

## NEWSLETTER GIUGNO 2020



# INTERNATIONAL WOMEN'S CLUB OF ROME

### COMITATO ESECUTIVO

Presidente	Nella Cirinnà (Italia)
Vice presidente	Renata Furlan (Austria)
Tesoriera	Rosalba Cogliandro (Italia)
Segretaria corrispondente	Ingrid Dijkers (Paesi Bassi)
Segretaria di seduta	Patricia Bouchez (Belgio)

### COMITATO PERMANENTE

Programmi	Nella Cirinnà (Italia)
	Gertrud Wiedmer Rossi (Svizzera)
Ospitalità	Marisa Marengo (Italia)
	Renata Furlan (Austria)
Membership	Renate Roth (Germania)
	Ingrid Dijkers (Paesi Bassi)
Coordinamento gruppi	Victoria Cresci Quagliero (Argentina)



Nei giorni scorsi è deceduto il maestro Ezio BOSSO.

La Rai ha trasmesso un programma registrato nel quale è stata data la possibilità a molte persone di conoscerlo di persona. Ma chi era Ezio BOSSO?



Un musicista completo: contrabassista, pianista, compositore, musicologo e direttore d'orchestra. Ha percorso le tappe della sua carriera senza tralasciare nulla che servisse ad ampliare la sua conoscenza e interpretazione musicale. Il programma televisivo andato in onda sulla Rete tre della Rai ha messo in risalto queste sue peculiarità. Prima di dirigere la Quinta e poi la Settima Sinfonia di BEETHOVEN ha parlato del musicista tedesco, come lui colpito da una grave disabilità che però non lo fermò nel suo cammino musicale. E ha parlato di cosa si prova nel fisico (le sue parole erano sentite in modo appropriato!) e come si reagisce di fronte a qualcosa che non ti aspetti e allora...viene fuori il carattere. Impetuoso, rigido, umorale, a volte cupo (Beethoven) mentre lui – pur con le stesse sofferenze fisiche perché affetto da una malattia degenerativa che lo stava portando alla totale paralisi del suo corpo, dopo un intervento tumorale al cervello – ha mantenuto intatto il suo carattere estroverso, la sua gioia di vivere, la sua forza di fare finta di non avere quei problemi. Ed è stato circondato non solo da musicisti che lo adoravano, ma da un pubblico abituato ad ascoltare musica in modo profondo e con il desiderio di sapere, sapere sempre di più su quel mondo musicale senza il quale non potremmo vivere. Ha fatto una concertazione di ogni tempo delle due sinfonie e con l'aiuto delle parti solistiche dell'orchestra spiegava come si compone, cosa si prova ad entrare nella partitura di un compositore e come vanno messi in risalto i TEMI principali (che equivale all'IDEA per uno scrittore, come le PAROLE usate sapientemente altro non sono che le NOTE utilizzate dal musicista) e portare l'ascoltatore a seguire "le sensazioni" che immancabilmente ci coinvolgono... specialmente dopo una dotta e semplice spiegazione: come sapeva fare molto bene, lui!

Ha trovato il modo, nella sua concertazione, di parlare di AMORE – abbracciamoci spesso perché è importante il contatto fisico non solo con gli altri...ma anche con sé stessi- di GENEROSITA', di GRATITUDINE –ringraziamo la VITA capace di regalarci doni bellissimi. E proprio lui, malgrado le sofferenze e i dolori affrontati nel percorso della sua esistenza, ha voluto sottolineare quanto sia stato felice e fortunato per quanto Amore, Amicizia e Affetti ha incontrato sul suo cammino. E questi sentimenti si trovavano nel suo modo di dirigere. Le sue mani, i suoi occhi, il suo sorriso, il cantare assieme all'orchestra faceva trasparire quello che provava nel fare parte completa di quell'orchestra che lo accoglieva come "uno STRUMENTO aggiunto" alla partitura originale!

Ho sempre pensato che alla fine del nostro cammino terreno, dopo avere attraversato il sottile filo che unisce la vita alla morte, ci ritroviamo STELLE nell' immenso Cielo che ci circonda. E CHI decide da sempre per noi, decide di rimandare sulla Terra qualche anima speciale perché deve aiutare chi è in difficoltà. Ecco,

Ezio BOSSO era un'anima mandata nuovamente sulla Terra per ricordare a chi è diventato troppo distratto e disincantato, che non si può vivere senza quei sentimenti che sono alla base della nostra esistenza. A lui fu data la scelta di come svolgere quel tema così importante e difficile per arrivare a toccare la sensibilità di tanta gente. E lui scelse la MUSICA. E la presentò su un piatto d'argento.

Mi piace pensare che l'essere mancato a soli 48 anni, era già stato deciso: aveva esaurito il tempo a sua disposizione e –cosa più importante - aveva soprattutto portato a termine quanto gli era stato chiesto di fare. E' stato un esempio di come si devono affrontare gli "incidenti di percorso" che colpiscono molti di noi.

Grazie Ezio BOSSO per essere stato tra noi e con noi.

Nella Cirinnà



“O allora che è il tempo? Se nessuno me lo domanda, lo so: se voglio spiegarlo a chi me lo domanda, non lo so più.”

Parole davvero “sante” queste di Sant’Agostino, davvero il tempo è un mistero: ci sono tempi che ci sembrano troppo lunghi e tempi che ci sembrano troppo brevi, eppure le lancette dell’orologio hanno tracciato un identico percorso; e durante il lockdown per il coronavirus, senza i diversi impegni a scadenzarlo, a calibrare l’alternarsi del giorno e della notte, il tempo mi è addirittura sembrato un ammasso informe di minuti, ore, giorni. Mi è così capitato, mentre in questo unico impasto temporale ero immersa nei miei pensieri, che la notte sia sbucata d’un tratto dalla finestra aperta come una sorpresa dall’uovo di Pasqua: guardo fuori e c’è già la luna; all’improvviso è tardi per fare qualsiasi cosa, anche se non so cosa ancora potrei fare, così come non so cosa abbia o non abbia fatto per tutto il giorno ormai trascorso.

Forse l’isolamento mi ha dato alla testa, o forse no, non ho perso io la cognizione del tempo: davvero non esiste una sua misura assoluta, e in questo periodo di sospensione dai consueti impegni materiali, il tempo così indefinito, libero dalle solite rigide strutture, ha rarefatto i propri spazi unitamente a quelli dell’animo; e io approfitto di questi nuovi spazi dilatati, privi di nette linee di confine.

Non mi alzo più appena sveglia, alle prime luci del giorno, e neppure apro subito gli occhi, ma resto ferma a trattenere e prolungare al massimo, sotto le palpebre chiuse, quel momento in cui la realtà non ha ancora recuperato il corpo dissolto nel sonno e il pensiero scivola e spazia ancora libero dai suoi lacci, e riporta le immagini sognate. In questa fase come di convalescenza da una

vita per entrare in un'altra, quando ancora la nostra parte razionale non ha preso il sopravvento su quella emozionale, resto in agguato ad ascoltare i miei pensieri; li sento affluire uno dopo l'altro, scorrere nella mente semplici e chiari e, prima che il sole prenda il posto della luna e la sua luce li metta in fuga, di soppiatto nel silenzio li placco, li catturo e cerco di trasformarli in parole. Per questo ho messo fogli e matita nel cassetto del comodino e appena il sonno allenta la morsa, con mano furtiva accendo la luce, una piccola che non lo disturbi troppo, affinché il cuore, ancora protetto dal velo di Morfeo, scriva di nascosto dalla lucida ragione. E resto sospesa su questa vaga linea di confine fra l'una e l'altra me, a lasciare che il tempo scorra al proprio morbido ritmo e mi traghetti nella razionale corporeità del giorno arricchita del patrimonio immaginifico della notte.

Hilde Nobile



## **Città e campagna**

Città e campagna si sono sempre contese le nostre preferenze.

Nel recente passato la città rappresentava il sogno più ambito: per molti era sinonimo di libertà, di progresso, di orizzonti più vasti, di scambi culturali da cui potevano scaturire conoscenze sempre più nuove.

Oggi, invece, si assiste ad un'inversione di tendenza perché la vita cittadina è considerata troppo caotica, tanto che spesso ci si limita a vivere nel quartiere di residenza, dove sono localizzati i principali servizi quasi che non sia possibile riuscire ad utilizzare la metropoli nella sua interezza.

In queste piccole realtà locali ci si illude, infatti, di realizzare un tipo di vita più a misura d'uomo, facilitato dalle possibilità di incontri frequenti con le stesse persone.

C'è anche chi addirittura lascia la città, quasi fuggendo, verso piccole isole extraurbane, portando però con sé il tesoro di esperienze di vita cittadina.

Per quanto mi riguarda, io sono arrivata a Roma negli anni cinquanta, con un modesto bagaglio di esperienze e tante speranze. Roma non mi ha mai delusa. Ha rappresentato per me la più grande occasione di un'apertura mentale che non avrebbe mai potuto darmi il mio piccolo paese, con le sue modeste possibilità ambientali, il suo unico spettacolo cinematografico settimanale, la sua unica edicola dalle offerte assai limitate (la gestiva un analfabeta che riconosceva i vari giornali dal disegno dei titoli!).

Nel venire a Roma credevo di partire da zero: in realtà non si parte mai dal nulla! Noi siamo sempre la risultante di tutto quello che abbiamo vissuto e di tutto quello che ci ha formati.

Dentro di noi portiamo anche ciò che crediamo di lasciare, perché la nostra vita è formata da tutto il complesso del nostro passato.

Ed io, anche se talvolta inconsapevolmente, porto dentro di me la spontaneità dei sentimenti della mia terra, di cui la mia famiglia era espressione valida e calda. Rivedo ancora la figura di mio padre seduto alla scrivania: la stessa che sto usando mentre scrivo queste poche note.

Francesca Massa

## LE SCIENZIATE E IL CORONAVIRUS

*di Giovanna Pennacchi*

In questo periodo di emergenza Covid-19 abbiamo potuto constatare quanto grande sia il numero e il valore delle scienziate nella lotta al terribile virus che sta traumatizzando il mondo. Purtroppo- come ha



- 1 Ilaria Capua

riportato IL SOLE/24ORE qualche tempo fa - le donne medico in Italia sono tra le più insoddisfatte e discriminate d'Europa. Molte di esse oggi vivono e lavorano all'estero e fanno parte del ben noto fenomeno conosciuto come "fuga di cervelli". Un caso particolare riguarda la virologa ILARIA CAPUA che ha lasciato il nostro paese in seguito ad una odiosa vicenda giudiziaria che la vedeva coinvolta in reati gravissimi come corruzione e traffico illecito di virus, accuse da cui fu poi totalmente prosciolta perché "il fatto non sussiste". Oggi dirige un centro d'eccellenza presso l'Università della Florida.

Altro personaggio di grande rilievo nel campo della ricerca medica e una delle scienziate attualmente più



- 2 Antonella Viola

popolari in Italia, è l'immunologa ANTONELLA VIOLA. Per nostra fortuna la Viola è molto attiva e ben radicata nel nostro paese, come docente presso l'Università di Padova, direttrice scientifica dell'Istituto di Ricerca Pediatrica IRP di Milano, coordinatrice di prestigiose ricerche a livello internazionale. Ultimamente la stampa si è occupata di una giovane e sinora sconosciuta ricercatrice in Microbiologia

presso l'Università di Oxford.



- 3 Elisa Granato

ELISA GRANATO - di origine italiana, cresciuta in Germania dove ha conseguito la laurea in Scienze Biologiche-alla fine di aprile è stata investita da una improvvisa popolarità in quanto prima donna europea " cavia ", per essersi

volontariamente sottoposta a testare il prototipo del vaccino sviluppato dallo Jenner Institute dell'Università di Oxford. Il 23 aprile, giorno del suo 32esimo compleanno, Elisa ha ricevuto la prima iniezione e l'evento è stato trasmesso in diretta dalla BBC. Timida eppure coraggiosa, ha spiegato ai microfoni: " Sono una scienziata e volevo dare il mio sostegno a un progetto scientifico. Personalmente nutro un certo grado di fiducia in questo vaccino ". Ma la popolarità può riservare brutte sorprese, specie quando il web è così intossicato dalle fake-news. Infatti, subito dopo, diventava virale su Twitter la notizia, diffusa da un sito macedone, del suo decesso, notizia prontamente smentita da lei stessa e dalla BBC.

Il lavoro della virologa scozzese JUNE DALZIEL ALMEIDA ha invece ricevuto solo ora il giusto



- 4 June Dalziel Almeida

riconoscimento, dopo 13 anni dalla sua morte, avvenuta nel 2007. Figlia di un conducente di autobus, fu costretta ad abbandonare gli studi a 16 anni, in quanto non aveva ottenuto la borsa di

studio per essere ammessa all'Università. Continuò gli studi e le ricerche da autodidatta e nel 1966 riuscì a identificare un gruppo di virus sconosciuti a cui fu dato il nome, a causa della forma, di coronavirus. I risultati ottenuti da June Almeida molti decenni prima, hanno ricevuto nuova attenzione e considerazione, proprio durante la pandemia scoppiata in questi mesi. La sua storia, poco conosciuta, è stata pubblicata per la prima volta in Scozia il 7 marzo 2020. Il 14 aprile BBC NEWS le dedicava una trasmissione dal titolo inequivocabile " La donna che ha scoperto il primo coronavirus ".



#### **IL DESIDERIO DI EVADERE:**

A pochi chilometri da Roma, esiste una spettacolare oasi in fiore dal profumo delicato e soave di sfolgoranti peonie nella loro bellezza :” OASI CENTRO MOUTAN”

Il nome MOUTAN trae origine dal termine usato in Cina per indicare la peonia arborea, scelto e coltivato nel centro botanico ai piedi dei Monti Cimini a Vitorchiano, nato nel 1993 ad opera di

appassionati naturalisti impegnati a realizzare un giardino che si estende per 15 ettari interamente coltivato a peonie con esemplari unici, rari e ibridi.

Sono stati scelti fantasiosi nomi come: **"SCIALLE DI PORPORA"**, **"COLLANA DI PERLE"**, **"ROSSI BAGLIORI DI SOLE"** e ognuno di questa specie evoca nel nome e nell'aspetto antiche storie o leggende fantastiche di realtà cinesi che oggi trasmettono al visitatore il fascino esotico orientale.

Protette dagli Imperatori, cantate dai poeti, raffigurate in mille modi sui vasi Ming, sui francobolli, le peonie erano anticamente ritenute preziose da essere portate come dote in alcuni matrimoni. Le specie arboree furono quelle più amate in Oriente e divennero protagoniste assolute del CELESTE IMPERO, molto ricercata e ambita era la varietà dorata dal colore giallo sacro degli Imperatori.

Dal 1860 le peonie importate in Inghilterra si diffusero presto in Europa occupando ampi spazi nei parchi dell'epoca vittoriana come accanto ai modesti casolari di campagna, divenendo un fiore popolare ed amato battezzato come **"REGINA DEI FIORI"**

**"SECONDO UNA SINGOLARE LEGGENDA, LE PEONIE SAREBBERO NATE DALL'UNIONE DI DUE LEGGIADRE FIGURE CELESTI CON DUE CONTADINI LOCALI E SAREBBERO STATE AFFIDATE A QUESTI ULTIMI IN DONO UNA VOLTE CHE LE DIVINE FANCIULLE FURONO RICHIAMATE NEI CIELI"**

Speriamo di poter visitare questa oasi particolare nel periodo della loro rifioritura: liberarci presto dalle fastidiose mascherine che ci impediscono di respirare e parlare bene e poter annullare le distanze sociali per riappropriarci la gioia dell'abbraccio e vivere momenti spensierati e gioiosi.

Rosalba Rotondo Cogliandro



Poesia delle gratitudini ai territori - Antonella Pagano

Quanto è bella questa vita che giunge a me sussurrando ciliegie e albicocche polpose. Ti sono grata!

Quanta luce mi doni infilata a morbide collane di rifrangenti chicchi d'uva. Ti sono grata!  
Quanto sontuoso incedere i tuoi prati verdeggianti e le vette incappucciate di bianco. Ti sono grata!

Quanto è bella questa vita che giunge a me ogni giorno con un cesto di frutta fresca e piante, campanule e viole di pensieri. Ti son grata!  
Per le angosce coi loro doni e misteri ti sono grata hanno spada di frutta e luce. Sono grata anche a voi! Eroica, colorata, odorosa di generosa natura di musiche, d'usignuoli e cicale allegre.  
Vi sono infinitamente grata! Oh dolcezza! Tenerezza!

Vita che giungi a me ogni giorno agghindata or di rosa or di tulle bianco e sempre succulenta tutta da gustare da vivere e da mangiare a bocconi e in bricioline al monte e al piano. Vi son grata!  
Vita colorata Vita amata Vita sognata e combattuta mai fino in fondo vissuta Ti son grata!  
Sarò in te a lungo e di te ogni gocciola berrò e berrò con tutta la gratitudine che ho.  
Grata ti sono per il vagito musica e poesia orchestrerà e in onor tuo al cielo le eleverà.  
Per dolci sidri e frutti e fiori, prati, montagne e laghi tutti a moltiplicar bellezza umana allegrezza!  
Ti sono grata!

Vita che avvolgi sei qua sei là col vassoio colmo e sontuosamente fiorita!  
Gratitudine infinita!  
Abbaia il cane in questa notte d'esclamativi il sole ho colto e raccolto i sassi dipingerò angelici camei tra cielo e terra, grazie!

Amo questo cielo e questo fedele abbaiare nella terra mia di sempre.  
Amo questa terra e questa Eco risonante sotto il cielo di sempre. Grazie!  
Quanto amore semino!  
Più ne raccolgo però nella terra e sotto il cielo mio di sempre.  
Un gatto in amore fa concerto col cane ed io spettatrice incantata conto le infinite stelle e canto con gratitudine canto!

Conto e principio a cantare perpetuamente fino al sonno sereno che coglierà l'anima e le riporterà ogni sentiero ogni gioia ogni dono per tornare a cantare nuovamente il grazie infinitamente. Ecco il sentiero delle more incontra quello delle pratoline e il sentiero delle campanule con quello della cascatella e questo con quello punteggiati di sassi vellutati.  
Su ciascuno i piedi nudi corrono incontro all'altra sponda agli altri sentieri.  
Amo questo cielo denso e questa terra perennemente madre m'inchino a lei grata per sempre!  
Amo questi sentieri punteggiati di gazze e passeri ricci e...istrici rotolanti.  
Amo i calanchi seni maestosi amo le gravine fertili vagine i ruscelli ridenti amo e amo monti e colline. Canto a voi tutti la mia gratitudine!

Voi che in misure aggraziate disegnate gli orizzonti con linee sinuose, vi amo.  
Amo i punti ove osservare le altre colline e viaggio senza sosta che il tempo mi rincorre e le stagioni.  
Amo l'asino che sale lento e nobile al paesello amo l'odore di paglia e il mosto allegro.  
Là cantano le contrade e i barili e le botti. Grazie!

Gli otri là s'empiono generosi di buon vino e d'acqua lieve. Amo i fienili e gli stormi che fan feste attorno ai campanili amo paglia e tronco il grano e la pagnottella che diventerà.  
Ogni altra cosa amo e per ogni cosa canto la mia gratitudine i loro nomi e i verbi che sanno generare. Amo la luce fioca e il sole leonino l'inverno amo e ...questa primavera di memorie.  
E l'estate con l'autunno che le corre incontro, amo. A voi canto le lodi!



Amo l'argento delle acque nascoste e amo l'oro incommensurabile dei sorrisi  
il canto dell'allodola e i campanili allegri amo il sonno e la veglia solerte, lode a voi!  
Amo l'allegro danzar del tempo attorno al cuore e canto la gratitudine gioiosamente  
perennemente

ARGENTINA .....MI AMOR!



Argentina, il mio meraviglioso paese, che con i suoi alti e bassi, come l'"Ave Fenix",

rinasce sempre, grazie al coraggio e alla creatività dei suoi abitanti, ... ora con più forza, grazie a Papa Francesco, argentino doc!!! Che gioia e che emozione!

Sono tante le personalità che ci rappresentano, nel mondo dell'arte e della cultura. Nella letteratura: Borges, Cortàzar, Sàbato, Bioy Casares, Claudia Piñeiro; nella pittura: Berni, Quinquela Martín; nella danza Julio Boca; nella musica Daniel Barenboim, Bacalov, Marta Argerich, Astor Piazzolla. Nel cinema "Il segreto dei suoi occhi" ha vinto l'Oscar. "Un cuento chino" ha vinto il festival di Roma", il protagonista di tutti e due i film è Ricardo Darin, grandissimo attore.

Il quotidiano britannico "The Guardian" ha stilato la classifica delle librerie più belle del mondo, per architettura, storia, esposizione dei volumi ed in questa classifica si trova "El

Ateneo Grand Splendid" ...a Buenos Aires!



E che dire del Teatro Colón di Buenos Aires che è considerato uno dei primi cinque teatri al mondo per la rappresentazione di opere liriche e balletto. Fu inaugurato nel 1908 con l'Aida di Verdi e l'Hamlet di A. Thomas, interpretato dal grande baritono Titta Ruffo. Tutti i più famosi artisti della storia hanno calcato le sue scene e dove con orgoglio, mi sono diplomata in Danza Classica.

Sapete, inoltre, chi è progettista di un migliaio di yacht di altissimo livello, tra cui "Luna Rossa" e il "Moro di Venezia"? Un

argentino: Germàn Frers! E il papà di “Mafalda”? Quino, un argentino! E abbiamo pure una regina argentina: Maxima di Olanda.



Vi invito a fare insieme un piccolo viaggio immaginario, perché l'Argentina non è solo la Patagonia, il Calafate, il Perito Moreno, Bariloche, chiamata la Svizzera Argentina o le Cascade di Iguazù: ci sono le province di Salta, La Rioja, San Juan, Mendoza, terre della tradizione e ... del buon vino, con i loro paesaggi meravigliosi. La provincia di Cordoba, famosa per le sue “Sierras”, è chiamata “la Docta”, perché nel 1610 fu fondata dalla Compagnia di Gesù la prima Università.

Trasferiamoci ora sulla costa Atlantica con le sue spiagge immense, dove puoi andare a cavallo accarezzata dalla brezza dell'oceano.

Vi voglio dare qualche piccola informazione prima di proseguire: i nostri sport nazionali sono il calcio, il rugby e il polo, a proposito di quest'ultimo c'è da sottolineare qualcosa di paradossale: i giocatori e i cavalli argentini sono talmente bravi, i migliori in assoluto, che la Federazione Internazionale li ha esclusi dal campionato del mondo!!!

Farvi fare un viaggio per tutta l'Argentina sarebbe troppo lungo, pertanto arriviamo di corsa a BUENOS AIRES, la mia magnifica città

che con il suo fascino, la sua gente cordiale e gentile, ti prende il cuore. E che dire della sua musica, il tango, che senti in ogni angolo, che ti avvolge e ti penetra nell'anima. Io torno spesso nella mia affascinante città, non potrei starne lontana per troppo tempo.

Care amiche, mi piacerebbe un giorno trovarci a Buenos Aires e farvi conoscere i posti che solo noi “Porteños” conosciamo. La foto qui accanto inquadra le coloratissime case del Caminito alla Boca.

Le strade alberate, i fiori blu di jacaranda e quelli rosa del palo borracho, le piazza fiorite, i quartieri: Recoleta, Puerto Madero, Barrio Norte, Palermo Chico .... I boschi di Palermo nel cuore della città, e San Telmo, il quartiere più antico di Buenos Aires (secolo XVI), in cui abita lo spirito del tango e della milonga.



Come dice un famoso tango di Piazzolla e Ferrer: “Balada para un Loco”: “Le strade di Buenos Aires hanno un non so che...”

Ed è vero, si sente e si respira un'atmosfera diversa, sarà per questo che è chiamata “La Regina del Plata”?!

Victoria Cresci Quagliero  
 (“Argentina doc!”)

## Cilento: terra di miti, di tradizioni e di ospitalità

Il mio contributo alla Newsletter di Giugno è un invito al Viaggio, un viaggio alla scoperta di un angolo d'Italia davvero imperdibile: il Cilento.

La Costiera Cilentana è il territorio che si snoda a sud di Salerno, simmetrico e opposto alla ben più famosa Costiera Amalfitana.

Il suo fascino è tentacolare: risiede nelle sue bellezze naturali ancora incontaminate; nelle sue acque cristalline, ogni anno premiate con la Bandiera Blu; nella sua cultura che affonda le radici nella Magna Graecia, di cui conserva testimonianze incomparabili; nelle sue tradizioni enogastronomiche, dalla famosa mozzarella di bufala ai piatti che trovano nel Museo della Dieta Mediterranea di Pioppi l'imprimatur scientifico di passaporto per la longevità ... ma risiede anche nell'ospitalità del popolo cilentano, desideroso di condividere con il visitatore le eccellenze e le specialità della sua terra.

L'ideale sarebbe percorrerlo tutto, lungo la Costa, magari in barca a vela, da Agropoli giù, giù fino a Sapri, con tappe intermedie nei suggestivi porti di S.Marco di Castellabate, (il paese di "Benvenuti al Sud"), Acciaroli, CasalVelino, Palinuro, Marina di Camerota, Scario. Il "lento andare a vela" permette di guardarsi intorno e scoprire scorci incantevoli, da immortalare con un clic e custodire nei ricordi di viaggio speciali.

Dai porti è d'obbligo andare verso l'entroterra alla scoperta degli antichi borghi, ricchi di storia, di cultura, delle tante tradizioni che costituiscono il leit-motif delle numerose sagre, che caratterizzano primavera/estate/autunno cilentani. Il clichè è identico ogni volta: i profumi, i sapori della cucina tipica si sposano con la musica, i canti e i balli dell'antica tradizione popolare: tammurriate, pizziche e tarantelle... L'atmosfera è davvero coinvolgente e indimenticabile!

Ma per le socie di un'Associazione culturale come l'International Women's Club ritengo che l'attrattore principale del Cilento possa essere rappresentato dal Parco Archeologico di Paestum. La maestosità dei templi dorici (meglio conservati al mondo) dell'antica Poseidonia, la colonia greca

## di Santina Bruni Cuoco

che sarà denominata poi Paestum dai Lucani e dai Romani, inseriti tra un "verde" che si snoda a perdita d'occhio intervallato dal rosa degli alberi in fioritura è uno spettacolo indimenticabile e la foto che allego testimonia le mie espressioni entusiastiche.



Amo questo Sito e ogni qualvolta mi trovo nei paraggi amo fare una capatina, fosse solo per fermarmi ad ammirare il tramonto tra le colonne. Sono oltretutto sempre attenta alle varie iniziative, che ciclicamente vengono proposte e che qualificano ancor più l'intrinseca offerta culturale del Parco attirando un numero sempre più vasto di visitatori. Ho avuto ad esempio la possibilità di scoprire il Sentiero degli Argonauti, un appuntamento podistico che si ripete ogni prima Domenica del mese, lungo le orme di Giasone e degli altri eroi greci impegnati nella ricerca del vello d'oro. Ma ho avuto anche l'opportunità di partecipare a "Paestum nella notte – Il paesaggio antico dei templi", una visita guidata gratuita allo spettacolare santuario meridionale di Nettuno. La visita è stata effettuata dopo il tramonto. Per l'occasione il tempio era stato lasciato al buio e noi visitatori, con l'ausilio di piccole lanterne e sotto un meraviglioso cielo stellato, eravamo stati affidati ad una guida, che ci ha illustrato storia e caratteristiche del luogo magico che ci circondava.

Le luci artificiali erano lontane e noi avevamo l'impressione di vivere in un'altra epoca; anche le antiche case, che oggi sono ridotte a muretti, dalle parole della guida tornavano a vivere. Spero che la prossima estate possa riprendere il ricco programma dei "Concerti nei templi": interpreti italiani e stranieri che si esibiscono su un palcoscenico straordinario! Indimenticabile la serata dedicata l'anno scorso a Gershwin

dall'orchestra del Teatro San Carlo di Napoli  
Ricetta di Ingrid Dijkers e Ratna Effendi

## NASI GORENG (RISO FRITTO)



Il nasi goreng è un piatto di origine indonesiano ma qui adattato alla cucina olandese.

Ingredienti per 4 persone:

320 gr riso bollito

300 gr pollo a pezzettini

1 cipolla, 1 spicchio di aglio, 1 peperoncino rosso dolce, 1 pezzettino di peperone verde, 1 piccola carota, un paio di fagiolini

Salsa di soia dolce (ketjap manis)

Spezie (secche) come coriandolo, zenzero, kurkuma, cumino

Far soffriggere le verdure tagliate tutte in pezzettini minuscoli.

Cucinare i pezzettini di pollo in olio ev.

Mettere tutto insieme, aggiungere le spezie e un po' di salsa di soia.

Lasciare almeno 24 ore per far insaporire bene gli ingredienti.

Servire con un uovo fritto.

diretta da Oren. Che ne dite? Organizziamo??

## NASI GORENG, indonesian fried rice



Nasi goreng, fried rice, a recipe from Indonesia but here adapted to the Dutch taste.

Ingredients for 4 persons:

320 gr boiled rice

300 gr small pieces of chicken

1 onion, 1 glove of garlic, red and green pepper, 1 small carrot, beans, all very finely chopped

Sweet soia sauce, spices like cumin, ginger, kurkuma, coriander

Fry the vegetables and fry the chicken.

Put all together, add the spices and the soia sauce and wait 24 hours. The rice will be more tasty.

Put a fried egg on it.

## SUGGERIMENTI CULTURALI PER I MESI ESTIVI

*di Patricia Bouchez e Giovanna Pennacchi*

\*\*\*Ricordiamo innanzitutto che la splendida mostra RAFFAELLO 1520 – 1483 riapre, presso le Scuderie del Quirinale, dal 2 giugno al 30 agosto. Consultare il sito per gli orari e modalità di acquisto biglietti. Per completare l'omaggio al grande artista nell'anniversario dei cinquecento anni dalla morte, si potrà visitare la VILLA LA FARNESINA anch'essa riaperta dal 2 giugno, contornata da un bellissimo giardino, ma soprattutto con gli affreschi di Raffaello nella loggia di Psiche e nella sala del Trionfo di Galatea.



- *Villa La Farnesina*

\*\*\*Una passeggiata a Villa Borghese può essere l'occasione per visitare due musei poco noti, ma interessanti: il MUSEO CANONICA che è la casa-studio dello scultore piemontese Pietro Canonica ed è preceduta da un grazioso giardino all'ingresso; il museo CARLO BILLOTTI, con sede nell' Aranciera di Villa Borghese, ospita la collezione di arte contemporanea donata dall'imprenditore italo-americano, che comprende opere di Giorgio De Chirico, Gino Severino, Andy Warhol

-



*Museo Carlo Bilotti*

\*\*\*Anche la magnifica GALLERIA DORIA PAMPHILJ riapre le porte da sabato 30 maggio. I visitatori potranno ammirare i tesori d'arte di una eccezionale collezione privata veramente unica al mondo, con le opere di Caravaggio, Raffaello, Tiziano, Filippo Lippi, Lorenzo Lotto, Velasquez, i maestri fiamminghi ecc.



- *Galleria Doria Pamphili*

\*\*\* Molto indicata nei mesi estivi è la visita degli HORTI FARNESIANI al Palatino, negli anni passati completamente restaurati e aperti al pubblico. Sono i Famosi giardini realizzati alla metà del 500 dalla famiglia Farnese sulle rovine dei palazzi imperiali di epoca romana.



- *Horti Farnesiani*

RICORDIAMO CHE, SECONDO LE ATTUALI NORME VIGENTI, PER EFFETUALE LA VISITA È NECESSARIA LA PRENOTAZIONE

Concludiamo infine col suggerire alcune letture per la stagione estiva...sotto l'ombrellone o altrove:

- I LEONI DI SICILIA di Stefania Auci
- ROSSO VERMIGLIO di Benedetta Cibrario
- LA RICAMATRICE DI WINCHESTER di Tracy Chevalier
- MARGHERITA SARFATTI. LA REGINA DELL'ARTE NELL' ITALIA FASCISTA di Rachele Ferrario
- VITE CHE NON SONO LA MIA di Emmanuel Carrère