semplicemente da **cazzeggiatori seriali** o da persone che vogliono colpirci (o che vorranno farlo magari **tra dieci anni**). Condividiamo, senza farci troppo caso, **informazioni** di ogni tipo: dove **abitiamo**, dove **lavoriamo**, quando e dove andiamo in **vacanza**, quali sono le nostre abitudini, i nostri orari, qual è la nostra **routine giornaliera**, dove vanno a scuola e a pallone i nostri **figli**, se li **accompagniamo** o se vanno da soli o con i mezzi, cosa piace **mangiare** ai nostri bambini e quali sono i **cartoni animati** e i giochi che preferiscono (delle belle **esche** per chi volesse circuirli, ma pensarlo è forse al limite del paranoico, forse no). E, probabilmente ancor più azzardato, diamo in pasto al web **emozioni e sentimenti**: gioie e dolori, vittorie e sconfitte, liti e pacificazioni, **sfoghi**, delusioni, **ansie**, frustrazioni, dubbi e **insicurezze**. Sveliamo insomma a chiunque la nostra intimità, più o meno filtrata, e non so se si tratta per forza di qualcosa di negativo, ma è di sicuro qualcosa che ci rende **più vulnerabili**. **A me piacciono i social**, li uso e li trovo divertenti e anche utili, ma penso che dobbiamo ancora "prendergli bene le misure": **non sono un gioco** e, in determinati contesti e sul lungo periodo, potrebbero produrre effetti che forse non riusciamo ancora a immaginare. Per questo, prima di cliccare sul tasto "pubblica", dovremmo forse fermarci a **riflettere** qualche secondo in più.



TUTTE LE PARANOIE CHE MI FACCIO PRIMA DI POSTARE QUALCOSA

@IsabellaZaffar




Chi ama gli animali sceglie Vitakraft

Stay social!

www.vitakraft.it



# C'ERA UNA VODKA

**di Lucrezia Sarnari*



## LE MAMME DI OGGI

**Le mamme di oggi sono donne emancipate**, tutte laureate, alcune sposate, altre no. Molte di loro non hanno passato la loro infanzia a sognare l'abito bianco, né i figli che sarebbero arrivati.
**Le mamme di oggi sono donne ambiziose**, professioniste capaci, **fiere**, indipendenti, sicure. Sono donne alle quali la tecnologia non fa paura, che viaggiano da sole senza pensieri, pagano il conto al ristorante e prenotano le vacanze. Le mamme di oggi sanno che **essere madri è qualcosa di più di un lavoro**, che non è questione di istinto o di vocazione. Sanno che il loro ruolo è semplicemente parte della vita, se hai deciso così.
**È la normalità** per chi lo vuole. **È la felicità**, **ma non è tutto**, una possibilità, ma non la realizzazione.
Le mamme di oggi vorrebbero lavorare di più, o di meno, **se solo fossero messe nelle condizioni di farlo**. Sono le donne che in ufficio **devono chiedere scusa** del fatto di essere anche madri oltre che lavoratrici e, quando tornano a casa la sera sfinite, devono scusarsi perché sono state fuori tutto il giorno.
**Le mamme di oggi sono quelle che vogliono lavorare**, **ma che per farlo devono lottare**: per avere un part-time, o una pausa pranzo più breve, per poter tornare a casa, dalla famiglia, ad un orario onesto, perché vogliono riuscire a conciliare, ma sanno che la soluzione molto spesso è quella di **rinunciare**. O **emigrare**.
Le mamme di oggi sanno di avere il diritto ad una possibilità, quella di **dimostrare che sono molto più che solo mamme**, ma sanno anche che raramente questa possibilità verrà loro concessa. Vogliono gridare la loro frustrazione, **perché hanno tante capacità**, ma non quella della conciliazione. E non per causa loro.
**Sanno fare, sanno dire**, **ma alla fine è al senso di colpa che si lasciano andare**. E alla stanchezza, a quella sensazione di lottare contro qualcosa più grande di loro che non ha un nome, né un volto, ma loro lo sanno, le vorrebbe solo mamme. Niente di più che mamme.

*www.ceraunavodka.it*

CENTRO SPECIALIZZATO IN OCCHIALI PER UFFICIO E PROGRESSIVI
CONTATTOLOGIA SEMPLICE E AVANZATA (ORTOCHERATOLOGIA NOTTURNA,
CHERATOCONO, POST TRAPIANTI E CHIRURGIA) - IPOVISIONE
VISUAL TRAINING - LABORATORIO INTERNO DI MONTAGGIO

# OPTICAL CASO

## OPTOMETRIA & CONTATTOLOGIA

**PROFESSIONALITÀ PER IL VOSTRO BENESSERE VISIVO**

**OPTICAL CASO CENTRO DI ECCELLENZA ZEISS**

Via Oberdan, 44-46-48 Perugia / Tel. 075 573 15 98 / info@opticalcaso.it / www.opticalcaso.it

# CELLULO.*idee*

**di Agnese Priorelli*

CONSIGLI PER IL GRANDE SCHERMO



## BLOCKBUSTER

**Clint Eastwood** dirige **Tom Hanks** in **SULLY** (in sala l'1 dicembre) il biopic dedicato alla figura del pilota di linea "Sully" Sullenberger, che il 15 gennaio 2009 compì il celeberrimo "Miracolo sull'Hudson" facendo atterrare il suo aereo sul fiume in seguito a un'avaria dei motori. "*Lavoro ben fatto*" scrive ***Rolling Stone***, "*Uno dei migliori film del 2016*"per ***Chicago Sun-Times***, "*Hanks fa un lavoro ammirevole*" è il verdetto del ***New York Observer***.



## FILM D'AUTORE

**Oliver Stone** torna con **SNOWDEN** (dal 1 dicembre), il biopic su Edward Snowden, il tecnico informatico della NSA che ha diffuso informazioni riservate sulle attività illegali di intercettazione e controllo dei cittadini Usa. Aprì gli occhi del mondo, ma chiuse le porte del proprio futuro. Per il ***New York Times*** è un film "*Onesto e coinvolgente*", "*Vale la pena di guardarlo per le idee e gli argomenti che ispira*", scrive il ***Washington Post***, mentre per il ***Los Angeles Time*** "*Manca di coraggio*".



## FILM PER LA FAMIGLIA

Da Walt Disney arriva **OCEANIA** (il 22 dicembre) un'entusiasmante avventura d'animazione incentrata su una vivace adolescente di nome **Vaiana**, che s'imbarca in una **missione per salvare il suo popolo**. Durante il suo viaggio, s'imbatterà nel semidio in disgrazia Maui, che la guiderà nella sua ricerca per diventare una grande esploratrice. I due attraverseranno l'oceano in un viaggio che li porterà ad affrontare creature feroci e ostacoli impossibili.



## PER LUI E PER LEI

Dopo aver vinto a Cannes il premio "Miglior regia Un Certain Regard" e a Roma quello del pubblico, esce l'8 dicembre **CAPTAIN FANTASTIC** con **Viggo Mortensen**. Ben vive con la moglie e i figli isolato dal mondo nelle foreste del Pacifico. Quando una tragedia colpisce la famiglia, è costretto a lasciare la vita che si era creato, per affrontare il mondo reale. Per ***Rolling Stone*** "*Il film prende un pezzo di te*", mentre ***The Guardian*** scrive: "*Uno sguardo disincantato su una famiglia non convenzionale*".




photo danny mosconi | graphic e.g. officina grafica

ARNALDO·CAPRAI

*Viticoltore in Montefalco*


PRESTIGIOSO
& AUTENTICO
arnaldocaprai.it
@Arnaldocaprai
Arnaldo Caprai Viticoltore in Montefalco

# SMART NEWS

*Il contenitore d'innovazione e tecnologia di PM*

Innovazione, tecnologia, scienza, start up, invenzioni, scoperte, idee originali. Tutto questo (e non solo) è il nostro contenitore di ***Smart News***, una raccolta delle notizie più rivoluzionarie, dall'**Umbria** e dal **mondo**, che potrebbero cambiare il nostro futuro.



## A PERUGIA CI SI SPOSTA in E-bike

*Dopo una positiva fase di sperimentazione, un nuovo tipo di mobilità urbana, con bici a pedalata assistita ed emissioni 0, viene proposta agli studenti universitari*

A **Perugia** arrivano i progetti di mobilità urbana a basso impatto ambientale denominati "**E-bike 0**" e ***"Università in bicicletta"***. Il primo, che ha già visto una fase di positiva sperimentazione, verrà potenziato e consiste nell'utilizzo di un prototipo di bicicletta a **pedalata assistita** ad alto rendimento e a **emissioni 0**, sviluppato da Ducati Energia. A differenza del bike-sharing, questo progetto prevede l'assegnazione diretta, in comodato d'uso, delle biciclette ai singoli soggetti che parteciperanno e si aggiudicheranno l'apposito **bando pubblico**. Le bici hanno al loro interno un ***sistema "kers"*** per il recupero dell'energia cinetica in fase di frenata, **sensori** in grado di misurare i valori ambientali, nonché un sistema **gps** per monitorare gli spostamenti. Vengono allocate in apposite **rastrelliere** (capienza 10 bici) dotate di centralina per la ricarica elettrica e per l'acquisizione dei dati ambientali.

La prima fase di sperimentazione ha riguardato ***30 biciclette***, con rastrelliere collocate una presso la **Prefettura** in piazza Italia, una presso l'**ospedale** e



l'ultima in **via Pascoli.** Visto il successo della sperimentazione, il Comune di Perugia, data anche la disponibilità di altre bici e rastrelliere, ne ha chiesto l'assegnazione. La domanda è stata accolta e questo consentirà all'ente di potenziare il servizio, potendo fornire ben **60 bici** e **6 rastrelliere**. Nel dettaglio i ***60 prototipi*** verranno assegnati ad altrettanti **studenti universitari**, dando attuazione così al secondo progetto "***Università in bicicletta***". Si tratta di un progetto volto a promuovere nuove forme di mobilità contribuendo a ridurre l'inquinamento. In questo contesto le tre nuove rastrelliere verranno ubicate presso i tre poli universitari di **Ingegneria**, **Medicina** e alla **sede centrale in via Fabretti**, mentre la rastrelliera di **piazza Italia** verrà spostata presso l'**Onaosi**.

# *FRIND*. UN'APP INNOVATIVA tutta *made in Umbria*

*Da una startup umbra nasce un nuovo social network*



Luca Becchetti, Ilario Quaglia, Lorenzo Nizzi e Federico Malizia, sono i quattro ***giovani umbri*** che hanno ideato e creato il nuovo social network **Frind,** un'app che mira a diventare una vera e propria rivoluzione nel mondo social. Frind mira a soddisfare l'esigenza di entrare in contatto con i propri amici in maniera **smart**, mantenendo però un minimo di **riservatezza**, a differenza di quello che accade con gli attuali social network.

Una nuova applicazione dunque per i giovani che vogliono incontrarsi con i propri amici e creare con loro **eventi** e occasioni di aggregazione. Frind vuole cambiare il modo di comunicare e organizzarsi: interagisce con la ***rubrica telefonica***, ma anche con gli altri social network, e permette di comunicare, organizzare attività ed eventi, grazie soprattutto a degli **algoritmi innovativi**.

"*Con Frind si potrà interagire con gli amici nelle vicinanze in maniera rapida e discreta tramite un nuovo concetto di* ***localizzazione*** - spiega il co-founder Ilario Quaglia - *lo stesso concetto viene applicato anche per gli eventi pubblici inseriti nel circuito di Frind. Per agevolare la comunicazione è prevista una* ***chat****, che aggiunge interessanti novità a quanto finora conosciuto*".

La Carrie BAG | POMIKAKI TOKYO | ERMANNO SCERVINO | J&C JACKYCELINE | TWIST HIPO

fashion & cool.
la nuova selezione
**borse/moda**

# bag



Ellera di Corciano | Perugia

SoniaGalassi

www.soniagalassi.it



*Supermercato24 è l'unico servizio di delivery grocery per i nuovi Family Hub di Samsung*

# IL FRIGORIFERO DEL FUTURO fa anche la spesa

La nuova frontiera nella domotica arriva dall'innovazione e dall'integrazione nel quotidiano dell'Internet of Things, lo dimostrano ***Supermercato24 e Samsung Electronics*** insieme per il nuovo Family Hub. Il **frigorifero di nuova generazione** è dotato di tecnologia IoT che offre alle famiglie modalità innovative per organizzare e gestire i propri alimenti, **fare la spesa** e **consultare ricette online**.

Dotato di un uno schermo touchscreen Full HD, **Family Hub** è collegato a internet e connesso al proprio smartphone dando così accesso a infinite funzionalità attivabili sia da casa sia in mobilità. Il nuovo frigo permette di utilizzare le ***fotocamere interne*** del frigorifero per sapere sempre cosa c'è, condividere la shopping list e monitorare le scadenze dei propri alimenti, ma anche fare direttamente la spesa da casa in tutta comodità



grazie a **Supermercato24** con la ***funzione Online Shopping***. Un vantaggio incredibile per tutte le famiglie sempre in movimento, che hanno poco tempo da dedicare alla spesa. Supermercato24 nasce dall'esigenza sempre più forte di un servizio che possa offrire uno dei valori più preziosi per la società contemporanea: il tempo. L'innovazione della piattaforma di **Supermercato24** sta nel mettere direttamente in contatto chi desidera ricevere la spesa con persone – **i personal shopper** – che fanno fisicamente la spesa al loro posto.

Con **Supermercato24** ***risparmi tempo***, fai la spesa con un clic e la ricevi in giornata anche entro un'ora. I clienti possono poi pagare la spesa anche in contanti alla consegna. I clienti di Supermercato24 hanno la possibilità di scegliere il loro supermercato di fiducia, i prodotti da acquistare tra quelli del punto vendita selezionato e quelli in offerta in quel momento sulla piattaforma, per poi farsi consegnare il tutto all'indirizzo desiderato anche entro un'ora o nella fascia oraria richiesta. Attendiamo con ansia che il servizio giunga anche nella nostra amata **Umbria**.

*Fino all'11 dicembre a Palazzo dei Sette, Orvieto*



# *QUANDO L'ARTE SERVIVA A CURARE.* erbari tra scienza e arte

L'originale e itinerante ***mostra botanica*** giunge a **Orvieto** per mettere in luce il ruolo dell'arte nella divulgazione della scienza, in particolar modo nel campo della botanica e della medicina.

Preziosi capolavori d'**iconografia botanica** del Cinquecento contenuti in antichi erbari svelaranno al visitatore l'illustrazione botanica e quanto essa abbia agevolato il lavoro quotidiano di medici e speziali nel distinguere la verità medica, grazie all'ausilio di illustrazioni comparative.

La mostra ***Quando l'arte serviva a curare. Gli erbari tra scienza e arte***, promossa e curata da **Aboca Museum**, raccoglie reperti e testimonianze dell'antica arte della spezieria e della lavorazione delle erbe officinali.



# *SION* LA PRIMA CITYCAR a energia solare

La produzione in serie è praticamente pronta, infatti nel ***2018*** **Sion**, la prima auto a energia solare, sarà



*Un'auto ricoperta da pannelli solari creata da tre giovani neolaureati tedeschi*

sul mercato. I prezzi partiranno dai 12mila euro.

Si tratta di una 5 posti, lunga 4 metri circa e ricoperta da ***pannelli solari*** che forniscono una buona parte dell'energia utilizzata per alimentare la batteria agli ioni di litio che spinge un **motore elettrico** mediante il quale raggiungere una velocità massima di 140 km/h per un'autonomia di 250 km.

**Sion** nasce grazie a una ***Start Up***, la **Sono Motors**, creata da tre ingegneri neolaureati tedeschi che hanno lavorato e progettato all'interno di un garage.

Se queste sono le premesse, i tre ragazzi sono i nuovi Steve Jobs.

# L'OSPEDALE 2.0 DI CASTIGLIONE DEL LAGO

*Il polo ospedaliero del Trasimeno, un punto di riferimento per la regione Umbria*



È ripresa a pieno regime, anzi addirittura potenziata ***l'attività chirurgica*** dell'**ospedale** di **Castiglione del Lago**. Dopo i lavori di riqualificazione del blocco ospedaliero sono state da poco inaugurate le sale operatorie insieme ad altre importanti aree sanitarie. In seguito alla messa in sicurezza per l'**adeguamento antincendio e antisismico** del corpo centrale della struttura sono state completate le operazioni sul blocco ospedaliero con l'acquisto di arredi e tecnologie biodinamiche per un valore di **320 mila euro**. Inoltre sono stati completati la realizzazione di pavimenti e rivestimenti in vinile antistatico, l'automazione di tutte le porte a scorrimento e l'adeguamento impiantistico.

L'**assessore Barberini** ha affermato che *verranno investiti circa 10 milioni di euro per arrivare a realizzare un* ***presidio ospedaliero altamente specializzato****, capace di dare risposte non solo a questo territorio ma anche all'intera comunità regionale, facendo crescere numericamente le attività della struttura attraverso un'adeguata programmazione, con la collaborazione delle istituzioni locali e del personale sanitario*. Quello che si prospetta è un vero e proprio **ospedale hi tech**.




›››› il negozio Ray-Ban più grande dell'Umbria
›››› corner sport specialist
›››› 230 mq di esposizione

OCCHIO




# okkio

## OTTICA FREE SERVICE

GU
FO

**NOVITÀ**
**NUOVO PUNTO VENDITA**

**FOLIGNO**
Via Garibaldi, 31/33 - t. 0742 35 84 72
Viale Firenze, 148 - t. 0742 22 23 7

Via Industrie, Sant'Eraclio di Foligno
**Parco Commerciale Light - Vicino Decathlon**
t. 0742 67 73 68 orario continuato

**NOCERA UMBRA**
Piazza Umberto I
t. 0742 81 446

**GUALDO TADINO**
Via Flaminia, Km 189
t. 075 91 08 200

A OKKIO !!

okkio@salutebenesserecard.it

+39 366 60 32 448

Okkio Occhialeria

# “RACCOMANDATI” *da noi*

1




*Viticoltura e sostenibilità*

***ROCCAFIORE***

Il Gambero Rosso premia la cantina dall’anima green!

*Dopo il TreBicchieri assegnato al Grechetto Roccafiore, arriva anche il **Premio Speciale Viticoltura Sostenibile**, che riconosce l’impegno dell’azienda di Todi nei confronti dell’ambiente. Produrre solo vini biologici, ottenuti rigorosamente da vitigni autoctoni. Per Roccafiore il rispetto della natura è da sempre un impegno a 360 gradi, che oggi ha finalmente trovato un giusto riconoscimento grazie alla guida del **Gambero Rosso 2017** che ha deciso di assegnare il **Premio Speciale per la Viticoltura Sostenibile** all’azienda guidata da Luca Baccarelli. La sostenibilità rimane infatti la regola numero uno per la cantina Roccafiore, che si fregia anche della certificazione **Green Heart Quality**, il marchio di sostenibilità ambientale della Regione Umbria.*

2

*Libri*

***PILLOLE DAL TRIBUNALE***

Le storie paradossali raccolte da Umberto Maiorca in quasi 20 anni di cronaca giudiziaria



***Pillole dal tribunale** raccoglie **41 racconti** tratti da casi veri finiti davanti a un giudice. Non ci sono omicidi (a parte quello dei **canarini**) o sanguinose rapine, ma truffe di **cartomanti**, storie di **pesce surgelato** svanito durante lo scongelamento, di **coccodrilli** trasportati nel bagagliaio, di dentisti (falsi) che rovinano la bocca ai pazienti e anche di sesso. E c’è anche un pizzico di **calcio** che non guasta mai.*

*Umberto Maiorca, l’autore del libro, perugino, classe 1970, è appassionato di storia, soprattutto quella militare, di fumetti e di modellismo. Dopo aver scritto saggi sulle grandi battaglie del passato e una storia dei cartoni animati in tv negli anni ‘80, e dopo aver fatto radio, si è ritrovato a fare il giornalista, prima a **Il Messaggero** e poi a **Il Giornale dell’Umbria**.*

*Poesia*

### *TI VOGLIO TANTO BENE!!! CIAO!*

Le poesie scritte da Gianluca Paffarini per la madre malata



3

***52 poesie** raccolte in un volume dal titolo "**Ti voglio tanto bene!!! Ciao!**" e scritte da **Gianluca Paffarini**, giovane assisano con già alcune pubblicazioni alle spalle, per la madre malata di tumore. "Questo libro – spiega Paffarini - sarà l'anno zero di un progetto denominato '**Poesie per il sociale**' che ha lo scopo di utilizzare la poesia in chiave sociale, facendo pubblicazioni a scopo benefico e quindi devolvendo il ricavato della vendita dei libri a delle associazioni, come in questo caso è stata l'AUCC, Associazione Umbra per la lotta Contro il Cancro". Il progetto di Gianluca Paffarini prevede inoltre di recitare le poesie in **ospedali**, **case di riposo** e, più in generale, in luoghi fuori dai classici circoli letterari e anche di organizzare dei **laboratori di poesia** nelle scuole per incentivare i ragazzi a esprimere le proprie emozioni nero su bianco.*

*Il libro è edito da Ali&No Editrice.*

*Saggistica*

### *VINO SOMMELIER. VIAGGIO ATTRAVERSO LA CULTURA DEL VINO*




La storia, tra immagine e parole, di un nobile prodotto antico

*Le fotografie di **Fabio Petroni**, insieme ai testi redatti da **Jacopo Cossater** saranno gli strumenti per intraprendere un meraviglioso viaggio nell'**universo del vino**, attraverso immagini e parole.*

*Il lettore attraverso questo libro andrà alla scoperta di questo nobile prodotto antico, passando per quelle che sono le antiche origini della viticoltura fino alla formazione dei vitigni storici. Non mancheranno analisi sulle fasi della produzione fino ai principi che governano la degustazione, oltre a una presentazione dei principali vini e delle zone di produzione a livello mondiale. Parte della pubblicazione è dedicata a **42 schede di approfondimento** dei più prestigiosi vini del mondo. Non manca inoltre un utile "glossario" dei termini più importanti nel settore enologico.*

4

*Musica*

### *NON C'È NIENTE DA RIDERE*

Il terzo album dei Julian Mente, la band folignate di successo

*Dopo quattro anni dal precedente, i **Julian Mente**, band di Foligno, pubblicano il loro terzo album intitolato **Non c'è proprio niente da ridere**. Dai dodici brani che compongono l'album traspaiono la personalità e la musicalità dei Julian Mente.*

*Il disco è diretto, potente e graffiante, esattamente come lo avevano annunciato. **Non c'è proprio niente da ridere** è un album che aggredisce sin dalle prime note di **Mentre lei dorme**, portando con efficacia la rabbia sociale dei Julian Mente.*

*Gli impeccabili arrangiamenti e la potente voce di Diego Fratini non deluderanno.*




5



*Una **banca di comunità** che pensa al futuro*

# LA BCC SEMPRE PIÙ VICINA AL PROPRIO TERRITORIO

*Testo: Matteo Grandi - Brano: "Life On Mars" - Seu Jorge*

Abbiamo incontrato il direttore generale della BCC di Spello e Bettona, Maurizio del Savio, per fare il punto sull'imminente apertura della nuova sede di Norcia, sul ruolo dell'Istituto di credito in un territorio ferito, con un pezzo di Umbria che sta cercando di rialzarsi.

**Direttore, il terremoto del 30 ottobre, riguarda da vicino anche la BCC, visto che è in atto un piano di sviluppo territoriale in Valnerina...**

Il piano di sviluppo prosegue, oggi più che mai.
Il terremoto ci ha toccati profondamente, in primo luogo sul piano umano e affettivo,



*Dall'apertura della **sede di Norcia** alle iniziative per la Valnerina. Il direttore generale **Maurizio Del Savio** ci spiega il ruolo della banca e la sua voglia di **rilanciare** una regione ferita dal **terremoto***

e inevitabilmente anche per l'enorme danno che il nostro patrimonio artistico ha subito. Ma è proprio in contesti così difficili e drammatici che un Istituto di credito ha il dovere, soprattutto morale, di andare avanti.

**In che modo?**
Innanzitutto tenendo fede ai nostri impegni e ai nostri programmi con l'apertura di una sede secondaria nel Comune di Norcia con nostri consulenti al servizio del territorio.

**Cosa significa la Valnerina per la BCC?**
In primis mi preme dire che cosa significa la Valnerina per l'Umbria: un territorio unico e straordinario per contesto geografico, storico, sociale e culturale.
La Valnerina è uno dei nostri tesori più preziosi, polo di eccellenze enogastronomiche e piccola mecca del turismo consapevole.
Per noi essere vicini a queste persone e aiutare il territorio a risollevarsi è prima di tutto un dovere morale.
Da un punto di vista più strettamente economico stiamo parlando di un territorio affine a quello tradizionalmente considerato di riferimento per noi. E un allargamento della nostra zona di competenza territoriale ci permette di dialogare anche con i territorio vicini all'Umbria.

**Ricette per il rilancio?**
Ci affacciamo sul territorio della Valnerina, peraltro in un frangente tragico conseguente al terribile evento sismico del 30 ottobre 2016, con un sostegno veloce e significativo, stanziando un plafond di finanziamenti a tasso zero per i nostri nuovi Soci.
I finanziamenti aiuteranno le famiglie e le imprese della Valnerina a far fronte alle prime esigenze conseguenti all'evento sismico. I nostri consulenti sono già al lavoro e stanno raccogliendo le richieste sul territorio.

**Questo delinea in maniera ancora più il profilo della Banca...**
La BCC resta la banca della comunità ma amplifica la capacità di essere al servizio delle esigenze delle famiglie, delle imprese, delle associazioni e rafforza con la Riforma la propria solidità.
Per questo ci sentiamo molto più di una semplice banca, sempre più radicati al nostro territorio e sempre più vicini alla nostra gente.


Salvini
UN VALORE CHE CRESCE NEL TEMPO.

*Buone Feste*

# MARZIOLI

GIOIELLI

FOLIGNO · SPELLO

WWW.MARZIOLIGIOIELLI.COM

AMARCORD

# GLI INDIMENTICABILI ANNI 90

*Testo: Claudia Alfonso - Brano: "L'italiano" - Toto Cotugno*




Capita anche a voi di avere in casa oggetti, o ripensare a cose, che **i nati nel 2000 non conoscono**, non si spiegano e non saprebbero usare?
Veri e propri **cimeli** che ci riportano indietro nel tempo, a quando non esisteva lo smartphone, internet era qualcosa di quasi sconosciuto e il sogno erotico di tutte le adolescenti era Dylan McKay di Beverly Hills 90210 (da poco 50enne).
Ecco a voi **un viaggio negli anni 90**, un salto indietro nel tempo.
Perché gli anni 90 sono e saranno per sempre gli **indimenticabili**.




## LETTORE CD CON CUFFIE

Un lettore di CD portatile.
Lo possiamo considerare l'amico degli adolescenti degli anni 90.
Un oggetto quasi del tutto sconosciuto agli under 20 di oggi.




## NOKIA 3310

Anche detto l'indistruttibile, il Nokia 3310 era il telefono più in voga degli anni 90.
E aveva la grande capacità di sopravvivere a numerose cadute senza mai rompersi.
Insomma, aveva più vite dei gatti.



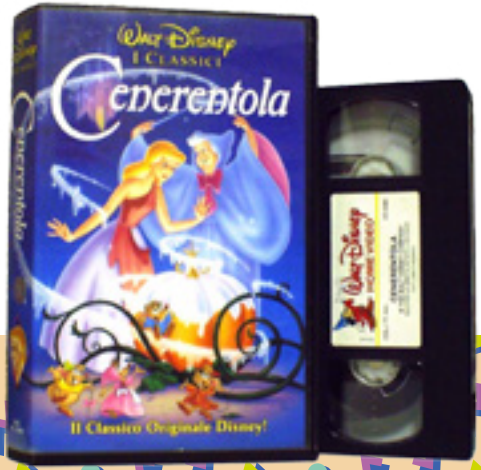

## MILLE LIRE

La banconota da mille lire oggi varrebbe più o meno 50 centesimi di euro, con la differenza che con 50 centesimi ora non paghi nemmeno un caffè, mentre per un caffè in quegli anni, con mille lire ti davano persino il resto.




## SCHEDA TELEFONICA / GETTONE

Quando volevamo chiamare i nostri fidanzatini e non volevamo farci sentire dai nostri genitori, l'unica soluzione era la cabina telefonica. Di conseguenza la scheda telefonica (detta anche carta telefonica) e il gettone erano strumenti fondamentali per la riuscita della love story.




## VIDEOCASSETTA

Sicuramente qualche testimonianza del loro vissuto lo avrete anche voi nascosto in soffitta. La videocassetta del cartone animato Cenerentola è quella che ricordo meglio. Insieme a lei anche quella famosa scatola nera chiamata videoregistratore.




## RULLINI DELLA MACCHINA FOTOGRAFICA

C'era un tempo in cui per vedere le foto bisognava aspettare almeno una settimana. Il tempo che il fotografo sviluppasse nella camera oscura il fatidico rullino fotografico.




*Collezione A/I 2016 di Dries Van Noten - Operà Garnier*



**UBERTO CANTARELLI**
*Corso Vannucci, 45 - Perugia*
*Tel. 075.57.25.315*
*info@ubertocantarelli.com*
***www.ubertocantarelli.com***



*Testo: Isabella Zaffarami - Brano: "A Kind of Magic" - Queen*

# UGO LEVITA
# ARTE E MAGIA

*Le sue opere hanno conquistato anche **Vittorio Sgarbi** che lo ha accompagnato nella sua crescita artistica*

È originario di **Acerra**, ma da molti anni vive, lavora e dipinge in **Umbria**. Nella sua casa, nelle campagne di **Todi**, si respira quell'atmosfera tra il magico e il fantastico di cui sono impregnate anche le sue opere. Cresciuto in una sartoria, **Ugo Levita** da bambino disegnava con i gessi sul pavimento. A segnare la sua carriera, oltre alla passione e agli studi artistici, l'incontro, più di 20 anni fa, con **Vittorio Sgarbi** che, colpito dalle sue opere, chiede di conoscerlo e in seguito lo accompagna nella sua crescita artistica. Attualmente Levita collabora con "Libellule LTD. Magic Realism" che ha sede a Hong Kong, San Francisco e Parigi e raccoglie artisti mondiali di ispirazione surrealista e con il "Centre for Art of International Imaginary Realism" in Danimarca. È stato inserito nell'"Euro-Bilder-Projekt" come rappresentante dell'Italia tra i Paesi che hanno aderito alla moneta unica. Nel 2011 ha esposto cinque opere alla **54a Biennale di Venezia**, nel

Padiglione Italia della sezione umbra del Museo d'Arte Contemporanea di Spoleto, diretto da Gianluca Marziani. Nel 2014 alcune sue opere erano presenti, al Grand Palais di Parigi, nella mostra "Comparaisons 2014"

**Il tuo stile colpisce per la sua particolarità e forse anche perché si è meno abituati a questo tipo di arte, il Figurativo fantastico: perché lo hai scelto?**





AFFASCINATO SIN DA GIOVANISSIMO DALLO **STUDIO** DEL **SURREALISMO** È APPRODATO AL SUO STILE, IL **FIGURATIVO FANTASTICO**

In realtà non lo ho davvero scelto, è stato un processo folgorante di avvicinamento a un mondo visivo visionario che mi ha affascinato, quello del Surrealismo teorizzato negli anni Venti del secolo scorso da André Breton, che io scoprivo negli anni settanta, per il suo modo di dire e non dire, di mostrare velando, quella che in genere riconosciamo come realtà conscia, contrapposta ad un mondo inconscio, che parla il linguaggio dell'arte, o che l'uomo fa diventare un linguaggio espressivo. Jung sosteneva che "*la fantasia è pur sempre la matrice creativa di tutto quello che ha reso possibile il progresso dell'umanità*". Nulla si crea senza prima immaginarla.


lungarotti.it/falo2016
@lungarottiwine
#falò2016
FALÒ
LUNGAROTTI
FALÒ 2016
grapes in love...
LUNGAROTTI



Tu dici che forse si è poco abituati a queste tipologie artistiche, eppure dagli inizi della cultura umana, dai graffiti rupestri in poi, per capirci, l'uomo osservando la realtà visiva ha interpretato quello che vedeva creando un mondo magico, utilizzando l'arte per esprimersi: ricordiamoci che nasceva prima la pittura e poi, molto tempo dopo la scrittura. Tra l'altro un'arte realista non può esistere, visto che essa è sempre interpretazione soggettiva, infatti per definire l'arte fantastica spesso si parla anche di "**Realismo Magico**".

Capisco questo disagio e penso che l'arte sia diventata altro da sé, qualche cosa che deve stupire e sorprendere a tutti i costi, ma per me tutto è già stato realizzato, non mi stupisce più nulla, e quella che dovrebbe essere un'operazione artistica diventa noia e disinteresse. All'arte non interessa essere alla moda o avere tendenze più o meno "contemporanee", essa è la pratica che indaga l'uomo e con lui l'universo nel quale vive, con tutte le sue contraddizioni, con i suoi tormenti e nelle sue elevazioni. Il sogno, l'esplorazione libera dell'animo umano, la fanta-



*"Fondamentale è lo scambio reciproco con l'**opera d'arte**; lasciarsi interrogare piuttosto che interrogare. Ogni mia opera resta sempre aperta e nessuna ha la pretesa di offrire un **messaggio** già confezionato"*

sia, in quanto immaginazione attiva, sembrano argomenti così lontani dal nostro presente.
Negli anni Sessanta qualcuno scriveva che la realtà umana è "**impastata di memoria**". Oggi non è più così, sembra che la nostra realtà sia tutta concentrata nel presente, sembra non esistere né passato né futuro, in un gioco narcisistico di immagini sclerotiche, viviamo come se non venissimo dal passato e non ci aspettasse il futuro; l'immaginario, e in altre parole, la poesia, attraverso un buco nero è collassata su se stessa, come la fine di una stella. Bisognerebbe rinascere da questa decadenza della società e rifondarsi.

**Dove cerchi l'ispirazione?**

Basta chiudere gli occhi, o guardare nel vuoto, il vuoto è sempre pieno di faccende da narrare: la tua biografia, le tue immagini collezionate nella mente, il tuo inconscio e quello che vedi fuori affacciandoti dalle finestre degli occhi. L'arte non c'è se non c'è l'immaginazione, e il fantastico è l'aspetto poetico rintracciabile in ogni luogo dell'anima e dello spazio. Può accadere che un luogo o un accadimento possano stimolare la propria creatività, ma non per forza diventano azioni esclusive dell'ispirazione. La scintilla si accende dentro di noi e dà fuoco alla grande valigia che portiamo nella memoria.

**L'arte non si spiega, ma puoi darci qualche riferimento per "entrare" al meglio nelle tue opere?**

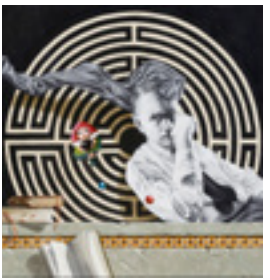
"L'inconscio è un enorme serbatoio di energia fantastica", ha scritto Giorgio Di Genova. Come premessa posso dire che il mio obiettivo è la ricerca della formula giusta, idonea a scovare l'armonia perduta delle cose, nel rapporto tra la





figura umana, la natura e il mondo, trovare la comparazione tra gli elementi, l'equilibrio non convenzionale lontano da qualsiasi preconcetto o stereotipo della visione delle cose e del mondo.

Per "**entrare**" nelle mie opere è necessario abbandonare per un po' la consuetudine con la quale guardiamo il mondo esterno, non chiedere più di quello che si può ricevere. Non sempre tutto è logico. Il gioco è lo scambio reciproco con l'opera d'arte; lasciarsi interrogare piuttosto che interrogare e partecipare alla conclusione di un'opera, dato che



ogni mia opera resta sempre aperta e nessuna di esse ha la pretesa di offrire un messaggio già confezionato.
Come disse George Bernard Shaw "*si usa lo specchio per guardare la propria faccia, si usano le opere d'arte per vedere la propria anima*".

the al Museo

Museo capitolare Perugia

# The al Museo

## Una domenica al mese dal 20 novembre



Consulta il calendario completo degli appuntamenti su:

*www.cattedrale.perugia.it*

Museo Cattedrale di Perugia

€ 12,00 a persona
Prenotazione obbligatoria:
075/5724853 - museo@diocesi.perugia.it
Piazza IV Novembre, Perugia

## I PROSSIMI APPUNTAMENTI

**11 DICEMBRE ORE 17.00**
Sacri Splendori: i preziosi reliquiari della Cattedrale

**22 GENNAIO ORE 17.00**
Note manoscritte: musica per la Cattedrale

the al Museo

AL CENTRO DEGLI INCONTRI **OPERE INEDITE** O CHIUSE NEI DEPOSITI

# "THE **AL MUSEO"**

*Testo: La Redazione - Brano: "Karma Chameleon" - Culture Club*



*Un modo diverso di **vivere l'arte** e di **avvicinare** il pubblico al museo*

Riprendono, al **Museo del Capitolo della Cattedrale di Perugia**, gli appuntamenti mensili del "***The al Museo***", un'iniziativa che lo scorso anno ha incontrato un grande favore di pubblico. Una domenica al mese, a partire dalle 17, rigorosamente a museo chiuso, la sala delle Nature Morte si trasformerà in una vera sala da the e la responsabile del museo, **Chiara Basta**, parlerà di **opere poco conosciute**, inedite o chiuse nei depositi, facendole ammirare da vicino, fuori dalle teche che le conservano.

"Un modo diverso di fruire e di vivere il museo che unisce al racconto il **piacere di stare insieme** e di gustare un buon the" spiega Chiara Basta che sottolinea come l'intento del museo è quello di avvicinare un **pubblico attento** e stimolare la conversazione intorno ad argomenti che di solito rimangono chiusi nelle aule universitarie. Tra gli appuntamenti in calendario quello dell'11 dicembre, "**Sacri Splendori: i preziosi reliquiari della Cattedrale**", e quello del 22 gennaio, "**Note manoscritte: musica per la Cattedrale**" durante il quale saranno mostrati dei corali miniati medievali mai esposti al pubblico. La prenotazione è obbligatoria ai seguenti recapiti 075/5724853 o museo@diocesi.perugia.it e il costo della partecipazione è di 12 euro e comprende il biglietto del museo, la visita e il catering a cura di Turan Cafè.

Nel sito internet *www.cattedrale.perugia.it* o sulla pagina Facebook si può consultare il calendario completo dell'iniziativa.

---

**Per info:**
MUSEO DEL CAPITOLO
DELLA CATTEDRALE
DI SAN LORENZO
Piazza IV Novembre
Perugia
T. 0755724853
Museo Cattedrale di Perugia



*__Imprenditrice__, moglie, mamma, presidente di UMBRE e con tanti obiettivi e __progetti__ ancora da realizzare*

# MICHELA **SCIURPA**

*Testo: Isabella Zaffarami - Brano: "Sunrise" - Norah Jones*

Giovane e dinamica **imprenditrice**, molto curiosa, filantropa e cittadina del mondo. Moglie e mamma di Aisee e Alexander, dopo la laurea e il dottorato in Internazionalizzazione delle Pmi, nel 2010 diventa consulente OCSE a Parigi per la pubblicazione sulla politica dell'innovazione della Federazione Russa. Rientrata in Italia, collabora con l'**Università degli Studi di Perugia** per lo sviluppo delle **relazioni con la Russia** e insegna **strategia d'impresa** presso l'**Università di Finanza di Mosca**. Nel 2013 inizia il passaggio generazionale in azienda e diventa socia di **Vitakraft Italia** ed entra nel consiglio direttivo dei **Giovani Imprenditori di Confindustria Umbria**. Recentemente è stata eletta nel Comitato d'Indirizzo della Fondazione **Cassa di Risparmio di Perugia** e nel gruppo senior della territoriale di Perugia di Confindustria Umbria, ma non solo per questi nuovi traguardi, il 2016, per Michela, è un anno di ulteriore svolta. Lo scorso settembre ha infatti fondato la rete d'impresa **Umbre**, di cui è presidente, mentre, a Castiglione del Lago, è in fase di avvio l'attività della sua nuova struttura ricettiva, il **Grand Hotel Miralago**.

**Vista la sua esperienza nel mondo dell'imprenditoria, ci racconta come sono cambiate le cose in questo settore, in particolare in Umbria?**
Di certo l'Umbria non è estranea rispetto al momento di sofferenza economica generale, ma è anche una realtà con molte potenzialità inespresse e che ha quindi bisogno di incentivi, di infrastrutture, di un contesto maggiormente favorevole. Ci sono poi delle eccellenze,



*"Ho saputo adattarmi al mio contesto e alla mia **realtà**, mettendo a frutto tutte le **esperienze**, e di certo, oggi, ritrovo nella mia vita la **realizzazione** di tutti i miei **desideri** più profondi"*

delle aziende importanti, tra le quali non posso non annoverare Vitakraft Italia, di cui la mia famiglia è socia. Io faccio parte di una nuova generazione di imprenditori che ha l'occasione di seguire un esempio importante, ma anche di migliorare quello che non funziona come dovrebbe, ad esempio dovremmo imparare finalmente a fare sistema.

**E infatti questo è uno degli obiettivi del progetto UMBRE, di cui è protagonista…**
Sì, UMBRE, che sta per United Marketing for Business and Regional Experience, è una rete d'impresa guidata da cinque giovani imprenditrici provenienti da diversi settori, ma accomunate dall'essere proprietarie di una struttura ricettiva in Umbria. Oltre a me ci sono Federica Angelantoni, Ilaria Baccarelli, Ilaria Caporali e Cristina Colaiacovo: tutte più o meno della stessa generazione, molto determinate e in sintonia tra di noi. L'idea è quella di unire le nostre competenze per un progetto che coniughi imprenditorialità, alta formazione e ospitalità, con l'obiettivo di creare un network per realizzare un'esperienza comune da offrire ai nostri ospiti.

**È un'imprenditrice di successo con tanti obiettivi realizzati, essere donna è stato un vantaggio o uno svantaggio per la sua affermazione professionale?**
Assolutamente un vantaggio, deve esserlo e dobbiamo fare in modo che lo sia. Io posso testimoniare che, se c'è la volontà e la determinazione, carriera e famiglia si possono conciliare, ho avuto mia figlia quando ero molto giovane e nonostante questo ho completato un percorso di studi importante e portato avanti la mia professione.

**È in fase di avvio il Grand Hotel Miralago. Ci racconti com'è nata e cosa si aspetta da questa sua nuova avventura imprenditoriale…**
Tutto nasce dalla voglia di creare un'offerta ricettiva di alto livello sul territorio del Trasimeno, restituendo l'originale splendore ad un palazzo storico situato in una location d'eccellenza. Mi aspetto dunque che, dopo l'importante intervento di riqualificazione realizzato, l'immobile torni non solo al prestigio di un tempo, ma anche alla centralità e alla vitalità che lo caratterizzavano in passato, contribuendo anche a riqualificare il centro storico della città.

**I suoi sogni si sono tutti avverati?**
Tanti sì, ma non tutti. Tuttavia io credo che per un essere umano è fondamentale la capacità di adattamento. Io ho saputo adattarmi al mio contesto e alla mia realtà, mettendo a frutto tutte le esperienze fatte, anche da giovanissima, e di certo, oggi, ritrovo nella mia vita e in quello che faccio la realizzazione di tutti i miei desideri più profondi.

Perugia
ENJOY

**ENJOY PERUGIA**

Download on the App Store

Comune di Perugia

CAPITALE ITALIANA DEI GIOVANI
PERUGIA 2016



PERUGIA **CENTRO STORICO**

# ATMOSFERE DI NATALE

**8 DIC** 2016 / **8 GEN** 2017




**SCARICA L'APP**
E INVIA GLI AUGURI
CON **ENJOY CAMERA**.
APRI, SCATTI E CONDIVITI.

Perugia in Centro

arci Perugia

Fondazione Cassa Risparmio Perugia

FuoriFuoriolo




*Tanti voucher, anche personalizzabili, per un dono originale e sorprendente*

# A NATALE REGALA **ROCCAFIORE**

***Ingressi alla Spa, percorsi e trattamenti benessere, degustazioni e soggiorni da mettere sotto l'albero***

Con **Roccafiore** anche quest'anno non c'è il rischio di fare regali di Natale banali. Grazie alle proposte dello Spa-Resort & Restaurant immerso nella campagna di **Todi**, è possibile donare dei **momenti di benessere e relax**, oltre che di **gusto**; delle vere e proprie esperienze piacevoli e raffinate, destinate a stupire e a restare nella memoria di chi le riceve.

I **voucher natalizi** Roccafiore sono per tutti i gusti e vanno dal piccolo pensiero, ad idee regalo più importanti. Dall'ingresso alla Spa, a percorsi e trattamenti benessere, da sfiziose degustazioni ed appuntamenti con le prelibatezze del **Ristorante Fiorfiore**, a soggiorni da una o più notti. Ogni dono può poi essere **personalizzato** scegliendo combinazioni diverse e può essere acquistato online e consegnato via email, oppure si può ritirare in un'elegante **confezione regalo** da mettere sotto l'albero, come da tradizione.

---

**Per info:**
ROCCAFIORE
Chioano – Todi
T. 075 8942416
info@roccafiore.it
*www.roccafiore.it*
Roccafiore Spa Resort & Restaurant

*Sei **campioni**, che hanno portato in alto il nome **dell'Umbria** in diverse discipline sportive, si raccontano a **PM***

# L'ALTRA FACCIA DELLO **SPORT**



*Dal calcio al volley, dal nuoto alla scherma, dal tiro a volo all'agility: i nomi, i volti e le* ***storie di grandi sportivi***

*Testo: Valerio Buonumori - Brano: "I can't explain" - The Who - Foto: Brainleaf*

C'è chi lo fa tirando il pallone in porta, chi schiacciando la palla oltre la rete, chi nuotando più veloce di tutti, chi impugnando una spada, chi puntando un fucile e chi accompagnando il proprio cane nell'attraversare un percorso a ostacoli.

Tutti comunque **sognano** e fanno sognare.

Sono gli **sportivi**, umbri o comunque legati in modo particolare all'**Umbria**, ai quali **PM** dedica le prossime pagine: Roberto Baciocchi, Diana Bacosi, Emanuele Barbetti, Andrea Santarelli, Ivan Zaytsev, Pierre Zebli. Le loro storie sono molto diverse, le discipline sportive nelle quali eccellono anche, ma tutti sono dei veri campioni che meritano di essere raccontati.





**Nome:** Ivan

**Cognome:** Zaytsev

**Età:** 28 anni

**Sport:** Pallavolo

Le sue **origini sono russe**, ma è nato a Spoleto, da qualche anno è naturalizzato **italiano** e l'Italia, insieme al resto della nazionale di pallavolo, l'ha portata in alto in occasione delle **Olimpiadi di Rio**. Un argento conquistato andando oltre le aspettative dei più e tenendo incollati alla tv quasi 5 milioni e mezzo di spettatori affascinati anche dal carisma e dalla grinta de "**lo Zar**" e certamente dalle sue prestazioni: il suo servizio ha toccato la velocità, da **record olimpico**, di 127 km/h. Ma **Ivan Zaytsev**, 2 metri e 4 centimetri di altezza, felicemente sposato e padre affettuoso, ha ancora tanto da realizzare, a cominciare dai risultati che sogna per la sua squadra, il **Perugia Volley**, in cui è cresciuto da giovanissimo pallavolista e in cui, da quest'anno, è tornato a giocare...

# Ivan **Zaytsev**



**Padre pallavolista, campione olimpico, e madre nuotatrice: chiedere come ti sei avvicinato allo sport, e in particolare al volley, è superfluo?**

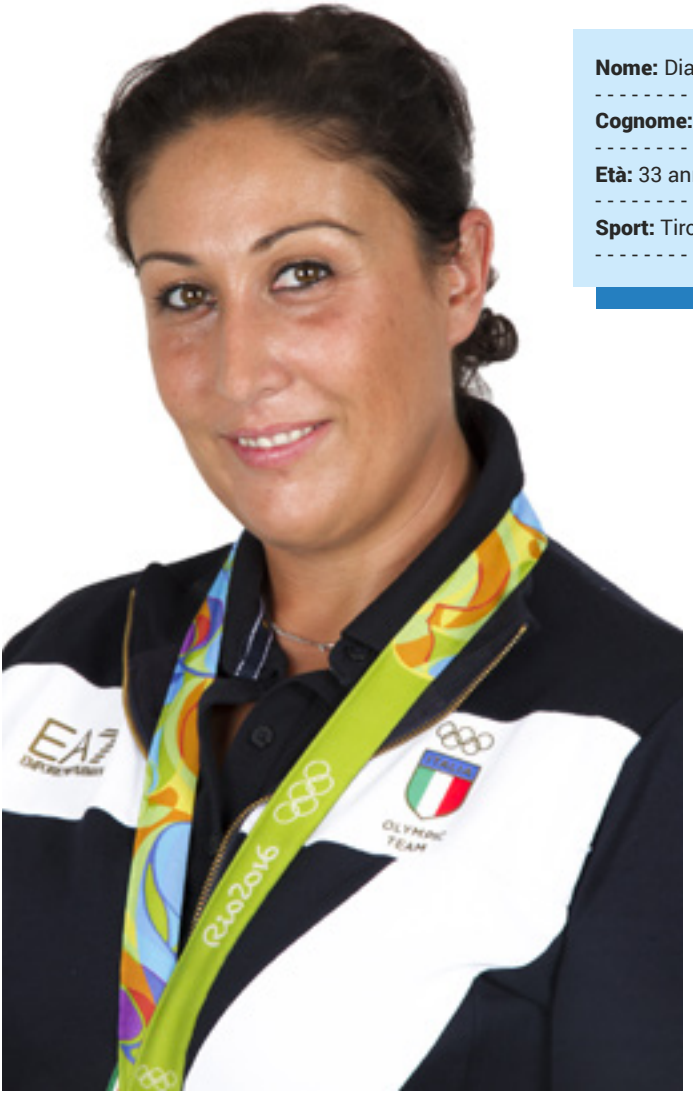
Forse sì anche se da bambino facevo hockey su ghiaccio e mi piaceva molto, poi, anche per l'influenza di mio padre sono passato alla pallavolo e all'inizio non ero molto convinto di questa scelta. Ero giovane e non avevo ancora messo la testa a posto. Oggi ovviamente sono felice di come sono andate le cose.

**Hai dichiarato di voler fare in modo che, dopo le Olimpiadi, i riflettori non si spengano sulla pallavolo, come intendi farlo e perché?**

Perché questo sport si merita visibilità e un seguito e un interesse più ampi di quelli che ha oggi, merita di essere promosso. Raggiungere l'obiettivo è di sicuro complicato, io spero di poter fare la mia parte, ci sono molti progetti in ballo, legati anche alla televisione. Devo trovare il giusto equilibrio tra tutti gli impegni e fare in modo che nulla vada a influenzare la mia prestazione in campo che resta ovviamente la cosa più importante: per questo devo ringraziare mia moglie che segue tutte le questioni organizzative, senza di lei sarei perso.

**Sogni e progetti per il futuro?**

Ovviamente raggiungere i risultati migliori con la mia squadra, la Sir Safety Umbria Volley: vorrei salire sul gradino più alto del podio, diversamente da quanto accaduto a Rio, anche se quell'argento è stato ovviamente un'enorme soddisfazione.




**Nome:** Diana

**Cognome:** Bacosi

**Età:** 33 anni

**Sport:** Tiro a volo

**Diana** (nata a Città della Pieve, ma oggi residente nella vicina Cetona, in Toscana) la passione per la **caccia**, e quindi anche per le armi e per il tiro, ce l'ha nel nome, quel nome scelto dal padre, esperto cacciatore, con cui ha iniziato a sparare quando aveva appena 14 anni.

Da quel giorno non ha più smesso e, dopo **record** e **medaglie**, e dopo essere diventata anche mamma e caporal maggiore scelto dell'Esercito Italiano, alle **Olimpiadi di Rio 2016** ha trionfato conquistando l'oro.

# Diana **Bacosi**



## Che emozione è stata primeggiare a Rio? E te lo aspettavi?

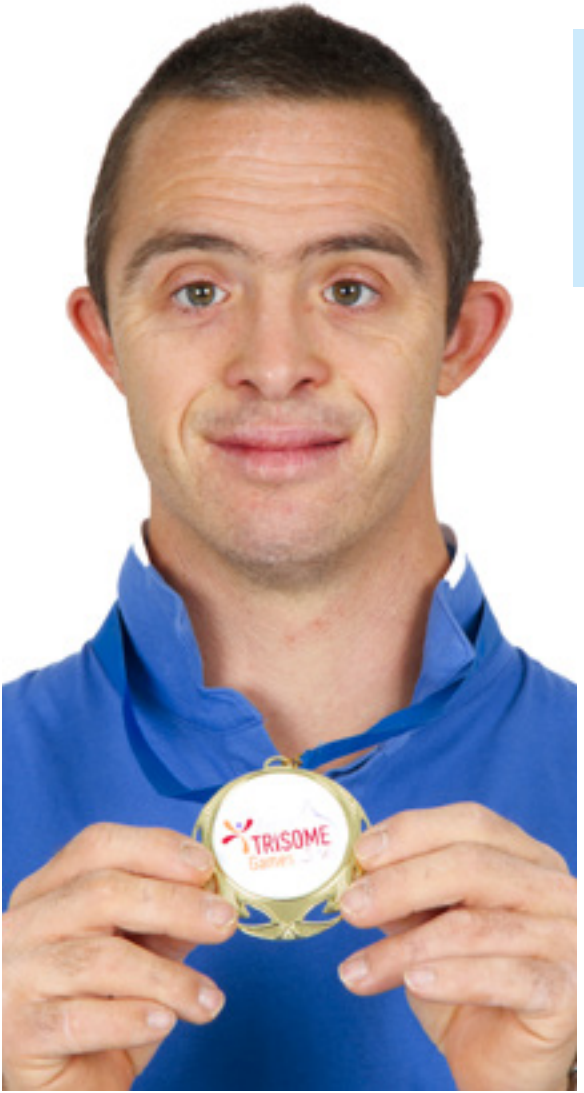
Mi aspettavo una medaglia perché sentivo di essere in forma, quando poi sono arrivata alla semifinale ho iniziato a sognare l'oro. L'emozione è stata straordinaria, sempre più grande ad ogni gara, a iniziare da quelle di qualificazione. È stata una grande soddisfazione che ha premiato tanti anni di impegno e sacrifici.

## Sei anche nell'esercito e hai un figlio di 7 anni: è dura conciliare tutto?

È dura, ma si può fare, soprattutto se si hanno accanto persone disponibili a farsi in quattro per supportarti, come è il mio caso. Quando è nato mio figlio si può dire che ho appeso il fucile al chiodo: ho smesso di allenarmi per un anno e, anche dopo, è capitato di dover rinunciare a gare o allenamenti, ma non rimpiango nulla, rifarei davvero tutto e sono convinta, perché l'ho sperimentato, che con la determinazione è possibile farcela a conciliare famiglia, lavoro e passioni e obiettivi da perseguire.

## Sogni e progetti per il futuro?

Ovviamente il pensiero va alle Olimpiadi di Tokyo 2020, ma nella consapevolezza che il cammino è ancora lungo, la preparazione e la qualificazione saranno delle belle sfide e in quattro anni tutto può cambiare. Faccio un passo alla volta, godendomi per il momento la soddisfazione degli importanti traguardi raggiunti.




**Nome:** Roberto

**Cognome:** Baciocchi

**Età:** 32 anni

**Sport:** Nuoto

Lo **sport** costituisce una parte fondamentale della sua vita sin da quando era bambino: non solo il nuoto, ma anche l'**atletica leggera** e il **calcio**. Nella prima disciplina si è cimentato nel lancio della palla, nel salto in lungo e nei 100 metri piani. È stato inoltre capitano dei Golden Boys del Montemorcino Calcio, un'esperienza della quale è rimasto celebre il gol segnato da Roberto da centrocampo. Col nuoto sono arrivati tuttavia i risultati più importanti: 2 bronzi ai Mondiali di Taiwan 2010, 4 ori, 2 argenti e un bronzo agli Europei di Portogallo 2011, 1 bronzo ai Mondiali di Messico 2015. Tante medaglie alle quali si è aggiunta, di recente, la più importante: **l'oro mondiale** nei 50 metri rana conquistato ai **Trisome Games** (giochi olimpici per atleti con Sindrome di Down tenutisi questa estate a Firenze) tra l'altro con **un tempo record di 41.42**.

# Roberto **Baciocchi**



## Perché il nuoto è lo sport che preferisci?

Perché il mio sogno è di vincere e nel nuoto sono bravo, nella rana e anche nel delfino, e vinco. Inoltre mi piace l'acqua, è il mio ambiente e in più ho avuto la fortuna di incontrare due grandi allenatori, il mio tecnico William Valente e Marco Peciarolo, commissario tecnico della Nazionale paraolimpica di nuoto. Voglio ringraziarli entrambi per quello che fanno per me.

## Che emozione è stata vincere l'oro mondiale a Firenze?

È stata un'emozione bellissima, arrivata dopo tanto impegno e tanti allenamenti: tra palestra e piscina sono impegnato cinque giorni a settimana. Una grande soddisfazione quindi, per me e per chi crede in me, e anche per la mia città, Perugia, a cui sono legatissimo: ho vinto un po' anche per lei.

## Sogni e progetti per il futuro?

Innanzitutto vorrei ottenere un buon risultato all'europeo di Parigi del prossimo anno. Sono molto fiducioso e mi sto già preparando, voglio diventare ancora più forte: punto a un altro oro, sono una macchina che vince, non mi piace perdere. Inoltre vorrei fare un corso da bagnino e mi piacerebbe poi lavorare al mare facendo l'assistente bagnante.



**Nome:** Emanuele

**Cognome:** Barbetti

**Dog:** Orazio

**Età:** 30 anni Emanuele, 6 anni Orazio

**Sport:** Agility dog

I campioni in questo caso sono due perché l'agility dog è una disciplina che coinvolge sia il **cane** che il suo **padrone**. Così succede anche per **Emanuele** e per il suo **Orazio**, "il cane dello spazio", come lo chiama lui. La loro forza sembra essere soprattutto nella **complicità** che li unisce e nel loro rapporto, quasi simbiotico: dormono e mangiano insieme ed Emanuele coccola Orazio in ogni modo, ammette di viziarlo in maniera smisurata, lo porta con sé ovunque vada e arriva a imboccarlo addirittura con la forchetta. Insieme hanno collezionato un'infinità di **medaglie** nelle competizioni nazionali e anche molti successi nei **5 mondiali** ai quali hanno partecipato.

# *Emanuele* ***Barbetti*** *e Orazio*



## Com'è nata la passione per l'agility dog?

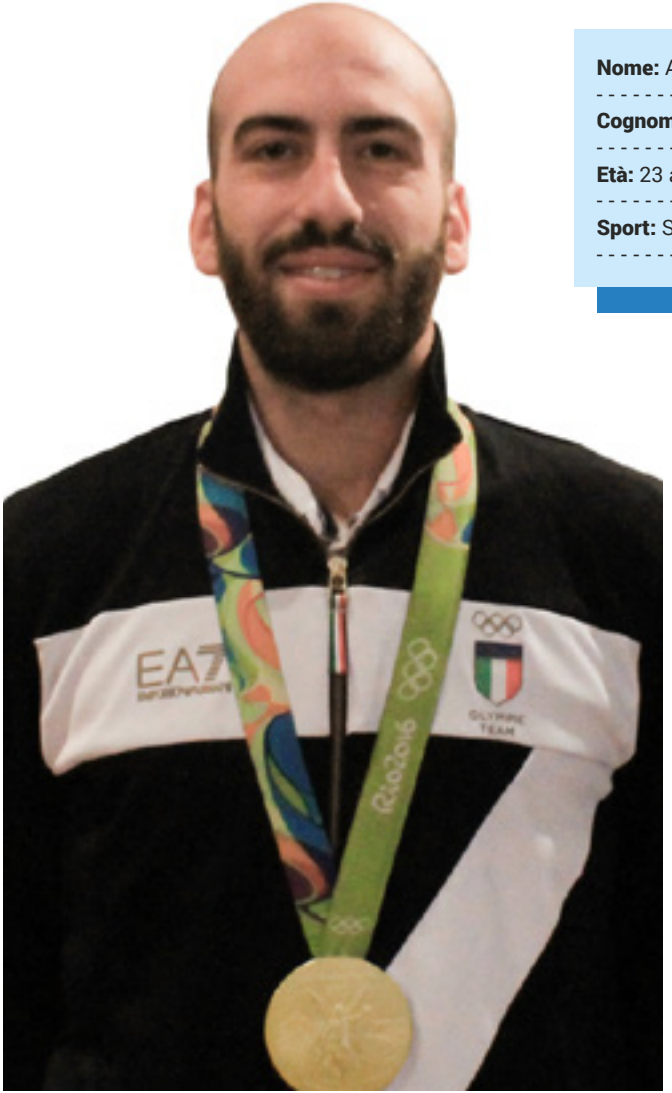
Ero incuriosito dal binomio cane e uomo. Nel 2010 mi è stato proposto di adottare Orazio che era ancora un cucciolo e così ho, anzi abbiamo, iniziato la preparazione e poi gli allenamenti. Quasi subito, il mio istruttore presso l'X Center School di Strozzacapponi, Bruno Bonifazi, ha notato la buona predisposizione di Orazio in questo sport e, con l'impegno e la passione, siamo diventati una coppia abbastanza forte. Dopo i primi anni, sono iniziati ad arrivare i risultati e in più ci divertiamo, quindi andiamo avanti.

## Orazio come vive le competizioni e lo sport in generale?

Per lui è un gioco, un divertimento appunto. Quando siamo sul campo, poco prima di iniziare il percorso a ostacoli, quasi sempre scalpita per partire. In generale comunque è fondamentale anche la mia influenza su di lui ad esempio se mi rendo conto che prima di una gara è eccessivamente agitato, lo calmo, mentre se noto che è troppo tranquillo, soprattutto prima di una competizione importante, cerco di caricarlo un po' giocando con lui e dandogli le giuste gratificazioni.

## Sogni e progetti per il futuro?

Innanzitutto mi piacerebbe vincere un mondiale, magari quello che si terrà ad aprile a Valencia e a cui parteciperò. E poi vorrei fare un corso per diventare io stesso addestratore di agility, in modo da essere formato e preparato in questa disciplina a 360 gradi.




**Nome:** Andrea

**Cognome:** Santarelli

**Età:** 23 anni

**Sport:** Scherma

**Andrea Santarelli** ha sempre avuto le idee chiare: la scherma è la sua passione. Originario di **Foligno**, dove tutt'ora vive e si allena, inizia a gareggiare nel 2007 e da lì raggiunge grandi risultati. L'ultimo, il più altisonante, è quella **medaglia d'argento** ancora luccicante conquistata alle **Olimpiadi di Rio de Janeiro 2016**.

Ora è nella Polizia di Stato e cerca di restare con i piedi per terra. Il suo motto è "*l'importante è che oggi sia meglio di ieri*".

# Andrea **Santarelli**



Foto: Annalessia Castori

## Andrea, sei un grande volto dello sport umbro. Come hai scelto la scherma? È stato il tuo primo sport?

Da bambino mi sono avvicinato alla scherma perchè ho visto mio cugino di ritorno da un allenamento che riponeva le spade nel bagagliaio dell'auto, e ho chiesto ai miei genitori di poter provare. Avevo 5/6 anni ed è stato il mio primo sport: da quel momento è diventata la mia vita.

## Com'è cambiata la tua vita, se è cambiata, dopo i Giochi Olimpici di Rio 2016?

Io cerco di rimanere lo stesso di sempre seppur con più notorietà. La scherma non è uno sport molto in vista, ma l'Olimpiade dà veramente una grande visibilità che a volte non sappiamo nemmeno gestire. Mi ha fatto molto piacere vedere quanto la mia città mi sia stata vicina, anche se purtroppo a volte devo declinare qualche invito per mancanza di tempo.

## Se ti chiedessi di pensare al tuo futuro, pensi che la scherma ne farebbe parte?

Il cambiamento più grande è certamente negli obiettivi personali: mi sono reso conto, a mente fredda, che vincere una medaglia olimpica e dedicarla al mio maestro Carnevali era l'obiettivo della mia vita, di conseguenza mi sono sentito "svuotato" di quello che mi dava la carica e la grinta. Ora ho ricaricato le batterie e ho trovato nuovi stimoli e nuovi obiettivi. Ho deciso di rimanere ad allenarmi a Foligno, a casa mia con il mio maestro. La mia nuova sfida sarà quella di dimostrare a me stesso che posso riuscire anche così a conquistare medaglie a livello mondiale. Da oggi quindi sarò più aggressivo e più affamato e più determinato di sempre.



**Nome:** Pierre Desiré

**Cognome:** Zebli

**Età:** 19 anni

**Sport:** Calcio

**Pierre Desiré Zebli**, ivoriano di nascita, è la nuova talentuosa promessa del **Perugia Calcio**. Notato dall'Inter quando a 13 anni, ancora giovanissimo, giocava a Bastia Umbra è un ragazzo al quale il calcio ha cambiato la vita. Ma non subito. Perché il sogno, dopo due anni nelle giovanili dell'**Inter**, è sbocciato davvero soltanto a Perugia. Dove dopo essere stato in prestito, ha poi firmato il suo primo contratto da professionista, passando al Perugia a titolo definitivo. E oggi in campo la sua stella di questo inesauribile centrocampista è fra le più splendenti della squadra. Tanto che Zebli si è guadagnato per due volte, contro il Bari e contro il Benevento, il titolo di **Miglior Grifone**, il riconoscimento attribuito dai tifosi al migliore in campo. Pierre Desiré è un ragazzo pacato e sicuro di sé, nel quotidiano così come in campo. Il suo sogno? Ovviamente arrivare in Champions League!

# *Pierre Desiré* ***Zebli***



## Come ti sei avvicinato al calcio?

Come tanti ragazzini, giocavo per strada con i miei amici quando ero ancora in Costa d'Avorio. Poi, una volta arrivato in Italia insieme ai miei genitori che si erano trasferiti per lavoro a Bastia Umbra, ho iniziato a giocare con l'A.C. Bastia. Siccome sognavo di diventare un calciatore ho fatto dei provini a Roma e a Milano, fin quando sono stato notato dagli osservatori dell'Inter che mi hanno portato a Milano. Da là in poi c'è stato il passaggio alla Primavera e infine l'approdo a Perugia. In un certo senso un ritorno a casa.

## Qual è la partita che ricordi con maggiore emozione?

Ce ne sono tante. Sicuramente il derby dello scorso anno, che si giocava a Terni: sono entrato in campo durante il secondo tempo, e abbiamo anche vinto 1 a 0. Anche il derby di quest'anno, che è stato il mio primo derby da titolare. Un'altra partita che ricordo con affetto è quella del mio esordio in prima squadra: un'amichevole contro il Teramo. Sempre contro il Teramo, poi, quest'anno, ho segnato il mio primo gol con la maglia del Grifo.

## Quali sono i tuoi progetti per il futuro? E che consiglio daresti ai ragazzini che vogliono intraprendere la carriera calcistica?

Per ora quello su cui voglio concentrarmi è il calcio. Mi sto allenando a tempo pieno, il mio progetto al momento è restare al Perugia e migliorare più che posso. Ai ragazzini voglio dire di non arrendersi mai. Se si ha un sogno, bisogna crederci e non mollare. Coraggio e perseveranza sono le chiavi. Insomma, bisogna... "essere sul pezzo"!




**LEVANTE, GHIBLI E QUATTROPORTE. IL PIACERE DI GUIDA, OGNI GIORNO**

Per ogni persona di successo ci deve essere un'auto in grado di esprimerlo.
Maserati oggi risponde a queste necessità grazie ad una gamma completa che include il SUV Levante, la berlina Ghibli e Quattroporte, l'ammiraglia che racchiude in sé lusso e sportività. Disegnate e progettate per un utilizzo quotidiano, tutte e tre le vetture sono dotate di interni in pelle, cambio automatico a 8 marce, sistemi top di infotainment e supporti di guida avanzati. A renderle ancora più potenti sono i sistemi Twin Turbo V6 e V8 per i motori a benzina o il 3.0 V6 Turbo diesel. I prezzi della gamma Maserati Levante partono da € 59.244*, Ghibli da € 55.462* e Quattroporte da € 80.924*.
Per ulteriori informazioni, corporate.sales@maserati.com

www.maserati.it

follow us Italia



MASERATI
CORPORATE SALE

**C.D.P. S.p.A. - Concessionaria De Poi**

VIA GRAMSCI, 162 - 06073 Ellera di Corciano PG Tel. +39 075 5178341
E-mail: infocdp@gruppodepoi.it www.dealers.maserati.com/dealers/it/cdp

# IL BLOG DEL DOTT. LATTANZI





# I GRANI ANTICHI

POSTATO DAL
*DOTT. GIULIO LATTANZI*

I **grani antichi** altro non sono che varietà del passato rimaste autentiche e originali. Generalmente siamo abituati a mangiare la tradizionale farina di grano tenero bianca 0 o 00 con la quale produciamo pane, pasta, prodotti da forno, dolci. Questa farina però è ricavata da un grano prodotto su larga scala, selezionato e modificato nel corso degli anni per rendere più ricca e abbondante la produzione, un grano tra l'altro molto povero dal punto di vista nutrizionale. Tra i grani antichi c'è il canadese **Kamut**, ormai diventato un vero e proprio brand registrato e un business mondiale. Anche l'Italia però ha le sue varietà antiche da riscoprire. Un esempio tra i più conosciuti a livello nazionale è il **Senatore Cappelli**, ma ne esistono molti altri: il **Saragolla**, la **Tumminia**, il **Grano Monococco**. I grani antichi non sono stati rimaneggiati geneticamente e per questo hanno una resa molto minore rispetto al più diffuso e moderno grano. Non vengono lavorati a livello intensivo e tutto ciò giustifica anche un prezzo di vendita più alto, a fronte però di un prodotto più sano e genuino. I grani antichi vengono generalmente lavorati con la **macinazione a pietra**, la farina che si produce è quindi molto meno raffinata rispetto a quella prodotta con grano moderno. Grazie a questo tipo di lavorazione, infatti, si ha

un prodotto che potremmo considerare **semi-integrale**.
La modificazione del **grano moderno** ha fatto sì che esso diventasse inoltre molto **più ricco di glutine**. I grani antichi, invece, mantengono un rapporto più equilibrato tra presenza di amido e di glutine, contenendo una percentuale minore di questa proteina di cui ultimamente tanto si discute. La minore presenza di glutine all'interno dei grani antichi rende la farina da loro prodotta, e di conseguenza tutti i prodotti che vi si possono ricavare, molto più leggeri, **digeribili** e assimilabili di quelli realizzati con il grano moderno. I grani antichi sono adatti a tutti i tipi di preparazione e sono ottimi anche da integrare nell'alimentazione dei bambini. La sviluppata sensibilità al glutine, che si riscontra sempre più frequentemente negli ultimi anni, è probabilmente dovuta ad un consumo eccessivo del grano moderno ricco in maniera smisurata di glutine. Il vantaggio di utilizzare grani antichi scongiura o quanto meno allontana la possibilità di sviluppare **intolleranza al glutine**.
Tra i grani antichi importante posto trova il **farro** la cui coltivazione, nel corso dei secoli, è andata sempre più riducendosi in quanto soppiantato dal **grano tenero e duro** i quali necessitano di costi di lavorazione inferiori a fronte di una resa molto maggiore. Oggi la coltivazione del farro è spesso associata all'**agricoltura biologica** e nonostante i costi di produzione e la resa esigua, il farro riscuote comunque un discreto successo per le sue caratteristiche organolettiche e nutrizionali, soprattutto per il suo maggiore contenuto proteico rispetto ad altri tipi di frumenti. Il farro è povero di amminoacidi essenziali, ma questa carenza viene facilmente compensata dall'accostamento con i legumi. Povero di grassi, ricco di fibre, di vitamine e di sali minerali, **sazia e non fa ingrassare**. Il farro è ricco di vitamina A, vitamina C, vitamine del gruppo B e sali minerali. Svolge funzione ricostituente ed antianemica per la presenza di proteine, acidi grassi polinsaturi ed essenziali, ferro, manganese, rame e cobalto.

**www.farmacialefornaci.it**

La **crusca** e gli olii contenuti nel suo germe lo rendono un emolliente intestinale, anti stipsi e rinfrescante. La sua caratteristica principale è comunque il suo **potere antiossidante** dovuto all'alto contenuto di selenio e di acido fitico che ostacolano la formazione dei radicali liberi. Il farro è uno dei cereali meno calorici: 100 g apportano circa 340 kcal; inoltre contiene l'aminoacido essenziale metionina, carente in quasi tutti gli altri cereali.
Il **farro** Spelta è un'eccellente fonte di riboflavina, una vitamina necessaria per il corretto metabolismo energetico del sistema nervoso che sembra, pertanto, in grado di ridurre la frequenza degli attacchi di **emicrania**. L'elevato contenuto di fibre solubili presenti nel farro Spelta ha inoltre il vantaggio di ridurre la colesterolemia. Sono consigliate le farine e ogni tipo di pasta corta o lunga contenenti esclusivamente farro biologico, oltre ovviamente al farro Spelta da consumare in insalate e minestre.


**SCOPRI IL NOSTRO BLOG!**



*Resta sempre aggiornato con offerte, nuovi prodotti e notizie utili per la tua salute.*

Blog: farmacialefornaci.wordpress.com
E-mail: farmacialefornaci@gmail.com
Telefono: 075.8749453




## Gamma Kia. Perfetta per il lavoro, ideale per il tempo libero.

La gamma Kia offre tutte le soluzioni necessarie a soddisfare qualunque esigenza lavorativa e personale.
Il comfort di cee'd Sportswagon, la flessibilità di Carens, lo stile inconfondibile di Sportage e l'innovazione tecnologica di nuova Optima Sportswagon sono il meglio che la gamma Kia possa offrire per il tuo lavoro, il tempo libero e la famiglia.
Aggiungi la tecnologia all'avanguardia e i sette anni di garanzia e capirai perché è facile fare affari con Kia.

## In più scopri Kia Renting, il noleggio a lungo termine per le partite IVA.

KIA RECOMMENDS | Shell HELIX Motor oils | KIA | Renting | Iscriviti a: MyKia

**Limitazioni garanzia***
*Garanzia 7 anni o 150.000 km escluso parti e/o componenti che hanno un limite naturale legato alla loro deperibilità temporale come: batterie (2 anni chilometraggio illimitato), sistemi audio, ... destinate al noleggio con conducente (NCC): 7 anni o 150.000 km, escluso il chilometraggio illimitato per i primi tre anni. Dettagli, limitazioni e condizioni su www.kia.com e nelle Concessionarie.
**Consumo combinato (l/100 km) da 4,4 a 8,2. Emissioni combinate $CO_2$ (g/km) da 113 a 191.** La foto è inserita a titolo indicativo di riferimento.

Vieni a scoprire la tua Optima da:

**CENTRALCAR S.P.A.**




video, navigazione (3 anni/100.000 km). Taxi o vetture

VIA G. DOTTORI, 62 - S. ANDREA DELLE FRATTE - PERUGIA TEL. 075 5270162 centralcar@centralcar.it

*Le dritte del climatologo nel libro di* ***Aboca Edizioni***

# LUCA MERCALLI
## "IL MIO ORTO TRA CIELO E TERRA"

*Testo: Isabella Zaffarami*
*Brano: "Good Thing" - Fine Young Cannibals*



**Luca Mercalli**, climatologo, è il Presidente della Società Meteorologica Italiana. È anche docente universitario di Sostenibilità ambientale, dirige la rivista **Nimbus**, è consulente della Commissione Europea e anche membro dell'Accademia di Agricoltura di Torino. Inoltre ha un'esperienza più o meno cinquantennale in ambito di **orti domestici** e ha messo insieme tutto questo suo bagaglio di conoscenza e di pratica per elaborare e divulgare una serie di tecniche e strategie da applicare per coltivare in modo davvero sostenibile: così è nato il suo ultimo libro "**Il mio orto tra cielo e terra**" di **Aboca Edizioni**.

"*La* ***crisi ambientale*** *del nostro Pianeta* - spiega Mercalli - *è vasta e profonda e per questo va combattuta su diversi fronti e attraverso tutti i contributi che ciascuno di noi può dare, a partire dalla scelta di* ***cosa mangiare****. I dati della Fao parlano chiaro: il 25% delle emissioni globali derivano proprio dalla* ***filiera alimentare****. Il problema deriva principalmente dal ricorso a un'agricoltura basata sull'utilizzo di combustibili fossili, su metodi di lavorazione del suolo molto invasivi, e su un sistema di trasporto, confezionamento e commercializzazione fonte di* ***sprechi energetici***".

FOTO: FRANCO BORRELLI

**E quindi per lei la soluzione può essere quella di coltivare un orto domestico?**
Avere un proprio orto, anche di piccole dimensioni, ovviamente non risolve il problema ambientale, ma è un modo concreto per fare qualcosa, per dare il proprio contributo appunto. E inoltre si ha un doppio vantaggio, perché oltre ad aiutare il Pianeta, mangiamo meglio.



*Applicare agrometeorologia e agroecologia per realizzare* ***coltivazioni*** *davvero* ***sostenibili***

**E chi non possiede della terra da coltivare cosa può fare?**
Devo dire che non considero un'alternativa seria quella dei cosiddetti orti da terrazzo o cose del genere. È invece interessante il fenomeno, ormai diffuso in molte città, degli orti sociali. Si tratta di porzioni di terra di proprietà di un ente pubblico la cui gestione viene affidata, a costi molto bassi, a delle famiglie che ne fanno richiesta. In generale comunque quasi la metà della popolazione italiana possiede del terreno.

**Ci svela almeno qualcuno dei "segreti" per un buon orto che sono contenuti nel suo libro**?
Il mio libro in realtà è molto diverso dai tanti manuali per coltivare l'orto che si trovano in libreria. Nel mio pamphlet spiego come ottenere non un orto qualsiasi, ma un orto ecologico, sostenibile e quindi in cui non si usano fitofarmaci e diserbanti. Per fare questo si devono applicare l'agroecologia e l'agrometeorologia, due discipline scientifiche che permettono di evitare l'utilizzo della chimica. L'idea è quella di lavorare in collaborazione con la natura, l'ambiente e il clima e non contro questi elementi. Ad esempio sconsiglio vivamente l'utilizzo della motozappa che fa a pezzi vermi, funghi, lombrichi, insomma la biodiversità del suolo. Oppure spiego come, per mezzo delle previsioni meteo, si possono gestire al meglio le coltivazioni e anche risparmiare del lavoro: se so che pioverà non irrigherò. Con questo modo di operare può anche succedere di dover rinunciare alla quantità, a vantaggio però della qualità.

**Coltivare un orto è per molti fonte di benessere e anche di divertimento, per lei è così?**
Assolutamente sì. L'orto può essere il luogo in cui godersi un momento di contemplazione del mondo naturale ed è anche motivo di soddisfazione nell'osservare il bel lavoro che si è fatto e nell'assaporare i frutti che ne sono derivati.

**Da quanto tempo ha un orto?**
Da quando iniziano i miei primi ricordi di bambino, circa 50 anni fa, venivo accompagnato nell'orto dai miei nonni: è sempre stato un caposaldo dell'attività della mia famiglia.

**Sono troppo curiosa: qual è il suo ortaggio preferito?**
Il pomodoro è senza dubbio il re dell'orto e io lo adoro. Il mio è un amore vero e proprio. Consideri che abito in Val di Susa, in montagna, a un'altitudine di 500 metri, ma vorrei trasferirmi a quote più alte: non lo faccio solo per non perdere i pomodori che ad altezze maggiori non possono essere coltivati.



ROCCO RAGNI
cashmere

GIFT CARD **SCONTO 30%**

*Lo sconto 30% vale sulla maglieria, sulle borse in pelle, e sui cappotti**

***Presentati con il coupon e usufruisci subito del buono sconto del 30%***

---

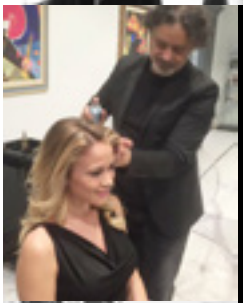
BOUTIQUE (HEADQUARTER)
Strada Compresso, 2 - Colle Umberto I, PG
T. 075.605115

BOUTIQUE UMBERTIDE
P.zza Giacomo Matteotti, 20 - Umbertide (PG)
T. 345.5904517

BOUTIQUE AEROPORTO DI PERUGIA
Aeroporto S. Francesco d'Assisi
Via dell'Aeroporto - S. Egidio (PG)
T. 340.7504659

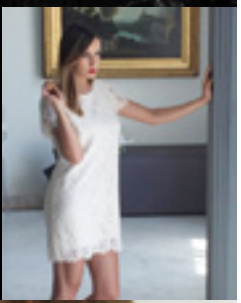


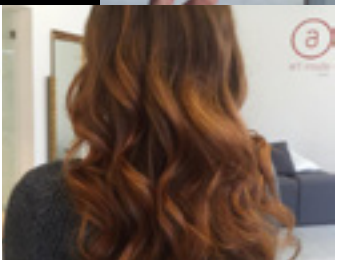



art inside
center

*Lo Staff di Art Inside augura a tutti buone feste*





sky




*Per i grandi eventi dell'Umbria, la cura e la ricercatezza di Gianni Marcantonini e del suo team*

# ART INSIDE

*Testo: La Redazione*
*Brano: "To Love Somebody" - Nina Simone*

Da quando abbiamo iniziato la nostra avventura, noi di **PM** abbiamo sempre scelto di accendere i **riflettori** sulle **eccellenze** del nostro territorio, su piccole e grandi **storie di successo**, raccontando realtà capaci di distinguersi nel proprio settore. Fra queste, ce n'è una che brilla di una luce particolarmente radiosa, sempre vicina al mondo del jet set e dei grandi eventi della regione: **Miss Mondo**, **Perugia 1416**, il **Festival del Calcio** e il **Concertone per i 40 anni di Radio Subasio**, solo per citare quelli del 2016. Stiamo parlando di **Art Inside**, che plasmando un'idea di beauty sempre nuova e in movimento e grazie alla cura e alla ricercatezza di **Gianni Marcantonini** e dei suoi collaboratori, ha saputo portare eleganze e stile ben oltre i confini del proprio salone di bellezza.

Beauty e spettacolo, nel mondo di Art Inside, sono diventati un felice binomio, al punto che nel corso dell'anno, l'elegante **salone di bellezza** di Piazza della Repubblica ha fatto anche da set per tantissimi **shooting** fotografici, è stato utilizzato dalla 4upper Models per numerosi casting ed è stato scelto come location per il party di "**Dammi una mano**", il film, tutto made in Umbria, che ha recentemente fatto il suo debutto mondiale al Miami Italian Film Festival.

## *Un'idea di beauty sempre nuova e in continua sperimentazione*

Alle radici di questo successo c'è un'avventura fatta di tenacia e passione, di estro e visione creativa fuori dall'ordinario. A incarnare questa storia ci sono Gianni e il suo team, c'è la professionalità di chi non si ferma mai perché ha fatto della **sperimentazione** della **ricerca** un must per continuare a sorprendere. Un successo coronato da tanti grandi risultati, gratificanti e soddisfacenti, ottenuto attraverso la **raffinatezza** e l'eleganza di creazioni che sanno proporre un'idea di **beauty** costantemente all'avanguardia.

Ed è questa attitudine ad aver trasformato Art Inside in un **punto di riferimento** per tutto il territorio e per il mondo del **fashion** in particolare.

---

**Per info:**
ART INSIDE
Piazza della Repubblica, 71
Perugia
T. 075 5736435
Art Inside Parrucchieri Italia






ia-ia-oh
MANGERIA

# E SCEGLI CIÒ CHE MANGI!



NELL'EMOZIONANTE CASOLARE DEL QUASAR VILLAGE, UN LOCALE ARREDATO CON MATERIALI DI RECUPERO PER UN DESIGN VERAMENTE PARTICOLARE VI ATTENDE CON UN'INNOVATIVA PROPOSTA:
**SCEGLIERE DAL BANCONE A VISTA LA CARNE E LA QUANTITÀ DESIDERATA.**
IL FUOCO NEL CAMINO È ACCESO, SARAI SERVITO COME PREFERISCI!

ALLA **MANGERIA IA-IA-OH** TROVERAI GENUINITÀ, SEMPRE PIATTI DEL GIORNO DA SCOPRIRE SULLE LAVAGNE, E POI L'IRRINUNCIABILE "INTOCCERIA", PIATTI A CUI NON SI PUÒ RESISTERE SENZA FARE LA SCARPETTA.

IAIAOHMANGERIA










quasar VILLAGE

VIA ALDO CAPITINI, 8 - 06073 CORCIANO PG - TEL. 075.5171822

# ChiC.48

clothing woman



## *Google+ STYLE: Chic.48 Parte V*

*Torna **Chiara Mole** con tante proposte ultra-stilose dal suo **Chic.48**. Il social scelto per questo numero è **Google+**, con le immagini dei capi, sempre originali e alla moda, sopra al **pancione** di Chiara che annuncia, per la nostra **fashion influencer**, l'imminente arrivo di una gioiosa sorpresa.*

**Follow me:** Chic.48 chic.48 ChiaraMole / *www.chic48.it*
**Perugia store:** Via Baglioni, 48



***Chic.48***
**#white* #dress #felpa #chic48**
**#perugia #centro #spedizioni**





***Chic.48***
**#chic48 #perugia #shoppingonline**
**#spedizioni #ordini#italy #dress**





***Chic.48***
**#birilli #camicia #oversize**
**#chic48 #centro #shoppingonline**





***Chic.48***
**#chic48 #perugia #centro #vetrina**
**#shoppingonline #spedizioni**



# GREEN MOTORS SRL

## IMPIANTO A GAS PER AUTO

**CHIAMA SUBITO**
075 5001015
075 8000875

**€ 555,00**

Riparti con il GAS

Impianto Gpl Sequenziale 4c con Serbatoio Cilindrico e Collaudo
al netto dell' **INCENTIVO ECOLOGICO**

M.C.T.C.

**PERUGIA NUOVA SEDE**
Loc. Sant'Andrea delle fratte | Via Pietro Soriano, 42 | Tel. 075 5001015

**BASTIA UMBRA**
Via Firenze, 98 | Tel. 075 8000875

***info@green-motors.it***



*Chic.48*

#chic48 #perugia #shoppingonline #spedizioni #ordini#italy #dress





*Chic.48*

super bomber@revise #perugia #centro#shoppingonline #glamour





*Chic.48*

#chic48 #perugia #shoppingonline #spedizioni #ordini#italy #dress






*Chic.48*

#perugia #centro #shoppingonline #spedizioni #moda #glamour



*Chic.48*
#whiteofficila #birilli #caution
#perugia #centro #shoppingonline



*Chic.48*
#chic48 #perugia #centro #outfit
#shoppingonline #spedizioni



*Chic.48*
#shoppingonline #spedizioni
#outfit #moda #glamour



*Chic.48*
#reviseconcept #newoutfit
#revise #perugia #centro



*Chic.48*
look@reviseconcept #outfit
#shoppingonline #spedizioni



*Chic.48*
#outfit #chic48 #perugia #centro
#shirt #green #spedizioni



*Chic.48*
#nuovavetrina #spedizioni #outfit
#moda #body #glamour #white



*Chic.48*
#chic48 #perugia #shoppingonline
#spedizioni #ordini#italy #dress



Of
Occhiali

Perugia Via Settevalli 70/D tel. 0755008834 Of Occhiali



Model: *Franco*,
Cappotto in lana *COS*,
Foulard *Yves Saint Laurent*,
Occhiali *Jfrey*.

Of
Occhiali

Perugia Via Settevalli 70/D tel. 0755008834 Of Occhiali





Model: *Giuliana*,
Cappa vintage in Astrakan,
Clutch *Valentino*,
Bavero *Zara Woman*,
Occhiali *PQ by Ron Arad*.







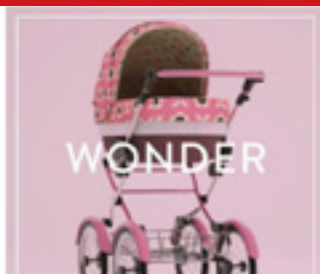



*TRIO COSATTO CON OVETTO SCONTATO DEL 50%--> **€889,00***










PER OGNI LISTA NASCITA O BATTESIMO
DEL VALORE MINIMO DI **€1000**
**IN OMAGGIO** OLTRE AD UN MESE
DI PANNOLINI E PRODOTTI
**1 SOGGIORNO PER 4 PERSONE**

**L'APINELLA** - Via Mastrodicasa, 99 - Ponte Felcino, Perugia - T. 075 6910287



# l'Apinella

ABBIGLIAMENTO 0-16 ANNI • PUERICULTURA • OGGETTISTICA
PRODOTTI DETERGENTI • TUTTO PER IL NEONATO • LISTE NASCITA E BATTESIMO

Apinella Perugia - Apinella



# HAPPY!

*Caro Babbo Natale...*

ZOOGARDEN
Il giardino degli Animali

PONTE SAN GIOVANNI
075 393232 - zoogardenpg@tiscali.it
Zoogarden Pet Shop

## Promozione regalo dall'8 al 24 dicembre*

## #Regalidinatale

*Per informazioni, vieni a trovarci o seguici su FB. Dal 4 dicembre siamo aperti anche la domenica













TANTE **IDEE** PER UN NATALE INDIMENTICABILE

# *Christmas presents*

*Testo: La Redazione - Brano: “Santa Claus Is Coming to Town” - Bing Crosby*



## *Scegliere il regalo perfetto non è mai stato così semplice*

Anche quest’anno **PM** vi accompagna nella scelta del **regalo perfetto**.
Il regalo da fare ad amici e parenti, certo, ma anche quello da fare a se stessi. **Natale** è bello anche per la gioia di donare qualcosa di giusto o per gratificarsi con un oggetto che si desidera.

Scegliere con cura cosa mettere **sotto l’albero** è fondamentale per rendere le feste natalizie davvero speciali.
**Babbo Natale** è già in viaggio e a voi non resta che sfogliare le pagine che seguono con tantissime idee per grandi e piccoli doni.



## *Ceppo Victorinox*

Utilizzato a Masterfchef ed Hell's Kitchen.
Ceppo + 5 coltelli forgiati + forbici.
€515 scontato € 449

**LA CASA DI ROSSANA**
*Via Val Di Rocco, 38*
*Ponte Felcino*
*Perugia*
*(Presso Expert)*
*T. 075 5917108*




## *Il tagliere Parital*

Utilizzato a Masterchef ed Hell's Kitchen,
in legno di faggio 40x50cm,
spessore 4 cm. €89

**LA CASA DI ROSSANA**
*Via Val Di Rocco, 38*
*Ponte Felcino*
*Perugia*
*(Presso Expert)*
*T. 075 5917108*



## *La Birra al Metro*

Riempi il tubo da 1 metro di lunghezza, con le artigianali che ti piacciono, scegli dalla ricchissima selezione di bottiglie italiane e straniere dell'Emporio del Gusto. In un metro, 3 o 4 bottigliette, costo a partire da €14!
#tubodibirra.

**EMPORIO DEL GUSTO**
*Via Gramsci, 35*
*Foligno (PG)*



## *Parka Nora Barth*

Un capo moderno e contemporaneo per una donna glam, dalle sfumature dark e dalla femminilità seducente. È una delle tante, bellissime, proposte donna autunno-inverno di Nora Barth, un brand in continua evoluzione. Prezzo su richiesta.

**CARPANO**
*Via Fani, 6/8*
*Perugia*
*T. 075 5735333*
*Carpano*

# Per le Tue Cene delle Feste

## Scegli uno dei Nostri Locali




Cena informale con colleghi, amici e famiglia

Tel. 075.517.33.15

Ideale per gli amanti della carne e della cucina umbra




Tel. 075.517.18.22




Cena e dopo cena nel Saloon di Perugia

Tel. 075.505.78.57

La miglior location per una cena aziendale




Tel. 075.527.17.32




Cene su misura per studenti e sportivi

Tel. 075.517.01.08





## *Casagrande's Cards*

Realizzati attraverso la riscoperta di una antichissima lavorazione della carta, i biglietti augurali Casagrande's Cards sono delle vere meraviglie di carta: fatti a mano, riescono a rendere unico ogni momento speciale.

**CASAGRANDE'S CARDS**
*Piazza Matteotti, 43*
*Perugia*
*T. 347 444 7068*
*Casagrande's Cards*

## *Teatro Fragranze uniche*

Fragranze per l'ambiente.
Un'idea regalo sofisticata... da sentire e da vedere.
A partire da €29

**ROOTS - L'ARTE DALL'ORDINARIO**
Corso Cavour, 150
Perugia
T. 075 9663302
ROOTS L'arte dall'ordinario

## EVOLUZIONE VEGETALE DELLA PROPOLI

# Propol gemma

**Proteggendo la mucosa, calma l'irritazione e riduce il dolore della gola e del cavo orale**

**Complesso molecolare sinergico di resine, polisaccaridi e lignine**

senza glutine
gluten free




SPRAY FORTE
ADULTI 30 ml

45 COMPRESSE
OROSOLUBILI BAMBINI

20 COMPRESSE
OROSOLUBILI ADULTI

SPRAY NO ALCOOL
ADULTI E BAMBINI 30 ml

**SONO DISPOSITIVI MEDICI** CE 0477
Leggere attentamente le avvertenze e le istruzioni per l'uso
Aut. Min. del 02/08/2016

**Aboca S.p.A. Società Agricola** - Loc. Aboca, 20 - 52037 Sansepolcro (AR)
**www.aboca.com**




INNOVAZIONE PER LA SALUTE






## *24Bottles*

Sono eco-friendly, perché riutilizzabili, ma anche di design, con una gamma di colori ampissima e in tanti modelli per ogni esigenza. Le bottiglie in acciaio 24Bottles sono durevoli e resistenti, ma anche leggere e salutari.

**TAVOLIDEA**
*Via Danzetta, 18*
*Perugia*
*T. 075 5735250*

## *Il Filotto*

Filotto siliconico è un portalampada minimal composto da portalampada ed attacco al soffitto in silicone colorato, con cavo tono su tono di 1m. Un oggetto elegante e divertente disponibile in diversi colori, in grado di dare un tocco di luce e di design originale a ogni angolo della casa.

**TAVOLIDEA**
*Via Danzetta, 18*
*Perugia*
*T. 075 5735250*



## *Circus - Alessi*

Un bellissimo set di tre contenitori circolari in metallo, disegnati da Marcel Wanders: una bellissima idea per la casa dall'ultima collezione di Alessi.
Set 3 scatole €55

**ABATI**
*Via Dottori, 64*
*Perugia*
*T. 075 5288247*
*www.abati.it*




## *Light Box - More Love, please*

Un lampada da parete, bella ed elegante. Ideale per dare un tocco di calore e personalità a una parete o a un ambiente.
€32

**ABATI**
*Via Dottori, 64*
*Perugia*
*T. 075 5288247*
*www.abati.it*



## *Superloon - Flos*

La nuova lampada di Jasper Morrison si basa su una nuova tecnologia messa a punto da Flos. Un anello di LED emette luce lungo il perimetro di un disco piatto bianco traslucido. Una volta illuminato, il disco appare completamente bianco, suggerendo l'immagine della luna nel cielo. Prezzo su richiesta.

**ABATI**
*Via Dottori, 64*
*Perugia*
*T. 075 5288247*
*www.abati.it*



## *Wraps - Wristband headphones*

Al polso delle solite cuffie arrivano gli auricolari braccialetto: non si attorcigliano, non si perdono, sono il braccialetto unisex, l'ascolto a portata di mano e cuffie di ottima qualità dotate di microfono integrato. mywraps.com. € 24,90 in cotone - € 34,90 in legno nero.

**ABATI**
*Via Dottori, 64*
*Perugia*
*T. 075 5288247*
*www.abati.it*




Via Danzetta, 24 - Perugia / T. 075 5723109
Rita Bertolini abbigliamento e calzature per bambini / Ritabertolinikids



## *Sciarpa Monnalisa*

Morbida sciarpa per tenerti caldo anche negli inverni più rigidi. Un regalo prezioso per questo Natale.
Disponibile in vari colori.
Da €25

**RITA BERTOLINI**
*Via Danzetta, 24*
*Perugia*
*T. 075 5723109*
*Rita Bertolini abbigliamento e calzature per bambini*



## *Albero di Natale in legno*

Albero in legno di pioppo non trattato realizzato a mano e decorato con addobbi natalizi in legno, in lana e altri filati, su tavolo realizzato con legno di varie essenze.

**ALE DORO DESIGN**
*Via dei Priori, 51*
*Perugia*
*T. 346 0105896*
*dorotea.aledoro@gmail.com*
*AleDoro Design*



# Nuova Renault **SCENIC**

## Multi-space for multi-stories

Con la tua famiglia, ogni giorno è una storia diversa. **Nuova Renault SCENIC** è lo spazio dove viverle tutte. Vieni in concessionaria e scopri il suo design esclusivo con **cerchi in lega da 20"**, la tecnologia innovativa del **sistema Multi-Sense** e la straordinaria modularità data dalla **consolle centrale scorrevole**.

**Emissioni di $CO_2$: da 100 a 118 g/km. Consumi (ciclo misto): da 3,9 a 5,8 l/100 km. Emissioni e consumi omologati.**

Renault raccomanda elf

CONCESSIONARIA RENAULT **SUNCO AUTOMOTIVE SPA**

ORGANIZZAZIONE DI VENDITA:

**NARCISI AUTO - FOLIGNO**
VIA FIAMENGA, 3
TEL. 0742 320666

**NOFRI AUTO - GUBBIO**
VIA BENEDETTO CROCE
TEL. 075 9220600




TAVERNE DI CORCIANO (PG) - VIA TREVES, 1 - TEL. 075 697041

**NOFRI AUTO - GUALDO TADINO**
VIA PONTE DELLE CARTIERE
TEL. 075 9142447

**FUCCELLI AUTO - SPOLETO**
MADONNA DI LUGO
TEL. 0743 48530

seguici su



UN **ANGOLO SOGNANTE** NEL PIENO CENTRO DI PERUGIA

# SILVIAROSA, **LA BOTTEGA DEL CUORE**

*Testo: Annalessia Castori - Brano: ""La vie en rose" - Édith Piaf - Foto: Brainleaf*

In **via Volte della Pace 4**, zona Piazza Matteotti a Perugia, c'è un angolino di delizia e raffinatezza. Ci si possono trovare piccoli oggetti, ricercati complementi d'arredo, bomboniere, mobilio, bellissimi tessuti. Questo piccolo angolo elegante si chiama ***Silviarosa. La Bottega del Cuore***. Silviarosa, come la figlia di **Annarita Bianchi** e **Carlo Carnevali**, i titolari del negozio, una coppia che da trent'anni lavora nell'ambito dell'arredamento, della tessitoria e del design. Con il tempo questa boutique dallo stile sobrio e raffinato ha ampliato notevolmente il suo ventaglio d'offerta tanto che La Bottega del Cuore è diventato il punto vendita in esclusiva per il centro di Perugia di grandi marchi: le inconfondibili linee di **Seletti** nel design living e modern design, l'eleganza di **Baci Milano** e della sua oggettistica, le ceramiche artistiche toscane di **Virginia Casa** e, di recente, per spaziare, restando fedeli alla loro impronta, le fragranze per ambienti, ma anche due linee corpo uomo-donna di **Lothantique**, brand che arriva dalla Provenza, patria dei profumi per eccellenza.

Anche la *location* sembra rispecchiare l'essenza





della bottega e dei suoi proprietari: da grandi amanti e sostenitori del centro, il negozio si trova nell'angolo più suggestivo di piazza Matteotti.

Anche la storia di Annarita e Carlo è sognante come il loro tocco: sin dai tempi in cui, trent'anni fa, avevano allestito un laboratorio sotto la loro casa di **Colombella**, una frazione del perugino, i due hanno sempre condiviso la passione per la lavorazione di vetri e tessuti, finché non hanno rilevato il loro primo negozio, in via dei Priori, che hanno tenuto per qualche anno. In seguito lo shop in via dei Priori è stato chiuso, ma i due non hanno mai smesso di lavorare nel settore della tessitoria che li ha portati a viaggiare molto per



fiere tra Milano e Parigi, ma mantenendo intatto il loro amore per il centro storico di Perugia.
Ed è proprio questo amore che l'anno scorso li ha portati a essere parte attiva nei mercatini di Natale di Piazza IV Novembre, dove la storica clientela di via dei Priori li ha riconosciuti, e ha tanto insistito affinché aprissero nuovamente un'attività. E così è nata ***Silviarosa la bottega del cuore***.

## *Rivenditore **esclusivo** per il centro di grandi marchi come **Seletti**, **Baci Milano**, **Virginia Casa** e **Lothantique***

Questa è la storia di Annarita e Carlo, che hanno trascorso la vita insieme, occupandosi di ciò che da sempre è stata la loro passione condivisa. A conferma di ciò, li troverete **dal 2 al 24 dicembre** anche all'interno del mercatino natalizio del centro commerciale **Collestrada**.

**Per info:**
SILVIAROSA - LA BOTTEGA DEL CUORE
Via Volte della Pace, 4
(Piazza Matteotti) – Perugia
T. 327 9006982
Silviarosa – la bottega del cuore



Dall'**agroalimentare** all'abbigliamento fino a complementi di **arredo** e artigianato: un pot-pourri di eccellenze **made in Italy**

# **ONLITALY** MULTISTORE

*Testo: Isabella Zaffarami - Brano: "Le mille bolle blu" - Mina*

Bellissime e coloratissime giacche di lana cotta fatte a mano, capi di cachemire realizzati a pochi chilometri di distanza, borse e accessori **originali e ricercati**, ma anche cioccolato e tartufo pregiati, olio, vino e caffè di alta qualità e anche piccolo artigianato locale. Tutto questo e altro ancora si può trovare da **Onlitaly**, il primo **multistore** aperto nel centro di Perugia.

Un locale accogliente, 70 metri quadri circa distribuiti tra due piani e un piccolo soppalco, che permette, a turisti e perugini, di fare un tuffo nel **made in Italy** di qualità, con un'ampia fetta di offerta dedicata al meglio dei **prodotti tipici umbri**. Di assolutamente nuovo, almeno per l'Umbria, è il **format**, invece già molto diffuso in altre zone d'Italia.

*Nel centro di Perugia arriva il primo* ***negozio multisettoriale*** *con tanti marchi italiani di alta qualità*






"*La filosofia del* ***multistore*** – spiega l'intraprendente titolare, **Manuela Margaritelli** – *è quella di tenere insieme categorie di prodotti diverse che ospito in conto-vendita o con il sistema dello* ***shop-sharing****, ossia affittando degli spazi del negozio che possono essere un intero piano o solo un corner, a seconda delle richieste. Con questo tipo di soluzione* – continua Manuela – *marchi e aziende hanno la possibilità di avere, con costi ridotti, una vetrina, e quindi grande visibilità, in pieno centro. L'unico vincolo è quello di proporre un'offerta, ovviamente made in Italy, e* ***di livello****: diamo infatti ospitalità solo a prodotti selezionati e per questo siamo garanzia di qualità per i nostri clienti*".



Al momento, a comporre la ricca e multiforme proposta di Onlitaly, ci sono il caffè e il cioccolato artigianale di **Serrani**, i tartufi di **Valli Francescane**, gli alimenti biologici di **Alberti Guido**, i legumi **Valcannetta**, il cachemire de **I Rocchi**, i capi fatti a mano di **Sara Rabà** e molto altro.

"Un'offerta che intendo incrementare ancora nel futuro" dichiara Manuela che vuole perseguire così il sogno di far crescere l'attività e di renderla sempre più affermata e importante.

---

**Per Info:**
ONLITALY
MULTISTORE
Via Calderini, 4 Perugia
T. 393 826 4124
*www.onlitaly.it*
Onlitaly



*La storia e i **progetti** della **band** di Perugia*

# FLESHGOD **APOCALYPSE**

*Testo: Annalessia Castori - Brano: "The Violation" - Fleshgod Apocalypse*

Formatisi nell'aprile del 2007, i Fleshgod Apocalypse sono una band Death Metal originaria di Perugia che sta spopolando in tutti il mondo. Tra tour mondiali, festival da headliners, fans provenienti da ogni dove, un nuovo video in cantiere (girato durante il loro ultimo live a Perugia, all'incirca un mese fa), i Fleshgod stanno cavalcando l'onda di un successo di cui Tommaso Riccardi, Cristiano Trionfera, Paolo Rossi, Francesco Ferrini e Francesco Paoli sembrano non volersi vantare: ho incontrato Tommaso (voce e chitarra del gruppo) qualche settimana fa in un locale del centro, e quello che ho visto è un ragazzo tranquillo, in t-shirt e capelli raccolti, che trascorreva una serata come un'altra coi suoi amici e la sua ragazza. Ed è proprio a Tommaso che ho



*La band **Death Metal** che da **Perugia** sta **conquistando** il mondo*

rivolto qualche domanda, per sapere qualcosa in più su questo progetto ormai così lanciato, che sta regalando alla band, e di riflesso anche alla città di Perugia, grandi soddisfazioni.

**Fleshgod Apocalypse: iniziamo dal nome. Da cosa deriva?**
Fleshgod è un termine che abbiamo coniato usando le parole "flesh" (carne) e "God" (Dio). Fa riferimento alla capacità dell'uomo di decidere, almeno in parte, il proprio destino, ovvero di commettere azioni che possono modificare fortemente il corso della storia, di intere popolazioni o di una singola vita umana. Accostato alla parola "Apocalypse" (Apocalisse), il nostro nome mette l'accento sul fatto che spesso questo enorme potere viene purtroppo utilizzato in senso distruttivo e auto-distruttivo.

**Anche senza conoscerne la storia, traducendo il vostro nome ("Apocalisse del Dio di carne") e anche ascoltando i vostri testi, sembrerebbe che i temi che trattate principalmente nei vostri pezzi siano legati alla religione, o comunque al metafisico. E corretto? Cosa vi ispira?**
No, la religione c'entra molto poco, in realtà. I nostri testi sono appunto riferiti all'uomo ed in particolare a come il mondo interiore si rifletta fortemente sulle azioni del singolo e delle masse, creando appunto cambiamenti che influenzano noi stessi e gli altri. A volte abbiamo parlato anche di istituzioni religiose o politiche in senso generale, per parlare di come il potere, che sia temporale o spirituale, venga usato dagli uomini a proprio vantaggio sfruttando concetti come la paura per controllare i deboli. Altre volte invece, come nel caso di *Labyrinth*, abbiamo raccontato storie più intime, riguardanti il percorso interiore di un uomo (in questo caso Teseo), che si trova ad affrontare dentro di se l'eterna lotta fra luce e oscurità che, volenti o nolenti, accade ogni singolo istante dentro di noi.
Nel caso di *King*, il nostro



ultimo lavoro, abbiamo voluto ricordare a noi stessi e a chi ci ascolta che dentro di noi esiste una parte nobile, che crede nelle cose vere e semplici, in grado di contrastare un mondo sempre più votato all'immagine e alla dipendenza anzichè alla sostanza e all'equilibrio.

**Il vostro è un metal melodico, orchestrale, molto strutturato tecnicamente. Avete sempre seguito questo filone o provenite da un altro genere? Cosa ha determinato la vostra eventuale evoluzione?**
Le nostre radici si fondano principalmente sul filone del Death Metal americano e contemporaneamente su alcuni elementi della musica classica, in particolare del periodo classico e romantico. Pur se la componente prettamente orchestrale è subentrata in un secondo momento rispetto ai nostri primissimi lavori, lo stampo melodico e armonico dei nostri pezzi ha sempre preso spunto da entrambi i mondi che ho citato. Tuttavia credo che, rispetto ai primi tempi, oggi la nostra musica si sia spinta in una direzione più personale in cui si riconoscono ancora le radici ma in cui ci sono anche elementi più trasversali e caratteristici dei Fleshgod.

*Il gruppo nel mese di dicembre è impegnato in un **tour mondiale negli Stati Uniti***

**Quand'è arrivata la notorietà?**
Eheheh che domanda fighissima, te la rigiro: è arrivata?!
A parte gli scherzi, diciamo che siamo partiti come tanti gruppi che vogliono fare musica e cercare di rendere la propria passione anche un lavoro e siccome abbiamo lavorato durissimo e senza sosta sui nostri obiettivi comuni, piano piano abbiamo iniziato a costruire qualcosa di bello, a fare tanti tour, suonare in tanti festival importanti in giro per il pianeta così da diventare una band che ha un suo posto nella scena Heavy Metal mondiale. Ma la cosa importante e il motivo per cui poco fa ci scherzavo su, è che per noi il viaggio è appena iniziato. Ora è il momento di spingere ancora più forte, di mettere in gioco sempre più idee e di sognare ancora più forte di prima!

**Da che parti del mondo arriva il vostro pubblico più affezionato?**
Devo dire che sono tanti i posti dove abbiamo ricevuto accoglienze molto calorose, mi verrebbe da dire che Stati Uniti, Giappone e in generale il sud est asiatico siano i principali, ma anche se ci è voluto un po' più di tempo oggi anche l'Europa ci ama e poi come non citare il Messico ad esempio?! Insomma, ogni luogo ha le sue caratteristiche



e le sue usanze ma i fans sono sempre i fans.

**Negli ultimi tempi avete trascorso molto tempo in tour, soprattutto all'estero. Ci raccontate dove?**
Ecco come accennavo, siamo in questo momento nel bel mezzo dell'ennesimo tour mondiale.
In questo ultimo anno già siamo stati (di nuovo) in Messico, negli States, in UK, in giro per tutta l'Europa, in Russia, in Indonesia, a Singapore, in Thailandia...ecc, ecc. Poi come dicevo, in generale siamo stati un pó dappertutto: Giappone, Sud Africa, Cina, Australia, Taiwan, Costa Rica... difficile ricordare tutto!

**Chi sono i Fleshgod Apocalypse a Perugia, quando sono "in borghese"?**
Beh...siamo sempre noi, principalmente musicisti, ma non solo. Tutti abbiamo hobby, passioni, a volte anche lavori! Ad esempio Paolo è un supporter sfegatato del Perugia Calcio, Francesco Ferrini un malato di cinema. Io personalmente sono anche farmacista per passione e tradizione familiare, la mia è una famiglia in cui la scienza ha sempre ricoperto un ruolo primario ma anche l'arte in generale e la musica, quindi la cosa è del tutto coerente con le mie radici. Inoltre ultimamente mi sto buttando di più nel mondo del blues, della musica improvvisata in generale ma anche del grunge rock che ho sempre amato, quindi puoi trovarmi facilmente all'Open Mic del Gesto o qualche altro posto con una chitarra acustica a suonare pezzi di vario genere con i miei amici o in duo con Miriam, la mia fidanzata.

**Riuscite a combinare bene le vostre vite "normali" e quelle da "rockstar", ammesso che le viviate separatamente?**
Beh a volte sono mondi che si sovrappongono un po' troppo, altre volte sembrano troppo separati e può diventare alienante, ma il segreto sta nel capire che si è persone normali con bisogni normali e che le cose che facciamo non devono spaventare ma entusiasmare!

**Progetti per il futuro dei Fleshgod?**
Beh...di progetti per il futuro per i Fleshgod ce ne sono sempre e tanti. Stiamo lavorando su un nuovo videoclip e abbiamo in programma di continuare con il tour mondiale per tutto il 2017 tornando in posti dove non andiamo da un po' e anche toccandone di nuovi. Per ora siamo in tour in Italia e poi ci muoveremo di nuovo verso gli States per una trentina di date!

CON IL **BANQUETING INTERNO**, LA STRUTTURA
È IN GRADO DI **SODDISFARE** OGNI RICHIESTA DEGLI **SPOSI**



# CASTELLO DI ROSCIANO

*Testo: Isabella Zaffarami - Brano: "Il cielo in una stanza" - Mina*
*Foto: Alessandro Mari Photographer*

Quando si sceglie la location per festeggiare il proprio **matrimonio** non si sceglie solo un luogo ma anche un nome, una storia, la professionalità dei gestori. Si sceglie un'**esperienza completa**, da personalizzare con i propri desideri ed esigenze, con i propri **sogni**. Negli anni il **Castello di Rosciano** ha sviluppato delle competenze che, al di là delle proprie caratteristiche - il luogo in cui è ubicato, una **collina con vista mozzafiato** sulla valle del Tevere che spazia da Perugia ad Assisi a Bettona; gli spazi imponenti che permettono ricevimenti all'interno o all'esterno; la celebrazione di matrimoni civili con validità legale; la possibilità di organizzare **matrimoni itineranti** tra giardini, terrazze, saloni; la bellezza di un complesso antico oltre mille anni, con le sue pietre, gli archi, gli scaloni, le piazzette – lo rendono sempre più completo e unico.

Negli anni si è sviluppata una professionalità che ha come bagaglio **oltre mille matrimoni organizzati**, molti dall'estero, ognuno diverso dall'altro, grazie anche alla collaborazione con i migliori ristoratori della regione e di tutta Italia. Proprio grazie a queste



collaborazioni nel tempo è nato il desiderio di racchiudere la somma delle eccellenze incontrate in **un unico ristoratore**, con un cuoco di rinomata esperienza, all'altezza delle esigenze di ogni coppia.

Nei mesi è stato costruito un **team di professionisti** del settore che hanno aderito entusiasti alla nascita del **banqueting interno** al Castello, cogliendo la possibilità di dare il proprio contributo personale e unico. Il risultato è che il Castello di Rosciano può ora contare su un ristorante interno capace di **soddisfare ogni richiesta**, con un ricco magazzino delle migliori proposte, capace di organizzare **ricevimenti indimenticabili** grazie anche alla qualità dei prodotti utilizzati, possibilmente a chilometro zero e biologici, facendo perno su fornitori di nota fiducia. Siamo fieri di aver compiuto questo passo, certi che l'offerta completa che viene ora presentata agli sposi presenti una **semplicità e naturalezza** senza precedenti. I menù proposti manifestano sia il desiderio di promuovere il territorio e la **tradizione culinaria** del centro Italia, sia la necessità di innovare e crescere, aggiungendo una impronta unica e particolare che renda il ricevimento una esperienza da ricordare.

## *Un matrimonio indimenticabile in una location da favola*





*"Essere al servizio dei nostri sposi, cercando di offrire un pacchetto sempre più completo e semplice* - commentano i gestori - *facendo capo a un **unico interlocutore**, il castello di Rosciano, è la nostra priorità*".

---

**Per info:**
CASTELLO DI ROSCIANO
Signoria di Torgiano
T. 347 3516247
*www.castellodirosciano.com*
Castello di Rosciano

BASILICA SAN PIETRO



CULTURA E COLTURA

# FONDAZIONE PER L'ISTRUZIONE AGRARIA

*Testo: La Redazione – Brano: "Blowing in the wind" – Bob Dylan*

**La Fondazione per l'Istruzione Agraria**, che custodisce la sapienza dei monaci benedettini, fondatori nel 966 dell'Abbazia di S. Pietro a Perugia, è considerata un'**istituzione di antico prestigio**. Una tradizione che affonda le sue radici in oltre 1000 anni di storia, che il Presidente **Franco Moriconi** e il Consiglio di amministrazione rinnovano ogni giorno, esaltando la preziosa eredità di cui sono depositari. La Fondazione, anello di congiunzione tra passato e futuro, ha acquisito grande consapevolezza di sé e per questo si rinnova. Consapevolezza che si concretizza nelle attività che svolge, in sinergia con il Dipartimento di Scienze Agrarie Alimentari e Ambientali, coniugando ricerca, trasferimento tecnologico e produzione agricola.


ROCCA CASALINA


BASILICA SAN PIETRO

## *Quando la qualità è frutto di antica sapienza*

Con i suoi **1900 ettari di terreni** coltivati, 60 di uliveti e 60 di vigneti, la Fondazione affianca **colture tradizionali a culture innovative**. La produzione di cereali, di legumi e l'allevamento di bovini si accompagna alla coltivazione del nocciolo e all'attenzione verso il **gluten free**, con la produzione di quinoa e tef, ma anche di grano antico quale il "Senatore Cappelli".

Tutti i prodotti possono essere acquistati in filiera corta, direttamente nell'azienda agricola. I monaci benedettini sono stati tra i primi diffusori della dieta mediterranea, così nelle produzioni spiccano l'olio extravergine d'oliva e i vini IGP, sia bianchi che rossi. I prodotti racchiudono una tradizione millenaria fatta di **sapienza** e attenzione alla **salute**, ed è possibile conoscerli attraverso un vero percorso esperienziale, in cui la **degustazione** si accompagna a visite reali e virtuali alla scoperta dell'azienda agricola e della sua storia.
I complessi monumentali custoditi e a disposizione


S. APOLLINARE

di privati e aziende, quali l'Abbazia di San Pietro, la Rocca di S.Apollinare e quella di Casalina, diventano delle location d'eccezione per occasioni speciali quali matrimoni, cene di gala, convegni e mostre. La maggiore consapevolezza acquisita dalla Fondazione passa anche attraverso il **restyling** del **brand** e del **packaging**.
Una rinnovata cura nella comunicazione esalta la qualità, la genuinità e l'attenzione per l'ambiente. Proprio tale volontà di costruire un'identità forte e ben definita, ha condotto l'Ente a scegliere un'agenzia esperta nella brand identity, **Creativi Associati**, già punto di riferimento in questo ambito per altre realtà nazionali, alcune delle quali supportate nel loro percorso di internazionalizzazione.

Infine, la Fondazione ha cominciato a esplorare anche i **mercati esteri** in Cina, Germania, Filippine e Stati Uniti.

*Tra **gusto e benessere**, per una filosofia innovativa: la **cucina vegan** è per tutti*



# BIANCO, ROSSO & VERDURE

*Testo: Isabella Zaffarami - Brano: "Flora's secret" - Enya*



Un ristorante e un resort dedicati al **mondo vegan**, ma aperto anche a chi vuole conoscere meglio questa realtà e avvicinarsi ad essa attraverso un'esperienza a 360 gradi. È questa l'originale proposta del veg-restaurant "**Bianco, Rosso & Verdure**", inaugurato a luglio scorso all'interno del rinnovato resort "***Isola Verde***", grazie all'iniziativa imprenditoriale della **famiglia Sciurpa**.

Si tratta del p**rimo resort-ristorante vegano** aperto in Umbria e gioca la carta del benessere legato al cibo.
Gusto e salute si combinano grazie ovviamente a chi si occupa della preparazione dei piatti, l'executive **chef Nadia Petrucci**, allieva del celebre chef Simone Salvini. A dare il proprio contri-



buto in cucina sono anche nomi del calibro di **Emanuele Di Biase**, pluripremiato pasticcere vegano e vegan chef, e **Vito Cortese**, uno dei primi e più affermati chef e pasticceri crudisti d'Italia.

"*Il termine vegano* – spiega **Michela Sciurpa**, socia e responsabile delle relazioni esterne – *può richiamare un'idea di chiusura, mentre noi vogliamo presentarci nel modo più aperto e inclusivo possibile. L'idea è quella di proporre un tipo di* ***alimentazione alternativa****, che sostituisce gli ingredienti di origine animale con quelli di origine vegetale, ma che si rifà comunque alle tradizioni della* ***cucina mediterranea****, e in particolare di quella italiana, valorizzando anche le* ***eccellenze umbre*** *come la lenticchia di Norcia, ma anche la fagiolina del Trasimeno, l'ortofrutta in generale, l'olio extravergine, il vino, lo zafferano*".

"Bianco, Rosso & Verdure" permette ai suoi ospiti di scegliere un **percorso gastronomico personalizzato** e in linea con i propri gusti. Si può scegliere tra tre formule diverse: la formula eventi con cena a buffet, il light lunch con la proposta del giorno e l'apprezzatissima formula serale "**cena degustazione gourmet**" servita al tavolo. Ognuna di queste proposte è dunque un'esperienza completa, un vero e proprio viaggio **alla scoperta del vegan**, arricchito dalla cucina a vista che permette agli ospiti di vedere gli chef all'opera e toccare con mano la qualità delle preparazioni.

La struttura accoglie inoltre i suoi ospiti in un'**oasi immersa nel verde**, con **piscina**, **solarium** e **Jacuzzi** e la possibilità di alloggiare in una delle nove, curatissime, **suite**.

## A CASTIGLIONE DEL LAGO IL RISTORANTE **VEGGY** NEL RESORT "ISOLA VERDE"




C'è inoltre l'aspetto educativo che è reso divertente e interessante grazie ai corsi di cucina vegetale della "**Scuola comica di cucina veg**", curata dalla chef Petrucci insieme al vegan coach **Angelo Belotti**.

---

**Per info:**
BIANCO, ROSSO & VERDURE
Via Bruno Buozzi, 74
Castiglione del Lago (PG)
T. 335 6870607
*www.biancorossoeverdure.it*
Bianco, Rosso & Verdure

# NUOVA CITROËN C3

## Con ConnectedCAM Citroën™



TI ASPETTIAMO

CITROËN preferisce TOTAL. TAN (fisso) 5,49%, TAEG 8,20%. Nuova Citroën C3 PureTech 82. Consumo su percorso misto: 4,7 l/100 Km. Emissioni di $CO_2$ su percorso misto: 109 g/k
C3 PureTech 68 – FEEL con Pack Design a € 10.763. Promo valida con finanziamento SimplyDrive Service, con permuta o rottamazione, IVA e messa su strada incluse (IPT e imposta di bollo su conformit
9.740,70€. 35 rate mensili da 139,93€ **e una rata finale denominata Valore Futuro Garantito da 6.409,51€**. TAN (fisso) 5,49%, TAEG 8,20%. La rata mensile comprende il servizio facoltativo Azzurro
importo mensile del servizio € 23,03). Offerte promozionali riservate a Clienti privati per contratti stipulati fino al 30/11/2016 presso le Concessionarie Citroën che aderiscono all'iniziativa, non cumulabi

# CENTRALCAR S.P.A.

CITROËN



DA
**139€** AL MESE
**CON FINANZIAMENTO**
**SIMPLYDRIVE SERVICE. TAEG 8,20%**

citroen.it

**/Km.** Offerta promozionale esclusi IPT, Kit sicurezza + contributo PFU e bollo su dichiarazione di conformità, al netto dell' "Incentivo Concessionarie Citroën". Esempio di finanziamento su Nuova Citroën nità escluse). Anticipo 2.600€. Imposta sostitutiva sul contratto in misura di legge. Spese di incasso mensili 3,50€. Importo totale del credito 8.513 €. Spese pratica pari a 350€. Importo totale dovuto o Classic (Antifurto con polizza furto e incendio – Prov VA, importo mensile del servizio 16,98€) ed il contratto di servizio Idealdrive (Manutenzione programmata con durata 36 mesi e percorrenza 30.000 km bili con altre iniziative in corso. Informazioni europee di base sul credito ai consumatori presso le Concessionarie. Salvo approvazione Banca PSA Italia S.p.A. Le immagini sono inserite a titolo informativo.

VIA G. DOTTORI, 62 - S. ANDREA DELLE FRATTE - PERUGIA TEL. 075 5270162 centralcar@centralcar.it

# MONTEFALCO *DA VIVERE*



*Testo: La Redazione - Brano: “Al chiar di luna” - Fred Buscaglione*

Adagiato su una collina, Montefalco è famoso per il suo **affaccio** sulla valle del Topino e del Clitunno: proprio per il panorama di cui si può godere dai suoi belvedere e dai suoi terrazzi è conosciuto anche con l’appellativo di “**Ringhiera dell’Umbria**”. È immerso in una distesa di vigneti e uliveti ed è infatti conosciuto, tra l’altro, per il suo **olio pregiato**, ma ancor più per essere la patria dell’ormai famosissimo **vino Montefalco Sagrantino DOCG**.

Passeggiando intorno alle mura urbiche è possibile ammirare in lonta-

nanza le città di Perugia, Assisi, Foligno e Spoleto, ma è addentrandosi nelle vie del paese che si incontrano le sue meraviglie nascoste: **il Palazzo Comunale**, **la Porta merlata di Sant'Agostino** e la vicina e omonima chiesa, con l'annesso chiostro, e ancora il complesso museale di **San Francesco** e il santuario di **Santa Chiara** da Montefalco.

La bellezza e la tipicità di Montefalco

## *Percorso enogastronomico alla scoperta di uno dei borghi più belli dell'Umbria*





sta anche nella **cordiale veracità** e nell'ospitalità dei suoi **abitanti**, custodi e tramandatori di una importante **tradizione artigianale ed enogastronomica**. Nelle pagine che seguono **PM** vi accompagna alla scoperta del meglio che questo borgo, senza dubbio uno dei più belli dell'Umbria, può offrire ai suoi visitatori.



# MONTIONI

## Una realtà imprenditoriale in continuo fermento

Nata nel 1972 da **Adeodato Montioni**, l'azienda agricola **Montioni**, che si estende per 12 ettari, tra vigneti, oliveti e colture cerealicole, è attualmente una delle più **attive e intraprendenti imprese** dell'Umbria sempre alla ricerca di qualcosa di significativamente inedito e innovativo. Il **frantoio** è il luogo in cui nei mesi di ottobre e di novembre avviene la produzione dell'**olio extra vergine di oliva**. La **cantina**, è il posto in cui vedono la luce i rinomati **vini di Montefalco**. Altrettanto importante è la ***welcome area***, ovvero un edificio interamente dedicato all'accoglienza e alla degustazione dei prodotti. Il ***Montefalco Sagrantino DOCG***, il ***Montefalco Rosso DOC*** e l'***olio Extravergine di oliva estratto a freddo***, possono essere definiti come le eccellenze prodotte dall'azienda agricola Montioni.

**PER INFO:** Frantoio Cantina Montioni
*Viale della Vittoria, 34 – Montefalco (PG)*
*T. 0742 379214 • Az. Agricola Montioni*
*www.gabrielemontioni.it • info@gabrielemontioni.it*



# BIRRIFICIO PERUGINI

## La passione per l'arte brassicola

Dal Maestro Birraio Thomas Bereiter, il **Birrificio dei Perugini**, una giovane e piccola realtà umbra, ha ereditato la passione per l'**arte brassicola**.

La stessa passione che ha portato a produrre una **birra** in maniera interamente **artigianale**, attingendo a **materie prime di qualità**.
*Ale*, *Ipa* e *Porter*, sono le tre birre classiche anglosassoni che i fratelli birrai, **Andrea e Angelo Perugini**, propongono, che sono tutte rigorosamente rifermentate in bottiglia.

L'**artigianalità**, la **qualità** e la tradizione sono i tre fattori strategici che fanno di questo birrificio una realtà in continua crescita e sperimentazione.

**PER INFO:** Birrificio dei Perugini
*Zona Artigianale Pietrauta – Montefalco (PG)*
*T. 328 6019522 • birrificiodeiperugini*
*birrificioperugini.com • info@birrificiodeiperugini.com*



# PERTICAIA

## Dall'amore per il territorio nascono vini pregiati






La parola **Perticaia**, nel linguaggio arcaico umbro, identificava l'aratro, ovvero lo strumento che più di ogni altro rappresentava l'attività agricola. ***Perticaia*** è un'azienda che pone uno sguardo agli insegnamenti del passato, uno ai cambiamenti del presente, e uno agli obiettivi e ai traguardi del futuro. Questa è senza dubbio un'azienda dinamica, propositiva, costantemente in evoluzione, che mira al miglioramento e che ha raggiunto straordinari successi conseguenti alla **continua ricerca di eleganza e piacevolezza del vino**. **Perticaia** si estende su una quindicina di ettari di vigneto, sette di questi sono di vitigno **Sagrantino**, quattro di Sangiovese, due di Colorino, due di **Trebbiano Spoletino** e un ettaro di Grechetto, inoltre sono presenti ben **250 olivi**. Dopo **la vendemmia**, interamente manuale, **le uve vengono portate nella nuova cantina per la vinificazione**. La **fermentazione** è innescata utilizzando i lieviti naturalmente presenti sulle bucce. I vini sono quindi prodotti da vitigni del territorio trasmettendo l'unicità e le caratteristiche dell'Umbria. In ultimo, i vini vengono affinati in **piccole botti di rovere francese**.

L'azienda Perticaia è conosciuta e apprezzata per il suo **Sagrantino**, un vino di un colore **rosso rubino intenso**, che ha un **gusto** molto **pieno** e persistente, ideale per accompagnare i secondi piatti di carne rossa e i formaggi stagionati, la cui vinificazione avviene mediante una lunga macerazione di almeno 6 settimane. **Celebre** è anche il **Trebbiano Spoletino** prodotto dall'azienda, **una vera e propria scoperta**, dal gusto ampio, con piacevole freschezza e sapidità, ideale per accompagnare pesce, frutti di mare e carni bianche, la cui vinificazione avviene mediante pressatura soffice delle uve intere sotto gas inerte.

**PER INFO:**
Azienda Agraria Perticaia
*Località Casale – Montefalco (PG)*
*T. 0742 379014*
*info@perticaia.it*
*www.perticaia.it*
*Perticaia winery*



# PANIFICIO TRADIZIONALPANE

## Il vero pane cotto a legna

La **Tradizionalpane** è un'azienda a conduzione familiare che da più di vent'anni sforna tutti i giorni **pane artigianale** rigorosamente a lievitazione naturale.

Come tradizione vuole, il pane viene cotto nel **forno a legna**, proprio per garantirne la qualità e la genuinità.
Alla produzione di pane si affianca anche quella di **pizze** e pani speciali, ma non manca una ricca produzione di **pasticceria**, sia fresca che da forno, che delizierà il palato di tutti i clienti golosi e non.

**PER INFO:** Panificio Tradizionalpane
*Località Pietrauta Centro 33/A – Montefalco (PG)*
*T. 0742 378485* • *tradizionalpane*
*tradizionalpane@libero.it*



# TRATTORIA IL POSTACCIO

## Piatti tipici del territorio caratterizzano un ricco menù

Appena **fuori dalle mura** del centro storico di Montefalco, si trova la **Trattoria Il Postaccio**.
Un locale accogliente, rustico e davvero molto carino, dove i protagonisti assoluti sono il **buon cibo** e il buon vino.
Il **menù** è **tipico del territorio**, le portate tutte legate all'Umbria, infatti i piatti della tradizione rievocheranno una cucina molto vicina a quella di casa.

Lo staff della trattoria è sempre molto disponibile, simpatico e ospitale. Ottimo è il rapporto **qualità prezzo**.

**PER INFO:** Trattoria Il Postaccio
*Viale della Vittoria, 5 – Montefalco (PG)*
*T. 348 9388676*
*Il postaccio Montefalco*



# HOTEL DEGLI AFFRESCHI

## Il top del comfort e dell'accoglienza si unisce all'arte e alla quiete di un posto unico



Ricavato all'interno di un **antico convento**, le cui pareti in pietra del 1200 custodiscono ancora gli **affreschi** del pittore marchigiano Piervittori, l'**Hotel Degli Affreschi** si propone come luogo ideale per un **soggiorno di quiete** in un'atmosfera autenticamente medioevale e come base di partenza per interessanti itinerari turistici, culturali ed eno-gastronomici nell'intera regione.

Le **dieci camere**, tra le quali le superior, deluxe e suite, per soddisfare ogni tipo di esigenza, sono state ristrutturate recentemente in chiave moderna per offrire agli ospiti tutti i **comfort**.

A disposizione dei clienti, inoltre, la **terrazza panoramica** con il **solarium** e la **Jacuzzi** riscaldata, vi accoglieranno per godere in totale relax uno dei più spettacolari.

**PER INFO:**
Hotel Degli Affreschi
*Corso Mameli, 45 - Montefalco (PG)*
*T. 0742 378150*
*info@hoteldegliaffreschi.it*
*www.hoteldegliaffreschi.it*
*Hotel Degli Affreschi*



*In enoteca le migliori etichette di nicchia d'Italia e dell'Umbria: cantine piccole ed emergenti che producono vino eccellente*

# TEMPIO DI BACCO

***Al centro di Perugia un nuovo wine-shop: il titolare, sommelier, accompagna i clienti nella scelta della bottiglia più giusta***

**1.600 etichette**, tutte rigorosamente italiane, con una selezione dedicata in particolare all'Umbria e a Perugia: solo bottiglie di nicchia alle quali si affiancano prodotti tipici di alta qualità come il miele di Apicoltura Galli. Tutto questo è **Tempio di Bacco**, l'enoteca di recente apertura, nel centro storico, per iniziativa del titolare che è anche sommelier e distributore, in Italia e all'estero, per i canali **Horeca**. Il wine-shop apre all'interno della frutteria **Fruttolandia** di Luigi Ciurnella e organizza periodicamente delle degustazioni, occasioni

ideali per scoprire questa nuova realtà e la particolare proposta enologica che la caratterizza.

"Il mio obiettivo – spiega il titolare della **Wine Group**, Arthur Pedace – è quello di dare spazio a **cantine piccole o emergenti**, ma di livello medio-alto. Piccoli produttori che riescono a dare alla luce vini di assoluta eccellenza, ma la cui fama spesso non valica i confini della propria regione. Piccoli produttori con un'attenzione quasi maniacale per il **territorio**, per la qualità e per le tecniche tradizionali di produzione e che, investendo quasi esclusivamente nella qualità, non hanno i mezzi per pubblicizzare i loro prodotti. Il Tempio di Bacco vuole dare la possibilità a questi "**artigiani del vino**" di fare apprezzare i propri prodotti ad un pubblico sempre più numeroso, per questo gli esperti del nostro wine-shop girano l'Italia alla ricerca di queste realtà".

Berioli, Poggio Santa Maria, Casaioli, Pomario, La Casa dei Cini, Benincasa, La Bióca sono alcune delle etichette di Tempio di Bacco, con una scelta ampissima anche dal punto vista delle fasce di prezzo. È possibile scegliere in negozio le bottiglie da acquistare e farsele **recapitare**, gratuitamente ed entro un'ora, in tutto il territorio perugino e nella zona a nord del Capoluogo, e per ogni acquisto il cliente viene accompagnato da Arthur nella scelta del vino più adatto alle sue esigenze. Per il periodo natalizio ad attendere i clienti anche tante **confezioni regalo** e cesti ricchi di prelibatezze locali e ovviamente di vino pregiato.











---

**Per info:**
TEMPIO DI BACCO
Via Baldeschi 17 – Perugia
T. 333 3936538
Enoteca Il Tempio di Bacco

centri estetici

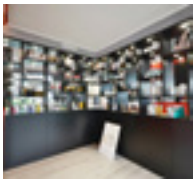
**I-me** *(io e me)* un nome dedicato a te stessa/o.
Prenditi una pausa dalla frenesia della vita e riscopri la tua bellezza insieme a noi.
Uno **staff preparato** ed attento alle tue esigenze è a tua disposizione per farti vivere piacevolmente momenti di cura per te stessa/o.
Tutti i più **innovativi servizi estetici** a tua disposizione,
tutta la ricerca del **naturale** per farti del bene,
tutte le ultime **tendenze** per esaltare la tua bellezza e radiosità.

---

**14** CABINE ESTETICHE
**5** ESTETISTE
**2** ADDETTE ALL'ACCOGLIENZA

LASER, RADIOFREQUENZA, SOLARIUM, PRESSOTERAPIA,
INFRAROSSI, VACUM, ONDA ACUSTICA




## NATALE 2016

# ACQUISTA UN NOSTRO BUONO REGALO

# E RICEVI IN OMAGGIO UNA SEDUTA LASER*

*Il regolamento completo lo trovi sul sito www.i-me.it e all'interno del punto vendita.




*Buone Feste!*

i me
centri estetici

**I me Centri Estetici**
Via della Pallotta, 4/6 - Perugia | Tel. 075.34619 | Mob. 344.2373071 | www.i-me.it
I Me Centri Estetici



*Desirée è una donna che non si fa intimidire da nulla e raccoglie ogni sfida col sorriso*

# **DESIRÉE** PARRUCCHIERI

Da onna. Madre. Professionista. **Desirée Proietti** è questo e molto altro. Giovanissima, inizia a lavorare nei saloni di parrucchieria mentre frequenta l'**Istituto d'Arte**, a Perugia. All'inizio è quel classico lavoretto estivo o poco più che si fa volentieri perchè, da adolescenti, rende un pò autonomi. Poi, complice anche l'arrivo della prima figlia, Desirée fa di quel lavoretto estivo la sua professione. Il suo spirito vulcanico e il suo amore per ogni forma d'arte la spinge a perfezionarsi sempre di più, a non saziarsi mai di quello che ha già imparato. Frequenta così la **Smeraldo**, scuola di acconciatura estetica di Perugia, ma la svolta arriva quando viene cercata da un illustre salone di Perugia, che le propone di iscriversi all'**Accademia per Parrucchieri a Firenze**. Un'altra sfida. Che Desirée raccoglie al volo. Ed è grazie a

questo salone storico perugino che ha l'opportunità di lavorare nel *backstage* di **sfilate** di moda e di abiti da sposa, divertendosi e migliorandosi. Perchè bisogna dire che Desirée, tre figli e quasi quarant'anni tenuti benissimo, non si fa spaventare da niente. Nemmeno dall'obiettivo della macchina fotografica. Perciò, quando le hanno proposto di posare per qualche servizio, lei ha accettato di buon grado di misurarsi con quella novità.

L'acquisto di un salone tutto suo, poi, è l'ultima sfida con cui si sta confrontando. La sua passione per l'**estetica**, la sua esperienza all'Istituto d'Arte unita alla formazione maturata nel tempo nel campo della parrucchieria, va da sé, l'hanno portata ad avere una **predisposizione per le colorazioni**: colpi di sole, chatouche, barrature, sono il suo forte, e le danno la possibilità di esprimersi, per raggiungere un colore corposo, importante, ma sempre naturale e raffinato.

Un'altra carta vincente del salone **Desirée Parrucchieri** è la filosofia di cura e **attenzione estrema verso la cliente**: Desirée si occupa di una cliente alla volta, così da potersi dedicare interamente a lei, senza creare noiose attese nella piccola area dedicata, incorniciata in un salone che sembra una bomboniera, piccolo e delizioso, con le volte in pietra a vista, ed arredato con **buon gusto**. Insomma: il posto giusto per farsi coccolare, dalle mani esperte di Desirée che saprà mettervi a vostro agio con simpatia ed accontentare i vostri vezzi con sapienza.




***Un salone in pieno centro storico che è un gioiello, un'innata abilità nelle colorazioni e una grande attenzione verso il cliente***





**Per info:**
DESIRÉE PARRUCCHIERI
Via Oberdan, 51 - Perugia
T. 075 5722812
Desirée Parrucchieri

ROBERTO, DOPO AVER OPERATO IN NUMEROSI **PAESI IN VIA DI SVILUPPO**, HA AVUTO PIÙ VOLTE LA POSSIBILITÀ DI **RIENTRARE** A LAVORARE IN ITALIA, MA IL DESIDERIO DI AIUTARE LE POPOLAZIONI IN DIFFICOLTÀ È STATO PIÙ FORTE DELLA **NOSTALGIA** DI CASA

# DALL'UMBRIA IN MOZAMBICO
## PER COMBATTERE LA MALNUTRIZIONE CON IL LATTE



*Testo: Isabella Zaffarami – Brano: "Spirits" – The Strumbellas*

Insegnare alle popolazioni locali a **produrre del buon latte** e a consumarlo in modo adeguato. È questa la mission di **Africa Hand Project**, il progetto di **Roberto Proietti** ed **Elisa Fiorentini** (compagni nel lavoro e nella vita) che mette insieme agricoltura e cultura dell'alimentazione con l'obiettivo primario di combattere la malnutrizione tra la popolazione del Mozambico. Roberto, ternano 38enne, è perito agrario (diplomato a Todi) e dottore in Agraria. Dopo aver operato in numerosi **Paesi in via di sviluppo**, ha avuto più volte la possibilità di rientrare a lavorare in Italia, ma il desiderio di aiutare le popolazioni in difficoltà è stato più forte della nostalgia di casa. Roberto è appassionato, già da bambino, delle scienze in generale e in particolare di **agricoltura** e **zootecnia**.



*Intervista a **Roberto Proietti**, agronomo ternano che, insieme alla compagna **Elisa Fiorentini**, biologa-nutrizionista, ha dato vita al progetto **Africa Hand Project***

"*Fin da piccolo* – racconta a **PM** *– ho sempre sognato di vedere tutto il mondo, sono ancora lontano dall'obiettivo ma ci sto lavorando! Sono attratto sempre dal diverso e dal non conosciuto, questo mi ha sempre reso curioso, cosa che ha avuto importanti riflessi nello studio, nel lavoro e nella vita e che mi ha portato spesso a cambiare, a sperimentare nuove opportunità e nuovi Paesi*".

**Spiegaci l'Africa Hand Project in modo semplice...**
Il progetto nasce dalla prosecuzione del progetto Africa Milk Project - implementato da CEFA Onlus (***www.cefaonlus.it***) in collaborazione con Granarolo in Tanzania e premiato ad Expo 2015 come Best Practice - e vuole dare continuità allo sviluppo della filiera latte, partendo dalle conoscenze accumulate nella precedente esperienza, adattate alla nuova realtà territoriale. L'Africa Hand Project riguarda l'attività agricolo-zootecnica, ma anche la trasformazione, il marketing e la tracciabilità, fino alla lotta diretta e indiretta alla malnutrizione, è caratterizzato dalla convivenza tra partner italiani pubblici e privati e collabora direttamente con gli uffici territoriali di diversi ministeri in Mozambico. La collaborazione tra me ed Elisa con il CEFA per questo progetto nasce dalla nostra convinzione che implementare progetti agricoli, senza aspetti nutrizionali inerenti l'utilizzo di ciò che si produce, determini un impatto sulle popolazioni beneficiarie molto limitato a causa della quasi nulla conoscenza delle stesse sulle possibilità di utilizzo degli alimenti, sulla loro combinazione in tavola e sul loro valore nutrizionale. Nello specifico il progetto si articola su tre macro attività: agricoltura e zootecnia, gestione della filiera e lotta alla malnutrizione. La componente agro-zootecnica riguarda il rafforzamento della governance delle cooperative di agricoltori ad oggi esistenti sul territorio. I soci delle cooperative vengono formati da agronomi e veterinari locali su tecniche di foraggi-coltura, di gestione della mandria, di sanità della mammella, di qualità del latte e su aspetti inerenti l'impatto ambientale delle tecniche agronomiche. La lotta alla malnutrizione viene svolta attraverso approcci diretti e indiretti. L'approccio diretto riguarda l'intervento su donne incinte e bambini in età pediatrica di età inferiore ai 5 anni i quali vengono monitorati e ai quali vengono somministrati integratori nutrizionali e yogurt addizionato di micro-nutrienti prodotto nella cooperativa di trasformazione. La lotta indiretta invece riguarda la formazione-informazione nutrizionale: le donne vengono coinvolte


Facciamo l'albero?
VIENI A SCOPRIRE GLI ALBERI PIÙ BELLI
ALBERI, DECORAZIONI, LUCI E TUTTO IL NECESSARIO PER IL TUO NATALE
LA CASA DI ROSSANA
Via Val di Rocco, 38 / Ponte Felcino, Pg / 06134
Tel./Fax 075.5917108 Mail: lacasadirossanapg@gmail.com

da associazioni locali su incontri riguardanti l'utilizzo in cucina degli alimenti e la loro igiene, alunni in età scolare ricevono informazioni nutrizionali dai professori di scienze precedentemente formati dalle nutrizioniste del progetto. Tutte le attività vengono svolte in continuità con le controparti locali (Ministero dell'Educazione, della Sanità e dell'Agricoltura) e sempre in prima persona da personale locale, in modo da garantire al massimo la sostenibilità nel tempo del progetto.

**Quali sono i benefici che derivano da questa iniziativa?**
I benefici diretti saranno un aumento del reddito degli allevatori e la mitigazione degli effetti della malnutrizione cronica su 20.000 donne e bambini in età pediatrica. Si spera inoltre che si innescherà un effetto moltiplicatore che consentirà di allargare il numero dei beneficiari indirettamente raggiunti dal progetto e allo stesso tempo di garantirne la piena sostenibilità. Ci saranno inoltre attività di divulgazione in Italia svolte dai vari partner pubblico-privati con lo scopo di sensibilizzare le giovani generazioni e non solo sul problema della fame nel mondo.

**Quando hai avuto l'occasione di tornare a lavorare in**



*Il progetto permetterà di aumentare il reddito degli allevatori e di mitigare gli effetti della malnutrizione cronica su* ***20.000 donne e bambini***

**Italia non l'hai fatto, perché?**
La mia prima esperienza in un Paese in via di sviluppo risale al 2008 ad Haiti dove sono rimasto per circa un anno, poi sono rientrato in Italia e all'attività di amministrazione di un'importante società agricola in Italia ho abbinato brevi missioni in altri PVS: ancora Haiti, Ruanda, Repubblica Democratica del Congo, Madagascar, Myanmar. Nel frattempo nella mia vita è arrivata Elisa, insieme abbiamo iniziato a pensare e condividere la nostra idea di cooperazione e, non appena si è presentata la possibilità, abbiamo mollato i lavori in Italia e siamo partiti. Il motivo è la necessità di lavorare per un obiettivo diverso dai meri risultati o per un bilancio: nella cooperazione come la viviamo noi al centro c'è l'uomo e la sua dignità e lavorare per questo ha un valore enorme e dà soddisfazioni ineguagliabili.

**Ti mancano l'Italia e l'Umbria?**
Mi mancano la mia famiglia e i miei amici, la mia moto e la mia casa, mi manca la mia terra, ma non mi manca la quotidianità di vita e di lavoro in Italia: è un Paese in cui ormai manca il riconoscimento delle professionalità, un progetto per il futuro e la speranza per il futuro.

**E quali sono i tuoi sogni e progetti per il futuro?**
Vorrei una stabilità familiare, continuare ad abbinare al lavoro il viaggiare e anche migliorare nella mia capacità di usare la pancia mettendo da parte la testa: credo che in questo l'Africa mi sarà di grande aiuto.

**Ma tornerai prima o poi?**
Penso proprio di sì, prima o poi torneremo...

Welcome to Dancity
DISCOVERING UMBRIA

NY EVE



# NINA KRAVIZ

## 31 * 12 * 16

**Serendipity**
Via delle Industrie, 25
Foligno (PG)

+39 392 71 922 99
info@serendpt.it
www.serendpt.it

PREVENDITE
E LISTE SU
www.xceed.me

xceed




*American Bartending, Flair Bartending, caffetteria, mixologist, consulenze e bar catering*

# CHEERS AMERICAN **BARTENDING SCHOOL**

## *La scuola di formazione per bartender di Antonio Fiamingo a Perugia*

**Cheers American Bartending School** è un progetto creato da Antonio Fiamingo e nasce per diffondere l'insegnamento del lavoro del bartender/barman.

**Cheers Academy** inizialmente nasce come negozio per la vendita di attrezzatura professionale, una attrezzatura testata dai migliori bartenders per garantire una maggiore qualità del lavoro e si sviluppa poi, come centro di formazione per bartenders e/o baristi.
L'Academy si sviluppa su quattro fronti: vendita di **attrezzatura professionale**, formazione in **American Bartending**, **Flair Bartending**, **caffetteria**, **mixologist**, **consulenze** e **bar catering**.

Il suo fondatore, **Antonio Fiamingo**, inizia la sua carriera professionale appassionandosi fin da subito al mondo del bar. Nel 2002, dopo il diploma, si concentra sul bartending frequentando corsi di formazione Classica e American Bartending. Nel 2004 inizia prima come assistente trainer e flair bartender per eventi, master e fiere di settore, poi come trainer presso varie scuole italiane. Lavora presso noti club, locali, eventi e cocktail bar, non solo in Umbria, divulgando l' **American Bartending**, il **buon bere** e il suo **show flair**.
Compete in diversi Flair Contest italiani ed internazionali ottenendo ottimi risultati e piazzamenti.

Titolare e Master Trainer della "*Cheers Academy*" di Perugia e cura il corso Basic , Advanced, Working, Exibition Flair.

---

**Per info:**
*"CHEERS ACADEMY"*
Via Cutu, 33 - Perugia
T. 328 4108781
Antonio Fiamingo Cheers Academy




Ciò su cui ci si concentra, quando si parla di un'attività commerciale, è solitamente l'impatto che ha sull'ecosistema cittadino, i prodotti che offre, quel minimo di dati che diano qualche coordinata sulla sua storia. Insomma: quando si parla di un'attività commerciale, si parla dell'attività commerciale. Non sempre, però, si ha l'accortezza di approfondire chi c'è dietro, chi per primo ha immaginato il progetto e l'ha reso concreto.

Tempo addietro, parlando de **La Forchetta Bistrot**, abbiamo nominato la chef

*Delizioso **bistrot** dal gusto provenzale, qualità, cura del cliente e serate **artistico-culturali***

# CHI C'È DIETRO **"LA FORCHETTA BISTROT"**

*Testo: Annalessia Castori - Brano: "Valse de wasso" - Yorgui Loeffler*

Flavia Marrone e la maître e sommelier Alessandra Surdo, le protagoniste del progetto, capaci e formate entrambe alla Scuola Alma di Gualtiero Marchesi. Chi invece è rimasto nell'ombra, fin'ora, è Domenico Surdo, il "papà" de La Forchetta. E allora scopriamo insieme quale percorso l'ha portato ad aprire quello che, in solo un anno di vita, è già annoverato tra i dieci migliori ristoranti di Perugia e dintorni.
**Domenico Surdo** cresce e studia a **Palermo** e, una volta frequentati gli studi in **Economia e Commercio**, inizia la sua professione nel **settore chimico-farmaceutico**. Si trasferisce poi a **Firenze**, dove le sue mansioni nel settore si ampliano coinvol-



*Domenico Surdo, il **titolare**, si racconta per la prima volta*

gendo anche l'organizzazione di eventi, meeting e convegni, quindi gli viene affidata l'area **Centro Italia**. **Perugia** pare essere quindi il **punto strategico** dal quale gestire l'intera zona.

E fin qui la storia è quella di un uomo preparato, capace nel suo campo, che fa il suo lavoro nell'ambito della sua formazione. Poi qualcosa cambia, Perugia diventa non più solo un appoggio a metà strada, ma una cornice bellissima nella quale **cambiare la propria vita**: dall'attività manageriale, Domenico passa a quella imprenditoriale, e realizza un sogno nel cassetto covato da sempre: aprire un ristorante, in cui lavorare con



la sua famiglia (nello specifico con la moglie Olga, la sorella Alessandra e la cognata Flavia), **un piccolo angolo di Provenza** in cui il cliente è coccolato e seguito con cura. Il delicato gusto provenzale è retaggio della grande passione di Domenico per i **viaggi**, e in particolare per la Francia, tanto da aver organizzato, lo scorso 24 novembre, una serata a tema in cui sono stati serviti sei piatti francesi abbinati ad altrettanti vini della stessa origine, così da regalare una vera e propria esperienza d'Oltralpe.

Studiare e cogliere sapori, odori, colori, e quelle combinazioni tipiche di cucine di Paesi differenti, è uno dei piaceri che Domenico fa collimare col "dovere". Grande appassionato di moto da sempre, ormai "**BMWista**" convinto, ama spostarsi sulle due ruote e **rapire spunti e idee** da riproporre poi, rielaborandole, a La Forchetta. E non solo per quanto riguarda il cibo, o i vini. L'arte, infatti, è protagonista allo stesso modo nel bistrot. Complice uno spiccato **gusto del bello**, anche grazie a un retaggio infantile legato alla madre, che amava dipingere, le cene a La Forchetta sono spesso allietate da **musica dal vivo**, piuttosto che **serate teatrali**, o **vernissage**. L'intrattenimento, infatti, nella giusta misura e morigeratezza, senza essere invadente ma anzi valorizzando la convivialità, è uno dei punti di forza del locale, che nel mese di novembre ha inaugurato

# MERRY CHRISTMAS AND A HAPPY NEW PRINT



ARTIGRAFICHE
PACIOTTI
artigrafichepaciotti.com



le serate letterarie, in cui un attore recita, con un intervallo di circa 15-20 minuti, una poesia piuttosto che un estratto o una lettura.
Questa usanza si è ormai talmente consolidata da essere gli artisti, ora, a proporsi per le varie serate. Sì, perchè l'**1 dicembre** La Forchetta compie il suo **primo anno di vita**, e tirando un po' le somme, va sicuramente fatto notare quanto questa realtà si sia affermata nella zona di Perugia e non solo.

"***Questo anno è stato emozionante***", dichiara Domenico, senza celare, giustamente, la gioia di aver raggiunto un bel traguardo e guardando già avanti a sé: accrescere ulteriormente la qualità è il suo programma, anche se la guida enogastronomica di **Repubblica** già lo tiene molto in considerazione (per dirne una, il pane fatto in casa del bistrot si è meritato un bel **10 e lode**). Tutto questo, però, è reso possibile da una grande fiducia e partecipazione, un **gioco di squadra** ben rodato dei protagonisti del bistrot, in cui ognuno eccelle nelle proprie competenze ma le decisioni si prendono insieme, da quelle sull'acquisto di un nuovo oggetto di arredamento, a quelle sui vini o sul menù.
E, proprio a questo proposito, è stato appena definito il **menù di dicembre**, chiaramente con un sentore natalizio, che prevederà, tra l'altro, ravioli di cappone nel suo brodo, agnello in crosta di pistacchi e un delizioso semifreddo al panettone, rigorosamente fatto in casa. **La Forchetta rimarrà infatti aperta anche il 24, 25 e 26 dicembre**, sia a pranzo che a cena, ma non va dimenticato che il locale è fornito di un delizioso **giardino interno** attrezzato di plaid e di riscaldamento, ideale per un aperitivo o un dopocena.

In definitiva: la storia di Domenico Surdo è la dimostrazione incoraggiante che è possibile inseguire i propri sogni, e che con dedizione li si può far collimare con le proprie passioni.

---

**Per info:**
LA FORCHETTA BISTROT
Via Ponte Vecchio, 60
Ponte San Giovanni (PG)
T. 075 395009
La Forchetta Bistrot

# Buone

MENC

dal 1

# Feste

HETTI

948

TARIFFE-LANCIO DA **12,99 EURO** PER SCOPRIRE LE MERAVIGLIE DELLA **SICILIA ORIENTALE**

# **PERUGIA-CATANIA,** AL VOLO

*Testo: Isabella Zaffarami - Brano: "Here Comes the Sun" - The Beatles*




Il **mare cristallino** e un **litorale** piacevole da vivere tutto l'anno, ma anche le **vette dell'Etna**, in inverno ricoperte di **neve**. Un **patrimonio artistico**, architettonico e culturale immenso, preziosi **parchi naturalistici** e riserve naturali, **sapori e odori** unici e irresistibili. Tutto questo e molto altro è **Catania**, seconda città metropolitana della Sicilia che, dal primo novembre, è a neanche **un'ora e mezza da Perugia**.

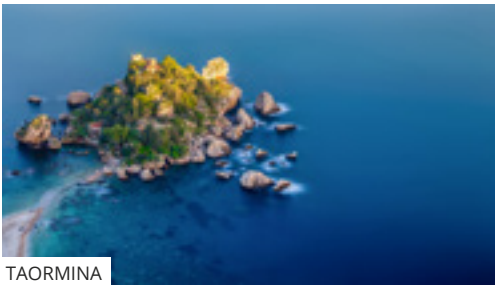
La nuova rotta **Ryanair** prevede **tre collegamenti settimanali** e una tariffa lancio, per i primi posti venduti di ciascun volo, a partire da 12,99 euro. Catania è la meta ideale per chi non si rassegna al freddo invernale (la temperatura media in città è sempre sopra i 10°), ma anche per chi ama l'arte e la storia: quella catanese è in particolare una **storia millenaria** che l'ha arricchita, lasciandone preziose tracce, dal 700 a.C. fino ad oggi.



ETNA



CATANIA



TAORMINA

## *Inaugurata il primo novembre la nuova rotta Ryanair*

La caratterizzano il **barocco** del suo centro storico, che è stato dichiarato dall'Unesco Patrimonio dell'umanità, ma anche il suo territorio, unico nella sua varietà, ai piedi del **vulcano Etna** e affacciato sul **mar Ionio**, ideale per **trekking** ed escursioni guidate di ogni tipo: in jeep, quad, sci e ciaspole, asino, cavallo ed elicottero. I **sapori** sono un altro pezzo fondamentale dell'identità catanese, con tante **prelibate materie prime** che fanno parte di un'antica ed eccellente **tradizione culinaria**.

Catania, il cui centro è facilmente raggiungibile dall'aeroporto con navette disponibili ogni mezz'ora, si trova inoltre al centro della **Sicilia orientale** costellata di bellezze monumentali e paesaggistiche tutte da scoprire: **Taormina**, con il suo bellissimo teatro greco e la movimentata vita notturna, le **Gole dell'Alcantara**, **Siracusa** con il suo centro storico Ortigia, un isolotto collegato alla terraferma da tre ponti, e ancora la misteriosa **Necropoli di Pantalica**, i **laghetti di Cavagrande** e la **Val di Noto**, con le sue città barocche, siti Unesco dal 2002.

---

**Per info:**
AEROPORTO INTERNAZIONALE DELL'UMBRIA
Via dell'aeroporto, Sant'Egidio – Perugia
T. 075 592141
*www.airport.umbria.it*




# CORSI DI INGLESE PER BAMBINI

## ISCRIZIONI APERTE

**Dai 4 ai 12 anni**

Per maggiori informazioni:
T. 075 465 9481
reception@inlinguaperugia.com
Via Settevalli 133 / C
**www.inlinguaperugia.com**

inlingua® PERUGIA



# "CECILIA E PAUL CIOCCOLATO ORIGINALE": I MAESTRI CIOCCOLATIERI PER LA NUOVA TRADIZIONE DEL NATALE

*Testo: Valerio Buonumori – Brano: "Pure imagination" – Willy Wonka*

***A loro l'esclusiva guida "The chocolate Companion" ha assegnato le 5 stelle: il punteggio massimo riservato solo a 10 realtà nel mondo***

Un Natale al sapore di cioccolato è quello che propongono **Cecilia Iacobelli** e **Paul de Bondt** dal loro laboratorio di via della Gabbia, angolo di piazza IV Novembre, nel cuore del centro storico di Perugia. Dopo il debutto in occasione di **Eurochocolate 2016**, i **cioccolatieri**, a cui l'esclusiva guida ***The chocolate Companion*** di Chantal Coady ha assegnato le 5 stelle, il punteggio massimo riservato a solo 10 realtà nel mondo, si sono messi al lavoro per regalare un dolce **Natale** ai propri clienti. E, proprio con l'arrivo del Natale, nel laboratorio "**Cecilia e Paul - cioccolato originale**" i due maestri ripropongono i pezzi forti della loro tradizione.
La storia di Cecilia e Paul inizia a Pisa nel *1993* quando aprono la prima cioccolateria. Nel 1994 la prima partecipazione ad Eurochocolate, che evolve fino ad arrivare, **20 anni dopo** - raccogliendo la sfida lanciata dal patron dell'evento, **Eugenio Guarducci** - nella realizzazione del laboratorio con vendita diretta a **Perugia**. Nella storia lunga quasi un quarto di secolo dei de Bondt, un posto particolare lo occupa l'albero di Natale di cioccolato. Un dolce alberello completamente realizzato in **cioccolato fondente**, **pinoli**, **mandorle** e **riso soffiato**, assemblato con **arte certosina ramo dopo ramo**. E per Natale **2016** tornano altri due pezzi forti della tradizione natalizia di Cecilia e Paul: panettoni e pandori ricoperti con cioccolato, frutta candita e frutta secca. I **prodotti di Natale** di Cecilia e Paul saranno in vendita, dall'**8 dicembre**, nel laboratorio in via della Gabbia 3, e nei **Chocostore** di Perugia (piazza IV Novembre) e Pisa.

**Per info:**
CECILIA E PAUL
CIOCCOLATO ARTIGIANALE
Via della Gabbia, 3
(Piazza IV Novembre) - Perugia
*www.ceciliaepaul.it*
Cecilia e Paul



*Rivendita al dettaglio, vini, distillati e cucina:*

# IL MONDO DI ROBERTO BOCCI E LE SUE ENOTECHE

***Una a Case Bruciate e una a Ellera, entrambe sono eccellenze di qualità***



Roberto Bocci opera da generazioni nel settore del **commercio di vini**, **liquori e bevande**, quale grossista ma è titolare di due **Enoteche**, di cui una storica a Perugia,a **Case Bruciate**; l'altra, inaugurata nel 2014 e rinnovata il 7 novembre di quest'anno, ad **Ellera**. **Roberto** gestisce con cura e attenzione la ricerca delle materie prime da acquistare , e le individua sapientemente grazie alla grande esperienza nel settore, ma soprattutto la sua attenzione maggiore è rivolta al suo cliente.

Presso i due punti vendita si effettuano **spedizioni e consegna a domicilio** che, specialmente nel periodo natalizio, risultano decisamente utile. Entrambe le Enoteche, in questo periodo soprattutto, realizzano cesti, **confezioni regalo** arricchiti da **prodotti artigianali gastronomici e dolciari delle migliori marche italiane e non**. Le numerose etichette, poi, così come i grandi distillati, piuttosto che le birre artigianali, sono frutto di un'attenta selezione proiettata all'eccellenza. A Ellera si parla più di "**Enoteca e Cucina**" come ci tiene a sottolineare lo stesso titolare, perchè il protagonista è il **vino**, insieme agli spiriti, alle **birre artigianali** e ai **liquori**, tutti prodotti di pregio altamente selezionati. Una cantina sapientemente scelta, con cura e pazienza, tra etichette dello scenario nazionale ed internazionale, da accompagnare, volendo, con un **tagliere di salumi** -anche spagnoli, importati direttamente da Roberto- o di **formaggi**, o con una **tartare di carne** piuttosto che **di pesce e che dire di una porzione di buon dolce da accompagnare ad un buon passito**. Il menù, infatti, curato dallo chef Endrio Sevoli, è quello che si addice ad un'enoteca: breve, semplice ma molto curato nella qualità e nella preparazione.

In definitiva: Bocci è sinonimo di **qualità** e le enoteche che ne portano il nome sono il posto ideale per un aperitivo pregevole, una cena veloce, ma anche un dopocena rilassato, durante il quale, magari, sorseggiare un buon rhum in buona compagnia. Ma sono anche il luogo ideale dove acquistare le proprie strenne natalizie, **regali** e presenti speciali, accuratamente confezionati dalla preziosa mano delle collaboratrici di cui si avvale Roberto.

_____

**Per info:**
ENOTECA BOCCI
CASE BRUCIATE
Via Case Bruciate 11, Perugia
T. 075 5007770
Enoteca Bocci Roberto Case

ENOTECA BOCCI
ELLERA
Via Verdi 40, Perugia
T. 075 5172889
Bocci Roberto - Enoteca e Cucina

*Un **progetto** di film making e storytelling **innovativo** che mette insieme regia, musica e danza*

# TRIART
# L'ARTE È UNA E TRINA

*Testo: Florentina Ricciarelli - Brano: "Ho Hey" - The Lumineers*




**Giulio** è un ragazzo di 23 anni, vive a Roma ed è appassionato di cinematografia. Nam è una giovane giapponese che da anni studia violoncello al conservatorio. Richard è un disegnatore autodidatta che abita a Staten Island e lavora in uno studio grafico.

Immaginiamo ora che esista un posto in cui questi tre artisti, sconosciuti tra loro e che mai probabilmente si sarebbero incontrati altrimenti,




*L'idea, di tre giovani umbri, ha vinto il **primo premio** del **Nastro Azzurro Video Talent Award** al Milano Film Festival*

possano invece conoscersi e collaborare insieme. Immaginiamo che tutti e tre girino un video verticale in 9:16 in cui le protagoniste assolute siano le loro creazioni. Immaginiamo, poi, uno spazio all'interno del quale questi tre video ne compongano uno solo, orizzontale e dato dalla somma dei tre, con una traccia tematica in comune. Immaginiamo, allora, **Triart**.

È proprio questa commistione tra persone diverse e linguaggi sconosciuti, tra forme d'arte differenti unite a formarne una sola, ad essersi aggiudicata il **primo premio** del ***Nastro Azzurro Video Talent Award***, categoria ***Best Innovation Tools***, al **Milano Film Festival**, un concorso che si proponeva di premiare nuove forme di *film-making* e *storytelling*. A vincerlo, lo scorso 18 settembre, sono stati tre giovani spoletini: F**ederico Mattia Papi**, **Duccio Brunetti** e **Nicolò Marchi** che, per dimostrare la valenza espressiva del progetto, hanno portato a Milano **il primo Triart,** raccontando una storia attraverso la regia, la musica e la danza.

Come molte idee brillanti, anche quella di Triart è nata per caso. L'intenzione iniziale, infatti, si limitava ad un unico video, girato in verticale, che oggi rappresenta la parte centrale di un progetto formato da altri due elementi: così, nonostante ci fosse ancora molta strada da fare, **il primo mattone era stato messo**. Poi, l'idea è stata quella di "**ampliare la visuale**". Ecco allora che alla destra e alla sinistra del primo filmato sono arrivati altri due video, anch'essi in 9:16, aventi come protagonisti la performance musicale di un violino e di un pianoforte da un lato e quella di una danzatrice dall'altro. Così, mentre Nicolò e Duccio si cimentavano nella regia del cortometraggio, hanno chiesto a Federico, che vive e ha studiato al conservatorio di Parigi, di occuparsi della parte musicale, e a Clotilde, spoletina che studia danza in Danimarca, di farsi coreografa e ballerina.

Il puzzle di Triart era dunque composto: a sinistra alcuni strumenti musicali suonano le note de ***Il cigno*** (da Il carnevale degli animali) di Camille Saint-Saëns, a destra una giovane danzatrice balla un assolo di danza contemporanea, mentre al centro va in scena la vita di una giovane ragazza.

La diversità tra questi video non potrebbe essere più grande e la lontananza è evidente anche da un punto di vista geografico, tanto **che le tre parti sono vere e proprie unità**: la prima parigina, la seconda

# IL DOLLARO
## PUB STEAK & PIZZA

ILDOLLAROPERUGIA

TI ASPETTIAMO!
CON IL NUOVO MENU
E TANTE SERATE
D'INTRATTENIMENTO.



**MARTEDI** — **KARAOKE** con Enzino e Fabio dalle 22.30 alle 2.00

**MERCOLEDI** — **DOLLARO $PORTIVO** gioca e indovina il risultato delle partite

**GIOVEDI** — **FREEDOM** GIOVEDISCO — DJ MIRKO BANO — VOICE SIMONE MONE

**VENERDI** — **DOLLARock** SEGUI SU FACEBOOK IL PROGRAMMA DELLE SERATE

**DOMENICA** — ENIGMA — Il nuovissimo gioco in cui **risolvi un enigma** seduto al tavolo **con i tuoi amici!**

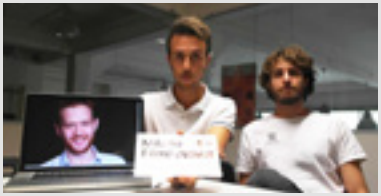
**VIA PICCOLPASSO 24 · PERUGIA · INFO 075.505.78.57**

made in Italy e la terza montata in Danimarca. Il collante, unico ma indissolubile, è la cornice che li racchiude, l'arte. Se questo è ciò che può fare un solo Triart, la **creazione di una piattaforma** su cui realizzare quanti più progetti possibili potrà portare a **risultati imprevedibili** e in costante evoluzione, e proprio questa incertezza, insieme alla voglia di **sperimentazione di nuove forme di linguaggio**, rappresenta il volano dell'idea.
Non tutto, però, sarà lasciato al caso: la piattaforma è infatti concepita come luogo in cui periodicamente verrà lanciato un **contest**, a cui artisti di qualunque parte del mondo potranno rispondere, girando un **video in formato verticale che sarà poi unito ad altri due**; il **filmato finale**, **in 16:9**, potrà essere la somma di tre video **aventi in comune un *topic*** o essere il risultato di **tre storie cronologicamente continue**. **Nasce così un altro video Triart**, una nuova forma di linguaggio, risultato di culture diverse e lontane.

Un progetto contemporaneo, questo, che è anche l'esito di influenze passate e future, inserendosi così esso stesso in una triade. **L'uso e il richiamo alla tecnologia**, infatti, è presente nei video e nel loro montaggio, dimostrando come oggetti diventati di uso comune e partecipi della nostra quotidianità — costantemente alla ricerca di qualcosa di nuovo per poterci sorprendere — possano diventare strumenti utili a creare un prodotto non usuale, fuori dall'ordinario. Accanto a questa innovazione, c'è poi un richiamo al passato. Il progetto rimanda infatti al **trittico pittorico**, un'opera artistica divisa in tre parti molto utilizzata nel medioevo, che veniva realizzata soprattutto nell'arte sacra. Così, Triart può essere inteso come un concetto antico di almeno 700 anni, reso attuale dalle nuove tecnologie.

Dall'idea alla realtà c'è ancora tanta strada da percorrere. Ovviamente, affinché funzioni, c'è bisogno delle fondamenta: **la creatività di tanti artisti sparsi per il mondo**. Non preoccupatevi del caos, 'che nell'arte tutto trova il suo ordine. **In Triart**, per esempio, **il caos è ordinato in file da tre**.

**GLI AUTORI**



• **Duccio Brunetti**, classe 1991, ha studiato cinema alla European Film College, in Danimarca. Lavora come regista, editor e assistente alla regia nel mondo del cinema e della pubblicità tra Italia, Germania e Inghilterra.

• **Nicolò Marchi**, classe 1990, CGartist e UI/UX design freelance, fondatore di Elkinvent studio di Computer Arts e sviluppo di servizi web come WEBELKIT, da poco impegnato nel mondo del design con la fondazione della startup Deltamorph.

• **Federico Mattia Papi**, classe 1992, ha studiato musica (violoncello) a DePauw University negli USA, studia management delle arti, dei media e della creazione a HEC Paris, in Francia. È Direttore Artistico di Musica da Casa Menotti, una serie di concerti che da 5 anni ha luogo tra giugno e luglio presso quella che fu la casa del compositore Gian Carlo Menotti.

***link al video: https://vimeo.com/186251232***

*La sera di Natale gli* ***auguri*** *si scambiano in* ***via delle Industrie 25*** *a Foligno*



# SERENDIPITY

*Testo: Annalessia Castori - Brano: "Walking in the night " - Nina Kraviz - Foto: Luigi Pica*

Cinque anni fa avveniva l'incontro più fortunato che la città di Foligno e l'Umbria tutta abbiano ospitato: quello tra l'associazione culturale **Dancity**, madre dell'omonimo festival, e l'imprenditore **Edoardo Mondi**. Il frutto di quell'incontro ha un nome che negli anni si è guadagnato un posto di tutto rispetto nel panorama della vita notturna nazionale, soprattutto del Centro Italia: **Serendipity**, nome che indica quella curiosa **congiunzione astrale** che ci fa venire incontro esattamente quello che si stava cercando, un **luogo che tutti cercavano da tempo**, ma che allo stesso tempo non sapevano bene dove trovare. Il Serendipity è stato e continua ad essere tutto questo: uno spazio modulare creato per ospitare **diverse forme artistiche** e dare spazio alla creatività e alla sperimentazione. È errato, infatti, considerarlo "soltanto" un club di musica elettronica: negli anni si sono realizzati anche concerti jazz, indie-rock, spettacoli teatrali, workshop rivolti ai giovani, laboratori per bambini.

Il Serendipity ha una **cifra stilistica ben precisa**, che si concentra sulla ricerca musicale e su una particolare attenzione verso tutto ciò




*Il* ***luogo che tutti cercavano*** *ma non sapevano dove trovare*

che è innovativo e di qualità; al contempo è anche **punto d'incontro per le realtà culturali del luogo**, attraverso eventi realizzati in collaborazione con le stesse.

**Giampiero Stramaccia**, direttore artistico, punta sempre alla qualità e, accanto a nomi di maggiore richiamo, ama scommettere anche su **giovani artisti** che provengono da tutto il mondo, dando al pubblico la possibilità di conoscerli. Oltre a loro ci sono i **dj resident**, che sono alcuni tra i più talentuosi dj della zona e garantiscono ogni sabato qualità e feeling con il pubblico. Il mese di dicembre sarà caratterizzato da una densità




di eventi imperdibili, primo su tutti il **quinto compleanno del locale**, domenica **25 dicembre**: un party da non perdere con tante sorprese e l'occasione per farsi gli auguri di Natale in una serata speciale e luccicante.

Il tutto culminerà, ovviamente, nella sera di **Capodanno**, sabato 31 dicembre. "***Welcome to Dancity***" sarà il claim della serata, organizzata da Dancity, che avrà come ospite **Nina Kraviz**, considerata una delle figure più importanti della scena elettronica mondiale. Ci sarà la possibilità inoltre di usufruire di pacchetti comprensivi d'ingresso al Serendipity, pernottamento in diverse strutture della zona e cena. Il modo migliore per concludere il 2016 e salutare l'anno nuovo, foriero di tanti altri nuovi appuntamenti da scoprire.

---

**Per info**:
SERENDIPITY
Via Industrie, 25
Foligno (PG)
T. 0742 677324
*www.serendpt.it*

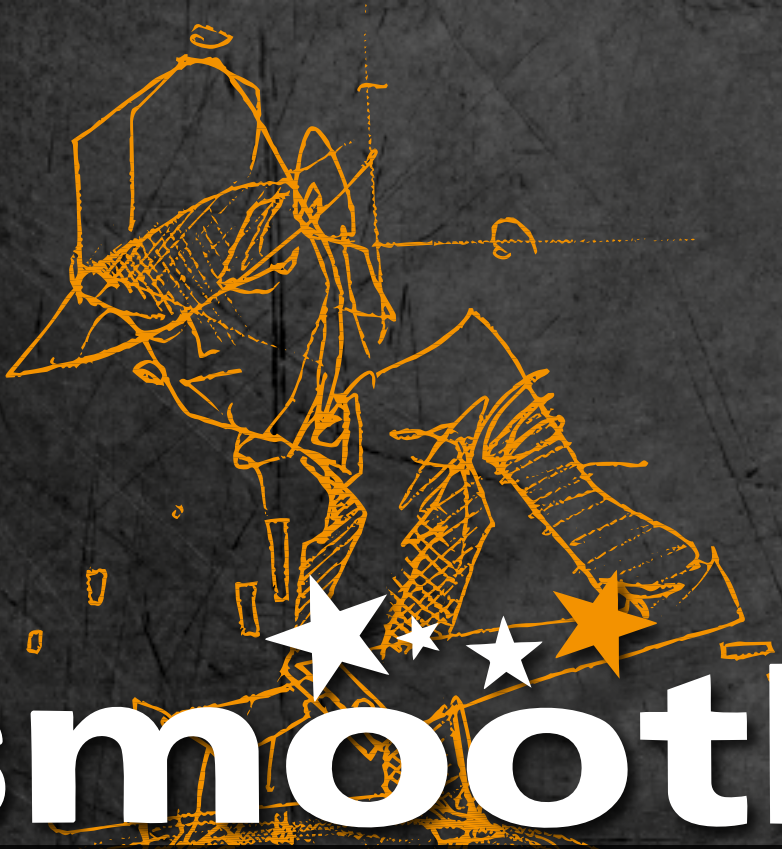
# smooth

VIA SETTEVALLI | VIA OBERDAN



# SMOOTH KICKS®

VIA BAGLIONI



# smooth OUTLET

al QUASAR VILLAGE

# SQUISY

**LE TUE FESTE**
**NON SONO MAI STATE**
**COSÌ BUONE!**




Scopri tutte le proposte...

## SCARICA L'APP!

Disponibile su Google play | Disponibile su App Store



# CHRISTMAS WEDDING

*Testo: La Redazione - Brano: "Marry you" - Bruno Mars*

## *Un matrimonio dallo scenario insolito, ma di grande effetto*

Gli sposi che accolgono l'idea di organizzare il loro matrimonio nel **periodo invernale** sono sognatori dal gusto raffinato che amano le **atmosfere magiche**. È proprio in questo periodo dell'anno che i rapporti con la famiglia e con gli amici si rafforzano ancora di più, moltiplicare la festa non potrà che rendere **indimenticabile** questo giorno anche per gli ospiti. Per ricreare le suggestioni del **Natale**, la palette dei colori non potrebbe essere più varia e festosa: **oro**, **rosso** e **verde**, un accostamento caldo e inconfondibile. Altrimenti **bianco**, **blu** e **argento** sono un'ottima alternativa. Ma via libera alla fantasia e allo scintillio!
La cosa più importante è la mise en place della tavola, festosa e accogliente: non potranno mancare **candele** in abbondanza, decorazioni di pino e **cannella**. Ovviamente, l'albero sarà a centro dell'evento, decorato con semplicità e arricchito da tantissime **luci**. Per rispettare la tradizione natalizia, la sposa deve avere un tocco di rosso, un prezioso bouquet con piccole bacche potrebbe essere il dettaglio in più anche per caratterizzare partecipazioni e coordinati.

E infine l'immancabile **sweet table**: un tripudio di leccornie, meringhe, torroni, biscotti glassati che faranno da contorno ad una romanticissima *wedding-cake*! Un brindisi all'amore e al Natale! Contattateci se volete organizzare una proposta di matrimonio indimenticabile a Natale oppure se siete interessati ad altre idee per il vostro **Christmas wedding**!

Wedding house

**Per info:**
WEDDING HOUSE
by Preludio Group_Sogna & Sorridi
Via dei Molini
Casenuove di Magione (PG)
T. 340 7246770
info@weddinghouseitalia.it
*www.weddinghouseitalia.it*



*Dal teatro ai videoclip il **regista**, perugino (d'adozione), si racconta a **PM**: "**Ora sogno il cinema**"*

# MARCO **GRISAFI**

*Testo: Isabella Zaffarami*
*Brano: "Sugar" - Maroon 5*

Ha iniziato da giovanissimo come **attore**, ma, pur amando quel mondo, sentiva di non aver ancora trovato la sua vocazione definitiva. La "folgorazione" è arrivata con la prima esperienza da regista, fatta peraltro a soli **20 anni**. Da quel momento non ha più smesso, facendosi le ossa tra studio e formazione, ma anche con tanta esperienza, prevalentemente a teatro, prima a **Perugia** e poi a **Roma**. Oggi si dedica in modo particolare, e con successo, ai **videoclip musicali** e anche all'insegnamento (è in fase di avvio **Anarecite**, Accademia Nazionale di Recitazione Cinematografica e Televisiva, di cui sarà direttore didattico).

**Marco Grisafi**, originario di Enna, ma perugino di adozione visto che vive nel Capoluogo umbro ormai da molti anni, ha oggi all'attivo più di 50 regie di **prosa**, sette **musical**, tre **opere liriche** e oggi sogna il **cinema**. Stanley Kubrick è il suo idolo e infatti ama "*Shining*", ma anche "*The Elephant Man*" di David Lynch e "*Nuovo Cinema Paradiso*" di Giuseppe Tornatore mentre a teatro ha adorato soprattutto "*L'Avaro*" diretto e interpretato da Gabriele Lavia.



**Chi e che cosa ha influito di più sulla tua formazione e sulla tua carriera?**
Innanzitutto, da studente, aver partecipato ai laboratori di cultura teatrale Liminalia mi ha spinto molto ad avvicinarmi a questo mondo. Più avanti l'incontro con Anna D'Abbraccio, che è stata mia insegnante, mi ha influenzato in modo importante, soprattutto perché mi ha permesso di conoscere il Metodo Strasberg, un approccio alla recitazione, chiamato anche psicotecnica, che prevede di partire dalle caratteristiche e dall'interiorità dell'attore per costruire il personaggio. È un metodo poco diffuso in Italia dove invece di solito si insegna all'attore lo straniamento da se stessi per immedesimarsi nel personaggio. Lo Strasberg è invece molto utilizzato nel cinema americano, lo usano ad esempio Robert De Niro e Al Pacino. Il risultato finale, a mio avviso, è sorprendente, ma serve un grande lavoro psicologico e ci sono anche dei rischi...

**Rischi di che tipo?**
Che una volta entrati nel personaggio con questa tecnica non si riesca a uscirne, ci sono stati casi di attori che hanno avuto grosse difficoltà in questo senso. Per questo il metodo va applicato con prudenza.

**Chi altro hai incontrato che è stato importante per la tua professione?**
Sicuramente Massimo Belli, attore e regista, che è stato fondamentale per il mio inserimento lavorativo a Roma. Molto importante è stata ed è tutt'ora per me l'amicizia con Filippo Timi, anche se ancora non siamo mai riusciti a lavorare insieme e infine Giorgio Albertazzi, un grande maestro. Lo ho conosciuto più di 10 anni fa e gli avevo chiesto di recitare in un corto che ho recentemente girato a Perugia, non ha potuto farlo per l'aggravarsi delle sue condizioni, ho imparato molto da lui.



**Dopo tanto teatro oggi ti dedichi soprattutto ai videoclip musicali, come mai?**
Quasi per caso direi. Circa due anni fa Maurizio Mastrini mi ha chiesto di girare il video di una suo pezzo, così ho iniziato e non ho più smesso. L'ho fatto per altri musicisti e per gruppi rock e, stando alle critiche che ricevo, sembra che mi riesca piuttosto bene. A settembre, a Londra, ho girato il mio decimo video, "*L'Ultima Carezza*", sempre per il maestro Mastrini, la protagonista è Eleonora Giunta.

Gioielleria La Bottega dell'Orafo

# LA BOTTEGA DELL'ORAFO

ANDREA E ROBERTA PIETRELLA



DESIGN E ORIGINALITÀ

PHILIP WATCH · GLYCINE · TOUS · COMETE · TISSOT · BREIL

Via Gramsci, 39 - Ellera Umbra (PG) - Tel. 075 5171090 - info@labottegadellorafo.it - www.labottegadellorafo.it



*Il suo idolo è Stanley Kubrick, è "portatore sano" del Metodo Stanislavskij e sta avviando una scuola di recitazione*

**Al teatro non pensi più?**
Il teatro resta sempre una mia grande passione, ma mi piace spaziare e sperimentare generi diversi. Oltre ai videoclip, lo scorso anno ho lavorato, anche in teatro, con Athina Cenci e ho girato a Perugia il corto di cui parlavo prima: protagonista è stato Alessandro Benvenuti. Inoltre sto preparando un progetto per la prossima stagione. C'è già il testo e anche la produzione, manca solo il protagonista e sto pensando a uno tra Alessandro Haber, Gianmarco Tognazzi, Kim Rossi Stuart, Elio Germano e Valerio Mastrandrea.

**Altri progetti e sogni da realizzare?**
Sogno di realizzare la mia opera prima nel cinema. In realtà anche su questo sto lavorando ormai da un po', il testo è già scritto e sono in contatto con alcune produzioni.

**È la prima opera che scrivi?**
No, qualche anno fa sono stato autore e regista di uno spettacolo che è andato in scena al "Tendastrisce" di Roma. C'erano più di 1.500 persone e un'atmosfera di coinvolgimento molto particolare. Il titolo era "*L'ultimo sabato*", il tema quello delle stragi del sabato sera. L'ho scritto perché una vicenda legata all'argomento ha riguardato un mio caro amico.

**Il mondo di cui fai parte viene spesso criticato sotto molti punti di vista. Tu cosa ne pensi?**
Sicuramente è un mondo difficile soprattutto per i giovani e gli emergenti. Lo è sempre stato. Se devo fare una critica la faccio tuttavia proprio ai giovani registi, sia di cinema che di teatro. Dalle esperienze che ho avuto ritengo che la maggior parte di loro non sappia gestire gli attori nel modo giusto: non sanno impostare con loro una comunicazione efficace, lasciano troppa libertà e discrezionalità.

**Quindi immagino che tu sia più rigido con gli attori che lavorano con te...**
Il mio metodo è abbastanza duro, sì. All'inizio del lavoro discuto a lungo con loro, spiego bene cosa voglio e come lo voglio, mi confronto fin quando ce ne è bisogno. Ma quando si parte pretendo che si seguano gli standard e le linee guida stabilite. Nonostante questo gli attori si trovano di solito molto bene con me e anzi spesso, dopo la prima esperienza, non vogliono più abbandonarmi.

**Cosa consiglieresti a un giovane che volesse affermarsi nel tuo settore?**
Innanzitutto di studiare, studiare tanto perché lo studio è importante tanto quanto il talento, se non più. E poi di darsi da fare, di mettersi in gioco in ogni modo. Io ad esempio da giovanissimo ho iniziato andandomi a cercare, proprio a Perugia, degli sponsor che sostenessero economicamente i miei spettacoli. In pratica mi auto-producevo, occupandomi anche delle questioni economiche e organizzative e questo mi ha permesso di fare i primi passi per poi farmi conoscere e apprezzare. Ecco ai giovani consiglio di non avere paura di rimboccarsi le maniche.




*C'è pasta e pasta!*

# **ALIVERIS:** LA PASTA DI CHI SI VUOLE BENE

Senza dubbio la **pasta** è il biglietto da visita della cucina italiana nel mondo. Al dente, fresca, all'uovo, senza glutine, dietetica, oramai ne esistono di ogni sorta di colore, consistenza, sapore. Il mondo intero cerca di imitare la pasta-sciutta italiana, senza successo.

C'è chi, poi, attento non soltanto alla bontà ma anche alla qualità e al benessere, ha scelto di apportare un *quid* in più alla pasta, sperimentando un processo produttivo tutto nuovo: unire la **qualità** e la **naturalità dei prodotti alimentari** all'**avanguardia scientifica** è la sfida che l'azienda umbra **Aliveris** si è posta, e che ha vinto con successo.

L'intuizione è frutto dell'amicizia tra 2 ricercatori, un umbro il **dottor Carlo Clerici**, e un

inglese, il **professor Kenneth Setchell**, tra i primi duecento scienziati più importanti nel campo della nutrizione. La scommessa era quella di creare un cibo con le **migliori materie prime**, dalle caratteristiche organolettiche e sensoriali al pari della **migliore pasta tradizionale** e che fosse più **ricco di proprietà nutrienti** rispetto alla pasta comune. Nasce così un prodotto completo, buono e sano grazie all'aggiunta alla **semola di grano duro bio 100% italiano** del **germe di soia**, ricco di vitamina E, antiossidanti, fibre e pre-biotici. Il processo produttivo è stato brevettato, e Aliveris ha letteralmente fatto innamorare tutti, ma proprio tutti: la produzione è iniziata questa estate e il progetto ha preso una strada internazionale grazie ad un importante contratto siglato per la **distribuzione negli USA** e ordini che arrivano da **tutta Europa**, inclusa l'**Inghilterra** dove Aliveris è presente in una catena di alberghi a 5 stelle.

Ma le soddisfazioni non finiscono qui: recentemente, i fusilli, gli spaghetti e le penne rigate Aliveris hanno fatto il loro ingresso in **Coop**, dove è possibile reperirli nello scaffale "bio".
Inoltre, l'altissima qualità di Aliveris è assicurata: il prodotto è infatti tracciabile grazie al suo legame con la filiera controllata **Feed Italy**.
Insomma, le carte sono tutte in regola: addetti ai lavori giovani e preparati, materie prime di altissima qualità, un prodotto finale che unisce benessere e gusto.
Aliveris è una delle nuove punte di diamante del **Made in Italy** e del **Made in Umbria** nel mondo.



***Semola di grano duro bio, trafilatura in bronzo e germe soia in una pasta tutta italiana***



Foto: Filippo Benedetti Valentini

---

**Per info:**
ALIVERIS
Via dei Fanceschi, 38 - Foligno
T. 0742 350693
*www.aliveris.it*
Aliveris

*A breve l'**apertura in centro storico** dell'attività artigianale famosa anche per i suoi semifreddi, per la **cioccolateria** e per la piccola pasticceria*



# MASTRO **CIANURI**

*Testo: Isabella Zaffarami - Brano: "Sweets for My Sweet" - The Searchers*

L'utilizzo di **materie prime di alta qualità**, la ricerca della composizione migliore, la passione, l'impegno. Sono questi gli ingredienti fondamentali che hanno determinato il successo di **Mastro Cianuri**, storico **gelatiere** perugino, oggi animato anche da una grande voglia di insegnare e tramandare le sue conoscenze. "*Abbiamo sbagliato tutti quando ci chiedevano cosa volevano fare da grandi, la risposta giusta era: restare bambino*". Questo Cianuri ha insegnato alle sue **figlie**, **Alice** e **Giorgia**, entrambe gelatiere e che ora si stanno specializzando anche nel cioccolato. E questo insegna agli allievi dei corsi che tiene, alcuni dei quali hanno volu-







## **RE DEL GELATO**, E NON SOLO

to inserire questa sua citazione in una targa che gli hanno donato. La mentalità aperta e l'entusiasmo contagioso caratterizzano Cianuri dall'inizio della sua attività, più di **30 anni fa**, quando inizia, da autodidatta, la sua carriera. Nel 1994 arriva un importante riconoscimento: al **Campionato Italiano Gelatieri**, dopo aver vinto la sezione regionale con il gelato al gusto Tiramisù, nella finale di Venezia sale sul terzo gradino del podio con il gelato alla fragola e al cioccolato. La voglia di **sperimentare e innovare** continuano ad accompagnarlo nella sua crescita professionale: così nascono i gusti più famosi e richiesti come il **cioccarancio**, la **sacher**, pistacchio e arancia, noci e fichi caramellati, arancia e cannella.

Il più famoso dei suoi gusti, la vera specialità, è tuttavia la **pinolata**, impossibile da descrivere, solo da assaggiare. Oggi Cianuri fa parte dell'associazione **Maestri della gelateria italiana** ed è docente presso l'**Università dei Sapori** di Perugia per i corsi di gelateria come membro della Scuola Italiana di Gelateria.

Insieme alle figlie, si sta inoltre per imbarcare in una nuova avventura: l'apertura di un nuovo locale in **centro storico**. L'attività ha infatti vinto la gara pubblica per l'assegnazione di un locale in **Piazza Matteotti** di proprietà comunale. A breve quindi anche gli avventori dell'acropoli potranno godere non solo del famoso gelato di Mastro Cianuri, ma anche della sua **cioccolateria**, **pralineria** e **pasticceria**, dei **semifreddi**, delle **granite** e dei **ghiaccioli**, dei **biscotti**, di panettoni e colombe ripiene di semifreddo, degli yogurt e delle crêpes.

---

**Per info:**
MASTRO CIANURI
Via Ruggero D'Andreotto
Perugia
T. 075 5734665
*www.gelateriacianuri.it*
Il Gelato di Mastro Cianuri




# Bar Duomo

*Piazza Danti, 29 - Perugia - Tel. 075 572 6832*

*barduomoperugia*

# CHE NATALE SAREBBE SENZA DOLCI?

Testo: Claudia Alfonso - Brano: "I'll be home for Christmas" – Michael Bublé



*Consigli per rendere le vostre **tavole natalizie** così **buone** da leccarsi i baffi*

***Arrivederci dieta, ci si vede a Gennaio!*** Questa è la frase che tutti diciamo alle porte delle festività natalizie. C'è posto per tutto, ma non per la dieta soprattutto perché a Natale non si può rinunciare ai dolci.
**I dolci** sono da sempre le vere delizie delle feste e occupano un posto centrale sulle tavole italiane. Pandori, panettoni, torroni, cioccolate, biscotti, dolci tipici della regione Umbria e tanto altro saranno i protagonisti dello speciale che segue in queste pagine. Perché, diciamocelo, **che Natale sarebbe senza dolci**?



## ***Le Pinoccate...***

*Le Pinoccate e gli Amaretti (con e senza pinoli) di Faffa il Fornaio dal 1851, dolci tipici natalizi del territorio perugino, sono impastati, tagliati e formati a mano come vuole l'antica tradizione.*



## ***e gli Amaretti***

*Cotti nello storico FORNO A LEGNA del panificio, sono composti di pinoli e mandorle esclusivamente di provenienza italiana che ne esaltano inconfondibilmente il sapore rendendoli prodotti di alta qualità e genuinità.*

**Faffa il Fornaio dal 1851** • Via Gramsci 7/9/11 • Ponte Valleceppi (PG) • T. 075 6920122
www.faffailfornaio.it

## *Pan Augusta*

*Nei tre universi della Cioccolateria Augusta Perusia, dove il cioccolato è declinato nel modo più vario possibile (dalle tavolette alle praline fino alle creme spalmabili), per il dolce di Natale abbiamo scelto quella che è probabilmente la specialità della casa: il Pan Augusta, un delizioso dolce di pan di spagna con cioccolato fondente, cioccolato al latte, nocciola, un pizzico di cointreau, ricoperto di cioccolato gianduia. Un'immersione nel piacere puro.*



**Cioccolato Augusta Perusia** • Via Pinturicchio, 2 • PG • T. 075 5734577 • Via Piccolpasso, 1 • PG T. 075 5008538 • Via Bonazzi, 31 • PG • T. 075 9660324 • Cioccolateria Gelateria Augusta Perusia

## *Il panettone artigianale del SanMagno Caffè*

*Quello realizzato nei laboratori del Sanmagno Caffè è un panettone artigianale in grado di trasformare il Natale in una fiaba.*

*Un prodotto lavorato con materie prime di assoluta qualità: burro selezionato belga e farine selezionatissime, per un prodotto finale tenero, dolce e irresistibile. In quattro varianti: al sagrantino, ai frutti di bosco, al cioccolato e mandorlato classico, con o senza canditi.*



**Sanmagno Caffè** • Via Manin Daniele 22 • Foligno • T. 0742.9461312 • sanmagnocaffe.it



## *Albero di pandoro*

*Il pandoro farcito con dolci e gustosissime creme è il dolce natalizio proposto da Beverly Bake Shop.*

*Si può scegliere tra la classica crema pasticcera e quella al mascarpone, la chantilly, la crema al cioccolato, alla cannella, al limone e alla nocciola.*

*Gli "alberelli di pandoro" in versione mini, nel periodo di Natale, saranno sempre disponibili in negozio (insieme alle tipiche dolcezze americane che contraddistinguono lo shop: donuts, cookies e muffin), mentre per il formato classico è necessaria l'ordinazione.*

**Beverly Bake Shop** • Via Danzetta, 13 • Perugia • T. 327 9006982 • Beverly Bake Shop



## *Panettone semifreddo*

*Aprendo questi deliziosi panettoni, ma anche i pandori, realizzati nel formato tradizionale o in quello mini, si scopre un gustoso ripieno di semifreddo.*

*I gusti più amati sono la pinolata, indiscussa specialità della casa, ma anche il pistacchio, i tre cioccolati (bianco, latte e fondente), il torrone e arancia e cannella.*

*Queste originali varianti dei tipici dolci delle festività, così come altre gustose creazioni natalizie, sono disponibili in negozio, ma anche su ordinazione.*

**Mastro Cianuri** • Via Ruggero D'Andreotto • Perugia • T. 075 5734665 • Il Gelato di Mastro Cianuri

## ***Pan di Bacco***

*Uno scrigno di rara delizia, un peccato di gola nato dal sodalizio tra l'arte dei maestri pasticceri Menchetti e gli ingredienti antichi della tradizione Toscana, come i vini passiti, il lievito madre e le uvette accuratamente selezionate.*

*Il Pan di Bacco è un capriccio raffinato da concedersi ogni volta che si vuol condividere un momento di passione per la buona cucina, sospesi tra la semplicità e la nobiltà dei sapori made in Italy.*



**Menchetti** • Strada Trasimeno Ovest, 7 • Perugia • T. 075 5009617 • menchetti.it

## ***Panbirra***

*Panettone birra e castagne. Una ricetta semplice che consente di ottenere un dolce artigianale delicato ed equilibrato.*

*L'impasto con la birra, la lunga lievitazione e le castagne, uniti alla maestria del pasticcere sono il segreto di questo lievitato artigianale.*

*Puoi trovare questo prodotto direttamente dalle due ditte produttrici, oppure presso Osteria a Priori, in via dei priori 39 a Perugia. Presentando questa rivista si potrà ricevere lo sconto di € 1.*



**Birrificio Perugini** • Zona Artigianale Pietrauta • Montefalco (PG) • f birrificiodeiperugini
**Panificio Tradizionalpane** • Località Pietrauta Centro, 33/A • Montefalco (PG) • f tradizionalpane



*Un ristorante rustico ma elegante, accogliente e familiare*

# LA PASTERIA

## *Assaporare la tradizione*

Al ristorante **La Pasteria**, ai sapori più autentici e gustosi della **tradizione umbra** si unisce la genuinità di una cucina che è come quella di casa e la freschezza e la qualità delle **migliori materie prime**, prevalentemente locali e di stagione. I profumi e i sapori tipici del territorio vengono elaborati con eleganza e rivisitati da tocchi estrosi, gioiosi ed equilibrati.

L'accogliente **ospitalità**, la cordialità e la **simpatia** del perso-







nale, punti forti di questo locale, in pieno **centro storico**, fanno da cornice alla bellezza delle suggestive volte medievali. A fare da protagonisti sono i piatti di terra, tipici della **cucina umbra**, accompagnati da una vasta e selezionata **carta dei vini**.

Lo **chef** elabora invece, di mese in mese, ricette ispirate alla cultura del territorio o rivisitazioni di piatti tipici, con un menù che varia, rispecchiando sempre lo **spirito della stagione**. Per l'inverno dunque si punta sui salumi della Valnerina, sulla **chianina**, sulla norcina al tartufo, che è uno dei piatti top del menu, ovviamente sulla **pasta fatta in casa**, da sempre punto di forza del ristorante, sul tartufo nero, e sulla **pizza**, **cotta nel forno a legna**.

La Pasteria è dunque un **ristorante per tutti i giorni**, arredato con gusto ed elegante semplicità, in stile rustico umbro, **accogliente** e familiare. Il posto ideale per un pasto veloce a pranzo o per una cena piacevole e ricca.

---

**Per info:**
LA PASTERIA
Via Baldo, 5 - Perugia
T. 075 5732427
La Pasteria di Perugia



*A due passi da Perugia*

# METTI UNA GIORNATA **ALL'AGRITURISMO LE QUERCE...**

No, questa non è la solita **recensione**. Questo è il racconto di un'**esperienza** che bisognerebbe vivere per riconciliarsi con la **Natura**. Quando abbiamo deciso di andare a pranzo con tutta la famiglia in questo affascinante agriturismo non era un giorno qualsiasi.

Era domenica **30 ottobre**, la mattina del terremoto. E l'umore non era alle stelle. Però avevamo prenotato da un paio di giorni e una **gita fuori** poteva servire a **staccare la spina** e **distrarre la testa**. Magari approfittando di una giornata di **sole**, caldo come in un pomeriggio di fine primavera. Riunirsi intorno a una tavola con la propria **famiglia**, in un luogo dalla forte connotazione locale è stato, con il senno di poi, anche un modo per riappropriarsi delle **proprie radici** e della propria terra.

L'agriturismo che abbiamo scel-

to per l'occasione si chiama **Le Querce**, ed è a pochi passi dalla prima uscita di Umbertide sulla E45, venendo da Perugia. Lo gestisce **Massimo**, un amico. Il che ci ha fatto sentire sicuramente ancora più a **casa** e più **coccolati**. Ma la vera magia, l'incanto che si è creato in questo posto a **conduzione familiare**, è stato il **clima conviviale** e informale che rende tutti gli ospiti protagonisti di un grande pranzo in famiglia.

In cucina ci sono **cuoche esperte** che custodiscono da decenni la tradizione delle più tipiche ricette umbre. Non a caso il **menù** (un percorso a prezzo fisso che con 20 onestissimi euro dà diritto ad antipasto, primo, secondo e dolce) propone il **meglio della tradizione locale**: dalla **torta al testo** alla **panzanella**, dalle **pappardelle al cinghiale** agli **gnocchi al ragù d'oca**, dai **fagioli con le cotiche** alla **carne di maiale grigliata** sulla grande brace a vista. Poi, in realtà, il menù varia con una certa regolarità, ma è sempre punteggiato da due elementi fissi: **cucina casareccia** e sapori della tradizione.

Dopo **pranzo**, complice il tepore di una giornata strana, ci siamo intrattenuti in giardino, fra **chiacchiere pigre** e il profumo dell'aria fresca. Ha così



***Un agriturismo immerso nel verde per pranzi e cene in nome della cucina casareccia***

preso forma un **pomeriggio** in cui ci siamo riappropriati di **ritmi** lenti e **rilassati**. In mezzo ci sono stati anche i dolci: ricordo in particolare una torta di mele fresche e una crostata, e il caffè. In fondo, invece, c'è stato il proposito di tornare presto.



**Per info:**
AGRITURISMO LE QUERCE
Località Ceppareto di Sotto
Umbertide (PG)
T. 075 9417872
*www.lequerceagriturismo.it*
*Aperto dal Mercoledì alla Domenica sera*
*Sabato e Domenica anche a pranzo*

# L'UMBRIA *DIETRO* L'ANGOLO



***MARCELLANO:*** *il piccolissimo e incantevole borgo medievale che ogni anno si trasforma nella Betlemme umbra*

Un paesino incastonato nel verde e **arroccato** su una piccola collina che conserva tutto il fascino dell'epoca storica che lo caratterizza, il **Medioevo**. Questo è **Marcellano**, frazione del Comune di Gualdo Cattaneo in grado di **incantare i visitatori** tutto l'anno, ma in modo particolare nel periodo natalizio: dal **1984** infatti vi si svolge il **presepe vivente**, evento spettacolare e suggestivo che lo ha reso **famoso** ben al di fuori dei confini umbri.

L'antico borghetto viene tutto coinvolto nella **rappresentazione**, con un centinaio di **figuranti** in costume che riproducono per le vie del paese delle **scene tradizionali** e rievocano così l'attesa della Natività: ci sono le **botteghe** del fabbro e del falegname, quelle del fornaio e della tessitrice, c'è la canestraia e il fruttivendolo, ci sono i pastori, i sacerdoti e i pubblicani. Nelle **taverne** vengono offerti vino e bevande e i fornai invitano ad assaggiare delle **prelibatezze** appena preparate mentre gli **artigiani** mostrano le antiche tecniche di lavorazione e i manufatti realizzati. La **nascita di Gesù** va in scena al calare della sera, in una **stalla** ricostruita fuori le mura dove Maria e Giuseppe si fermano per trascorrere la notte, non essendo riusciti a ripararsi in nessun altro luogo. La **stella cometa** indica la strada ai Re Magi che arrivano ad adorare il bambino riscaldato da un asino e da un bue.

Uno **spettacolo unico ed emozionante** al quale Marcellano fa da **perfetta cornice**: il paesino è infatti costruito sui **resti di un castello medievale** e domina, arroccato, la valle circostante fatta di **boschetti** intervallati da **vigneti** e **oliveti**. I suoi **vicoletti medievali** sono ideali per una passeggiata e magari per un picnic all'aria aperta, in qualsiasi stagione dell'anno.

All'interno del borgo, oltre al **castello** dove il tempo sembra davvero essersi fermato,



PRESEPE

meritano una visita la **chiesa parrocchiale dedicata a Sant'Andrea**, che ospita alcune opere pittoriche attribuibili ad Andrea Polinori, e la piccola e caratteristica **Chiesa della Madonna del Ponte** che si trova proprio ai piedi del castello.



PRESEPE



CHIESA DELLA MADONNA DEL PONTE

## NEL CESTINO PER IL VOSTRO PIC NIC



*Si avvicina il Natale, anche le tavole si arricchiscono per le nostre gite fuori porta.*
*Ecco allora una birra prodotta con il metodo dell'alta fermentazione, con l'utilizzo di malti torrefatti e fave di cacao.*
*Un aroma caldo e avvolgente l'aroma, con delicate note di cioccolato fondente, caffè e sentori di liquirizia. Una birra che esprime dai primi sorsi tutte le note calde del suo aroma.*



*Abbinamento ideale con carni grigliate e stufati di lunga cottura.*
*Ottima da sola, prelibata con cioccolato fondente.*

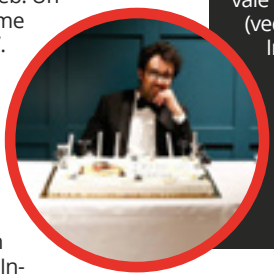
# L'IMPICCIONE

*cinguettii politicamente scorretti*

***Chi ha mai detto di voler campare 100 anni?***

## TANTI AUGURI AL FENOMENO POUR PARLER

Il 3 novembre per Giacomo Innocenzi aka Innowhite è stata una data da ricordare. Il *Pour Parler*, il suo talk show su You Tibe ormai cult del web, ha festeggiato il sesto "compleanno". Che Giacomo fosse un fenomeno non avevamo dubbi, e questo importante traguardo ne è la conferma. Folignate dallo spiccato spirito d'iniziativa, Giacomo può contare più di 375 ospiti intervistati. Solo per citarne alcuni: Dj Ralf, Rocco Siffredi, Bobby Solo, Edoardo Vianello, e - ultimi in ordine di tempo - Antonella Elia e Vittorio Sgarbi. Ma le interviste riguardano anche gente comune, perché per Giacomo tutti hanno una bella storia da raccontare e da condividere sul web. Un talk show il suo dunque, che come recita il claim stesso, è "di tutti". Da YouTube alla Tv il passo è breve e così Innowhite a marzo di quest'anno, si è ritrovato dall'altre parte della barricata a "La vita in diretta" su Rai 1, dove a rivolgergli le domande, in questo caso, era Cristina Parodi. Situazione che si è replicata un mese dopo in un servizio del TG1. Insomma, in sei anni il *Pour Parler* ha consolidato la sua presenza negli interessi dei folignati e non solo. Date le premesse, non abbiamo dubbi che Giacomo continuerà con successo a raccontare la vita delle persone, perché in effetti interessarsi alle persone comuni non è cosa da tutti, e saperle mettere a proprio agio di fronte una telecamera è un'impresa più difficile di quanto si possa pensare. Giacomo sa fare entrambe le cose, e le fa molto bene.



## L'UMBRIA SEMPRE PIÙ "IL CUORE" DEGLI INNAMORATI



Il "Cuore Verde" d'Italia continua a ispirare emozionando non soltanto i turisti ma anche gli innamorati di ogni dove i quali la scelgono, sempre più spesso, per il fatidico 'SI'. È notizia recente infatti che la cantante e atleta paralimpica Annalisa Minetti ha scelto l'Umbria per le sue nozze. La Minetti si è sposata nello splendido complesso medievale immerso nel verde del Castello di Rosciano (vedi anche il servizio fotografico nella sezione Insta-Glam). E poco importa se nonostante la diretta Tv organizzata ad hoc tutte le testate nazionali abbiano superficialmente travisato la realtà, parlando genericamente di nozze avvenute nella «zona di Assisi». L'Umbria è una meta sempre più appetibile e dal fascino incommensurabile: un amore a prima vista per chiunque!

## *I LOVE NORCIA, IL MARCHIO SALVA-VALNERINA*

***È l'Umbria che vuole reagire, che non si rassegna. La resilienza di quell'Umbria in difficoltà che sente il bisogno di rialzare la testa per diventare ancora più forte. Ed è così che grazie ad alcuni imprenditori, commercianti e agricoltori delle zone terremotate è nata l'idea di I LOVE NORCIA. Lo scopo è quello di creare una piattaforma di tipicità della zona da proporre***

***sul mercato mondiale: d'altronde la gastronomia è uno dei settori per eccellenza in grado di far vivere queste zone. Intanto le risposte di aiuto non si sono fatte attendere. La squadra di calcio del Perugia porterà fino a fine stagione sulle maglie il logo I LOVE NORCIA, mentre la squadra di rugby Rosafanti di Varese è stata una delle prime realtà a portare aiuti umanitari. Turismo, cibo, paesaggi, natura e arte. Sono questi gli elementi principali della vita economica e sociale di Norcia e della Valnerina, un territorio che non vuole arrendersi e che vuole continuare a vivere e che grazie a questa nuova avventura riuscirà a rilanciarsi. FORZA! I LOVE NORCIA.***

## CASE IM-POPOLARI. TUTTI CONTRO TUTTI



Al centro di tutto la casa! E così, dopo la denuncia del Sunia Cgil - il principale sindacato degli inquilini privati e degli assegnatari di edilizia pubblica - che ha accusato il sindaco Romizi di discriminazione per aver inserito una clausola (a favore degli italiani) nel bando per l'assegnazione delle case popolari, il volgo ha iniziato a dire la sua. Chi a favore del sindaco come l'on. Catia Polidori: «*sia chiaro: difendere i cittadini è la priorità per i sindaci di Forza Italia. Andrea Romizi ne è l'esempio! Bravo Andrea!*» e chi contro, come l'onnipresente Tommaso Bori che parla di menzogna specificando che «*aumentare la residenza a 15 anni nel Comune di Perugia Porta situazioni di disagio: un migrante che risiede a Perugia da 15 anni ha priorità rispetto ad un italiano che si trasferisce nella nostra città da Olmo*» dimenticando però che Olmo fa parte del Comune di Perugia; e chi invece fa spallucce dicendo di rispettare tutti ma intanto maledice chi vende gli ombrelli in Corso Vannucci. In verità nessuno si è domandato una cosa fondamentale: ma esiste davvero anche il sindacato degli inquilini? Che disagio popolare!



## 172 LEGGERISSIMI (PER L'ANIMA) CHILI DI MONETE!

*Uno degli ultimi eroi contemporanei, un romantico dalle fattezze d'altri tempi, un dissidente con il senso dell'umorismo. Potrebbe essere un modo per descrivere il protagonista di questa storia, Sauro Scarpocchi, noto ristoratore dell'Isola Maggiore. Un altro punto di vista potrebbe essere quello del poliziotto che si era visto presumibilmente oltraggiato dall'ottantenne, che aveva appena multato per 'eccesso di velocità' a bordo del suo motoscafo. Scarpocchi da questa vicenda ne era uscito alleggerito di cinquemila euro da versare per le spese legali alla parte civile. E fin qui nulla davvero degno di cronaca. Se non fosse per un dettaglio: l'istrionico personaggio ha pagato tramite assegno solo quattromila dei cinquemila euro dovuti, rendendo noto che «avendo finito i risparmi ho dovuto rompere il salvadanaio nel quale ho trovato -guarda caso- centomila monete da un centesimo». E così gli ultimi mille euro, che nel caso specifico avevano un peso di 172 chili, sono stati consegnati a saldo alla parte lesa che, in tutto ciò, se li è dovuti pure andare a prendere all'Isola Maggiore. Quando si dice 'togliersi un peso... dalla coscienza'.*

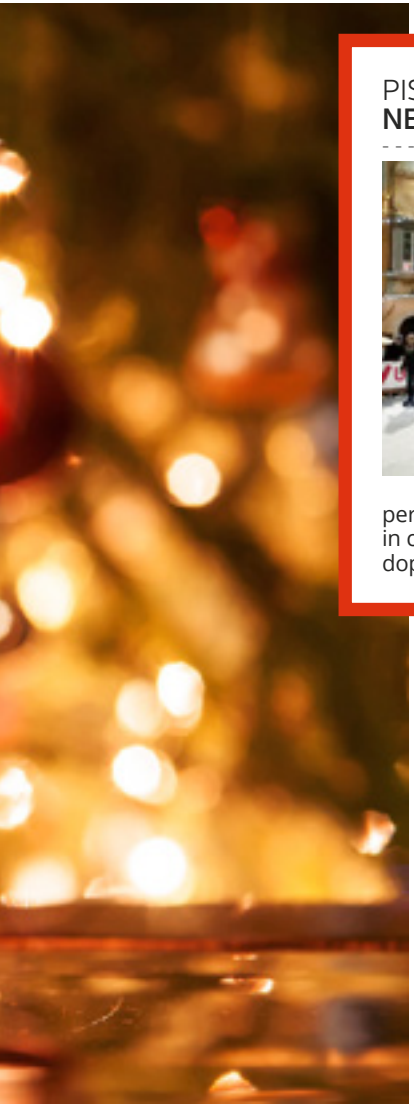
# VEDERE, FARE... **NATALE**

*Testo: Claudia Alfonso – Brano: "Let it snow" – Mario Biondi*



## UNA PICCOLA LISTA DEGLI **EVENTI NATALIZI** DA NON PERDERE

**Il Natale si respira in ogni angolo**. Tutto è Natale. Le strade si riempiono di **luci natalizie**. Nei negozi non mancano splendidi **alberi colorati**. Le **piste di ghiaccio**, i **presepi viventi** o, addirittura, di **ghiaccio**, i **mercatini** e **tantissimi eventi** riempiono di aria di festa tutti gli spazi delle città e di magia i cuori dei più piccoli ma anche dei grandi.
Noi di **PM** abbiamo deciso di indicarvi gli **eventi imperdibili** disseminati per tutto il territorio umbro. Per non rinunciare mai alla **splendida magia del Natale**.



## PISTA DI PATTINAGGIO **NEL CENTRO STORICO DI PERUGIA**



FOTO: UMBRIA 24

Torna l'appuntamento (ormai piacevole consuetudine) con la pista di pattinaggio nel cuore di **corso Vannucci**.

Ghiaccio, pattini, lucine e divertimento per grandi e piccini in piazza della Repubblica, per rendere il **Natale** in centro ancora più accattivante. La pista resterà allestita fino a dopo la **Befana**.

## PISTA DI GHIACCIO **A TODI**



FOTO: ROBERTO BAGLIONI

Dal 26 Novembre all'8 Gennaio, in Piazza del Popolo a Todi sorgerà una **pista di ghiaccio di 400mq.** Sia grandi che piccini potranno pattinare, cullati dalla musica e avvolti da una splendida atmosfera di festa. Non mancheranno piccole strutture in legno per sorseggiare **cioccolata calda** e **vin brulè**. Durante la serata inaugurale sarà presente una squadra di pattinatrici sul ghiaccio.



# IV_TRIMESTRE

## le nostre CENE TEMATICHE

**QUATTRO PASSI NEL BOSCO**
TARTUFO, CINGHIALE, CAPRIOLO... UNA SERATA BOSCOSISSIMA!!
GIO 17 NOV

**BIRRA & BISTROT**
BIRRA CON MANGO ED HABANERO, PILSNER AFFUMICATA
GIO 24 NOV

**ESCARGOT**
DI MARE, DI TERRA... SOLO PER APPASSIONATI
GIO 8 DIC

**CRUDI DA MARE**
TARTARE E MARINATI DAL MARE
GIO 22 DIC

**BRUNCH DI SANTO STEFANO**
BRUNCH A BUFFET QUATTRO CHIACCHIERE, TANTI AMICI
LUN 26 DIC

**UN SALUTO AL 2016**
CENA DI FINE ANNO E OPEN BAR
GIO 31 DIC

cucina a vista_espressa_creativa_ti aspettiamo

SEGUICI SU

NORMA
URBAN FOOD
E TAKE AWAY

INFO E PRENOTAZIONI
T. **075.800.27.20**
VIA TORGIANESE 3
BASTIA UMBRA



## IL PRESEPE DI GHIACCIO **DI MASSA MARTANA**

A **Massa Martana** nell'ambito di *Presepi d'Italia*, la mostra nazionale del Presepe Artistico, sarà possibile ammirare un originale progetto: verrà scolpito un **presepe** unico in Italia, grande circa **15 mq**, **con statue in ghiaccio che brilleranno come se fossero di cristallo** e sembreranno illuminate da un milione di luci.

La mostra si terrà dal 24 dicembre all'8 gennaio.



## EXPO REGALO **A BASTIA UMBRA**

Dal **3** all'**11 dicembre**, nello spazio espositivo di **Umbriafiere** a **Bastia Umbra**, torna Expo Regalo, la kermesse interamente dedicata ai **regali di Natale**.

Quest'anno l'evento si arricchisce di alcune **aree tematiche**, dalle **grandi firme** a prezzi d'occasione, al **food expo**, fra **cake design** e **tavola imbandita**; senza tralasciare, ovviamente, i due grandi classici: gli **addobbi natalizi** e le **idee regalo**. L'ingresso è gratuito.



## GIOCA LA TOMBOLA DELLA BELLEZZA

Dal 15 al 30 novembre vieni a ritirare la tua cartella*

**TOMBOLA**
*1 scrub corpo + 1 massaggio total body + 1 lezione trucco personalizzata + 50% di sconto su 1 tratt. a scelta*

**TOMBOLINO**
*1 pedicure + 50% di sconto su 1 tratt. a scelta*

**1 CINQUINA**
*1 massaggio parziale + 30% di sconto su 1 tratt. a scelta*

**PRIME 2 QUATERNE**
*1 pressomassaggio + 30% di sconto su 1 tratt. a scelta*

**PRIMI 3 TERNI**
*1 doccia solare + 20% di sconto su 1 tratt. a scelta*

**PRIMI 3 AMBI**
*1 quadrifacciale + 20% di sconto su 1 tratt. a scelta*

**Verrà distribuita una cartella per ogni scontrino minimo da €30. Fino ad esaurimento cartelle. Per ulteriori dettagli, vieni a trovarci o seguici su FB.*

Il Primosole

**IL PRIMOSOLE - ESTETICA E SOLARIUM**

Via Bonazzi 10 – Perugia • Tel. 075 5732061 • ilprimosole@email.it • Il Primosole Estetica

## NATALE ALLA ROCCA PAOLINA **DI PERUGIA**

Immancabile è il ***Natale alla Rocca*** Paolina di Perugia che quest'anno si terrà dall'8 dicembre all'8 gennaio. È considerato uno dei mercatini più belli d'Europa, soprattutto per la magica atmosfera che si crea nell'**underground** della **Perugia medievale**.

Numerosissimi saranno gli stand allestiti che proporranno dagli addobbi e decorazioni natalizie agli oggetti in legno o tessuto.



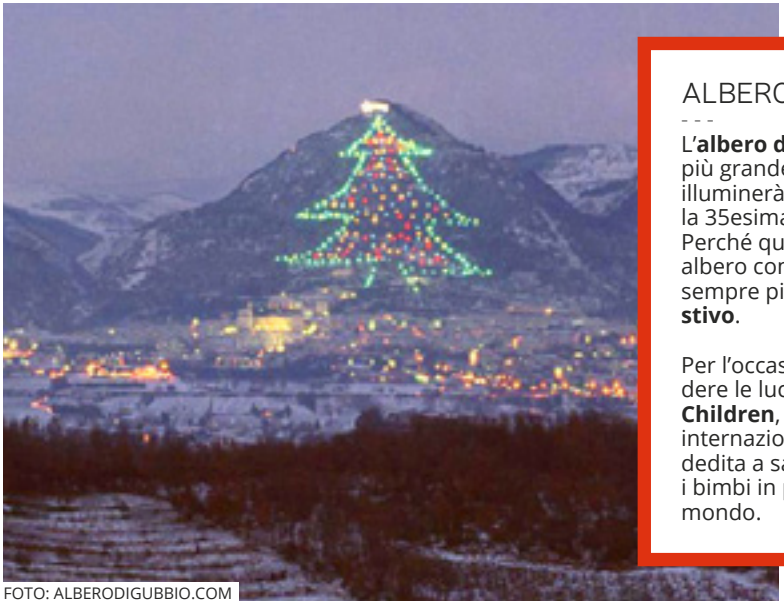


FOTO: ALBERODIGUBBIO.COM

## ALBERO **DI GUBBIO**

L'**albero di Gubbio**, quello più grande al mondo, si illuminerà il 7 dicembre per la 35esima volta.
Perché quest'anno il famoso albero compie **35 anni** ed è sempre più **bello e suggestivo**.

Per l'occasione ad accendere le luci sarà **Save the Children**, l'organizzazione internazionale indipendente dedita a salvare e a tutelare i bimbi in pericolo in tutto il mondo.





## LA MAGIA DEL NATALE **AD ASSISI**

Dall'8 al 18 dicembre, **Assisi si riempie di magia**. Oltre 100 stand per i **mercatini** in piazza con prodotti d'artigianato, gatronomici e addobbi natalizi, villaggi creati ad hoc, un **trenino** di Babbo Natale, tanta animazione e laboratori per i bambini.

Non mancherà la musica dei **concerti** che sarà in sottofondo a questo evento di festa, nel paese più suggestivo e mistico che ci sia. Da non perdere anche la tradizionale mostra di presepi, alla Porziuncola di Santa Maria degli Angeli.



## NATALE **A MARSCIANO**

**Marsciano in festa per il Natale**. I **mercatini** dedicati all'artigianato, all'hobbismo, alla **gastronomia**, ai prodotti tipici e alle tante offerte natalizie animeranno il centro storico, il 10 e 11 dicembre dalle 9 alle 20.

Inoltre nelle date del 24, 26 dicembre e 1, 5, 6, 8, gennaio rivive nel **borgo marscianese di Compignano** uno dei più suggestivi **presepi viventi umbri**. Il 24 dicembre e il 5 gennaio il presepe viene rappresentato in notturna a partire dalle ore 21.

Dulcis in fundo il 5 gennaio ***Tutti in piazza scende la befana*** dalle ore 18 sempre nel centro storico di Marsciano.

## LA VERA CASA **DI BABBO NATALE** A TODI

In un palazzo storico di Todi nasce ***La vera casa di Babbo Natale***. Alcuni giocosi elfi guideranno i piccoli ospiti in questo luogo magico, dove si potranno vedere la camera, la cucina, lo studio di **Babbo Natale** e addirittura ci si potrà sedere sulla sua poltrona. Babbo Natale sarà sempre disponibile per scattare delle **foto** ricordo con i suoi piccoli ospiti. Tra l'altro i più piccini potranno consegnare le letterine con tutti i loro desideri agli elfi presenti, i quali provvederanno a consegnarle direttamente a Santa Claus.



La casa di Babbo Natale sarà visitabile dal 26 Novembre all'8 Gennaio in **Piazza del Popolo a Todi**.



## PRESEPE VIVENTE **DI MARCELLANO**

Se si vuole respirare il vero **clima natalizio**, immergendosi in un contesto che evoca la Natività nella lontana e antica **Betlemme**, l'evento da considerare imperdibile è il **presepe vivente di Marcellano**.
Più di 100 personaggi accompagneranno il visitatore in questo suggestivo viaggio nella storia del mondo.

La rappresentazione avrà luogo il 25 e il 26 dicembre, e l'1 e il 6 gennaio 2017.



IL 28 DICEMBRE SI TERRÀ "**BACK FOR CHRISTMAS**": MUSICA, ARTE, DIVERTIMENTO E SOPRATTUTTO BENEFICENZA

*Testo: Isabella Zaffarami - Brano: "The passenger" - Iggy Pop*

# GLI UMBRO-MILANESI SI INCONTRANO A PERUGIA

*L'iniziativa è di **Umbriami**, l'associazione degli umbri che vivono a Milano*

Sono umbri, ma vivono a Milano e si incontreranno per una serata natalizia all'insegna della convivialità, ma anche della beneficenza e con l'obiettivo di creare sinergie e "**ponti**" tra la realtà umbra e quella milanese.

Con "***Back for Christmas***", questo il nome dell'evento, si intende quindi cogliere l'occasione delle vacanze natalizie per coinvolgere pienamente la terra d'origine degli iscritti, organizzando il primo evento ufficiale in Umbria.
L'appuntamento è per **mercoledì 28 dicembre** presso il locale "Mediterraneo Pasta Pizza e Pomodoro".

"*Abbiamo pensato a Back for Christmas* – spiega **Gloria Gagliardoni**, presidente dell'associazione per l'anno 2016 – p*erché avevamo voglia di realizzare un evento con lo*

*stesso impegno con cui lo facciamo a Milano, ma per coinvolgere anche i nostri amici umbri e quale migliore occasione del rientro a casa per le **feste natalizie**? Inoltre era da tempo che pensavamo ad attività di **beneficienza** e questo ci è sembrato il momento giusto per attivarci anche su questo fronte*".



*I **soci**, oggi più di **140**, sono prevalentemente **giovani** professionisti e studenti universitari*

La serata infatti è organizzata in collaborazione con l'associazione "**Avanti Tutta!**" a cui saranno devoluti parte degli incassi.

L'associazione **UmbriaMi** nasce con lo scopo di riunire in una **community** tutti gli umbri – e sono davvero tanti - che per motivi professionali, personali e di studio si sono trasferiti a Milano. I soci, oggi più di 140, sono prevalentemente **giovani professionisti** e **studenti universitari**, ma anche umbro-milanesi impegnati nel mondo dell'**arte** e della **televisione**.

"Abbiamo sempre pensato – continua Gloria - di dover portare al nord un po' della nostra regione. Per questo i nostri eventi, seppure in pieno stile milanese, hanno sempre fatto respirare un po' di Umbria a tutti i partecipanti. Che si trattasse di arte, letteratura o vino, l'Umbria in qualche modo approdava a Milano e il riscontro in termini di apprezzamento ci fa continuare con piacere su questa linea".

"*Quella del 28 dicembre sarà una serata all'insegna della musica, dell'arte, del divertimento e soprattutto della beneficienza* – spiega **Giulio Grandi**, responsabile del Comitato organizzativo – *Questa volta porteremo giù un po' di Milano per i nostri amici umbri. Ci piacerebbe coinvolgere anche qualche istituzione per far conoscere meglio la nostra associazione e il ruolo che potrebbe avere per la **visibilità** del nostro territorio sotto tanti punti di vista*".




---

**Per info:**
UmbriaMi
Milano
*www.umbriami.it*
UmbriaMi

LA SECONDA EDIZIONE DELLA CORSA DEI BABBO NATALE A PERUGIA

# BABBO RUN

## PERUGIA

COMPETITIVA 8 KM
NON COMPETITIVA 3,5 KM

ALLA RICERCA DELLA RENNA PERDUTA

## 11 DICEMBRE 16

PER INFORMAZIONI
MICHELE BIGERNA: 347 5188400 - GABRIELE DURANTI: 393 0822721

WWW.BABBORUN-PERUGIA.IT

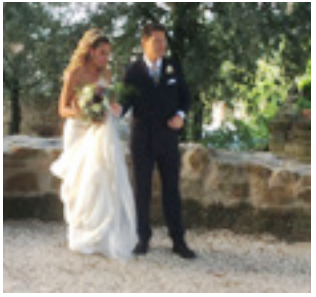


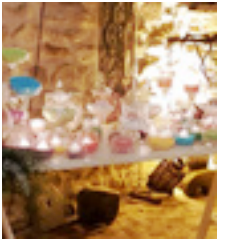






## **MATRIMONIO ANNALISA MINETTI** @CASTELLO DI ROSCIANO





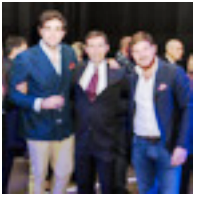


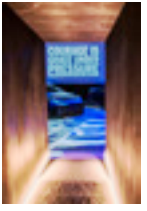



Il Ristorante
La Taverna
vi augura
buone feste
Via delle Streghe - Perugia
T: 075 5724128



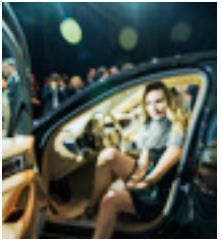


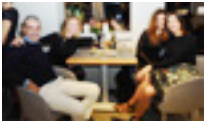





## LANCIO NUOVA PORSCHE PANAMERA - AUTOCENTRI GIUSTOZZI
@RELAIS NUN ASSISI









*Tanti auguri*
*dal tuo service stellare*
***Mercedes Star Class!***



Star Class
service

Via Gustavo Benucci, 14 Perugia | +39 075 597201 | starclassservice








**AD MOTOR - CLOSED ROOM NUOVA SERIE 5 BERLINA** @CUCINELLI - SOLOMEO














# A NATALE REGALA L'UMBRIA

## AUGURI DA UMBRŎ

#nataleconumbrò

Componi il TUO Cesto Natalizio da Umbrò, scegliendo tra le centinaia di prodotti della nostra offerta enogastronomica 100% made in Umbria, creando un sapore unico per un regalo di Natale Speciale.

UMBRŎ

| dalle 08.00 alle 24.00 | #nataleconumbrò

| via sant'ercolano 2/4/6 | perugia centro | T. 075.5727809 / 327.3513522 | prenotazioni.umbro@gmail.com |

# POST IT

miscellanea
di appunti
per vivere
meglio
l'Umbria



*Dal 25 al 27 Novembre*

## *UN'ORA DI TRANQUILLITÀ*

UNA COMMEDIA PER LA REGIA DI MASSIMO GHINI

**Massimo Ghini** si misura con la comicità di un testo di **Florian Zeller**, uno dei più apprezzati drammaturghi francesi contemporanei. Una **commedia moderna**, brillante e divertente, grazie a equivoci e battute esilaranti. Un uomo, che cerca disperatamente un **momento di solitudine** e serenità, è riuscito a rintracciare e acquistare un vecchio disco in vinile da un rigattiere, ma mentre cerca di trovare il modo per dedicarsi a questo cimelio, tutta una serie di eventi e personaggi lo interrompono. Il tempo di pace è un sogno irraggiungibile fino al momento in cui tutto si ferma e il disco viene finalmente preso per essere ascoltato.

*Teatro Morlacchi*
*Piazza Francesco Morlacchi, 19 – Perugia*
*T. 075 5722555*



*29 Novembre*

## *RAPHAEL GUALAZZI*

IL JAZZ SUL PALCO DEL LYRICK

Nato a Urbino nel 1981, il cantante e pianista Raphael Gualazzi è uno dei più abili **musicisti jazz-blues** in Italia. Il suo album di debutto *Love outside the window* è del 2005, ma Gualazzi ha raggiunto un riconoscimento più ampio quando nel 2009 la sua cover di *Don't stop*, di Fleetwood Mac, è stata utilizzata per uno spot TV della compagnia energetica ENI. Partecipando al Festival di Sanremo nel 2011 Gualazzi vince nella categoria Giovani e viene scelto per rappresentare l'Italia all'Eurovision col brano composto da lui in due lingue "*Follia d'amore*". Adesso sarà nei teatri d'Italia con il suo nuovo album ***Love Life Peace***.

*Teatro Lyrick*
*Via Gabriele D'annunzio*
*S. M. degli Angeli – Assisi (PG)*
*T. 075 8044359*



*1 Dicembre*

## *VENERE IN PELLICCIA*

SABRINA IMPACCIATORE AL TEATRO CUCINELLI

**Sabrina Impacciatore** e **Valter Malosti** saranno i protagonisti dell'acclamata pièce teatrale da cui Roman Polanski ha tratto l'omonimo film. La storia racconta di un regista che dopo una lunga giornata di audizioni non ha ancora trovato la protagonista di ***Venere in pelliccia***. A fine giornata, gli si presenta una ragazza rozza e sboccata che chiede insistentemente di poter fare un'audizione. Tra **regista e attrice**, vittima e carnefice, inizia un esilarante combattimento, un vertiginoso scambio di ruoli. Ne scaturirà un duello teatrale, in cui i confini tra realtà e finzione vanno lentamente sfumando, lasciando il regista e gli spettatori ostaggio di un **finale enigmatico** e misterioso.

*Teatro Cucinelli*
*Via Giovine Italia 2 – Solomeo (PG)*
*T. 075 6970890*



*9, 10 e 11 Dicembre*

## *DUE PARTITE*

TORNA LA COMMEDIA DI SUCCESSO DELLA COMENCINI

**Giulia Michelini**, **Paola Minaccioni**, **Giulia Bevilacqua** e **Caterina Guzzanti** saranno le protagoniste della commedia di Cristina Comencini intitolata ***Due Partite***. Sullo sfondo degli anni 60, quattro amiche in salotto parlano e giocano a carte. Nella camera accanto, le loro figlie giocano a fare le signore. Il tempo passa e le quattro bambine diventano donne che si ritroveranno a riprendere i discorsi delle loro madri nella stesso salotto di un tempo. **Una commedia che unisce tragico e comico**, alternando le risate alla commozione.

*Teatro Morlacchi*
*Piazza Francesco Morlacchi, 19 – Perugia*
*T. 075 5722555*

# CARPANO

## CHRISTMAS GIFT -20%

**Abbigliamento:**
**KENZO • ELISABETTA FRANCHI • NORA BARTH**
**TWIN SET • MANGANO • GAELLE PARIS • KONTATTO**
**SHIRT A PORTER • PELLICCE NENETTE**
**Accessori:**
**KENZO • ELISABETTA FRANCHI • GIVENCHY**
**TWIN SET • V 73 VENEZIA • GAELLE PARIS**

VIA FANI, 6/8 • PERUGIA • TEL 075.5735333
*Carpano* *Carpano* *Carpano*

---

# LIU•JO

monomarca abbigliamento e accessori
VIA FANI, 3/1 • PERUGIA • TEL 075.5735600



*15 Dicembre*

## AMLETO

DANIELE PECCI AL TEATRO COMUNALE DI TODI

L'***Amleto*** di Shakespeare è uno dei testi più complessi dell'universo teatrale. Un testo in cui protagonisti sono le infinite contraddizioni dell'essere umano, l'amore, le ingiustizie, le controversie, il dolore, la perdita, i grandi destini e i temi dell'umanità. Fedele al testo e con una traduzione atta a esaltarne tutte le possibilità poetiche, lo spettacolo vede in scena un importante cast capeggiato da **Maddalena Crippa** e **Daniele Pecci**, anche in veste di regista. Lo spettacolo andrà in scena al teatro comunale di Todi in **esclusiva regionale**.

*Teatro Comunale di Todi*
*Via Giuseppe Mazzini, 15 – Todi (PG)*
*T. 075 8956706*



*Dal 28 Dicembre al 1 Gennaio 2017*

## UMBRIA JAZZ WINTER #24

ORVIETO SI TINGE DI... *JAZZ*

**Il jazz in inverno**. Torna nel centro storico di Orvieto, ***Umbria Jazz Winter*** alla sua 24esima edizione. Per questa edizione, Umbria Jazz Winter presenterà **molto jazz americano**, e di altissimo livello. Ma un ruolo di rilievo verrà comunque riservato al **jazz tricolore**. Gli ingredienti principali oltre alla **tanta buona musica**, saranno l'ospitalità di uno dei più bei paesi umbri, i luoghi da visitare che testimoniano un'antica civiltà, dell'ottimo cibo accompagnato dai grandi vini del territorio. Con questi presupposti sarà un piacere farsi trasportare dalle note del jazz. Consultare il sito per scaricare l'intero programma.

*Luoghi vari*
*Orvieto (TR)*
*www.umbriajazz.com*

Bocci
PREMIATA ENOTECA
LA BOTTEGA DEL GUSTO
VINI ≈ LIQUORI
• DOLCIUMI •
CONFEZIONI NATALIZIE

BOCCI ROBERTO
DRINK & FOOD SERVICE





**VASTO ASSORTIMENTO DI LIQUORI PER I GRANDI CLASSICI E PER TUTTI I DRINK DELLE NUOVE TENDENZE**

**SPECIALITÀ, PRODOTTI ENOGASTRONOMICI DOLCI PRELIBATEZZE PER UN MAGICO NATALE**


**ENOTECHE BOCCI ROBERTO**
Via Case Bruciate 9/11 - Perugia
Tel 075.5007770
Enoteche Bocci
Roberto@bocciroberto.it

**BOCCI ROBERTO DRINK & FOOD SERVICE**
Via P. Soriano, 38 - S. Andrea delle Fratte - Perugia
Tel 075.5287476 - Fax 075.5287526
info@bocciroberto.it - www.bocciroberto.it
Bocci Roberto Drink & Food Service



*29 Dicembre*

## LA SCIANTOSA

SERENA AUTIERI RILEGGE ELVIRA DONNARUMMA

**Serena Autieri** sarà la "capinera napulitana", la regina indiscussa dei cafè chantant d'inizio 900, anticonformista e antidiva. Serena Autieri entra nei luoghi e nei codici del caffè concerto e del varietà, vero e proprio spartiacque tra la musica di Napoli che fu e quella che verrà, con un significativo lavoro di ricerca e rivalutazione nel repertorio dei primi del '900, prima che la **canzone della Belle Epoque** ceda il passo all'inno patriottico con l'entrata in guerra dell'Italia. Si ritrovano, così, quelle radici poetiche e melodiche ottocentesche e quei profumi arabi, saraceni, americani che **Napoli** ha ruminato e restituito al mondo nella sua inconfondibile cifra.

*Teatro Lyrick*
*Via Gabriele D'annunzio*
*S. M. degli Angeli – Assisi (PG)*
*T. 075 8044359*



*7 e 8 Gennaio 2017*

## UNA FESTA ESAGERATA!

IL NUOVO SPETTACOLO DI VINCENZO SALEMME

***Una festa esagerata!*** il nuovo spettacolo di **Vincenzo Salemme**, nasce dalla voglia di raccontare in chiave realistica e divertente il **lato oscuro e grottesco dell'animo umano**. L'autore ci tiene a precisare che non si riferisce ovviamente all'umanità intera, ma più che altro a quella che è definita "piccola borghesia". Salemme vuole parlare di quelle che impropriamente sono dette **persone normali**, di coloro che vivono di convenzioni, di relazioni sociali usando come cifra comunicativa l'**ipocrisia**, considerandola l'unica arma per sopravvivere. Lo spettacolo si terrà al Teatro Lyrick.

*Teatro Lyrick*
*Via Gabriele D'annunzio*
*S. M. degli Angeli – Assisi (PG)*
*T. 075 8044359*

GHERLINDA PRESENTA

# NATALE

## gherlinda





**IL NATALE AL GHERLINDA È FACILE!**
Più negozi per i tuoi regali,
più attrazioni per i tuoi bambini,
più diveritimento e ristorazione di qualità.

gherlinda.perugia | @gherlinda_bot | www.gherlinda.it

GHERLINDA
AL CENTRO DELLE EMOZIONI



*Dal 18 Novembre al 18 Dicembre*

## POLLY BROOKS

LA DIPINGENTE. DRAWINGS...
ED ALTRI MOTI FERMI

La mostra dell'artista **Polly Brooks**, intitolata ***La Dipingente. Drawings... ed altri Moti Fermi***, rappresenta un autonomo e singolare percorso artistico dedicato al dipingere. L'esposizione ripercorre i vari periodi e le differenti fasi e articolazioni della personale ricerca estetica dell'artista nata a Londra, ma trasferitasi in Umbria per continuare l'esplorazione nel mondo dell'arte. Lo sguardo stesso dello **spettatore** non è esterno ma può essere considerato proprio interno alle **dinamiche espressive linguistico-segniche**. La mostra è a cura di **Maria Ausilia Binda**. L'esposizione si terrà a Perugia presso il Centro per l'Arte Contemporanea Trebisonda.

*Centro per l'Arte Contemporanea Trebisonda*
*Via Bramante, 26 – Perugia*
*T. 331 5793797*



*Dal 25 Novembre al 5 Febbraio*

## COLOMBA DA RIETI E GIUSEPPE VISCARDI

ARTE E DEVOZIONE POPOLARE

***Colomba da Rieti*** e ***Giuseppe Viscardi. Arte e devozione popolare*** è una mostra che ha incoraggiato l'approfondimento sul tema del **culto locale** rivolto a Colomba da Rieti, tramite la ricerca sulle opere e sugli artisti presenti a Perugia. Un'opportunità anche per riscoprire **quattro lavori dedicati alla Beata Colomba** provenienti da diverse collezioni: due opere inedite del pittore **Giuseppe Viscardi**, un'opera di **Giovanni Antonio Scaramuccia** e un'opera di un pittore del XVII secolo. La mostra, a cura di **Michele Drascek**, **Duccio K. Marignoli** e **Laura Teza**, si terrà presso il Museo del Capitolo della Cattedrale a Perugia.

*Museo del Capitolo della Cattedrale*
*Piazza IV Novembre, 23 – Perugia*
*T. 075 5724853*

Ristorante

# Locanda dell'Arco

***GLI APPUNTAMENTI IMPERDIBILI***

*L'aperitivo del mercoledì*
*Cena di pesce il venerdì accompagnati dalla musica del piano bar*



**SEMPRE APERTI A PRANZO CON UN RICCO BUFFET E DELIZIOSI PRIMI PIATTI**
**E SEMPRE PRONTI PER LE TUE OCCASIONI PIÙ IMPORTANTI**
**(PRANZI, CENE, FESTE DI COMPLEANNO, FESTE DI LAUREA E ALTRE RICORRENZE)**


Ristorante
Locanda dell'Arco
Via Ulisse Rocchi, 36, 06123 Perugia

*Per informazioni e prenotazioni*

*tel. 320 57 85 927*

m.facebook.com/lalocandadellarco



*Fino al 10 Gennaio 2017*

## **S**OSPESO

AD ASSISI UN'INSTALLAZIONE
DI EMANUELE GIANNELLI

Fino al **10 gennaio** sarà possibile ammirare ***Sospeso***, un'installazione di Emanuele **Giannelli**. Giannelli vive da lungo tempo in Versilia ed è qui che l'artista sperimenta materiali e tecniche con indomita curiosità e sapienza manuale. Giannelli persegue l'anatomia mutante dai tempi dell'Accademia, incosciente ma anche libero rispetto agli andamenti linguistici internazionali. Lui affronta il mondo attraverso la duttile elasticità del corpo umano, attraverso il gesto semantico, attraverso dilatazioni e compressioni muscolari. L'installazione sarà visibile 24 ore su 24, presso la **Fonte di San Nicolò ad Assisi**.

*Fonte di San Nicolò*
*Via Portica – Assisi (PG)*
*www.minigallery.it*



*Fino al 29 Gennaio 2017*

## **F**RANCESCO
## E LA CROCE DIPINTA

LA GALLERIA NAZIONALE DELL'UMBRIA
OSPITA ALCUNI CAPOLAVORI DEL TERRITORIO

**Marco Pierini**, direttore della Galleria Nazionale dell'Umbria ha curato la mostra dal titolo ***Francesco e la Croce dipinta***. Un'esposizione che documenta lo sviluppo della **croce dipinta** e del suo legame con la figura del *poverello* di Assisi, **San Francesco** spesso raffigurato ai piedi della croce stessa, in adorazione del Cristo. La mostra è composta da **9 capolavori**, tutti del territorio umbro e riconducibili agli anni 70 del '200 e al primo ventennio del 1300 e sarà visitabile presso la **Sala Podiani** della Galleria Nazionale dell'Umbria di Perugia.

*Galleria Nazionale dell'Umbria*
*Corso Vannucci, 19 – Perugia*
*T. 075 58668415*



*Bevagna*

## LA BOTTEGA DI ASSÙ

UNO SCRIGNO DI ESPERIENZE, GUSTI E SAPORI

La Bottega di Assù, prim'ancora di essere un luogo è un **non luogo**. È uno scrigno magico sospeso nel **tempo** e nello **spazio**, in cui vi sembrerà di immergervi in una bolla fuori dalle dimensioni abituali. Qua il **tempo** scorre più **lento** e l'**occhio** è appagato insieme al **palato**, grazie a un **ambiente intimo** e **raccolto** in cui a farla da padrone sono i **libri** e tante belle opere di **artigianato artistico**. La carta, aggiornata di frequente, propone **piatti tipicamente umbri** e stagionali, **vini** selezionatissimi, **affettati** e **formaggi** di qualità e splendidi dolci fatti in casa.

*La Bottega di Assù*
*Corso Matteotti, 102 – Bevagna*
*T. 0742 360978*



*Cascia*

## LOCANDA GIUSTINI

CUCINA D'AUTORE E SAPORI DEL TERRITORIO

Possono un pranzo o una cena valere un piccolo **viaggio**? Se la meta di questo viaggio è la Locanda Giustini a **Cascia**, la risposta è sì. Il ristorante dell'hotel Cursula è una piccola perla di **qualità** e **buona cucina**, incastonata in una location accogliente e di **charme** ai piedi della città di Santa Rita. Attenzione alle **materie prime**, **cucina creativa**, grande sapienza nell'accostamento dei **sapori**, piatti generosi e sempre bellissimi da vedere: sono questi i biglietti da visita di un ristorante che propone il meglio dei prodotti regionali: **tartufo**, **zafferano**, **carni** e **formaggi**. Da provare.

*Locanda Giustini*
*Via Cavour, 3 – Cascia*
*T. 0743 76206*
*hotelcursula.com*



*Perugia*

## WANG

NOODLES DA SOGNO E PIATTI CINESI NON OMOLOGATI

C'è stato un tempo in cui i ristoranti cinesi spuntavano come **funghi**, poi sono diventati **inflazionati** ed iper-omologati e in un attimo si sono ritrovati a essere il sinonimo di **pessima qualità**. Quasi sempre. Perché, fortunatamente, esistono delle felici eccezioni. E **Wang**, piccolo e raccolto ristorantino di **specialità cinesi** in corso Garibaldi, è una di queste. I **noodles** sono qualcosa di unico per cui vale la visita. I **prezzi** sono **modici** e se parlate con il proprietario riuscirete a farvi preparare qualche tipica pietanza cinese fuori dal menù.

*Wang*
*Corso Garibaldi, 15 – Perugia*
*T. 075 5724309*



*Trevi*

## LA CUCINA DI SAN PIETRO A PETTINE

QUANDO LA PASSIONE SPOSA LA QUALITÀ

In questo delizioso ristorante, all'interno della **Tenuta di San Pietro a Pettine** presso **Trevi**, si materializza il sogno di una **famiglia**. Quel sogno nasce con l'amore per il **tartufo**, iniziato nel 1948 con Nello e Maria Capricci, e con il desiderio di condividere intorno a un tavolo, tra amici, questa grande **passione**. Da queste premesse prende forma La Cucina, un ristorante accogliente in cui assaporare il meglio del **territorio umbro** declinato intorno al tema tartufo. Un'esperienza unica e imperdibile. Il ristorante è aperto dal **mercoledì al sabato** a **cena** e la **domenica** a **pranzo** e per l'aperitivo serale sull'**aia**.

*La Cucina*
*Loc. San Pietro a Pettine – Trevi*
*T. 0742.381480 – 334 5363028*
*sanpietroapettine.it*

# Abati

CASA





TESSUTI



DAL 1 DICEMBRE
SEMPRE APERTI
10:30 > 13:00
16:00 > 19:30

SABATO POMERIGGIO
"L'ORA DEL TÈ"

LUCI



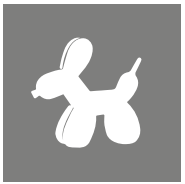






DESIGN

REGALI











LISTA NOZZE







Abati - Via Dottori, 64 - 06132 Perugia - 0755288247

FLOS
VARIER
ARTEMIDE
STOKKE
ALESSI
KITCHEN AID
KARTELL
VENINI
FATBOY
IITTALA




www.abati.it




## Audi Zentrum Perugia

Via Pievaiola, 207 - Perugia
Tel. 075.528301
www.giustozziauto.com - info@giustozziauto.com