

LEGGIMI ONLINE
www.quiamagazine.it



Quia

magazine

Un numero tutto dedicato al mare!

Mensile indipendente di cultura, società e benessere a diffusione gratuita

Anno I n. 6 - Giugno 2023

ARTE

Il corpo incontra l'acqua

STORIA

L'Amerigo Vespucci

CURIOSITÀ

La bandiera dei pirati

PERSONAGGI

Jacques Cousteau

SOCIETÀ

Le origini della Taranta

OROSCOPO

BENESSERE

RICETTE

e tante altre rubriche



Sirene

UN MITO SENZA TEMPO

PUBBLICIZZA LA TUA ATTIVITÀ Su QUIA MAGAZINE

Su CARTA, ONLINE e sui SOCIAL

FAI UN REGALO ALLA TUA AZIENDA

Scegli tra annunci a pagine doppie, pagina intera,

1/2 pagina, 1/4 di pagina e piedoni

Sfoglia la rivista per scoprire le diverse soluzioni

Contattaci per ottenere il tuo

SPAZIO PUBBLICITARIO

www.quiamagazine.it

commerciale@quiamagazine.it

349 3425423 - 366 7418190



Inquadra il codice QR e scopri di più

COMPILA IL MODULO ONLINE

ARTICOLI

- | | | |
|----|-------------------|--|
| 7 | ARTE | Bagnanti: il corpo incontra l'acqua |
| 10 | TECNOLOGIA | Andare per mare: dalla navigazione a vista al GPS |
| 12 | STORIA | L'Amerigo Vespucci: la Signora dei mari |
| 15 | EVENTI | 16 giugno: Giornata Mondiale delle Tartarughe Marine |
| 16 | PERSONAGGI | Jacques Cousteau: una vita per il mare |
| 20 | NATURA | Alla scoperta delle alghe |
| 22 | CURIOSITÀ | Jolly Roger: la bandiera dei pirati |
| 23 | MUSICA | L'acqua: musa dei grandi compositori |



26 SPECIALE

Sirene

Un mito senza tempo

- | | | |
|----|--------------------|--|
| 30 | LETTERATURA | Moby Dick: un ritratto della condizione umana |
| 33 | SOCIETÀ | Storia della Taranta: la danza che curava i morsi di ragno |
| 35 | GASTRONOMIA | Storia del gelato |
| 36 | LIFE STYLE | Arredamento: portare il mare in casa |

RUBRICHE

- | | | |
|------------------|--------------------------|--------------------------|
| 37 ALMANACCO | 42 L'OROSCOPO DI P'ASTRA | 47 LA BIBLIOTECA DI QUIA |
| 38 ALIMENTAZIONE | 44 IL MONDO DI KANSHA | 50 PICCOLI LETTORI |
| 39 RICETTE | 46 L'ANGOLO DI EILEEN | |
| 40 MONDO VERDE | | |
| 41 ANIMALI | | |



Mensile indipendente di cultura, società e benessere a distribuzione gratuita
Registrato presso il Tribunale di Civitavecchia N° 2127/2022 - ISSN: 2974-7104

Editore: Quia APS - Sede Legale: Via Milano 30A 00055 Ladispoli (RM)
www.associazionequa.it - info@associazionequa.it - Tel. +39 366 7418190

ANNO I n. 6 - giugno 2023

Direttore Responsabile
Pamela Stracci

Direttore Editoriale
Moreno Stracci

In redazione
Ambra Frezza
Chiara Morelli
Fabio Franzoni

Hanno collaborato a questo numero
Roberto Stracci
Giuliana Di Felice
Franca Ferro
Fabio Morelli
Silvano Franzoni
Elvira Nistoro

Rubriche
L'oroscopo di P'Astra
Il mondo di Kansa
L'angolo di Eileen
La Biblioteca di Quia

Fotografia e video
Quia APS

Grafica e impaginazione
Quia APS

Marketing e pubblicità
Tel. +39 349 3425423
commerciale@quiamagazine.it

Stampatore
4Grafh – Cellole CE

Redazione e Ufficio Stampa
Tel. +39 346 9715111
redazione@quiamagazine.it

Photo Credits (tra parentesi il numero di pagina):

"La tombe du Plongeur (Paestum, Italie)" by dalbera (7), "pablo picasso - femme assise sur la plage" by Xuan Che (8), AugusteBlanc - Own work - Leica WM 101 at the National Science Museum at Maynooth (11), "Nave 'Amerigo Vespucci' a Trieste" by Vittorio Dell'Aquila (12-13), "Nave Vespucci" by cristianocani (23)
"Jacques Cousteau, Karsh" by fortinbras (16), "Jacques-Yves Cousteau Signature" by Original: Jacques-Yves CousteauZen-epic (17), "Jacques-Yves Cousteau - submarine" by larrywkoester (17), "Kelp of Cat Rock, Anacapa Island" by NOAA's National Ocean Service (20), "Orchestra Night - AAO & Forsythe" by CaZaTo Ma (cropped) (23), Porträt des Komponisten Pjotr I. Tschaikowski (1840-1893).jpg: Nikolay Kuznetsov, image from BG-Gallery.ruAntonio Vivaldi portrait.jpg: François Morellon de La CaveRachmaninov peinture.jpg: Konstantin SomovBeethoven.jpg: Joseph Karl StielerRichard Wagner by Caesar Willich ca 1862.jpg: Cäsar WillichHaendel.jpg: Balthasar DennerKhachaturian.jpg: Mieremet, Rob / AnefoGeorge Gershwin 1937.jpg: Carl Van VechtenGeorges Bizet.jpg: Verlag Hermann Leiser, Berlin-Wilm.Eilif Peterssen-Edvard Grieg 1891.jpg: Eilif PeterssenGiorcesRossini1.jpg: GiorcesChopin, by Wodzinska.JPG: Maria Wodzińska, copied by Nihil noviSir Edward Elgar 1979.jpg: Rodin777Mendelssohn Bartholdy.jpg: James Warren ChildeJan Vilímek - Antonín Dvořák.jpg: Jan Vilímek (1860-1938)Verdi.jpg: Giovanni BoldiniEisenmenger-Strauss.jpg: August EisenmengerBrahms.jpg:Dr. ManuelWolfgang-amadeus-mozart 1.jpg: Barbara KrafftJohann Sebastian Bach.jpg: Elias Gottlob Haussmann derivative work: 123, User:Jbarta, User:RP88, CC BY-SA 3.0 <<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>>, via Wikimedia Commons (24), "Haenyeo" by Baraka50 (27), "Ulisses i les sirenes, British Museum" by Sebastià Giral (27), "Pizzica & Taranta" by Carlo 'Granchius' Bonini (34), "Red moon on deep blue" by jpstanley (43), "mono no aware" by monkist (44), By Atarax42 - Own work (46)



*Sfogliala rivista online, con tanti contenuti aggiuntivi, su www.quiamagazine.it
Seguici sui nostri canali social*

Quia Magazine è un mensile indipendente a distribuzione gratuita e non usufruisce di sovvenzioni. Ringraziamo tutti i nostri volontari che grazie al loro impegno hanno permesso e permettono, ognuno con il proprio prezioso apporto, l'uscita di questo mensile. Giudizi, opinioni, notizie e informazioni riportate negli articoli firmati o siglati, impegnano esclusivamente gli autori e non coincidono necessariamente con quelle della direzione del giornale o dell'editore. La redazione rimane a disposizione per rettificare le notizie che risultino inesatte e degli aventi diritto per le fonti iconografiche di cui non si abbia reperibilità della fonte.

Quia Magazine ©2023 Quia APS. Tutti i diritti riservati. Vietata la riproduzione totale o parziale dei testi, fotografie, disegni e contenuti di questo numero senza l'autorizzazione scritta dell'Editore o dell'Autore.

Chiuso in Redazione il 20 maggio 2023

“Il silenzio è un amico che non tradisce mai”. Così recita una frase attribuita a Confucio. In un mondo che ci sollecita costantemente a riempire ogni momento con rumore e distrazione, il valore del silenzio è inestimabile. Ci offre uno spazio di contemplazione, di autenticità e di connessione. Ci aiuta a ritrovare noi stessi, ad ascoltarci e ad ascoltare il mondo intorno a noi, senza la minaccia dell'illusione di cui la comunicazione può facilmente diventare veicolo. Ci sprona alla pazienza, ci invita alla serenità, alla creatività. Nel silenzio siamo pienamente fautori delle nostre esistenze. È un dono che possiamo e dobbiamo coltivare nella nostra vita quotidiana. Come la notte segue il giorno, il silenzio deve alternarsi al rumore. Solo così le nostre vite si fonderanno su quell'equilibrio tra quiete e attività che ci è tanto necessario.

Moreno Stracci
Direttore Editoriale



Con l'arrivo del mese di giugno, pensiamo subito all'estate e al mare, e ci sentiamo attratti dalla sua bellezza mozzafiato e dalla promessa di momenti di relax e di avventure, delle vacanze! Il mare diventa il rifugio perfetto per scappare dalla routine quotidiana, immergersi in nuove esperienze e lasciare che l'abbraccio dell'acqua lenisca il nostro spirito donandoci quella impagabile sensazione di libertà e leggerezza, panacea di tutti i mali. Ma il mare è molto più di una semplice destinazione estiva: ci sono voci che solo il mare può ascoltare, segreti che solo il mare può custodire e libertà che solo il mare può donare. Come non dedicargli un intero numero con un appassionante speciale sulle sirene?

Pamela Stracci
Direttore Responsabile





LADISPOLI - CERVETERI - BOLZANO

Dove la cultura diventa azione

Di cosa ci occupiamo?

La nostra missione è **diffondere la cultura, la creatività e il benessere.**

Supportiamo i nostri soci e socie a concretizzare il loro contributo all'umanità attraverso l'arte, e far sì che tale contributo raggiunga il maggior numero di persone possibili in Italia e all'estero.

Realizziamo la nostra missione attraverso:

- ✓ **Editoria** (Letteratura, saggistica d'arte e del benessere)
- ✓ **Giornalismo culturale**
- ✓ **Organizzazione di eventi** (mostre, concorsi, premi, manifestazioni)
- ✓ **Organizzazione di corsi di formazione, conferenze e laboratori** nel campo delle arti e della cultura, e nel campo e del benessere (spiritualità, naturopatia, discipline olistiche, filosofie orientali, crescita personale).
- ✓ **Servizi per l'editoria** (progettazione grafica, editing e writing, illustrazione)
- ✓ **Servizi per l'arte** (valutazione opere d'arte contemporanea, certificati di autenticità, archivi e curricula d'artista, coefficiente d'artista, supporto legale e commerciale per il mercato dell'arte, supporto alla vendita di opere d'arte).

Scopri di più - Associati a Quia!

WWW.ASSOCIAZIONEQUIA.IT

WWW.QUIAEDIZIONI.IT

WWW.QUIAMAGAZINE.IT

info@associazionequia.it



BAGNANTI: IL CORPO INCONTRA L'ACQUA

La storia dell'arte è costellata di temi ricorrenti che, con il mutare della società, ogni artista ha interpretato in modi propri. Tra questi, ritroviamo il tema dei bagnanti, una celebrazione del corpo umano e del rapporto con l'acqua, elemento primordiale al quale la società umana ha riconosciuto una varietà di significati.

Nel corso della storia dell'arte, il tema dei "Bagnanti" è stato oggetto di fascino per gli artisti di diverse epoche e culture. Raffigurando individui o gruppi di persone immersi nell'acqua, queste opere d'arte catturano la serena bellezza della forma umana e offrono uno spazio per la riflessione sul rapporto tra umanità e natura, e l'occasione per gli artisti di celare nella scena significati e messaggi che vanno oltre il semplice vedere.

La rappresentazione dei bagnanti risale alle antiche civiltà, come quelle greche e romane, dove il bagno collettivo aveva significato sia come rituale che come attività sociale. In queste prime opere, l'attenzione era spesso rivolta a un corpo umano idealizzato, ritratto nella sua forma più armoniosa ed equilibrata. Gli artisti celebravano la grazia e la fisicità della figura umana, enfatizzandone la sensualità e la bellezza intrinseca.

Nel periodo del Rinascimento, artisti come Leonardo da Vinci e Tiziano introdussero un approccio più naturalistico nella rappresentazione dei bagnanti. Esplorarono l'interazione tra luci e ombre sul corpo umano, catturando le sottili sfumature di forma e tonalità della pelle. Le composizioni divennero più complesse, con figure disposte in pose dinamiche che aggiungevano profondità e movimento all'opera d'arte. In questo periodo, inoltre, iniziarono anche a incorporare elementi mitologici o allegorici, arricchendo i soggetti di significati più profondi, che superavano la semplice raffigurazione della scena del bagno.

Con l'evolversi dell'arte nei secoli XIX e XX, artisti come Édouard Manet e Paul Cézanne sfidarono le convenzioni e reinterpretarono il tema dei bagnanti in modi nuovi e innovativi. "Le Déjeuner sur l'herbe" di Manet scandalizzò il pubblico con la sua composizione provocatoria e i soggetti



*Tiziano, Diana e Atteone (1556-1559)
National Gallery, Londra*



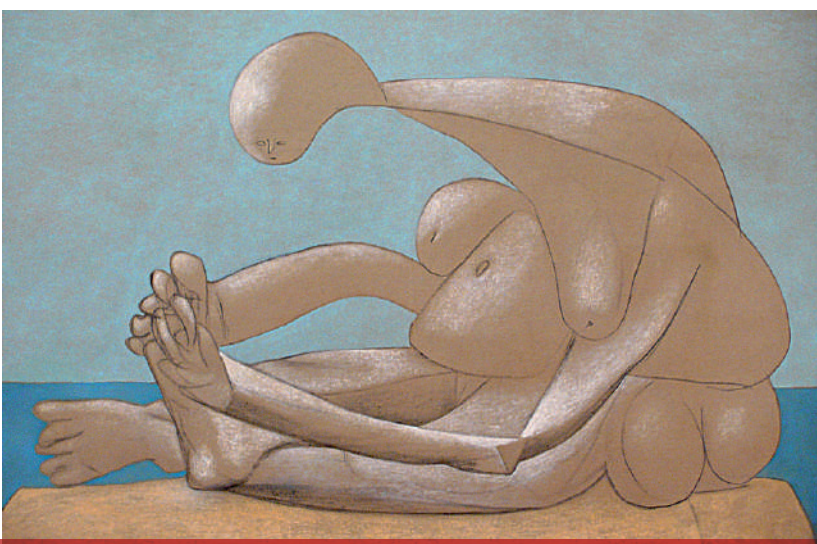
*É. Manet, Le Déjeuner sur l'herbe (1863)
Museo d'Orsay, Parigi*

non convenzionali, assottigliando i confini tra il nudo e il vestito. Cézanne, d'altra parte, esplorò le forme geometriche e l'interazione dei colori, allontanandosi dalla rappresentazione realistica e sottolineando la percezione soggettiva dell'artista.

Nell'arte moderna e contemporanea, il tema dei bagnanti ha continuato a evolversi, riflettendo i mutamenti dei contesti sociali, culturali e artistici. Pittori come Pablo Picasso e Henri Matisse hanno esplorato la forma umana frammentata e astratta nei loro bagnanti, catturando l'essenza del movimento e dell'emozione piuttosto che una rappresentazione realistica. Giungiamo così alle esperienze più lonta-



*P-A. Renoir, Les Grandes Baigneuses (1884-1887)
Philadelphia Museum of Art*



*P. Picasso, Femme assise sur la plage (1937)
Musée des Beaux Arts de Lyon*

ne dal realismo con le opere di Salvador Dalí e Joan Miró, dove i corpi vengono trasformati in pezzi di carne e colossi dalle sembianze di ragni. In anni successivi, artisti come David Hockney hanno abbracciato un approccio più giocoso e vibrante, incorporando elementi di pop art e catturando la gioia e il piacere associati al bagno e alle piscine.

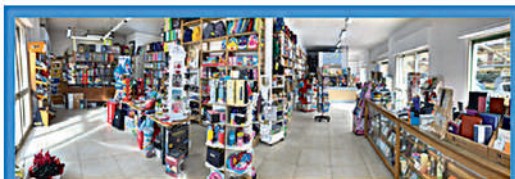
"I bagnanti" nell'arte fungono da testamento alla fascinazione degli artisti per la forma umana e la sua relazione con l'acqua. Invitano gli spettatori ad apprezzare la bellezza del corpo, a riflettere sul legame tra gli esseri umani e il loro ambiente naturale e ad esplorare temi di vulnerabilità, sensualità e introspezione: un'estrema volontà di ricordare all'umanità la sua appartenenza alla natura. ■

Moreno Stracci

© Riproduzione riservata

LIBRERIA
TESI
RESTAURO LIBRI
FAX
FOTOCOPIE
BELLE ARTI
MATERIALE TECNICO
BRICOLAGE
PERGAMENE
TIMBRI
GADGET
GIOCHI DIDATTICI E DI SOCIETÀ

cartelle
cartolibreria ladispoli



WWW.CARTELLEONLINE.IT



TESTI SCOLASTICI NUOVI E USATI
elementari - medie - superiori - università



VIA ROMA 102 - LADISPOLI (RM) tel. 06 83088784 cell. 349 6610108

cartellediritaelena@libero.it





ANDARE PER MARE: DALLA NAVIGAZIONE A VISTA AL GPS

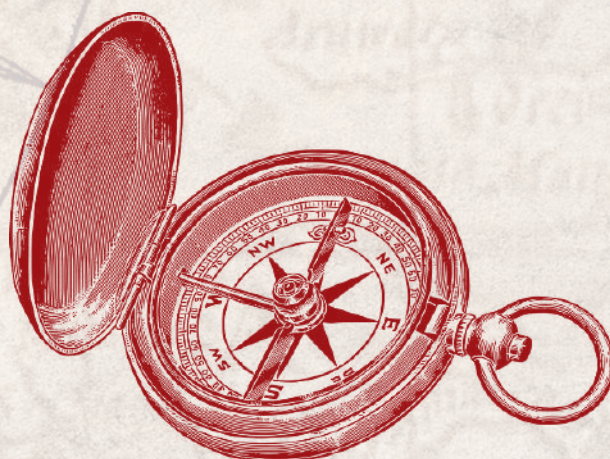
Navigare per mare o viaggiare via terra è stata sempre un'esigenza dell'uomo legata alla necessità di esplorazione, commercio, ricerca di nuove terre e risorse, conquista e scambio culturale.

In campo marittimo, la tecnologia si è sviluppata per garantire sistemi di navigazione sempre più sicuri e affidabili anche in mare aperto.

Il primo metodo per orientarsi in mare è stato quello di navigare "a vista": le rotte venivano percorse principalmente di giorno e seguendo i contorni della terraferma, osservando quei punti di riferimento visibili, come la costa, le isole, le stelle, le montagne o altri segnali naturali. Con le rotte commerciali sempre più lunghe e lo sviluppo di un mercato di scambi più ampio, si sviluppò via via una tecnologia capace anche di far navigare di notte e in percorsi più sicuri, in mare aperto, lontano da possibili incursioni delle popolazioni costiere. Nascono tra i primi strumenti, la bussola, conosciuta già a partire dal IV-III secolo a.C. ma utilizzata in Cina già dal XI secolo, l'astrolabio utilizzato durante il Medioevo e il Rinascimento, e il Sestante sviluppato nel XVIII secolo. Quest'ultimo ha determinato un grande avanzamento nella navigazione poiché ha consentito ai marinai di determinare la posizione in mare aperto in modo più accurato e affidabile.

Oggi con l'avvento delle moderne tecnologie, il GPS (Global Positioning System) è il più avanzato sistema di radionavigazione disponibile per le navi, le imbarcazioni ma anche aeromobili e veicoli in generale. Nel 1957, l'Unione Sovietica lanciò il primo satellite artificiale, chiamato Sputnik, che significa "compagno di viaggio, satellite". Questo evento segnò l'inizio dell'era spaziale e ispirò ulteriori ricerche nello sviluppo di sistemi di posizionamento satellitare. Nel 1960, fu lanciato il sistema di naviga-

zione satellitare TRANSIT, sviluppato per scopi militari statunitensi e basato su una prima rete di satelliti. Nel 1973, il Dipartimento della Difesa degli Stati Uniti avviò il progetto NAVSTAR (Navigation System with Timing and Ranging), che successivamente sarebbe diventato il sistema GPS. Il primo satellite GPS venne lanciato in orbita cinque anni dopo, poi furono posizionati ulteriori satelliti per completare la costellazione iniziale di 24 satelliti orbitanti intorno al pianeta. Nato quindi per scopi militari, oggi il GPS ha rivoluzionato numerosi settori come la navigazione ma anche il trasporto, l'agricoltura, le telecomunicazioni e la vita quotidiana di ognuno di noi con le applicazioni disponibili sugli smartphone, sui dispositivi di sicurezza personali, installati in auto, sui droni, sugli orologi, sui pc ma anche in campo biologico e ambientale con la realizzazione di trasmettitori GPS posizionati su balene, tartarughe marine, orsi ecc. per seguirne le rotte e i movimenti.



Ma come funziona il GPS? Attualmente sono 31 i satelliti distribuiti su sei piani orbitali a 20.200 km di altitudine nella così detta “orbita media della Terra” e si muovono a circa 14.000 chilometri all’ora: di questi satelliti, 24 sono operativi e 7 di scorta e completano un’orbita intorno alla terra in circa 12 ore. Ma cosa c’è all’interno del satellite? Dentro ad ogni satellite, ci sono tre orologi atomici di alta precisione collegati a un trasmettitore di segnale radio che poi viene captato a terra. La ricevente è in grado di acquisire il segnale e i dati provenienti da almeno quattro satelliti contemporaneamente per calcolare poi la posizione di un oggetto anche in movimento. La sincronizzazione dei satelliti permette di elaborare informazioni accurate, tradotte in coordinate, che permettono di determinare la velocità e la direzione di un oggetto, per renderle anche a disposizione di tutti con applicazioni come Google Maps, Waze o Apple Maps che mostrano istante per istante lo spostamento dell’autovettura, dell’aereo o della nave sulla quale viaggiamo. Certo non mancano le vulnerabilità come il così detto effetto del “canyon urbano” dovuto ad una perdita di segnale a terra ostacolato dalla presenza di edifici alti tipici delle grandi aree urbanizzate, oppure le interferenze con altri segnali elettromagnetici o le difficoltà di propagazione delle onde radio nell’acqua ma la tecnologia sta andando avanti per risolvere queste problematiche.

Per mare o per terra, il GPS rimane uno degli strumenti attualmente più affidabili e utili anche nelle applicazioni di tutti i giorni, però se dovete fare un’escursione portate sempre con voi anche una bussola e attenzione a non perderla! ■

Fabio Morelli
© Riproduzione riservata



*Il primo sistema GPS portatile
Leica WM 101*



*Il primo sistema di navigazione satellitare globale
U.S. Space Force*

L'AMERIGO VESPUCCI

LA SIGNORA DEI MARI

Costruita in onore del celebre esploratore italiano, considerata una delle navi più belle del mondo, l'Amerigo Vespucci è una perla della Marina Militare Italiana, ambasciatrice culturale e navale del nostro paese durante i suoi viaggi in tutto il mondo.

Progettata per addestrare gli allievi ufficiali della Marina Militare Italiana, la costruzione della Signora dei Mari iniziò nel 1925 e terminò con il varo nel 1931 presso il Regio Cantiere Navale di Castellammare di Stabia. Il 26 maggio del 1931 entrò in servizio come Nave Scuola al motto "Per la Patria e per il Re", aggiungendosi alla gemella, in realtà leggermente più piccola e con un allestimento diverso, Cristoforo Colombo: questi due vascelli costituirono la "Divisione Navi Scuola". Dopo la Seconda Guerra Mondiale il motto fu sostituito con "Saldi nella furia dei venti e degli eventi", mentre l'attuale motto "Non chi comincia ma quel che persevera" gli venne assegnato nel 1978.

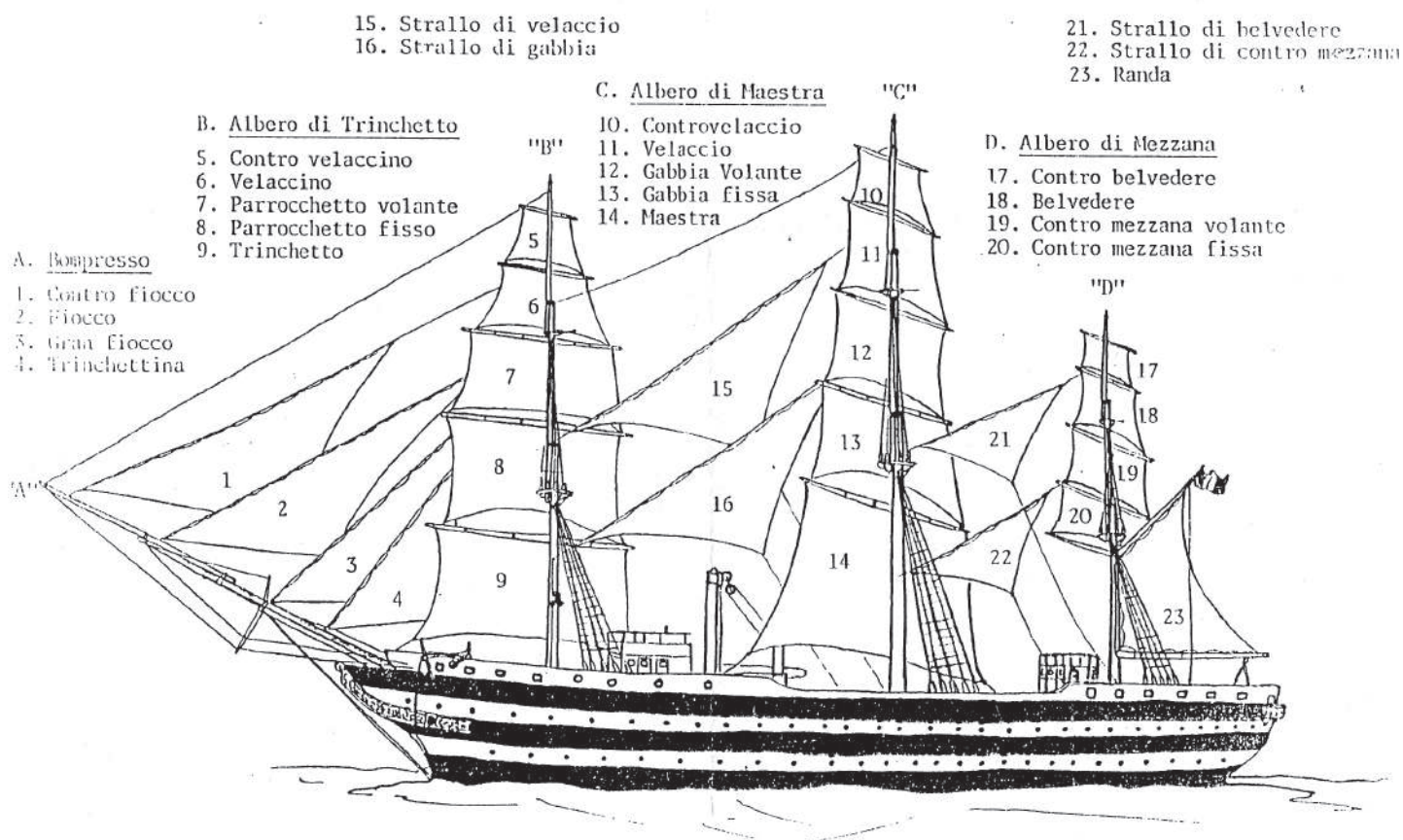
L'Amerigo Vespucci è una nave a vela con motore con un'elegante linea di scafo, con quattro alberi verticali: il trinchetto, il maestra, il mezzana, dotati di pennoni e vele quadrate, e il bombresso a prora. Tra le vele degli alberi e quelle di taglio (focchi, stralli e randa) la nave può trasportare fino a 24 vele per una superficie velica di circa 2.635 metri quadrati gestite con 36 km di cavi di diverso diametro. Per una lunghezza alle massime estremità di 101 metri (331 piedi) e 28 metri (92 piedi) di larghezza, con uno scafo lungo 82,4 metri (270 piedi) per 15,5 metri (51 piedi) di larghezza per un'altezza dalla chiglia alla cima dell'albero maestro di 54,2 metri (178 piedi), la maestosa imbarcazione è ispirata a un vascello ottocentesco. Lo scafo ha tre ponti che vanno da prora a poppa, più una serie di copertini. Sul ponte di coperta si stagliano il castello a prora e il cassero a poppa. Gli oblò sulle fasce bianche dello scafo ricordano due batterie di cannoni tipiche dei vascelli.

Un allestimento simile necessita di un equipaggio importante e ben addestrato: composto da 264 militari, di cui 15 Ufficiali e 30 Sottufficiali, oltre gli Allievi (circa 100 all'anno), raggiungendo circa le 400 unità.



AMERIC VESPUCCI





Qualche curiosità

Questa non è il "primo" Amerigo Vespucci: anch'esso impiegato come Nave Scuola, il primo Amerigo Vespucci era un incrociatore a motore e a vela, simile per forma all'attuale ma più piccolo varato nel 1882 dal Regio Arsenal di Venezia. Nel 1927, al termine di una campagna nel Mediterraneo Occidentale, la nave venne disarmata e destinata a nave asilo per l'educazione degli orfani dei marinai a Venezia. Il capitano Augusto Radicardi fu il suo ultimo comandante e il primo comandante della nuova Amerigo Vespucci.



© Vittorio Dell'Aquila

Sul radar della portaerei americana USS Independence ad un tratto appare la sagoma di una nave: siamo nel 1962 e gli statunitensi stanno solcando il Mediterraneo. Alla domanda "Chi siete?" la risposta "Nave scuola Amerigo Vespucci, Marina Militare Italiana". La portaerei si ferma e spegne i motori per dare la precedenza di passaggio all'imbarcazione a vela, come previsto dal codice, poi rende omaggio alla nave più antica come usanza, in segno di rispetto suonando tre volte la sirena e salutando la Signora dei Mari al fudo di "Siete la più bella nave del mondo!"

I comandi impartiti per far eseguire all'equipaggio le manovre, sono dati con l'uso del fischietto chiamato il "fischietto del nostromo".

Il primo luglio di quest'anno la Nave scuola partirà per il giro del mondo che durerà ventidue mesi con 31 soste programmate in 28 paesi. ■

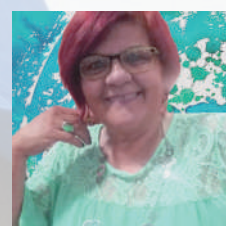
Chiara Morelli

© Riproduzione riservata



*Si avvicina l'estate!
Fate leggere i vostri bambini!*

**Esmeralda,
la ragazzina capricciosa
di Ambra Frezza**
Volume illustrato



Esmeralda è una ragazzina veramente capricciosa!

Vuole sempre avere ragione e fare quello che le passa per la testa, ma soprattutto, non vuole mai essere aiutata.

Non ha amici e tratta tutti male: il papà, la mamma e chiunque le dica cosa fare.

Il suo carattere ribelle la metterà nei guai. Una brutta avventura la aspetta. Un'avventura che però le permetterà di scoprire cosa significa l'amore per gli altri, e che sarà l'inizio di una nuova vita!

Una lettura avvincente ed emozionante che terrà piccoli e grandi lettori incollati alle pagine!

Disponibile su
WWW.QUIAEDIZIONI.IT

e presso la libreria

Scritti & Manoscritti

Via Ancona, 180, 00055 Ladispoli RM



16 GIUGNO

GIORNATA MONDIALE DELLE TARTARUGHE MARINE

Custodi dei mari: sono tra i rettili più antichi ancora viventi e abitano le acque dei mari da oltre 225 milioni di anni: le tartarughe marine, in tutto questo periodo, non hanno mai cambiato il loro aspetto eppure si sono adattate ai nuovi ambienti.

Questi animali sono di fondamentale importanza per l'ecosistema e contribuiscono al benessere della vita marina e dell'ambiente: per esempio controllano la popolazione di meduse e spugne, di cui si nutrono ma sono anche degli abili “giardinieri” perché mangiando le alghe di fatto ne curano la “potatura”, facendo crescere queste praterie marine, sane e rigogliose, adatte ad accogliere tante altre specie marine come pesci e crostacei.

Tre sono i tipi di tartarughe che solcano le acque del Mediterraneo: la tartaruga comune o *Caretta caretta*, la tartaruga verde o *Chelonia mydas* e, anche se sempre più rara, la tartaruga liuto o *Dermochelys coriacea*. Questi animali spendono tutta la loro vita in mare, fatta eccezione per il momento della deposizione delle uova, unica fase che avviene sulla terraferma: in Italia possiamo assistere alla nidificazione, tra maggio e agosto, della tartaruga comune.

In tutto il mondo le organizzazioni come la STC o il WWF lavorano per mettere in atto operazioni di conservazione e salvaguardia di questo incredibile animale, ma anche campagne di sensibilizzazione, essendo specie in via di estinzione: non solo il mare che si sta scaldando sempre più velocemente ma anche i rifiuti (da una stima del WWF, 570 mila tonnellate all'anno di plastica finiscono in mare), la pesca intensiva e l'impatto con i natanti sono tra le cause di uccisione di questi rettili. Dagli ultimi dati pubblicati nel 2022 dal WWF, “50.000 tartarughe ogni anno vengono catturate accidentalmente da ami da pesca, lenze e reti e oltre 40.000 muoiono. Solo in Italia, ogni anno 25.000 tartarughe marine vengono catturate da reti a strascico”.

Tra le iniziative, la Giornata Mondiale delle Tartarughe Marine, celebrata dal 2008 grazie all'impegno dell'organizzazione *Sea Turtle Conservancy* (STC). Questa giornata viene celebrata il 16 giugno nella ricorrenza del compleanno del dott. Archie Carr, zoologo, erpetologo e ambientalista che dedicò tutta la sua vita allo studio e salvaguardia delle specie in pericolo ed in particolare proprio delle tartarughe marine. ■



Ambra Frezza

© Riproduzione riservata

JACQUES COUSTEAU

UNA VITA PER IL MARE

È considerato una delle figure ancora più influenti nel campo dell'esplorazione subacquea e della conservazione degli oceani. Il suo lavoro ha ispirato generazioni di persone a comprendere, apprezzare e proteggere il mondo sottomarino e le sue bellezze.



Jacques-Yves Cousteau è nato il 11 giugno 1910 a Saint-André-de-Cubzac, nel sud della Francia. Ha studiato all'Accademia navale francese, l'*École Navale*, dove si laurea come ufficiale di marina cannoniere. Tuttavia, non era la guerra che interessava al giovane Jacques quanto l'amore per il mare che lo aveva fatto arruolare nella marina. A 26 anni inventa una sorta di occhiale stagno precursore delle attuali maschere subacquee. Durante la sua carriera, sviluppò altre innovazioni come l'*aqualung*, progettato con l'amico ingegnere Emile Gagnan: questo marchingegno era un dispositivo con un regolatore di pressione monostadio che consentiva di respirare l'aria stipata ad alta pressione all'interno di una bombola. L'aria arrivava poi alla bocca del sub tramite due grossi tubi corrugati: anche se non era affatto facile utilizzare questo apparecchio, di fatto con l'*aqualung* era nata la subacquea moderna!

Nel 1963 con un altro amico ingegnere, Jean de Wouters, inventò la *Calypso Phot*, una cinepresa da 35mm funzionante fino a 60 metri di profondità, antenata della moderna macchina da ripresa subacquea. 1959, Cousteau stavolta con l'ingegnere Jean Mollard, inventa il piccolo sottomarino biposto SP-350 Denise famoso come "il disco da immersione", *Soucoupe Plongante*, in grado di arrivare fino a 400 metri di profondità che veniva ammarato dalla barca di Jacques, la *Calypso*.

Le Commandant, ha viaggiato in tutto il mondo per documentare la vita marina, i paesaggi sottomarini e le questioni ambientali. I suoi documentari, tra cui "Il mondo del silenzio" (*The Silent World*) del

1957, “Viaggi sul pianeta acqua” (Voyage au bout du monde) del 1970 e “Le avventure di Jacques-Yves Cousteau” (The Undersea World of Jacques Cousteau) del 1974, che gli sono valsi anche tre premi Oscar e con i quali ha portato l'oceano nelle case di milioni di persone, educando e sensibilizzando sulle meraviglie del mare e sulla necessità di proteggerlo. Cousteau era un forte sostenitore della conservazione degli oceani e ha dedicato gran parte della sua vita alla protezione dell'ambiente marino. Ha fondato l'organizzazione non-profit *Cousteau Society*, portata avanti dai suoi familiari dopo la sua morte nel 1997, che si impegna per la conservazione degli oceani e delle risorse acquatiche. Cousteau ha anche promosso l'importanza dell'educazione ambientale e ha lavorato per incoraggiare la consapevolezza e l'azione per la salvaguardia degli ecosistemi marini. La sua vita ci ricorda che non siamo i padroni di questo mondo ma i suoi custodi. E così dovremmo comportarci. ■

Roberto Stracci

© Riproduzione riservata





PORTE E FINESTRE

www.azsystem.it



Tende	Porte	Avvolgibili
Finestre	Cancelli	Persiane
Zanzariere	Grate	Coperture

MATERIALI CERTIFICATI

Sostituzione serrature e cilindri di ogni genere

**PREZZI
SHOCK!**



**MAXI
OFFERTA
2023
su infissi in PVC**



INCENTIVI FISCALI DEL 50%

Siamo un'**azienda specializzata**
nella realizzazione di
serramenti su misura.
La scelta dei **materiali migliori**
e l'accurata **perfezione tecnica**
soddisfano così,
nel migliore dei modi,
le **esigenze dei clienti.**



Via Regina Margherita, 20

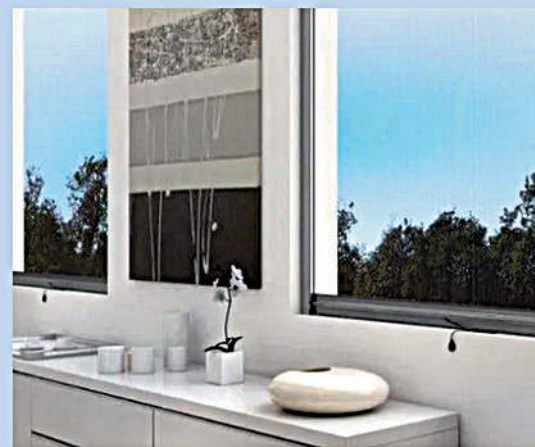
LADISPOLI (RM)

Tel. 06/99221388 - Fax. 06/99226448

info@az-system.it



Az-System Ladispoli



**SPAZIO
PUBBLICITARIO
A 1/4 DI PAGINA**

PRENDILO!

**PUBBLICIZZA
LA TUA ATTIVITÀ SU
QUIA MAGAZINE
su carta e online**

SPAZIO PUBBLICITARIO A MEZZA PAGINA

CONTATTACI

www.quiamagazine.it

commerciale@quiamagazine.it

349 3425423 - 366 7418190



**Promozioni
in corso!**



COMPILA IL MODULO ONLINE

ALLA SCOPERTA DELLE ALGHE

Le alghe marine sono affascinanti organismi eterogenei che popolano i nostri mari e oceani, svolgendo un ruolo vitale negli ecosistemi acquatici e nelle comunità marine, fornendo cibo e habitat per molte specie, inclusi pesci, invertebrati marini e uccelli costieri.

I cianobatteri, un tipo di alghe monocellulari primordiali, hanno permesso lo sviluppo dell'atmosfera della Terra appena formata, aumentando la quantità di ossigeno nell'aria: le alghe infatti assorbono anidride carbonica (CO₂) attraverso la fotosintesi, contribuendo alla mitigazione dei cambiamenti climatici. Si stima che le specie di alghe presenti sul nostro pianeta vadano da uno a dieci milioni: questi organismi sono una risorsa incredibile di ossigeno e il loro uso può essere applicabile a molti settori anche della vita umana. Scopriamo quattro curiosità su di loro.

L'alga gigante

L'alga *Kelp*, prospera nelle fredde acque del Pacifico, lungo le coste dell'America del Nord (dalla California all'Alaska) e dell'America del Sud (come Cile e Argentina), e può crescere fino a 60 metri di altezza: è tra le alghe marine più grandi del mondo. Contiene alginato, una sostanza che può essere utilizzata come addensante alimentare per vari prodotti come il gelato.

Le alghe luminescenti

Alcune alghe marine come la *Noctiluca scintillans* o la *Glioblastus*, sono alghe bioluminescenti che se vengono disturbate emettono una luce blu-verde brillante, uno spettacolo degno dei film di Avatar.

Le alghe come fertilizzanti

Le alghe marine vengono utilizzate anche come fertilizzanti naturali per le piante terrestri. Nella coltivazione dell'olivo o della vite, gli estratti di alghe aiutano a far crescere le piante in modo più equilibrato, migliorando l'allegagione e le caratteristiche organolettiche dei frutti, aumentando inoltre la resistenza delle piante allo stress da gelate tardive o da caldo eccessivo.

Il ruolo delle alghe nel monitoraggio ambientale

Le alghe, presenti in ambienti marini, lacustri e fluviali, sono sensibili agli inquinanti, alle variazioni delle condizioni ambientali e alle alterazioni dell'ecosistema. Questa sensibilità le rende ottimi indicatori della qualità dell'acqua e dell'equilibrio ambientale. Le loro risposte alle variazioni ambientali possono essere monitorate e misurate, fornendo così importanti informazioni sugli impatti dell'attività umana sull'ambiente acquatico ma anche sui cambiamenti climatici. ■

Chiara Morelli

© Riproduzione riservata



LABORATORIO SPECIALIZZATO IN SARTORIA E RICAMO SPIRITUALE

**Accessori per discipline spirituali ed esoteriche, arti marziali
(panni da altare, sacchetti, paramenti, kimoni e uniformi)
Elementi d'arredo per centri olistici
(cuscini, zafu, stendardi, decorazioni a ricamo, teli per lettino)**

TUTTE LE CREAZIONI SONO PERSONALIZZABILI



IL BARDO ARTIGIANO



JOLLY ROGER: LA BANDIERA DEI PIRATI

La famosa bandiera nera con le ossa incrociate veniva usata dai pirati per spaventare le imbarcazioni che, povere loro, capitavano lungo le rotte dei bucanieri. Vediamo qualche curiosità in più su questi uomini, e non solo, di mare!

Chiamata “Jolly Roger”, la bandiera nera, con il teschio bianco e le tibie incrociate, veniva issata sull'albero maestro della nave per indicare alle vittime che si trattava di una imbarcazione di pirati senza pietà. Non è noto con certezza quando sia apparsa questa simbologia, ma probabilmente ha avuto origine dai marinai del Nord Africa attorno al 1600. Anche il nome è incerto vista la scarsità di fonti: l'ipotesi più accreditata è quella che la parola Roger veniva usata per indicare un mercante errante, un vagabondo o addirittura il diavolo, oppure per ricordare Black Bart uno dei pirati inglesi più famigerati soprannominato il “bel rosso”, storpiando l'appellativo dal francese “jolie rouge”.

Non solo nero, non solo ossa incrociate: nella realtà erano diverse le varianti di colore e di disegni nella bandiera piratesca. Per esempio potevano essere verdi o anche rosse: di rosso era il vessillo, la Red Jack, dei corsari inglesi che poi, quando finì la guerra di successione spagnola, continuarono ad usare, quando molti di loro si diedero alla pirateria. Al posto delle ossa, potevano apparire spade, frecce, clessidre e cuori insanguinati oppure scheletri interi con boccali e pistole!

Le scorrerie dei pirati, l'età dell'oro della pirateria, raggiunsero il loro culmine nel XVII e XVIII secolo, poi con l'introduzione di navi da guerra e l'intensificazione delle operazioni governative anti-pirateria, questa epoca tramontò verso la fine del XVIII secolo.

Molti sono i pirati famosi i cui racconti sono sopravvissuti all'oblio del tempo: Barbanera, Jack Rackham (Calico Jack), Bartholomew Roberts e William 'Capitan' Kidd ma anche le piratesse Anne Bonny e Mary Read, che si unirono agli equipaggi dei filibustieri e parteciparono a razzie e battaglie.

Oggi queste storie sopravvivono nella tradizione e nella letteratura (famosi i corsari raccontati da Salgari) e non di meno nella filmografia con i buffi e scapestrati Capitan Uncino e Jack Sparrow. Eppure trovarsi di fronte una vera nave di pirati avrebbe fatto tremare le gambe a qualunque capitano reale a guida della miglior nave!

Sebbene l'immagine romantica dei pirati che solcano i mari con bandiere nere, avventure incredibili e tesori nascosti, possa sembrare un ricordo del passato, esistono ancora casi di pirateria marittima in alcune parti del mondo anche se quella moderna è molto diversa da quella dei secoli passati. Attualmente, i casi di pirateria si concentrano principalmente in alcune regioni come il Golfo di Guinea al largo della costa occidentale dell'Africa, il Mar dei Caraibi, il Golfo di Aden e lo Stretto di Malacca. In queste aree, i pirati prendono di mira navi commerciali, petroliere e imbarcazioni da diporto, cercando di sequestrare il carico e i passeggeri per scopi di estorsione o rapimento. ■

Fabio Franzoni

© Riproduzione riservata

L'ACQUA: MUSA DEI GRANDI COMPOSITORI

La musica classica è da sempre intrecciata con la natura e i suoi elementi. Quando si unisce al tema dell'acqua, emerge una sinergia affascinante che consente ai compositori di navigare nel ritmo di questo elemento vitale, nelle sue profondità, nella sua limpidezza, nella potenza delle sue correnti, e di attingere in un infinito ventaglio evocatorio di significati che l'umanità ha riconosciuto all'elemento per eccellenza di purificazione e rinascita.

Nel corso della storia, i compositori classici hanno tratto ispirazione dalle molteplici manifestazioni dell'acqua, infondendo alle loro composizioni la sua fluidità, il ritmo e la risonanza simbolica. La natura mutevole dell'acqua trova un corrispondente musicale in composizioni che vanno dalla serenità e tranquillità alla turbolenza e alla potenza, dal pericolo alla salvezza.

Compositori come Johann Strauss II hanno catturato le qualità gioiose ed effervescenti dell'acqua in brani come "Sul bel Danubio blu". Attraverso i suoi valzer, Strauss evoca l'eleganza e la grazia del fluire dolce di un fiume, invitando gli ascoltatori a intraprendere un viaggio musicale lungo il suo percorso sinuoso e sensuale.

Di contro, "La Cavalcata delle Valchirie" di Richard Wagner mette in mostra gli aspetti distruttivi e tumultuosi dell'acqua. Le melodie sontuose e l'orchestrazione tonante catturano la potenza dirompente di un fiume in piena, immergendo gli ascoltatori in una tempesta sonora.

Se nei primi due compositori, la composizione mette in mostra la natura dell'acqua, in altri, l'elemento diviene veicolo per la contemplazione. Nel preludio per pianoforte

"La cathédrale engloutie" di Claude Debussy, il compositore descrive musicalmente una cattedrale sommersa emergente dalle profondità del mare. Attraverso armonie eteree e delicate tecniche pianistiche, Debussy evoca un senso di mistero e meraviglia, invitando gli ascoltatori a esplorare le profondità della loro immaginazione.



L'acqua è da sempre vista come simbolo di purificazione, rinnovamento e profondità emotiva. I compositori si immergono nella sua simbologia per evocare e donare all'ascoltatore una vasta gamma di sentimenti, dalla serenità e meditazione alla malinconia e all'introspezione. Così, nel Preludio op. 28 n. 15 "La goutte d'eau", Frédéric Chopin, usa le persistenti e scroscianti note del pianoforte per imitare il suono delle gocce di pioggia che cadono su una finestra, catturandone la natura ritmica. Il brano racchiude la bellezza malinconica di una giornata piovosa, simboleggiando anche il potere trasformativo dell'acqua mentre rinfresca e purifica.

Altri autori hanno imitato e interpretato nelle loro opere la ritmicità e la musicalità dell'acqua come l'andare e venire delle maree o il dolce sciabordio delle onde, creando brani che risuonano con i nostri istinti primordiali.

In "Jeux d'eau" Maurice Ravel emula abilmente i suoni e il movimento dell'acqua che scorre, attraverso arpeggi e passaggi rapidi. La musica danza e scintilla, incarnando l'effervescenza e la vivacità dell'acqua in movimento.

In artisti più vicini a noi, come il coreano Yiruma o l'italiano Einaudi, l'acqua, la pioggia, il mare divengono metafora della condizione umana, strumento attraverso il quale indagare la nostra visione della vita, il nostro rapporto con gli altri, in una prospettiva contemporanea e accessibile.

La traduzione degli elementi naturali in suono rappresenta una delle più suggestive ed emozionanti prove della creatività umana, che riconosce nella natura la più grande maestra alla quale ispirarsi per dare nutrimento alla nostra fantasia. ■

Moreno Stracci

© Riproduzione riservata

PODERE TRE MORELLI[©]

Azienda Viticola Familiare

Cerveteri (Roma)



**VENDITA DIRETTA
UVE DA VINO**

Sangiovese
Montepulciano
Merlot
Trebbiano toscano

*L'Uva fatta da Madre Natura...
...solo Sale e Acqua*

itremorelli@gmail.com



Sirene UN MITO SENZA TEMPO

Le sirene sono creature leggendarie il cui mito affonda nella notte dei tempi in tutte le culture del mondo. Nei racconti le sirene sono conosciute per la loro bellezza e per la loro voce melodiosa che attira i marinai, spesso causando naufragi e incidenti marittimi. Le storie sulle sirene, seppur nelle varianti culturali, sono spesso associate a simbolismi come la seduzione, l'attrazione pericolosa e la tentazione, descritte come creature malvagie che cercano di attirare i marinai verso la loro morte, oppure come creature innocenti che desiderano solo interagire con gli umani, la dualità umana. Oggetto di ispirazione per molte opere d'arte, letteratura e musica nel corso dei secoli, ai giorni nostri, il mito delle sirene è ancora indagato e interpretato da studiosi e appassionati di mitologia ma anche da ricercatori in cerca di possibili tracce reali del mito.

Le sirene di Cristoforo Colombo

È comune credere che Cristoforo Colombo abbia avvistato le sirene durante il suo viaggio verso il Nuovo Mondo nel 1492. Nel suo diario di bordo, Colombo scrisse di aver visto creature marine che interpretò come sirene. Ma le sirene avvistate dal Genovese erano molto diverse dalla descrizione classica delle belle creature metà donna e metà pesce che tanti cuori infranti hanno prodotto nell'immaginario collettivo. "Non sono belle nemmeno la metà di come le dipingono. I loro volti hanno tratti maschilini" così si legge nel suo resoconto. Oggetto di dibattito tra gli studiosi, probabilmente Colombo avvistò dei mammiferi marini come i lamantini o le foche, che potrebbero essere stati scambiati per sirene a causa della loro somiglianza con queste figure mitiche.



Le sirene coreane

La nave Sperwer dopo oltre sei mesi di navigazione, naufragò il 15 agosto 1653 sulle coste dell'isola Quelpart o Jeju nella Corea del Sud. A bordo della nave c'era l'esploratore olandese Hendrick Hamel che venne catturato con gli altri 35 membri dell'equipaggio per essere trattenuti a vita come previsto dalle leggi del paese. Riuscì ad evadere dopo 13 anni e al suo ritorno in patria scrisse il "Diario dello sfortunato viaggio della nave Sperwer" (*Journal van de ongelukkige voyage van't jacht de Sperwer*, 1668), il primo racconto di un testimone oculare sugli usi e le tradizioni ma anche sulle città della Corea del Sud. Hamel descrive tra le altre cose, le sirene che abitano l'isola. Ma chi sono queste sirene? Famose per le loro abilità subacquee, le donne chiamate **Haenyeo** (in foto in alto a destra) si tuffano in apnea nelle acque profonde (dai 10 fino ai 30 metri) per raccogliere frutti di mare e alghe commestibili e pescare merluzzi. Durante le emersioni e mentre lavoravano, queste donne cantano canzoni tradizionali. Probabilmente la loro melodia suscitò nel marinaio il parallelo con le leggendarie sirene, alimentandone involontariamente il mito. Oggi queste donne sono considerate un patrimonio culturale immateriale dell'umanità dall'UNESCO, che ha riconosciuto il loro stile di vita e la loro pratica di pesca come un valore eccezionale da preservare per le generazioni future.



PAROLE: Sirenomelia

La sindrome della sirena è una malformazione congenita dove gli arti inferiori sono fusi insieme, apparendo come la coda di una sirena.



*Il vaso delle Sirene, stamno in ceramica a figure rosse, anonimo
V sec. a.C. - British Museum, Londra*

Le sirene nelle arti

Le sirene hanno affascinato gli artisti di diverse epoche, che hanno interpretato e rappresentato il loro fascino e la loro pericolosità in modi unici.

Nel periodo della Grecia arcaica le sirene venivano raffigurate come donne dal corpo di uccello, le stesse che incontra Ulisse in mare, nel racconto omerico (*Odissea* libro XII – Il passaggio tra Scilla e Cariddi): per proteggere sé stesso e i suoi uomini dall'irresistibile richiamo delle sirene, l'eroe ordina ai suoi marinai di tappare le orecchie con la cera per non sentire il canto mortale delle ammaliatrici e di legarlo saldamente all'albero maestro

della nave. In questo modo, Ulisse riuscì ad ascoltare il loro canto senza farsi sedurre e il viaggio fu salvo.

Nel Medioevo, con le influenze cristiane, le sirene mutarono forma. Il *Liber Monstrorum de Diversis Generibus*, noto anche come "Libro dei mostri di varie specie", è un'opera medievale del VIII secolo che descrive minuziosamente diverse creature mitologiche e mostruose. Tra queste le sirene *"sono fanciulle marine che ingannano i navigatori con il loro bellissimo aspetto ed allettandoli col canto; e dal capo e fino all'ombelico hanno il corpo di fanciulla e sono in tutto simili alla specie umana; ma hanno squamose code di pesce che celano sempre nei gorgi"*. Sono la personificazione dell'infedeltà, delle tentazioni, del pericolo ma anche della rigenerazione: rappresentate con la forma bicaudata, è facile trovarle sui capitelli delle decorazioni romaniche e gotiche delle chiese e dei monasteri.

L'immagine delle sirene con la coda di pesce, è diventata particolarmente popolare nella cultura occidentale con l'epoca romantica e il movimento preraffaellita (XIX secolo). Uno dei quadri più fa-

mosi è **"La sirena"** (*A Mermaid*) dipinto dal pittore preraffaellita inglese John William Waterhouse nel 1900, e con probabilità ispirata dai versi del poeta A. Tennyson. Quest'opera rappresenta una sirena solitaria seduta su una insenatura con lo sguardo a tratti malinconico ma anche sognante mentre si districa i lunghi capelli rossi. Il dipinto è caratterizzato da una dettagliata resa dell'ambiente marino, dove spicca la figura della ragazza che con le labbra appena aperte sembra intonare una melodia. L'opera di Waterhouse è diventata un'icona dell'immaginario collettivo e della bellezza misteriosa associata a queste creature mitiche.

Romantiche ed eteree nel XIX secolo, in epoca contemporanea le sirene sono state rappresentate delle volte come creature spettrali, inquietanti, amorfe come quelle di G. Klimt, R. Magritte, E. Munch, o avvolte in un alone da favola come quelle di M. Chagall.

Tra tutte le raffigurazioni delle sirene, quella che rimane fissata nella memoria collettiva è la statua di Copenaghen, realizzata dallo scultore danese Edvard Eriksen e inaugurata il 23 agosto 1913. La scultura è stata commissionata dal figlio del fondatore della birreria Carlsberg, Carl Jacobsen, che rimase affascinato dalla storia della sirennetta (*Den lille Havfruedi*) scritta da Hans Christian Andersen nel 1837, la storia che ha ispirato, tra gli altri, la pellicola della Disney del 1989, e che ha emozionato il mondo.



CURIOSITÀ: Tritoni

I tritoni sono nella mitologia antica il corrispettivo maschile delle sirene. Sono descritti come esseri con testa umana, occhi e capelli verdastri, corpo equino squamoso e coda di delfino.

Una ricompensa per chi avvista le sirene!

Nel 2009 la città di Kiryat Yam, nel nord di Israele, è stata resa celebre da un'iniziativa molto singolare dell'allora Sindaco, Shmuel Sisso: a seguito di una dozzina di avvistamenti di una presunta sirena, fu approvata dal Municipio una ricompensa di 1 milione di dollari a chi riuscisse a provare l'esistenza della mitica creatura marina, "metà giovane donna e metà pesce che salta come un delfino e compie varie acrobazie prima di comparire". Il premio suscitò l'interesse anche della stampa internazionale come la CNN e Sky News che inviarono delle troupe sul posto. Una trovata pubblicitaria? Probabilmente, eppure una associazione americana, la *Mermaid medical Association*, minacciò il municipio di ritirare entro 10 giorni l'annuncio, altrimenti si sarebbe rivolta alla Corte di Giustizia olandese per intervenire in quanto la ricompensa "danneggia gravemente e oltraggiosamente la leggendaria eredità della sirena". ■



L.W. Waterhouse, *A Mermaid*, 1900
Royal Academy of Arts - Londra

*Chi vorrebbe essere una sirena
Che canta da sola
Pettinando i suoi capelli
Nelle profondità del mare,
In riccioli d'oro
con un pettine di perle,
su un trono?*

Da "The Mermaid" (1830) di A. Tennyson

Pamela Stracci

© Riproduzione riservata



**Sei uno studente di Università Telematica Internazionale UNINETTUNO
o stai pensando di iscriverti o uno dei tanti corsi offerti?**

**I SOCI DI QUIA APS RICEVONO UNO SCONTO
DEL 20% SULLE TASSE UNIVERSITARIE!**

*Con Quia
i tuoi sogni sono più vicini!*

- ✓ **BENI CULTURALI**
- ✓ **ECONOMIA**
- ✓ **GIURISPRUDENZA**
- ✓ **INGEGNERIA**
- ✓ **PSICOLOGIA**
- ✓ **SCIENZE DELLA COMUNICAZIONE**

Lauree triennali
Lauree magistrali
Master e Corsi ONLINE

ISCRIZIONI SEMPRE APERTE



Scopri di più su WWW.ASSOCIAZIONEQUIA.IT

Non sei socio Quia? Diventarlo è facile!

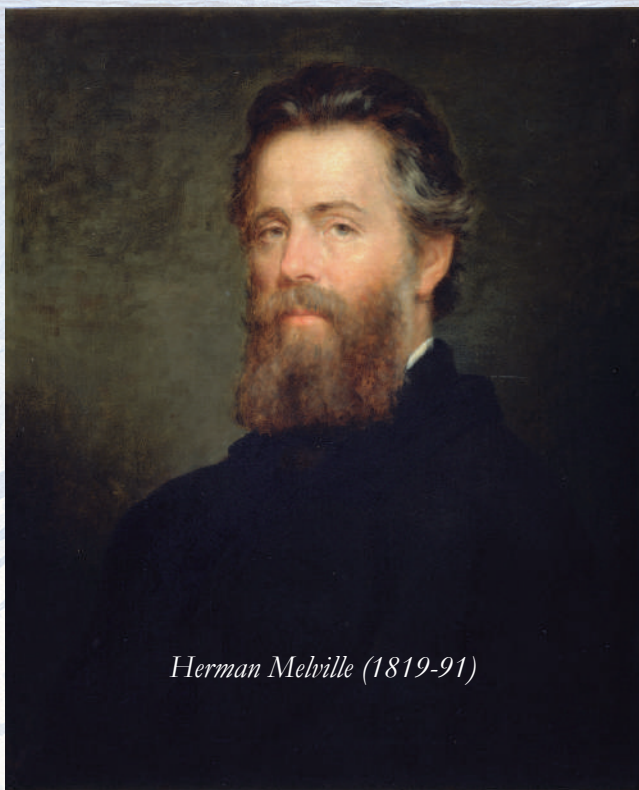
Scrivi a info@associazionequia.it

MOBY DICK: UN RITRATTO DELLA CONDIZIONE UMANA

Moby Dick, scritto da Herman Melville e pubblicato nel 1851, si erge come una delle opere più iconiche e complesse della letteratura americana. Questo epico racconto esplora l'avventuroso viaggio del capitano Ahab e la sua implacabile persecuzione della grande balena bianca ma parla, in realtà, di ognuno di noi, dell'essere ora e qui in questa vita, con una potente metafora, il mare, che ha molto da insegnare a chi ha il coraggio di vivere pienamente e con consapevolezza.

Moby Dick è una storia di un'ossessione, che esplora le profondità della natura umana e le conseguenze distruttive dell'ambizione incontrollata. Il desiderio di vendetta del capitano Ahab nei confronti della sfuggente balena, che lo aveva ferito in un precedente incontro, diventa una metafora per la sete insaziabile dell'umanità di potere, controllo e conquista. Un tema, questo, che porta il lettore a fare i conti con i propri demoni interiori, a scegliere il metro con il quale misurare la propria vita. In questo senso, l'oceano, l'acqua, porta con sé un ventaglio di significati preziosi per ognuno di noi.

Innanzitutto, l'oceano rappresenta la vastità e l'infinito. È un ambiente che supera la comprensione e il controllo umano, una forza imponente che trascende la dimensione umana, anzi la sfida, come la balena



Herman Melville (1819-91)

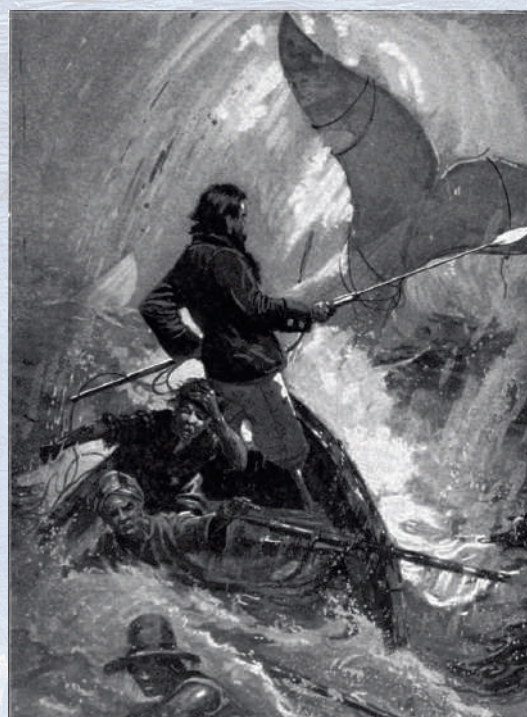




bianca sfida l'autoproclamata autorità umana. Si erge, così, a simbolo dell'ignoto, del mistero e dell'inconoscibile, e invita personaggi e i lettori ad affrontare la loro fragilità e la loro limitatezza di fronte alla grandezza del cosmo, a dare la giusta dimensione alla loro presenza sulla terra. In questa vastità, nella quale la vita terrena si dispiega, Melville ci porta a ricercare il senso del nostro viaggio, che è disseminato, come l'oceano, di pericoli e successi, di momenti di bonaccia e tempeste da superare. Così, il viaggio, la vita, diviene opportunità di purificazione ed evoluzione, di presa di coscienza della fragilità e della caducità umane, che a loro volta si fanno opportunità per comprendere e realizzare il proprio scopo. Uno scopo che, come il Capitano Ahab, spesso comprendiamo in modo erroneo, ritrovandoci poi a percorrere strade che ci allontanano dai nostri veri desideri, e a volte divengono autodistruttive, costringendoci a un cammino più lungo per giungere alla nostra meta. Certo, se cercassimo di comprendere prima di agire, raggiungeremmo il nostro porto più velocemente e più agevolmente ma la vita è così: un salire su una barca senza saper navigare. E in questo risiede anche il suo fascino. ■

Moreno Stracci

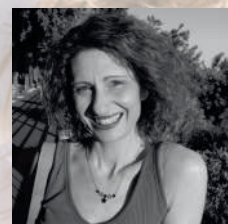
© Riproduzione riservata





**Opera vincitrice del
Premio "Marta Redolfi" 2022 - Narrativa**

Non so cosa sia Diario di una rinascita di Elvira Nistoro



Una bambina se ne sta sola nella sua cameretta circondata da pensieri che le fanno paura. Lei vorrebbe volare lontano ma sa che non può. È così piccola. E allora sogna, sogna e sogna ancora. La bambina è diventata una donna, e quei pensieri sono ancora là a rincorrerla ma lei fugge.

A volte la raggiungono, a volte riesce a seminarli. Infine, un incontro che cambierà tutto.

È una storia, questa, che ci parla della rinascita di una donna. Una storia piena di verità. Le verità che ognuno di noi custodisce gelosamente e che, con questo libro, l'autrice decide coraggiosamente di condividere con i lettori e le lettrici, nella volontà fortissima che ognuno di noi sia libero e capace di vivere una vita che sia quella che meritiamo.

Un'opera che vive tutta di sentimenti, scritta con uno stile fresco e diretto che ci parla guardandoci negli occhi.

Una lettura che rapisce e ci conduce nel meraviglioso mondo che siamo noi.

**Disponibile su
WWW.QUIAEDIZIONI.IT**

e presso

Scritti & Manoscritti

Ladispoli

Mondadori Store

Taranto



**MONDADORI
STORE**

LE ORIGINI DELLA TARANTA: LA DANZA CHE CURAVA I MORSI DI RAGNO

La “taranta” è una danza popolare italiana che ha origini antiche e misteriose. Si dice sia nata come rimedio contro il morso della tarantola, un ragno velenoso che provocava spasmi e convulsioni. Per curarsi, le vittime dovevano ballare a ritmo frenetico fino allo sfinimento, accompagnate da musica e canti.

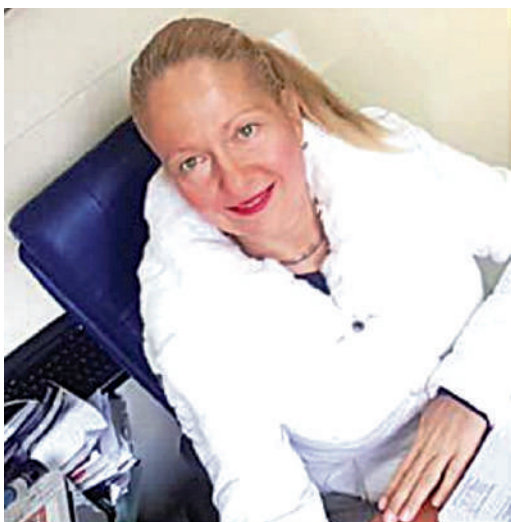
Ma sapevate che il nome di questa danza deriva proprio dalla città di Taranto, dove io sono nata e cresciuta?

Oggi è diventata un simbolo della cultura e della tradizione del Sud Italia, e in questo articolo vi racconterò la storia e le caratteristiche di questa danza affascinante e coinvolgente, che fa parte della mia identità e delle mie radici.

Le origini del tarantismo sono incerte e dibattute dagli studiosi, che hanno avanzato diverse ipotesi basate su fonti storiche, mitologiche e antropologiche. Le prime testimonianze scritte del fenomeno risalgono al Medioevo, tra il IX e il XIV secolo, quando alcuni trattati medici attribuivano ad un tipo di musica l'antidoto al veleno della tarantola. Il nome del ragno e del rito deriverebbe proprio dalla città di Taranto, dove si riteneva che fosse diffuso il morso del ragno e dove si svolgevano le prime danze terapeutiche. Si trattava di una sorta di esorcismo popolare che coinvolgeva soprattutto le donne, che si ritenevano morse da un ragno velenoso chiamato tarantola o taranta. Il morso pro-



vocava una serie di sintomi fisici e psichici, come convulsioni, paralisi, depressione, angoscia, isteria. Il ragno era infatti considerato un simbolo del male, che poteva colpire chi aveva commesso peccati o trasgressioni, o chi era vittima di ingiustizie sociali. Per curare il tarantato si ricorreva alla musica e alla danza, che dovevano stimolare la sua reazione vitale e la sua catarsi emotiva.



Dott.ssa Elena Botti
PSICOLOGA PSICOTERAPEUTA

Psicoterapeuta Ericksoniana specializzata nella cura di
depressioni - ansia e attacchi di panico - disturbi del sonno
disturbi dell'alimentazione - disturbi dell'attenzione
Ipnoterapeuta Ericksoniana

(riconosciuta dal M.U.R.S.T. del 16/10/2020 ai sensi della Legge 56/89 art. 30)

terapia del dolore - gestione delle fobie
preparazione al parto - preparazione atletico-sportiva
Specializzata in Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)

con il massimo livello di specializzazione RET in Italia
presso il Centro Albert Ellis - Psicoterapia cognitivo,
emotivo, comportamentale

*"Dentro di noi, possediamo tutte
le risorse di cui abbiamo bisogno
per far fronte alle nostre sfide evolutive"*

Milton Erickson

tel. 338 1964734 - email elenabotti@gmail.com

La Dott.ssa riceve su appuntamento a Ladispoli e via telefono

Alcuni studiosi hanno cercato di rintracciare le origini del tarantismo nella cultura greca antica, che aveva fondato diverse colonie nel Salento. Si è ipotizzato un collegamento con il culto delle menadi, le seguaci di Dioniso che si abbandonavano a danze estatiche e orgiastiche, o con il mito di Aracne, la giovane tessitrice che sfidò Atena e fu trasformata in ragno dalla dea gelosa. Altri studiosi hanno invece evidenziato l'influenza della cultura islamica, che entrò in contatto con quella cristiana durante le crociate, quando il Salento era una terra di transito per i cavalieri. Si è parlato di una contaminazione tra il rito della taranta e la danza dei dervisci, i mistici musulmani che giravano su se stessi per raggiungere l'unione con Dio.

Molto probabilmente è il frutto di una stratificazione di elementi culturali diversi, che si sono mescolati nel corso dei secoli.

Il rito della "taranta" aveva anche una dimensione religiosa, in quanto si svolgeva il 29 giugno, giorno dedicato a San Paolo, il santo protettore dei tarantati che si recavano in pellegrinaggio alla chiesetta di San Paolo a Galatina, dove venivano esposti al suono della musica sacra e dove bevevano l'acqua del pozzo miracoloso. Era quindi un modo per riconciliarsi con Dio, con se stessi, e la musica doveva essere adatta al gusto e al colore del tarantato, che variava a seconda del tipo di ragno che lo aveva morso. Il ritmo incalzante e ossessivo della musica stimolava i movimenti del tarantato, che si identificava con il ragno e cerca-

va di liberarsi dal suo veleno attraverso la danza. La danza era spontanea e improvvisata, e poteva durare ore o giorni, fino a quando il tarantato non raggiungeva uno stato di catarsi ed esaurimento.

Il tarantismo era un modo anche per esprimere il malessere sociale ed esistenziale delle classi più povere e sfruttate del Salento, che vivevano in condizioni di miseria e oppressione e per sfuggire alla morale cristiana, alle convenzioni sociali, rivendicando una libertà corporea ed emotiva. Il rito della taranta era infatti carico di simboli e significati che rimandavano alla sessualità, alla fertilità, alla trasgressione, alla ribellione.

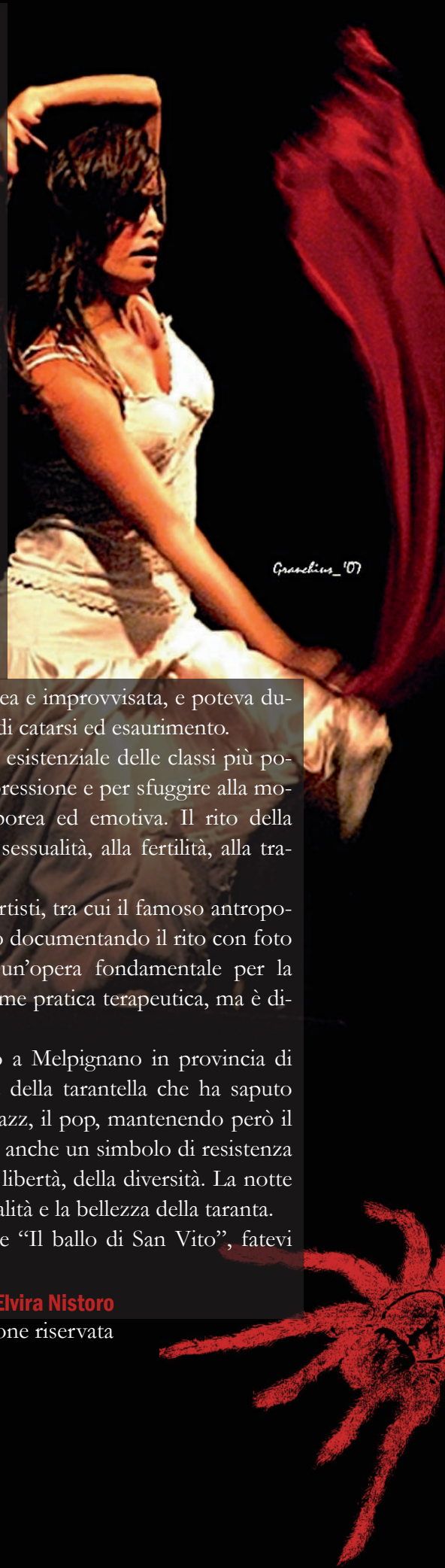
Il fenomeno del tarantismo ha attirato l'attenzione di molti studiosi e artisti, tra cui il famoso antropologo Ernesto De Martino, che nel 1959 condusse una ricerca sul campo documentando il rito con foto e registrazioni. Il suo libro "La terra del rimorso" è considerato un'opera fondamentale per la comprensione del tarantismo. Oggi il tarantismo è quasi scomparso come pratica terapeutica, ma è diventato un elemento di identità culturale e di attrazione turistica.

Il festival "La notte della Taranta", che si tiene ogni anno ad agosto a Melpignano in provincia di Lecce, è un evento musicale che celebra la tradizione della pizzica e della tarantella che ha saputo rinnovarsi e dialogare con altri generi musicali, come il rock, il rap, il jazz, il pop, mantenendo però il suo legame con le radici popolari e le sonorità tradizionali. La taranta è anche un simbolo di resistenza e di integrazione, che esprime i valori della terra, della comunità, della libertà, della diversità. La notte della Taranta è quindi una festa popolare e universale, che celebra la vitalità e la bellezza della taranta.

E come recita il cantante Vinicio Capossela nella sua famosa canzone "Il ballo di San Vito", fatevi contagiare dalla taranta! ■

Elvira Nistoro

© Riproduzione riservata



STORIA DEL GELATO

Al mare o in montagna, estate è sinonimo di gelato! Il gelato è un dolce amato in tutto il mondo, che ha affascinato le persone per secoli con la sua freschezza, dolcezza e varietà di sapori. Questo delizioso dessert ha una storia ricca e interessante, che si snoda attraverso le culture e le epoche, portando gioia e rinfresco a chiunque lo gusti.

Il gelato ha origini antichissime che ci portano nella Grecia del V sec. a.C., e ancor prima nell'antica Cina e nell'antica Persia, 3.000 anni prima di Cristo. Nell'Asia i primi dolci ghiacciati erano il sharbat e il falooda, antenati del gelato come lo conosciamo oggi. Con l'avvento degli arabi dopo il X secolo in Sicilia e nell'Italia meridionale, venne importata anche la canna da zucchero che cresceva abbondantemente nei territori persiani. Lo zucchero è uno degli ingredienti principali del gelato, ma la Sicilia offriva anche la frutta, il sale delle coste e la neve dell'Etna, questi due ultimi, elementi essenziali per attivare il processo endotermico che permette il raffreddamento, in questo caso, della miscela degli ingredienti del gelato. A differenza di quello cremoso che gustiamo oggi, nel primo "gelato" siciliano non c'era il latte come ingrediente ma l'acqua. Nessun problema, dallo Sharbat/Sherbet arabo, il gioco di parole è breve: ecco il sorbetto! Questo dessert si diffuse velocemente in tutta Italia, poi in Europa e in tutto il mondo.

La nascita del gelato a base di latte si deve alla corte di Caterina de' Medici nella Firenze del XVI secolo quando Mastro Bernardo delle girandole, l'architetto Bernardo Buontalenti, realizza un sorbetto a base di limone, zucchero, bianco d'uovo e latte. Quasi un secolo dopo il siciliano Francesco Procopio, inaugura a Parigi il "Cafè Procope", il primo caffè-gelateria della capitale ancor oggi esistente ma come ristorante nella *Rue de l'Ancienne Comédie* al

numero 13, e crea il gelato alla frutta, lodato anche da Luigi XIV, Re Sole.

Fare il gelato a mano però era ed è tutt'ora un bell'impegno e fatica. Così l'inventrice Newyorkese Nancy Johnson, realizzò e ottenne nel 1843 il primo brevetto statunitense per un congelatore per gelati a manovella, dove un secchiello si congelava mentre una paletta azionata a mano agitava la miscela via via che si raffreddava.

Oggi è possibile fare il gelato, in tutte le varianti che la nostra mente può ideare, comodamente a casa oppure gustarlo già pronto dalla nostra gelateria preferita ma voi sapreste stare senza gelato? ■

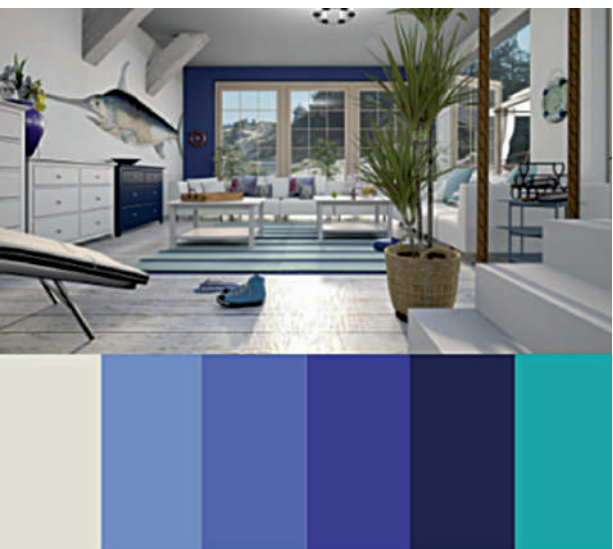
Giuly Di Felice

© Riproduzione riservata



ARREDAMENTO PORTARE IL MARE IN CASA

Sia se dovete arredare la vostra casa al mare che l'abitazione in città, se amate la vita spensierata e libera ispirata al paesaggio marino, qualche piccolo consiglio di arredo per uno stile leggero e sobrio per ricreare il vostro paradiso personale degno della più bella isola caraibica o della più solare spiaggia mediterranea.



Per lavoro, per radici o per amore non sempre è possibile abitare nel luogo dei propri sogni, quello dove ci sentiamo noi stessi per affinità elettiva. Se quello che si sogna è il mare, basteranno piccoli accorgimenti, anche nella casa in città, per rendere gli ambienti dell'atmosfera desiderata.

Innanzitutto scegliamo i colori! Se volete rimanere nel classico, la palette dei colori da scegliere per rimodernare la parete di un'ambiente, deve oscillare tra il blu deciso (dall'oltremare al navy), l'azzurro e il turchese: la forza del mar mediterraneo sarà con voi!

Per un'ambiente più rilassante e calmo, tipico delle bianche spiagge di Roatan, i colori dovranno essere tenui e dai toni caldi, come il rosa cipria, il blu balena, il color sabbia, il grigio azzurro, il tortora e per finire qualche dettaglio marrone cioccolato. Se amate un tocco vivace non può mancare il rosso corallo: che sia un vaso, un tappeto o un oggetto d'arredamento, questo colore ravviverà di sicuro l'ambiente e vi farà ricordare la barriera corallina piena di vita.

Un dettaglio importante sono i tessuti: la scelta sulle tende deve cadere su colori neutri e chiari e su stoffe leggere e trasparenti che ricordano l'impalpabilità della brezza marina: con il bianco non si sbaglia mai.

Per copriletti, plaid, cuscini, e stoffe d'arredo, il must sono i tessuti spessi di cotone e lino, anche stropicciati per uno stile cozy, di colore neutro, bianco, écru, tortora, o con le righe blu immancabili per un tocco marinaro classico. Invece per un arredamento più audace si può optare per stampe colorate che richiamino disegni di coralli, stelle marine e pesci tropicali.

Diversamente potete giocare tutto l'effetto sul colour block, con tessuti dai toni caldi e neutri per dare poi un tocco di

personalità e colore con i complementi d'arredo: vasi rigorosamente in vetro colorato nei toni del blu, dell'azzurro, del rosso ma anche dell'arancio, ceramiche colorate a forma di stella marina o di pesce, quadri e oggettistica varia per rendere l'ambiente veramente scenografico. Con i colori complementari e contrastanti avrete un impatto visivo mozzafiato.

E le corde? Lampadari, corrimano, fermatende, vasi, cornici, e tanti altri accessori che potete realizzare anche fai da te con le funi nautiche in corda di canapa e con il legno.

Non dimenticare infine le piante verdi che ricordano le praterie marine e il gioco è fatto: anche con una spesa minima, il successo è garantito e... buon mare! ■

Chiara Morelli

© Riproduzione riservata

ACCADEVA IN QUESTO MESE

- 12 giugno 1987: Discorso di Ronald Reagan a Berlino - Il presidente degli Stati Uniti Ronald Reagan pronunciò il famoso discorso in cui esortò il leader sovietico Mikhail Gorbachev a "abbattere questo muro" di separazione tra Berlino Est e Ovest, segnando un momento di rilevanza storica nella Guerra Fredda.
- 22 giugno 2000: Il Progetto Genoma Umano dichiara la mappatura completa del genoma umano. Questa scoperta ha aperto la strada a importanti progressi nella medicina, nella biologia e nella comprensione delle malattie genetiche.

L'ORIGINE DELLE PAROLE: PIANETA!

Dal greco antico "*planetes*", che significa "*vagabondo*" o "*errante*". Gli antichi greci osservavano i corpi celesti nel cielo e notarono che alcune stelle sembravano muoversi in modo diverso rispetto alle altre. Queste stelle vaganti furono chiamate "pianeti" poiché sembravano errare attraverso il cielo rispetto alle stelle fisse.

LAVORI NELL'ORTO

Continuiamo con a prenderci cura del nostro orto. Ecco alcuni consigli!

Irrigazione: Con l'arrivo delle temperature più calde, è importante assicurarsi di irrigare regolarmente il tuo orto. L'acqua è essenziale per la crescita sana delle piante. Controlla il terreno e assicurati di innaffiare a fondo, evitando di bagnare le foglie delle piante durante le ore più calde della giornata.

Rimozione delle erbacce: Continua a rimuovere regolarmente le erbacce dall'orto. Le erbacce possono competere con le piante coltivate per l'acqua e i nutrienti, quindi è importante mantenerle sotto controllo per garantire una crescita ottimale delle tue colture.

Concimazione: Puoi applicare fertilizzanti organici o compost maturo intorno alle piante per fornire loro una nutrizione extra. Assicurati di seguire le istruzioni sull'etichetta e di applicare il concime in modo uniforme.

Controllo dei parassiti: Controlla regolarmente le tue piante per eventuali segni di infestazione da parassiti. In caso di presenza di insetti dannosi, puoi utilizzare metodi di controllo naturali come l'utilizzo di insetti benefici o di prodotti a base di neem.

Raccolta delle verdure: A giugno, molte verdure raggiungono la maturità e possono essere raccolte per il consumo. Assicurati di raccogliere i tuoi prodotti quando sono pienamente maturi per godere del loro sapore e valore nutrizionale ottimali.

Manutenzione generale: Durante tutto il mese di giugno, continua a tenere l'orto pulito e ben curato. Rimuovi foglie morte, controlla le piante per eventuali segni di malattie e assicurati di fornire il supporto necessario alle piante che ne hanno bisogno.

IL PROVERBIO

*A giugno fioriscono le rose
ma durano poco, come le cose.*

LA FASI LUNARI



LUNA PIENA
4 GIUGNO



ULTIMO QUARTO
10 GIUGNO



LUNA NUOVA
18 GIUGNO



PRIMO QUARTO
26 GIUGNO



Le informazioni qui contenute hanno esclusivamente scopo informativo e non sostituiscono in nessun modo il parere del medico.

LE ALGHE EDIBILI

Proprietà nutrizionali

Le alghe edibili sono un gruppo di alghe marine che vengono consumate come alimento in molte culture in tutto il mondo, soprattutto quella giapponese. Sono ricche di nutrienti e vengono spesso considerate un *superfood* per la loro elevata concentrazione di vitamine, minerali, antiossidanti e acidi grassi essenziali.

Le alghe edibili sono apprezzate per il loro apporto nutrizionale. Sono una fonte di proteine, vitamine del gruppo B, vitamina C, vitamina E, calcio, ferro e iodio. Inoltre, contengono una buona quantità di fibre e sono a basso contenuto calorico. Tuttavia, bisogna ricordare che il loro consumo prevede controindicazioni, tra le quali:

- *Alto contenuto di iodio*: le persone con ipertiroidismo o altre condizioni tiroidee dovrebbero prestare attenzione;
- *Contaminazione da metalli pesanti*: assicurarsi di selezionare le alghe da fonti sicure;
- *Interazione con i farmaci*: consultare il medico se si vuole introdurre le alghe nella propria dieta.

In erboristeria

L'erboristeria fa largo uso delle alghe negli integratori alimentari, nelle miscele di tisane e infusi, sotto forma di cataplasmi e impacchi e per prodotti utili alla cura della pelle e dei capelli.

In cucina

Le alghe sono un alimento versatile e possono essere utilizzate in molti modi in cucina, come ingredienti per le salse, le zuppe, i ripieni e le marinature, donando alle pietanze un sapore unico.

Tra le tante disponibili, vanno ricordate:

- **Nori**: alga marina sottile e croccante che viene comunemente utilizzata per avvolgere il sushi. Può essere tostato leggermente per aumentarne la fragranza e poi utilizzato per avvolgere riso, pesce e altri ingredienti del sushi.
- **Kombu**: un tipo di alga bruna che viene spesso utilizzata per preparare il brodo dashi, un fondamentale della cucina giapponese. Viene anche aggiunto a zuppe, stufati e salse per arricchirne il sapore umami.
- **Wakame**: alga verde molto utilizzata nella cucina giapponese. Viene spesso aggiunta alle zuppe di miso e alle insalate di alghe. Prima dell'uso, l'alga viene solitamente ammollata in acqua e poi tagliata in pezzi più piccoli.
- **Hijiki**: alga marrone che ha un sapore leggermente dolce e una consistenza croccante. Viene spesso cotta e utilizzata in insalate o come ingrediente in piatti a base di riso.
- **Dulse**: alga rossa che può essere mangiata cruda o cotta. Ha un sapore salato e leggermente affumicato, quindi viene spesso utilizzata come condimento per insalate, zuppe o piatti a base di pesce.
- **Agar-agar**: gelificante naturale derivato dalle alghe rosse. Viene spesso utilizzato come alternativa vegetale alla gelatina animale ed è utilizzato per preparare gelatine, dessert e dolci.



LA TAMERICE

Descrizione

Le tamerici, sono un genere di piante che appartengono alla famiglia delle *Tamaricaceae*. Questo genere comprende diverse specie di arbusti o piccoli alberi che sono diffusi principalmente nelle regioni costiere e nelle aree desertiche di tutto il mondo, inclusi l'Europa meridionale, il Nord Africa, il Medio Oriente e l'Asia occidentale. Sono piante perenni, adattate ad ambienti difficili e aridi. Sono caratterizzate da foglie sottili, piccole e strette, di solito di colore verde-grigiastro o verde-azzurrognolo. Alcune specie producono fiori di colore rosa, bianco o lilla, che formano infiorescenze vistose. Le tamerici sono anche conosciute per il loro sistema radicale robusto e profondo, che consente loro di resistere alle condizioni di scarsità d'acqua. Svolgono un ruolo importante nell'ecosistema costiero. Grazie al loro sistema radicale esteso, sono in grado di trattenere i sedimenti e prevenire l'erosione del suolo nelle zone soggette alle maree.



Coltivazione

Le tamerici prosperano in climi caldi e secchi, sono resistenti alla siccità e amano la luce solare diretta. Tuttavia, alcune specie possono adattarsi anche a climi più freschi, purché siano protette dalle gelate invernali. Preferiscono suoli ben drenati e richiedono poca acqua. Tuttavia, durante il primo anno di coltivazione, è importante fornire una quantità moderata di acqua per favorire l'attecchimento delle piante.

Richiedono una potatura regolare per rimuovere i rami danneggiati o morti. È meglio potarle durante l'inverno quando sono in stato di riposo.

Curiosità

Il poeta Gabriele D'Annunzio, nella bella poesia "La pioggia nel pineto" dedica a questa pianta i famosi versi:

"Piove su le tamerici / salmastre ed arse", cogliendo con grande sensibilità la natura di questi arbusti.



**TI OCCUPI DI GIARDINAGGIO? SEI UN FIORAIO,
UN FIORISTA O UN FLORICOLTORE?**

PUBBLICIZZA QUI LA TUA ATTIVITÀ

www.quiamagazine.it - commerciale@quiamagazine.it

349 3425423 - 366 7418190



PORTARE GLI ANIMALI AL MARE: CONSIGLI PER UN'ESPERIENZA DIVERTENTE

Portare gli animali al mare può essere un'esperienza meravigliosa e gratificante per te e il tuo amico peloso. Tuttavia, è importante prendere alcune precauzioni per garantire la sicurezza e il benessere dell'animale.

La prima cosa da fare è consultare il veterinario per assicurarsi che il nostro amico sia in buona salute e che abbia ricevuto tutte le vaccinazioni necessarie: alcuni cani o gatti potrebbero avere condizioni mediche preesistenti che potrebbero richiedere cure speciali durante il soggiorno al mare. Assicurati inoltre di portare con te i documenti sanitari dell'animale.

Per il cane è importante un buon addestramento: anche se, in via generale, la presenza di cani sulle spiagge è consentita con il guinzaglio e la museruola, assicurati che risponda comunque ai comandi di base come "seduto", "resta" e "vieni" per mantenerne un controllo sicuro in un ambiente così potenzialmente stimolante. Un cane che è a suo agio è un animale abituato a socializzare, sia con gli umani che con gli eventuali altri animali presenti in spiaggia, ma anche pratico al rumore del mare e al camminare sulla sabbia. Non tutti amano nuotare o sono esperti nuotatori: in questo caso è possibile munirli di un giubbotto salvagente per cani e naturalmente in acqua non va lasciato mai solo.

Gli animali domestici possono scottarsi al sole proprio come gli umani, quindi proteggili con una crema solare

specifico per loro e sistemali all'ombra durante le ore più calde della giornata che comunque sono preferibilmente da evitare e assicurati che abbiano sempre accesso a una fonte di acqua fresca per evitare la disidratazione. La sabbia calda può bruciare le zampe sensibili dei tuoi animali, quindi verifica sempre la temperatura del terreno prima di farli camminare. Inoltre, tieni presente che conchiglie o detriti affilati possono rappresentare un pericolo per le zampe, quindi fai attenzione all'ambiente circostante. Puoi proteggere le zampe del tuo animale con calzini o con l'uso di apposite creme o balsami.

Se porti al mare il tuo gatto, evita di farlo gironzolare libero e non dimenticare la pettorina e il guinzaglio specifico. Anche il trasportino dovrà essere ben ventilato, ampio e confortevole per consentirgli di stare al sicuro e in tranquillità.

Mentre sei al mare, ricorda che potrebbero esserci animali selvatici, in particolare gli uccelli che vivono e nidificano sulla spiaggia: rispetta la loro presenza e cerca di mantenere il tuo amico peloso sotto controllo per evitare di disturbare l'ambiente o di incappare in potenziali incontri pericolosi.

Ogni spiaggia può avere regolamenti specifici per l'accesso degli animali domestici, quindi informati sulle norme locali prima di portare il tuo peloso al mare e rispetta sempre le restrizioni sugli orari, i luoghi designati e gli obblighi di pulizia stabiliti dalle autorità locali. ■

TI OCCUPI DI ANIMALI?

PUBBLICIZZA QUI LA TUA ATTIVITÀ

www.quiamagazine.it - commerciale@quiamagazine.it

349 3425423 - 366 7418190

Oroscopo di P' Astra

Segno del mese: GEMELLI



Pensare al presente è una buona cosa, ma non lasciate completamente da parte il vostro futuro: iniziate a pianificare, ad aggiungere elementi che possono davvero caratterizzarvi un domani. Aprite gli occhi riguardo le relazioni con gli altri.



ARIETE

State andando avanti ma dovete rivedere le vostre priorità o rischierete di perdervi qualcosa di importante per strada.



TORO

Potrebbe esserci una grande opportunità lavorativa: cercate di coglierla al meglio ma state attenti alla concorrenza.



Segno del mese GEMELLI

CANCRO

Dedicate più tempo a voi stessi: ciò di cui avete bisogno ora è di correre meno e dedicare più tempo al "dolce far niente".



LEONE

State seguendo la vostra strada: l'unico consiglio che posso darvi è quello di non temete mai di mostrare il vostro vero io.



VERGINE

Seppur non sempre lo dimostrano, accanto a voi c'è chi vi vuole davvero molto bene: affidatevi a loro se avete un problema.



BILANCIA

Da quanto tempo non passeggiate in mezzo alla natura? Prendetevi almeno un'occasione per farlo, starete meglio.



SCORPIONE

Siete ambiziosi, è vero, ma non dimenticate che, per la vostra crescita, è molto importante anche ascoltare gli altri.



SAGITTARIO

Vecchi pensieri riemergono: le persone non sono state giuste con voi, ciò non vuol dire che abbiano ragione su di voi.



CAPRICORNO

Perché non provate a imparare qualcosa di nuovo? Un nuovo strumento, un nuovo gioco, sono un'opportunità di crescita.



ACQUARIO

Desiderate mutare le cose ma solo modificando il modo di pensare potrete veder cambiare il mondo attorno a voi.



PESCI

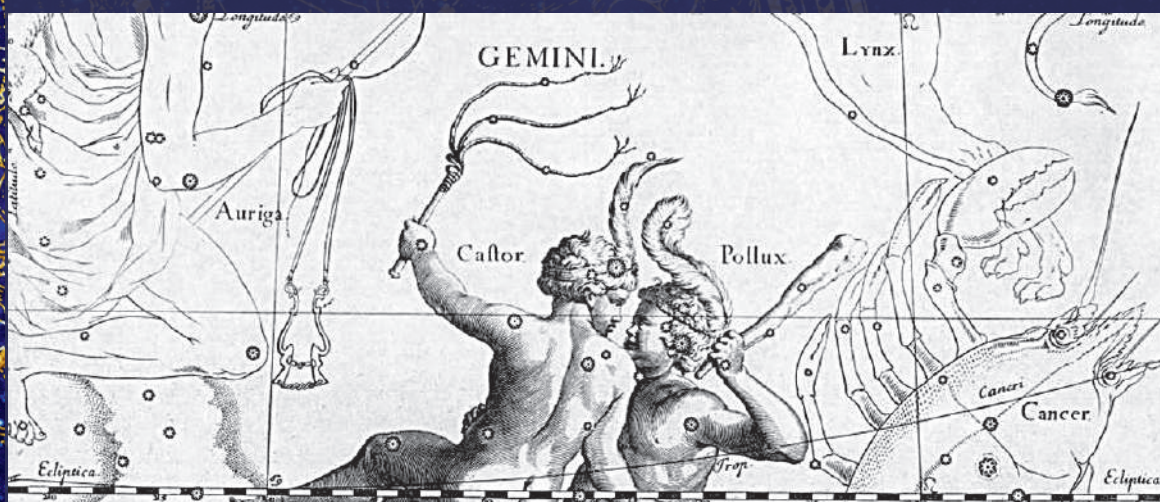
È certamente un periodo in cui sarete messi a dura prova in diverse circostanze: dimostrate quanto valete davvero.



CASTORE E POLLUCE: L'AMORE FRATERO

La storia dei Gemelli come segno astrologico risale all'antica Grecia e alla storia di Leda la bellissima regina di Sparta. Leda fu sedotta da Zeus che si era tramutato in uno splendido cigno, ma la stessa notte giacque anche con il marito Tindaro, re di Sparta. Leda partorì quattro gemelli: Castore e Clitennestra, mortali figli di Tindaro e Polluce ed Elena immortali figli di Zeus. Castore e Polluce erano legati da una forte amicizia: il primo un grande guerriero l'altro un invincibile pugile. Partirono insieme con la spedizione degli Argonauti ma quando Castore venne ucciso, per la disperazione Polluce chiese al padre di rinunciare all'eternità per far resuscitare il fratello. Zeus accolse la preghiera e così ogni giorno i due fratelli dovranno stare a turno uno nella tomba e l'altro sull'Olimpo, in un eterno altalenarsi e legati per sempre anche nel firmamento nella costellazione dei Gemelli, simbolo di equilibrio duale e di amore incondizionato.

La vostra P'Astra



IL CIELO DI GIUGNO

Giugno si apre con la *Luna piena delle Fragole*, così chiamata dai nativi americani in particolare dalle tribù *Algonquin* perché è il mese in cui questo frutto matura e si raccoglie. Il 21 giugno corrisponde al *Solstizio d'estate*, che è il primo giorno d'estate astronomica nell'emisfero boreale mentre è il primo giorno d'inverno nell'emisfero australe. Dopo il solstizio di giugno, i giorni iniziano gradualmente a diventare più corti, e l'oscurità inizia a progredire, portando all'avvicinarsi dell'autunno. Diverse culture antiche celebravano questo evento, il potere del Sole e la fertilità della Terra, con festival, rituali e riti di passaggio.



Il mondo di KanshaTM

MONO NO AWARE: LA BELLEZZA EFFIMERA

Mono no Aware è un concetto chiave della cultura giapponese che si traduce letteralmente come "*consapevolezza della tristezza delle cose*". È una sensibilità profonda nei confronti della bellezza effimera e della transitorietà della vita incarnata e delle cose. Questo ideale riflette una comprensione profonda della natura mutevole dell'esistenza e invita ad apprezzare il momento presente e il flusso della vita. L'origine del termine risale al periodo Heian (794-1185), quando la nobiltà giapponese viveva una vita basata sulla raffinatezza. Durante questo periodo, la poesia e la letteratura occupavano un ruolo centrale nella cultura.

Mono no Aware è profondamente collegato alla visione estetica giapponese conosciuta come *wabi-sabi*. Questo concetto sottolinea la bellezza delle imperfezioni, l'uso di materiali naturali e il riconoscimento della transitorietà della vita. Insieme, *mono no Aware* e *wabi-sabi* si concentrano sulla comprensione che tutte le cose sono destinate a cambiare e che la bellezza non muore anzi vive proprio in quella transitorietà.

Possiamo applicare il concetto di *mono no Aware* a una vasta gamma di esperienze e oggetti nella vita quotidiana. È spesso associato alla natura, ai fiori che sbocciano e appassiscono, al ciclo delle stagioni e all'invecchiamento. Gli alberi in fiore, come i ciliegi (*sakura*), sono un simbolo particolarmente significativo di questa visione. La loro bellezza fugace, che dura solo per una breve stagione, incarna la consapevolezza della transitorietà della vita stessa.



sa, bellezza che il popolo giapponese accoglie sempre con meraviglia. In un mondo frenetico e sempre in cambiamento, il concetto di *mono no Aware* può essere un promemoria prezioso per abbracciare la bellezza delle cose che ci circondano, siano esse grandi o modeste, senza accattarci al momento di maggiore splendore ma godendo di tutte le sfumature delle quali la bellezza si colora con il passare del tempo. Se la bellezza è transitoria e mutevole perché dovrei rimpiangere un momento che non c'è più, se ogni momento ha con sé la sua bellezza? Spetta a noi scoprirla, spetta a noi liberarci dall'illusione: un fiore sboccia per poi appassire. Perché dovremmo voler cambiare la natura del fiore?

PRATICA: CAMMINARE NELLA BELLEZZA CHE MUTA

Trova un luogo tranquillo e sereno, come un parco o un giardino. Inizia a camminare lentamente, prestando attenzione ai tuoi movimenti e alle sensazioni del corpo. Concentrati sulla tua respirazione e lascia che la tua mente si calmi.

Ora, inizia a notare i dettagli intorno a te. Osserva i colori e le forme delle foglie degli alberi, dei fiori o dell'erba. Nota i suoni degli uccelli o del vento che accarezza le foglie. Senti l'odore dell'aria e dei fiori. Guarda il cielo, le nuvole. Tocca delicatamente le superfici delle piante o degli oggetti che incontri lungo il tuo cammino.

Mentre continui a camminare, ricorda che tutto ciò che stai sperimentando è transitorio. Gli alberi fioriti cambieranno con le stagioni, i suoni e gli odori possono variare a seconda del momento e dell'ambiente. Prendi consapevolezza della bellezza di questi momenti effimeri e senti gratitudine per la loro presenza nella tua vita. Non pensare che un giorno quella bellezza svanirà, cambia prospettiva e pensa che essa continuerà ad esistere in forme altre.

Pratica questo esercizio regolarmente, visitando gli stessi posti in momenti o stagioni diverse, per scoprire e apprezzare la bellezza che muta.

物の哀れ

*Amate e siate felici,
Il vostro Kansha*

IL BLU: LE PROFONDITÀ DELLA NOSTRA FORZA INTERIORE

Quante volte vi è capitato di trovare serenità nel guardare il cielo limpido o il mare? Oltre alla tranquillità intrinseca che trasmettono, sicuramente anche il loro colore contribuisce nel dare un senso di libertà, di apertura verso l'infinito e l'ignoto.

Il Blu è sicuramente un colore positivo, che ci porta pace interiore anche nei momenti di maggiore irritabilità, che ci sprona a cercare di comprendere l'altro ma anche noi stessi, e aiuta nella connessione con il nostro io più elevato, con le profondità della nostra anima. Questo colore è, inoltre, simbolo di purificazione: è come l'acqua che purifica dai mali, portandoli lontani da noi mentre prosegue nel suo eterno scorrere. Secondo alcune tradizioni, questo è il colore anche della nostra saggezza interiore, a cui non possiamo nascondere chi siamo: basta meditare per riconnettersi ad essa e poter attingere alla sua fonte. Ci ricorda quindi che la sincerità e l'onesta sono una delle qualità fondamentali per poter tenere in piedi un qualsiasi rapporto con un altro individuo, in quanto, senza di esse, non si è veri nei confronti dell'altro e nemmeno di sé stessi.

Il Blu è dunque, molto più di un semplice colore estetico, ma un invito a connettersi con le nostre profondità, anche là dove la luce non arriva.



IL QUINTO CHAKRA: IL BLU E LA COMUNICAZIONE CON GLI ALTRI



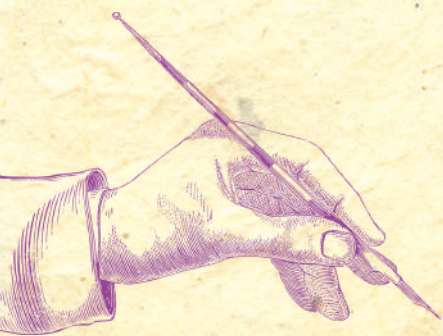
Essendo un colore così importante, non poteva non rappresentare un centro energetico dei più elevati.

Il quinto Chakra, Vishuddha, si trova in prossimità della gola, e trasforma le energie e gli istinti più bassi, ma anche i nostri pensieri, in comunicazione, espressione e ascolto, permettendoci di creare legami alla stessa altezza con gli altri.

L'elemento di questo chakra è l'etere, il quinto elemento che contiene i quattro sottostanti, divino, che racchiude in sé l'essenza stesa dell'universo. È, dunque, proprio lo spazio che ci serve a mettere in atto le nostre idee.

La nostra voce, di cui spesso sottovalutiamo l'importanza, è creatrice della realtà che ci circonda, e può assumere le qualità di ognuno degli elementi: può esser piena di Ira, di Passione, freddezza, e altre innumerevoli qualità. È dunque importante esprimersi senza paura, perché, essendo umani, abbiamo la possibilità di sbagliare, e fa parte della nostra vita, ci permette di fare esperienza. Dunque, in una società che ci desidera tutti uguali dobbiamo rivendicare il nostro diritto di esprimerci, la nostra unicità individuale.

Nota: le informazioni qui contenute hanno esclusivamente scopo informativo e non sostituiscono in nessun modo il parere del medico.



DONNA IMMA

Novella di Luigi Pirandello tratta dalla raccolta

"Un cavallo nella luna" (1918)

Seconda parte

Donna Mimma va; e, al municipio, trova il sindaco là, dispiaciutissimo. Anche lui è stato comperato a Palermo da donna Mimma; e anche due figliuoli donna Mimma è andata a comperare per lui a Palermo e presto per un terzo dovrebbe mettersi in viaggio con la lettiga; ma....

— Ecco qua, donna Mimma! Vedete? Un'altra carta anche a noi, dalla Prefettura. Per voi, sì. E non c'è che fare, non c'è che fare.... Voi avete interdetto l'esercizio della professione!

— Io?

— Voi, perchè non avete il diploma, cara donna Mimma! E ora, la legge....

— Ma che legge? — esclama donna Mimma, che non ha più una goccia di sangue nelle vene. — Legge nuova?

— Non nuova, no! Ma noi qua, c'eravate voi sola, da tant'anni.... vi conoscevamo, vi volevamo bene, avevamo tutta la fiducia in voi, e abbiamo perciò lasciato correre; ma siamo in contravvenzione anche noi, donna Mimma! Queste maledette formalità, capite? Finchè c'eravate voi sola.... Ma ora è venuta quella là; ha saputo che voi non avete il diploma; e visto che qua non la chiama nessuno, capite? ha fatto reclamo alla Prefettura, e voi non potete più esercitare, o dovete andare a Palermo, davvero questa volta! All'Università, sì, per prendere il diploma, anche voi, come quella....

— Io? a Palermo? alla mia età? a cinquantasei anni? dopo trentacinque anni di professione? mi fanno questo affronto? io, il diploma? Un'intera popolazione.... Ma come? c'è bisogno di diploma? di saper leggere e scrivere, per queste cose qua? Io so leggere appena! E a Palermo, io che non mi sono mai mossa di qua? Io mi ci perdo! Alla mia età? Per quella smorfiosa lì, che la voglio vedere, con tutto il suo diploma.... Vuole competere con me? E che hanno da insegnare a me, che li fascio e li sfascio tutti quanti, i meglio professori, dopo trentacinque anni di professione? Debbo andare a Palermo davvero? Come? per due anni?

Non la finisce più donna Mimma: un torrente di lagrime irose, disperate, tra un precipizio di domande saltanti, balzanti. Il sindaco, dolente, vorrebbe arrestar quell'impeto; un po' lo lascia sfogare; di nuovo si prova ad arrestarlo; — due anni passano presto; sì, è duro, certo; ma che insegnare! no! pro forma, per avere quel pezzo di carta! per non darla vinta a questa ragazzaccia.... — Poi, accompagnandola fino alla soglia dell'uscio, battendole una mano dietro le spalle, come un buon figliuolo, per esortarla a far buon animo, cerca di farla sorridere: via.... via.... come si smarrirebbe a Palermo, lei, che non passa giorno, ci va tre e quattro volte?

S'è tirato lo scialle nero sul fazzoletto celeste, donna Mimma; e le sue manine stringono, di sotto, quello scialle nero sul volto, per nascondere le lagrime. Bimbi, quel fazzoletto di seta celeste! — La santa poesia della vostra nascita, ecco, ha preso il lutto: se ne va a Palermo, senza lettiga bianca, a studiar meèutica, e la sepsi e l'antisepsi, l'estremo

SEI UN LIBRAIO O UNO SCRITTORE?

PUBBLICIZZA I TUOI LIBRI QUI!

CONTATTACI

www.quiamagazine.it

commerciale@quiamagazine.it

349 3425423 - 366 7418190

cefalico, l'estremo pelvi-podalico.... Così vuole la legge. Donna Mimma piange; non se ne può consolare: sa leggere appena; si smarrirà tra l'irta scienza di quei dotti professoroni, là, a Palermo, dove ella tante volte è andata con la poesia della sua lettiga bianca....

— Signora mia, signora mia....

Un pianto, un pianto che spezza il cuore, presso ciascuna delle sue clienti, da cui va a licenziarsi, prima di partire. E in ogni casa, si china con le piccole mani tremanti, oh sì, ora le cava fuori senza più ritegno, a carezzar la testina bionda o bruna dei bimbi, e lascia tra quei riccioli, insieme coi baci, cader le lagrime, inconsolabilmente.

— Vado a Palermo.... vado a Palermo.

E i bimbi, sbigottiti, la guardano e non comprendono perchè pianga tanto, questa volta, per andare a Palermo. Pensano che forse è una sciagura anche per loro, per tutti i bimbi che sono ancora là, da comperare.

Dicono le mamme:

— Ma noi v'aspetteremo....

Donna Mimma le guarda con gli occhi lagrimosi, tentenna il capo. Come può farsi quest'inganno pietoso, lei che sa bene com'è la vita?

— Signora mia, due anni?

E se ne parte col cuore spezzato, tirandosi lo scialle nero sul fazzoletto celeste.

Donna Mimma studia

Palermo. Vi arriva di sera donna Mimma: piccola, nell'immensa piazza della Stazione.... — Oh Gesù! lune? che sono? venti.... trenta, attorno.... che piazza! che grandezza! Ma per dove?

— Di qua.... di qua....

Tra tutti quei palazzi, incubi d'ombre gigantesche straforte da lumi, accecata da tanto rimescolio sotto, di sbarbagli, e sopra da tanti strisci luminosi, file, collane di lampade per le vie lunghe diritte senza fine, tra il tramestio di gente che le balza di qua, di là, improvvisa, nemica, e il fracasso che da ogni parte la investe, assordante, di vetture che scappano precipitose, non avverte, in quello stupore rotto da continui sgomenti, se non la violenza da cui dentro è tenuta e a cui via via si strappa per cacciarsi a forza in quello scompiglio d'inferno, dopo l'intronamento e la vertigine del viaggio in ferrovia, il primo in vita sua. (Gesù, la ferrovia! montagne, pianure che si movevano, giravano e scappavano, via con gli alberi, via con le case sparse e i paesi lontani, e di tratto in tratto l'urto violento d'un palo telegrafico, fischi, scossoni, lo spavento dei ponti e delle gallerie, una dopo l'altra, abbagli e accecamenti, vento e soffocazione in quella tempesta di strepiti, nel buio.... Gesù! Gesù!)

— Come dici? che dici?

Non sente nulla, non sa più buttare i piedi, si tiene stretta accosto al nipote che l'accompagna — giovanotto, stendardo della casa — ah! padrone del mondo, lui, che può ridere e andar sicuro, pratico, chè c'è stato, lui, due anni militare qua a Palermo.

— Come dici?

Sì, certo, la carrozza.... Che carrozza? Ah già, sì, la carrozza.... certo! come entrare in città, come camminare per via con quel grosso fagotto di panni sotto il braccio fino alla locanda?

Guarda il fagotto: c'è lei lì dentro; e tutta vorrebbe esserci, in quella roba sua lì affagottata sotto il braccio del nipote, lei fatta di pezza e solo odore di panni, per non vedere e non sentire più nulla.

— Dàllo a me! Dàllo a me!

Vorrebbe tenersi stretta a quei panni, per sentirsi meglio dentro; ma l'anima è fuori, qua allo sbaraglio di tante impressioni che la assaltano da tutte le parti. Risponde di sì, di sì, ma non capisce bene i cenni che il nipote le fa. O Gesù mio, ma perchè domandare a lei? Come una creaturina nelle mani di lui, farà tutto quello che lui vorrà: sì, la carrozza; sì, la locanda, quella che lui vorrà! Per ora è come in un mare in tempesta, e prendere una carrozza è per lei come agguantare una barca; giungere alla locanda, come toccare la riva. Pensa con terrore, quando, di qui a tre giorni, il nipote ritornerà al paese dopo averle trovato alloggio e pensione, come resterà lei qua in mezzo a questa babilonia, sola, sperduta....

Passando in carrozza dritti alla locanda, il nipote le propone d'andare a veder la fiera in Piazza Marina.

— La fiera? Che fiera?

— La fiera dei Morti.

Si fa la croce donna Mimma. Domani, i Morti, già.... Arriva la sera del primo novembre, a Palermo, vigilia dei Morti, lei

che a Palermo c'è sempre venuta per comperare la vita! I Morti, già.... Ma i Morti sono la Befana per i bambini dell'isola: i giocattoli, a loro, non li porta la Vecchia Befana il sei di gennajo; li portano i Morti il due di novembre, che i grandi piangono e i piccoli fanno festa.

— Gente assai?

Tanta, tanta, senza fine, che le carrozze non possono passare: tutti i babbi, tutte le mamme, nonne, zie, vanno alla fiera dei Morti in Piazza Marina a comperare i giocattoli per i loro piccini. Le bambole? sì, le sorelline piccole. I pupi di zucchero? sì, i piccoli fratellini; quelli, quelli che lei donna Mimma, alla fiera della Vita, nell'illusione dei bimbi del suo paese lontano, tant'anni è venuta a comperare qua a Palermo e a recar loro laggiù, con la lettiga d'avorio: giocattoli, ma veri, con occhi veri, vivi, manine vere, gracili, fredde, paonazze, serrate, e la boccuccia sbavata che piange....

Sì; ma ora gli occhi di donna Mimma, davanti allo spettacolo tumultuoso di quella fiera sono anche più meravigliati di quelli d'una bimba; e non può pensare donna Mimma che il sogno de' suoi viaggi misteriosi, quale essa lo rappresentava ai bimbi del suo paese, ora qua, davanti alla fiera, eccò, diventa quasi una realtà. Non può pensarlo, non solo perchè tra le grida squarciate dei venditori innanzi alle baracche illuminate da lampioncini multicolori, tra i sibili dei fischi, gli scampanelli, i mille rumori della fiera e il pigia pigia della folla che seguita di continuo ad affluire nella piazza, lo stordimento le cresce e insieme la paura della grande città, ma anche perchè è lei qui ora la bimba a cui l'incanto è fatto. E poi quell'aria da cui si sentiva avvolta nel suo paesello, aria di favola che la seguiva per le vie e nelle case in cui entrava, che induceva tutti, grandi e piccoli, a rispettarla, perchè dal mistero della nascita era lei quella che recava in ogni casa i bimbi nuovi, la vita nuova al vecchìo decrepito paesello; qui ora quell'aria non l'ha più attorno. Spogliata crudelmente della sua parte — eccola — che cosa è adesso qui, in mezzo alla calca della fiera? una povera vecchietta è, meschina, stordita. L'han cacciata via dal sogno a infrangersi, a sparire qui in mezzo a questa realtà violenta; e non comprende più nulla, non sa più nè muoversi, nè parlare, nè guardare.

— Andiamo via.... andiamo via....

Dove? Fuori di qui, sì, fuori di questa calca, sì, facile andar via, con un po' di pazienza, piano, piano.... Ma poi? Dentro, da ritrovarsi come prima in sè, sicura, tranquilla, questo sarà difficile: ora alla locanda, domani alla scuola... ■

Fine della seconda parte. Leggi la terza parte sul numero di luglio!



Quia
edizioni

www.quiaedizioni.it

**LETTERATURA - SAGGISTICA
BENESSERE - EVENTI LETTERARI**

Scopri il nostro catalogo



FACCIAMO IL BAGNO...IN SICUREZZA!

Prima di tutto, è fondamentale sapere quanto bene sai nuotare. Assicurati di nuotare solo nelle zone adatte al tuo livello! Se non sai nuotare molto bene, è meglio restare in acque basse o usare salvagenti e braccioli.

Una regola importante è mai nuotare da soli. È sempre meglio avere un amico o un adulto vicino quando vai in acqua. In questo modo, se incontri dei problemi, ci sarà qualcuno che può aiutarti. La sicurezza viene sempre prima!

Ricorda anche di fare attenzione al fondo dell'acqua. Prima di tuffarti, controlla che non ci siano oggetti pericolosi, come rocce affilate, o superfici scivolose.

Per evitare scottature solari, ricordati di applicare una crema solare protettiva prima di andare in acqua. Indossa anche un cappello e occhiali da sole per proteggere la tua pelle e i tuoi occhi dai raggi dannosi del sole.

Infine, se provi stanchezza o freddo mentre sei in acqua, è importante uscire immediatamente. Riposati e riscaldati prima di tornare in acqua!

Fare il bagno può essere un'esperienza fantastica, ma solo se lo fai in sicurezza. Segui questi semplici consigli e divertiti in acqua senza rischi. Ricorda, la sicurezza è la chiave per goderti ogni momento della tua esperienza in acqua!

DIVERTIAMOCI A COLORARE!





TI OCCUPI DI BAMBINI?

HAI UN NEGOZIO DI GIOCATTOLI? UNA CARTOLERIA?

VENDI ABBIGLIAMENTO PER BAMBINI?

**PUBBLICIZZA
LA TUA ATTIVITÀ
Su **QUIA MAGAZINE****

Contattaci per saperne di più sul tuo

**SPAZIO
PUBBLICITARIO**

www.quiamagazine.it

commerciale@quiamagazine.it

349 3425423 - 366 7418190

SECONDA EDIZIONE

UN ANNO D'ARTE

CATALOGO INTERNAZIONALE D'ARTE CONTEMPORANEA



A YEAR OF ART

INTERNATIONAL CATALOGUE OF CONTEMPORARY ART

PITTURA - SCULTURA - DISEGNO - FOTOGRAFIA - ARTIGIANATO ARTISTICO

Il progetto «*Un anno d'arte – Tendenze dell'arte contemporanea*», di Quia APS ha l'obiettivo di diffondere e internazionalizzare l'arte contemporanea, attraverso l'organizzazione di eventi, l'editoria e il mondo digitale. Il progetto raccoglie la produzione artistica valutata annualmente significativa nel panorama delle arti contemporanee. Per "significativa" si intende una produzione che per tecnica, espressività, visione, comunicazione, innovazione o reinterpretazione di linguaggi artistici già codificati e potenziale di mercato si configura come voce originale e testimone delle tendenze artistiche contemporanee e prodotto capace di suscitare l'interesse degli operatori d'arte, delle istituzioni e del collezionismo.

Partecipare al progetto significa:

1. vedere confermato il valore artistico e culturale del proprio nome e della propria produzione a livello internazionale
2. ottenere l'approvazione e il consolidamento della propria carriera internazionale di artista da parte della critica
3. ricevere un riconoscimento e un incremento del valore economico della propria arte all'interno del mercato internazionale

DIFFUSO IN 92 PAESI

INVIA LA TUA CANDIDATURA ENTRO IL 30 GIUGNO 2023

Per gli artisti selezionati: pubblicazione nel catalogo italiano-inglese con critica e stima delle opere, partecipazione alla mostra di selezione, inserimento nell'Albo degli Artisti Quia e pagina sul nostro portale, interviste e articoli dedicati, copia del catalogo in edizione limitata di pregio, rilegata, a colori

WWW.QUIAEDIZIONI.IT

selezioni@quiaedizioni.it

