



L
A

PILLOLA



nlus

Telefono d'A

Anche WhatsApp e Telegram

ROMPI IL SILENZIO!

Chiama

06 855 78 58

333 17 72 038





GIOVEDÌ

IN

TERRAZZO

17.00
19.30





**COME
SE NON
CI FOSSE
UN
DOMANI!**



ESTATE INSIEME 2020

Arte varia
e Cabaret
sotto le stelle!

ARENA
Anfiteatro Mancini

Piazza Antonio Mancini - Roma

Ygramul
direzione artistica
Fania Castellfranchi

Ingresso **4 Euro**

AGOSTO

Martedì 4 - ore 19.30



MONDO FIABA

favole, racconti di viaggio e canti dal mondo per tutti i bambini e le bambine

ore 21.30



CADALINCENT

racconto della vita profetica di Cassandra intrecciato alle visioni pittoriche di Van Gogh

Mercoledì 5 - ore 19.30



**LE METAMORFOSI
DI PULCINELLA**

I giochi e divertenti travestimenti di Pulcinella in cerca dell'amore della bella Pulcinella

ore 21.30



I CANT

tracce e gruppi cantano il Barocco improvvisazione musicale e interazione comica con il pubblico

Giovedì 6 - ore 21.30

IL DOTTOR FORESTA

le avventure musicali e grafiche di un folle assistente nel lavoro - reading interattivo, musicale e comico



Martedì 11 - ore 21.30 - Scrittore

CICCIOLI

narrazione in dialetto siciliano, un 'Casto' pieno di magia, storia, infanzia e rapiti...



Mercoledì 12 - ore 19.30



CIRCUS KARAKASSIO

giocoleria, magia, bulle di sapone e clowning in un piccolo circo colorato e agguato

ore 21.30 - Cabaret

SERATA MAREK KOMIRO

cabaret, improvvisazione e giochi con il pubblico in un girotondo di attimi della scuola della risata



Giovedì 13 - ore 21.30

FILASTROCCA DELLA PESTE

letture musicali e ironiche di un diario quotidiano della quarantena, in filastrocca con rime allimate e improvvisate



Martedì 18 - ore 19.30

MONDO FIABA

favole, racconti di viaggio e canti dal mondo per tutti i bambini e le bambine

ore 21.30



NON C'E' NULLA DI PIU' ASSENNATO

dati surreali e dati di un cabaret autobiografico

Mercoledì 19 - ore 19.30

**LE MASCHERE
DELLA COMMEDIA**

storie giocose e interattive delle Maschere di Commedia

ore 21.30



GENERAZIONI

racconto di vita di tre donne, tre epoche, tre generazioni

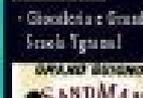
Giovedì 20 - ore 21.30



**FIABES E STORIE A TUTTE
LE MALLERTE MARCHE
DI ANDREA PASOLINA**

reading musicale ispirato ai fumetti di Andrea Pazienza

Martedì 25 - ore 21.30



SANDMAN

dalla favola gotica 'L'uomo della sabbia' di Hoffman la storia nera dell'incontro con un demone

Mercoledì 26 - ore 19.30



L'ORACOLO

favola avventuriera di personaggi in cerca di amore e di rivoltazione

ore 21.30

OGGETTIVO SUL PERSONAGGIO

serata di cinema indipendente - film documentari sulla vita di grandi personaggi - la professione sarà preceduta dall'incontro con i registi

Giovedì 27 - ore 21.30



THEA

ALGIDA DEL BENE E DEL MALE il racconto della vita durante il sacrificio della renegazione del capoluogo 'Metropoli'

Per maggiori informazioni sugli eventi :

www.ygramul.net

Carissimi, in questi giorni nei quali il sole è tornato a illuminare le nostre giornate e tanta gioventù si riversa sulle spiagge e nei parchi, ho voluto dedicare all'immagine di una giovane donna un pensiero che ne descriva i sogni e sollecitati dalla carezza fresca del vento.

Che le DONNE SIANO AMATE E NON BRUTALMENTE UCCISE, CHE POSSANO VIVERE CON DOLCEZZA INSIEME AI LORO COMPAGNI!

Vi abbraccio tutti.

Eugenia Serafini

HAIKU ACQUARELLATO di

EUGENIA SERAFINI

<https://www.artecom-onlus.org/>



*Soffio di vento
scompiglia i capelli
la donna sogna
Serafini*

Eugenia

EUGENIA SERAFINI

Parola della settimana

PASSIONE

FARE
QUALCOSA
CON
DEDIZIONE
E
SENTIMENTO

WWW



LA PARRUCCA

Del quotidiano leggo tutto tranne lo sport che non pratico più e la finanza che non capisco e non mi interessa. Leggo però con macabra curiosità i necrologi... con la speranza di non trovare il mio!

Oggi mi è saltato agli occhi un cognome appartenente a persona politica di tanto tempo fa del quale l'estinto era parente : Automaticamente ho pescato nella memoria e – nel reparto 1968 – ho trovato la “scheda”.

Avevo a quel tempo un'amica carissima; Maria Letizia, molto graziosa e con un viso, credo, non mutato da quando aveva 10 anni, un viso da bambina su un corpo da adulta: Amava circondarsi di amici che facevano sfoggio di lei esibendola durante un aperitivo a Via Veneto o a Piazza del Popolo; erano comunque sempre amici di una certa notorietà.

Lei mi diceva: “... sai... quando entri in un certo giro, uno ti presenta l'altro e io mi tengo in contatto un pò con tutti perché nella vita non si sa mai!”.

“Non si sa mai cosa?” chiedevo io.

Rispondeva lei: “Una buona conoscenza può sempre servire, può aprire molte porte”.

Non capivo quali porte in quanto la sua era, a dir poco, spalancata avendo un marito un po' più anziano, con un'ottima posizione economica il quale, viaggiando spesso all'estero, la lasciava molto sola dandole la sensazione di esserlo veramente e spingendola alla ricerca di qualcosa che già aveva ma che evitava: una maturità male accettata.

Una mattina, verso mezzogiorno, mi telefonò pregandomi con insistenza di accompagnarla al ristorante dove era stata invitata da uno dei suoi amici importanti. Lei aveva accettato dicendo che avrebbe portato un'amica così che la mia presenza avrebbe frenato le “avances” che presumeva le sarebbero state indirizzate.

“Non posso...” dissi seccata dalla sua certezza sulla disponibilità delle persone.

“Ti prego!” supplicò impostando la voce da regresso infantile.

“Ho i capelli in disordine...” dissi.

“Dai... mettiti una parrucca!”.

Erano gli anni nei quali la parrucca era di molto di moda; ne avevo una, così mi lasciai convincere e andai all'appuntamento che era alle ore 13 a piazza Euclide, non lontano da casa mia.

Mi avviai a piedi, arrivai contemporaneamente a Maria Letizia la quale, carica di sorrisi, posteggiò la macchina in un angolo della piazza che attraversammo per raggiungere lui che aspettava dal lato apposto. Durante il breve tragitto mi disse che era il cugino di un noto politico della D.C.; lo abbracciò con grande familiarità, lo baciò sulla guancia, fece le presentazioni.

Era un ometto piccolino, insignificante, con piccoli baffetti bene in mostra per accentuare la somiglianza che già c'era con il suo famoso cugino. Salimmo sulla sua macchina, una macchina bianca, lucidissima come una bottiglia del latte, piena di cornetti, santini e manifestini delle passate elezioni.

Il ristorante sulla via Cassia era uno di quelli ben frequentati che tanto piacevano a Maria Letizia; difatti, appena entrata, salutò con enfasi due signori di mezza età che stavano seduti in un angolo della sala i quali si alzarono per baciarle la mano compensati da una scarica dei suoi migliori sorrisi. I camerieri, evidentemente, conoscevano il nostro accompagnatore perché venendogli incontro lo fecero accomodare insieme a noi, al suo “solito tavolo”.

Maria letizia, scorrendo il menù, consigliava le cose più costose, ordinò il vino di una marca francese che non conoscevo e lo sottolineò imponendone l'annata con una certezza tale che osa, di solito, chi paga il conto.

Tra una portata e l'altra chiesi a lui quale fosse il suo lavoro. Mi rispose: "Lavoro per mio cugino" dando per scontato che sapessi chi fosse.

"Sono il suo braccio destro... anche lei fa politica?"

Dissi: "No!".

"Beh... ho un ruolo secondario ma indispensabile alla politica... Vede, mi occupo di pubbliche relazioni a svariati livelli..." rispose.

"Del tipo?" chiesi.

"Beh... mi gestisco i lavori e i loro tornaconti, le raccomandazioni e così via..." disse.

Intuii ciò che Maria Letizia aveva ingenuamente capito da un pezzo e vidi nelle pupille di lui lo stemma della Democrazia Cristiana.

"E' sposato?" domandai.

"Lo sono stato, ma la cosa non funzionò e ottenni subito l'annullamento dalla Sacra Rota" rispose.

"Di solito sono provvedimenti che, se si ottengono, vanno per le lunghe..." replicai. Socchiuse gli occhi e con uno sguardo a fessura classico di chi sostituisce la furbizia all'intelligenza, fece con la mano un gesto rotatorio come a dire "...ma tra me e il Vaticano ci sono solidi rapporti!".

Verso le 15 uscimmo dal ristorante e nel rientrare in macchina, aperta la borsetta, mi accorsi che nella fretta di uscire avevo dimenticato le chiavi di casa. Un altro paio di riserva le avevo presso una mia vicina la quale rientrava dal lavoro no prima delle 17.30 mentre Maria Letizia doveva scappare all'aeroporto a prendere il marito. Provai lo smarrimento che provo anche adesso ogni volta che ciò accade, la sindrome dell'apolide!.

Venendomi in aiuto, il nostro accompagnatore mi propose di andare a casa sua a prendere un caffè in attesa delle ore 17.30. Non avevo molta scelta oltre che l'attesa in qualche bar essendo quello un orario in cui tutte le persone che conoscevo, erano al lavoro.

Abitava nel quartiere Prati, vicino a piazza dell'Unità, un quartiere con palazzi del primo '900 abitato da sempre da una stabile borghesia; appartamenti molto grandi per le numerose famiglie di una volta.

Entrammo nel suo appartamento molto buoi che mi costrinse a socchiudere gli occhi per sfumare il contrasto con la luce di fuori. Superato l'impatto, vidi un corridoio lunghissimo con porte che si affacciavano da ambo i lati; in fondo, una debole luce filtrava da una finestra che presumibilmente si affacciava in un cortile interno; la luce non si espandeva, rimaneva ferma, un po' come

quando ci si trova nella galleria del Col di tenda che fa sfumare l'angoscia claustrofobica solo quando si vede la flebile luce della fine.

Mi fece accomodare nella stanza che stava di fronte alla porta d'ingresso dove, un divano e due poltrone, formavano il salotto. Il resto dei mobili scuri finto rinascimento costituivano la sala da pranzo. Veniva da pensare a tavolate parentali in occasione di festività, tavole imbandite da cibi a lungo cucinati! Alle pareti quadri di antenati dentro cornici per di più ovali come si usava nell'800; nessuno con una parvenza di sorriso ma con sguardi sorpresi che esprimevano condanna per la mia presenza.

Da una delle tante porte sentii provenire un rumore.

“Ma c'è qualcuno?” chiesi.

“Ah si... è Giarabub... il mio cane... ora gli apro la porta e lo faccio entrare...” rispose.

Venne fuori un vecchio bastardino color grigio, non so se lo fosse diventato con gli anni che dovevano essere parecchi o lo fosse originariamente: un occhio tutto bianco per via della cataratta gli impediva la visuale completa durante il percorso verso il padrone che raggiunse infatti lentamente. Si accoccolò a lui vicino muovendo a fatica la coda e dimostrando una scarsa felicità.

“Vedi... lui ha 18 anni ma è ancora un cane con un'intelligenza formidabile, riesce a fare con la zampa il saluto fascista...” disse. Lo spronò ad esibirsi: il povero cane ci provò per ben 3 volte poi cadde all'indietro senza riuscirci. Lo giustificò dando la colpa all'artrite.

Poi disse che abbaiando riusciva a dire “Viva il Duce”: gli ordinò di farlo con la voce impostata del gerarca poiché questa volta non erano ammessi fallimenti. La bestia, con quell'unico occhio spaventato emise un guaito.

“Beh... evidentemente non è giornata...” dissi.

“Come no! Forse non sei stata attenta... non ha proprio abbaiato “Viva il Duce” ma ha comunque detto “A noi” rispose stizzito.

Il cane stressato, senza alcun movimento di coda si sdraiò su di un tappeto e non si mosse più desiderando forse di morire per liberarsi del padrone il quale per riprendersi dalla delusione propose di bere un bicchiere di champagne che teneva in frigo.

Lo raggiunsi in cucina pensando avesse bisogno di aiuto: stava scuotendo rabbiosamente la bottiglia il cui tappo uscito oltre la metà, non riusciva a saltare. Con un ultimo scossone partì a razzo colpendo una pentola di rame appesa alla parete con l'assordante rumore di un gong che echeggiò come in un santuari tibetano! Contemporaneamente lo champagne, con irrefrenabile irruenza

uscì a fiotti innaffiando tutta la mia parrucca poi lui deviò maldestramente la bottiglia indirizzando su di sé il getto che ancorchè agonizzante, riuscì a bagnare tutta la sua camicia.

Tornammo in salotto, seduti sul divano bevendo ciò che era rimasto dello champagne: due bicchieri scarsi!.

Cercai a tatto di aggiustarmi la parrucca che mi provocava uno strano fastidio. Lui intanto, con scarsa convinzione, tentava qualche timida avance. Mi sottrassi con la scusa di dover fare una telefonata per avvertire la mia vicina di lasciare le chiavi sotto lo zerbino. Mi accompagnò nella sua camera da letto dove sul comodino da notte, vi era il telefono. La camera che doveva essere stata quella dei suoi genitori, era molto grande e sul comò vi era un lumino acceso davanti a due fotografie; tutto attorno mille fogli sparsi ovunque assieme a vari attrezzi da ginnastica. Il letto matrimoniale aveva una coperta di cotone bianco fatta all'uncinetto che troppe lavate avevano accorciato mentre le frange, divenute più rade, non riuscivano più a coprire i piedi del letto, assottigliati dalle tarme tanto che, una maggiormente colpita, aveva come protesi 2 mattoni.

Nel frattempo si erano fatte le 17 circa e prima che io uscissi, guardandomi dal basso all'alto, mi disse: "...in fondo tu mi intimidisci con quell'aria distaccata e militaresca...".

Militaresca?

Appena rientrat in possesso delle mie chiavi e con esse della mia vera identità, giunta all'ingresso del mio appartamento, mi sono guardata allo specchio: la parrucca aveva ai lati, sotto i finti capelli, due "linguette" che dovevano essere correttamente posizionate sulle tempie ma che, durante il trambusto dello champagne, si erano spostate una sulla fronte e l'altra sulla nuca, come se indossassi una feluca!

La somiglianza con l'ammiraglio Nelson era impressionante!

Oggi, con la lettura del necrologio ho riesumato il ricordo di questo episodio e insieme a un "De profundis" cospargo le ceneri e le riseppellisco per sempre!

P.S.: se vi interessa che fine ha fatto Maria Letizia... fatemelo sapere!

Liliana Pellegrino

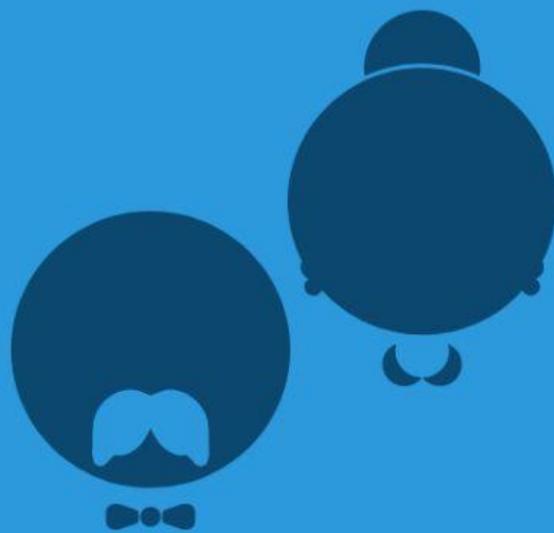


DINO IMPAGLIAZZO

LO CHEF DEI POVERI

T R A C C E

Novant'anni, nato e cresciuto a La Maddalena, è un ex dirigente INPS in pensione. Il Capo dello Stato, Sergio Mattarella, lo ha nominato Commendatore dell'Ordine al Merito della Repubblica Italiana "per la sua preziosa opera di distribuzione di pasti caldi e beni di prima necessità ai senzatetto presenti in alcune stazioni ferroviarie romane". A Roma è conosciuto come "lo chef dei poveri".



Andate a trovare anziani
soli, fate gesti generosi,
antidoto alla solitudine estiva

**Papa Francesco - in occasione della memoria dei "nonni" di Gesù
Giacchino e Anna**

*La pianta
del limone
è profumata
e può funzionare
come un
deodorante
casalingo
naturale.*

*Per ottenere
questo effetto
basta piantare
dei semi di
limone in
una tazza.*

PILLOLA PER CASA





Ogni giorno una rubrica per conoscere le più belle storie del FAI. Anche da casa.

L'impegno del FAI prosegue dalle nostre case, a testimonianza del fatto che, non senza sforzi, è possibile stare insieme anche se distanti. Quotidianamente sulle nostre pagine social potrete visitare virtualmente dal divano i nostri Beni, passeggiare per i giardini, conoscere le storie inedite di oggetti di grande valore storico e artistico, scoprire spazi nascosti e godere dell'infinita bellezza del nostro Paese.

È un piccolo gesto per sentirci più vicini, nell'attesa che ritorni, per quanto possibile, la normalità e con essa una rinnovata voglia di stupirci di fronte a ciò che ci circonda.

Ecco il link

<https://fondoambiente.it/>



Frutto della settimana

Come se non ci fosse un domani!



Era Oggi

venerdì 4 agosto 1978 (42 anni fa)

Sara salta più in alto



La campionessa italiana **Sara Simeoni** stabilisce il nuovo record mondiale di salto in alto: 201 cm. È la prima donna al mondo a superare i due metri. Tale limite sarà battuto di un centimetro solo nel 2002, agli Europei di Atene, dalla tedesca Ulrike Meyfarth.

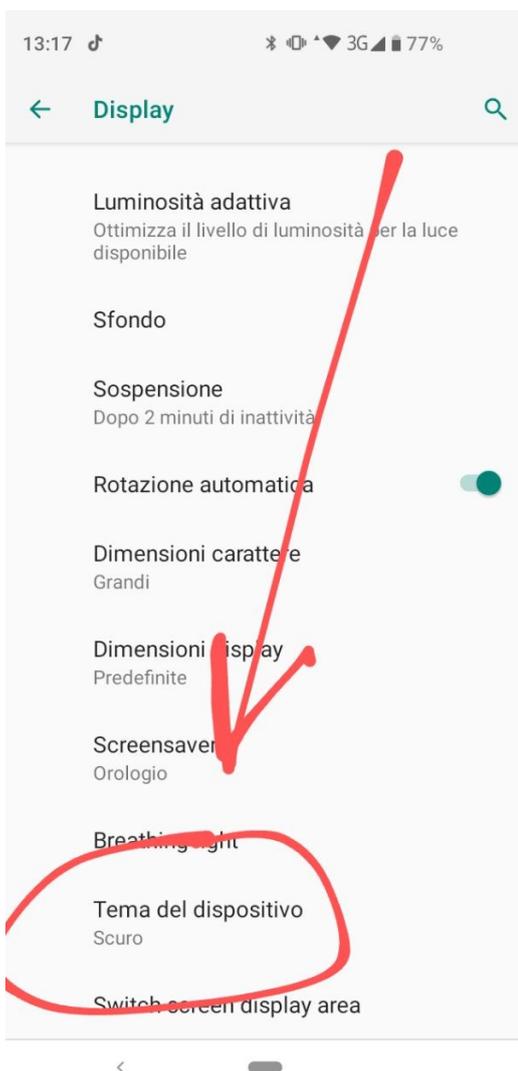
menu

Rucola Avocado Uovo



Usare la modalità scura

Il dark mode è il passo successivo al trucco che ti abbiamo appena descritto: riduce il consumo di batteria, spegne i pixel dello schermo, riposa i tuoi occhi durante le ore serali. E' possibile attivarlo sia a livello di app che di sistema operativo (se si utilizza Android 10), e se il display è OLED fa miracoli: la batteria durerà fino al 30% in più.



Attivarla è semplicissimo: basta andare su Impostazioni > Display e attivare il toggle “Tema scuro”.

Purtroppo non è possibile impostare un orario per attivare/disattivare automaticamente la modalità scura su Android 10.

GIOVEDÌ 6 AGOSTO

ore 21.25

RAI 1

DAL REGISTA DI **IMMATURI** E **TUTTA COLPA DI FREUD**



E per finire

**Perché il pane non ha
mai problemi?**



**Li
evita**

La Pillola

È sempre di più un bene comune



SOSTIENICI

Comunica cosa ne pensi, cosa vuoi cambiare, come
vuoi migliorare

Con il tuo aiuto possiamo farcela

Invia un messaggio a 333 17 72 038

Ecco, la pillola finisce qui....

BUONA
SETTIMANA

da



e... alla prossima settimana!