IL POSTINO

VOL. 8 NO. 3 DECEMBER 2006/DICEMBRE 2006 $2.00

Buon Natale

Vrolijk Kerstfeest

Joyeux Noël

Feliz Natal

Felix Dies Nativitatis

Bon Nadal

Nadolig llawen

God Jul

Feliz Navidad

Merry Christmas

CUSTOMER NUMBER: 04564405
PUBLICATION AGREEMENT NUMBER: 40045533

IL POSTINO

865 Gladstone Avenue, Suite 101 • Ottawa, Ontario K1R 7T4
(613) 567-4532 • information@ilpostinocanada.com
www.ilpostinocanada.com

Publisher
Preston Street Community Foundation
Italian Canadian Community Centre
of the National Capital Region Inc.

Executive Editor
Angelo Filoso

Managing Editor
Matthew Perry

Associate Editor
Marcus Filoso, Luciano Pradal

Layout & Design
Marcus Filoso

Web site Manager
Marc Gobeil

Printing
Winchester Print & Stationary

Contributors for this issue
(in alphabetical order)
Emanuele A. Alfano,Gina Di Giulio, Giovanni, Ermanno La Riccia, Giovanna Mingarelli, Goffredo Palmerini, Anna Pastore, Julie Polisena, Luciano Pradal, Renato Rizzuti,

Submissions
We welcome submissions, letters, articles, story ideas and photos. All materials for editorial consideration must be double spaced, include a word count, and your full name, address and phone number. The editorial staff reserves the right to edit all submissions for length, clarity and style.

Next Deadline
January 22nd, 2007

Il Postino is publication supported by its advertisers and sale of the issues. It is published monthly. The opinions and ideas expressed in the articles are not necessarily those held by *Il Postino.*

A Reminder to all advertisers. It is your responsibility to notify us if there are any mistakes in your ad. Please let us know ASAP. Otherwise, we will assume that all information is correct.

Subscription rates
In Canada $20.00 (includes GST) per year.
Foreign $38 per year.

©Copyright 2005 Il Postino.

All rights reserved. Any reproduction of the contents is strictly prohibited without written permission from *Il Postino.*

CUSTOMER NUMBER: 04564405
PUBLICATION AGREEMENT NUMBER: 40045533

Lettera ufficiale di scuse al Sig. Angelo Filoso, editore del giornale comunitario 'Il Postino'

Io Luciano Gonella, editore dell'Ora di Ottawa porgo le mie scuse al Sig. Angelo Filoso, Editore del giornale comunitario 'Il Postino'

É stato un errore pubblicare le dichiarazioni non corrette da me rese, e revocho ufficialmente, e senza riserve, le suddette dichiarazioni apparse nell'edizione dell'Ora di Ottawa del 17 luglio 2006.

Inoltre il sottoscritto riconoscie categoricamente l'errore, dichiarando quanto segue:

Angelo Filoso parla, scrive e legge l'italiano

Angelo Filoso pratica in modo eccellente la professione di giornalista ed ha una buona reputazione quale membro della Associazione Canadese dei Giornalisti.

Angelo Filoso esercita con competenza l'etica del giornalismo.

Angelo Filoso ha completa padronanza nel comprendere e leggere l'italiano.

Angelo Filoso é un eccellente giornalista e gli diamo plauso per il suo continuo operato nella Comunità e per la sua attività alla guida del giornale comunitario Il Postino.

Io, Luciano Gonella, revoco qualsiasi opinione contraria, espressa in forma scritta o orale, ed offro le mie sincere scuse al Sig. Angelo Filoso ed alla sua famiglia per l'offesa arrecata.

Luciano Gonella
Editore dell'Ora di Ottawa

The Nativity window from front page at Notre-Dame-du-Rosaire, Montreal,Qc

Roger Boccini Nincheri 2006

The town of Bethlehem, the birth place of Jesus Christ, is about 8 km south of Jerusalem situated on the summit of the mountains of Judea at an altitude of 716 m. According to James Tissot's description in Volume I of The Life of our Lord Jesus Christ (1898), the town was crescent shaped in outline located at the crest of the fertile valley of Wady-el-Karoubeh. On the northwestern side of the valley are the three Wells of David, on the other are the Grottoes of the Nativity.

The Grottoes of the Nativity are a series of connected natural caves, extending a considerable distance into the mountains behind the town. These caves were ideal shelters for shepherds and it was, in one of these, that Mary and Joseph found refuge after being refused lodging in the local caravanserai.

According to tradition, the Nativity cave was one of the lower cave which was reached by two slopes, now (1898) converted into flight of stone steps. Between the two sets of steps there is a depression where Mary gave birth and later carried the Child to a nearby larger and more protected cave. It is here, that according to tradition, the shepherds found the Holy Family huddled by a manger and warmed by the body heat of the ass and ox.

Guido Nincheri's paintings are precise, literal, accurate in their description of nature, of architectural styles, and of cultural characteristics. The faces are those of real people such as his family, his coworkers and people from the parishes that he decorated with paintings, frescoes, or windows. He has an innate understanding of Christian symbolism. His paintings must be read like a poem (he was an accomplished poet) as every aspect of his compositions enhance the symbolic nature of the scenes that he portrays.

The Nativity window of Guido Nincheri in the Church Notre-Dame-du-Rosaire of Montreal reflects the above description of the Nativity Grotto of Bethlehem. The scene takes place on two levels corresponding to the two sets of steps leading to the interior of a more spacious cave giving the impression of a room. In here, the shepherds from the surrounding slopes come to adore the Child. One of the shepherds holding the lamb (symbol of Jesus Christ) is Guido Nincheri. The other shepherd, behind Guido, is a reflection of an older Christ, whose face is seen in many of his compositions.

The dark blue sky above is the constellation of Leo (the Messiah came from the tribe of Judah whose symbol is the Lion). The bright light emanating from the Star is the conjunction of the star Regulus with the planet Jupiter, a celestial event that took place at the time of Christ's birth.

The multicolored rays of the Star peek from behind the cliff face of the cave. They illuminate the scene of the trio, Mary, Joseph and the Child. The colors of their clothes are the symbolic colors of Advent, which means "coming" or "arrival". It is a season of the Church calendar, which celebrates the birth of Jesus and the anticipation of the return of Christ the King.

The royal blue is the color of royalty to welcome the coming of a king and also symbolize the night sky in which the Star appeared to announce the birth of Christ. The rose symbolizes joy and happiness, and white symbolizes purity, holiness and virtue, as well as respect and reverence. The yellow symbolizes light, which in turn is the symbol of the presence of God, and lastly the green of Joseph's cloak represents the renewal of living things and the promise of new life.

The bottom panel of the window summarizes the symbolism of the Nativity. The Latin "invenerunt Mariam, et Joseph, et infantem potitum in praesepio" translates "and found Mary, and Joseph, and the babe lying in a manger" is from Luke 2, 16. The staves of wheat represent the Eucharist, the grapes represent the blood of Christ and the vines the Church. The urn contains the sacred oils used for anointing, a symbol of Christ's burial rite. The censer's smoke are the prayers of the faithful rising to heaven, and lastly the crown can be representative of either the Coronation of Mary or that of Christ the King. Notice the three stepped stones echoing the shape of the three stones of the Golgotha which supported the cross. The framing of the window consists of a series of alternating stars and roses symbolizing the Nativity and Mary respectively.

Now that you have an idea on how to "read" Guido Nincheri's art it is suggested that you visit the following locations in Ottawa. Notre Dame Cathedral windows, Saint Anthony of Padua's windows and frescoes (a well explained pamphlet is offered by the church), Saint Patrick basilica's rose window and interior decoration, and the fresco above the altar in Saint Theresa of the Child Jesus Church.

SUBSCRIPTION / ABBONAMENTO

- Yes, I want to subscribe to twelve issues of **Il Postino**
  Sì, vorrei abbonarmi a Il Postino per 12 numeri
- $20.00 Subscription Canada / Abbonamento Canada
- $38.00 Subscription Overseas / Abbonamento Estero

I prefer to pay by: / *Scelgo di pagare con:*
•cash / *contanti* •cheque / *assegno*
•money order / *vaglia postale*

Name and Surname: / *Nome e cognome*:_____

Street: / *Via*: _____ **Postal Code: / *Cp.*:**_____**City: / *Città*:**_____ **Province: / *Provincia:*** ____

Tel.:_____ **Fax:**_____ **Date:**_____

to / intestato a: **Preston Street Community Foundation Inc., Suite 101 Gladstone Avenue 865, Ottawa, Ontario K1R 7T4**

City-Wide

SETTIMANA DELLA LINGUA E DELLA CULTURA ITALIANA NEL MONDO

Come introduzione alla imminente Settimana della Lingua e della cultura Italiana nel Mondo, l'Ambasciatore d'Italia in Canada S.E. Gabriele Sardo ha convocato tutte le associazioni in Ottawa ad una riunione alla quale ha proposto che*: "Attraverso le associazioni ed i loro membri, ognuno di noi si prenda la responsabilita di parlare ed insegnare la lingua Italiana ai piu piccoli, ai pronipoti".*

Da sinistra a destra: il Segretario Alfredo Mazzanti, la prof.ssa Mirella Ioly, il Presidente Orazio Rizzi, tre rappresentanti del Comitato Direttivo della Societa' Dante Alighieri di Ottawa, che ha organizzato quest'anno, per la Settimana della lingua italiana, una serie di eventi, conferenze e films che hanno riscosso un vero successo di critica e di pubblico.

Questo e' il messaggio di S.E. l'Ambasciatore. Un messaggio positivo che dovrebbe essere accolto e tradotto in pratica da tutti noi con disponibilitˆ ed anzi con entusiasmo: la sua realizzazione infatti gioverebbe moltissimo sia alla emancipazione culturale dei giovanissimi sia alla difesa e alla divulgazione della lingua italiana nel mondo, elemento tanto importante nell'odierno "Villaggio Globale".

Accogliamo dunque tutti con buona volontˆ questa esortazione di S.E. l'Ambasciatore, cominciando a parlare italiano in casa, mandando i nostri figli e nipoti (bambini, adolescenti o giovani) alla scuola del sabato, procurando e leggendo loro qualche libro in italiano, incoraggiandoli ed assistere o accompagnandoli, quando possibile, alle numerose attivitˆ culturali che ci sono regolarmente proposte, siano esse conferenze, film o altri eventi culturali.

CREARE E MANTENERE LE INFRASTRUTTURE.

Sabato sera 21 ottobre, nel bellissimo ed appena rinnovato sottosuolo della chiesa S. Antonio, la Corale Parrocchiale ha organizzato una "Serata raccolta fondi" per pagare le spese occorse per il rinnovo e l'ammodernamento del locale.

Durante la serata e' stata formalmente installata la bella foto del gruppo di volontari che hanno lavorato per portare a buon termine questo importante progetto. Il suo scopo ultimo e' di migliorare uno spazio carico della nostra storia e di tanti bei ricordi e dove si possa continuare a ritrovarci per mantenere viva la lingua e la cultura italiana.

Durante il suo breve intervento, il nostro Parroco Padre Paolo si e' detto *"molto felice per la continua collaborazione e l'aiuto che riceve dalla comunita, il che lo incoraggia a continuare e ad intraprendere nuovi progetti".* Padre Paolo ha rivolto gentili e ben accette parole di plauso alla Corale che, oltre ad animare con gran cura e devozione i servizi religiosi, ha sentito l'obbligo di organizzare questa raccolta fondi che servira ad agevolare la promozione della italianita.

PROMOZIONE DELLA CULTURA ITALIANA

Domenica 23 ottobre, data ufficiale dell'inizio della Settimana della Lingua e della Cultura Italiana nel Mondo, nella bellissima chiesa di S. Antonio, che ospita le opere del grande artista toscano, Guido Nincheri, durante la S. Messa delle 10, si e' tenuto un Concerto di Tromba del Prof. Mauro Maur "Solo Trumpet" dell'Orchestra del Teatro dell'Opera di Roma. Il Prof. Maur che era accompagnato dall'organista Francoise Gadbois, ci ha offerto un eccezionale concerto proponendoci, tra l'altro, musiche di Torellini, Charpantier, Albinoni, Morriconi, Rota ed altri.

Grazie al patrocinio dell'Ambasciata d'Italia in Canada, abbiamo cos" salutato "con trionfali squilli di tromba" l'avvio di una iniziativa cos" importante come la Settimana della lingua e della Cultura Italiana nel Mondo.

Come ogni anno si celebra nell'ultima settimana di ottobre la Settimana della lingua italiana del mondo. E' un'iniziativa del Ministero degli Esteri italiano che, ogni anno, sceglie un tema intorno al quale rappresentanze diplomatiche e consolari, Istituti di cultura ed altre istituzioni vocate alla difesa e alla diffusione della lingua e della cultura italiane, sono chiamati a organizzare convegni, conferenze, seminari.

Quest'anno il tema prescelto e' Il cibo e le feste nella tradizione e nella cultura italiane, tema affascinante quanti altri mai.E in effetti il "piatto" preparato dalla Dante Alighieri - con il patrocinio appunto della Ambasciata d'Italia, dell'Istituto di cultura italiana di Montreal, e della Unione degli Italiani nel Mondo di Ottawa – e' stato ricco, abbondante, forse un po' calorico, ma interessante, vario e nutriente: cibo per il cervello.

Ad aprire le feste, Venerdì 20 Ottobre, alle ore 19, nella sala grande di Villa Marconi, ora dotata di apparecchiature di proiezione aggiornate, e' stato il professor Marco FRASCARI, che dal giugno 2005 e' il preside della Scuola di Architettura della Carleton University. Da architetto e da professore di architettura, il professor Frascari ha illustrato non solo a parole, ma con molte e magnifiche immagini, il Palazzo Tè di Mantova che a metà del Cinquecento Federico II Gonzaga fece costruire e affrescare da Giulio Romano, l'allievo di Raffaello. Il Palazzo Tè fu concepito ed utilizzato proprio come luogo delle feste per la raffinata corte del Duca di Mantova.

Lunedì 23 Ottobre, sempre alle ore 19 e sempre nella sala grande di Villa Marconi, come tutti gli eventi della Settimana, la professoressa Mirella IOLY, lettrice di italiano qui ad Ottawa ha parlato, con l'aiuto di molte e belle immagini e di spezzoni del film Satyricon di Fellini, dei cibi e dei banchetti nell'antica Roma. La serata non si e' limitata ad una trattazione solo teorica, perché, con il prezioso aiuto dei cuochi di Casa Abruzzo, alla fine della conferenza, i partecipanti hanno potuto gustare quattro piatti elaborati sulla base di antiche, originarie ricette della Roma imperiale.

Venerdì 27 Ottobre, sempre alle ore 19 e nella sala grande di Villa Marconi, la professoressa Cristina PERISSINOTTO della University di Ottawa ha parlato, anch'ella con l'ausilio di molte immagini, di una figura mitica presente in tutta la cultura europea medioevale, quella del paese e dell'albero di Cuccagna, il simbolo dell'abbondanza, della soddisfazione, della "pancia piena" senza sforzi o fatiche.

Lunedì 30 Ottobre, il professor Francesco LORIGGIO della Carleton University ha intrattenuto i presenti sui rapporti tra alimentazione, cultura e identità in alcuni romanzi italo-canadesi, argomento di grande interesse per tutti i canadesi di nascita o di origine italiana.

Nell'ambito della Settimana della lingua italiana nel mondo, un altro evento e' stato organizzato ed offerto dall'Aci, gli Amici della cultura italiana. Sabato 28 ottobre la dottoressa Vittoria COLONNESE-BENNI ha tenuto sempre a Villa Marconi una conferenza sulle realizzazioni cinematografiche che hanno preso spunto dalla più famosa opera della letteratura italiana, la Divina Commedia. Tramite un DVD preparato dalla relatrice, i numerosi intervenuti hanno potuto visionare 7 segmenti filmici "danteschi", dal cinema muto al postmoderno.

Sempre nel quadro della Settimana della lingua italiana nel mondo e in occasione della Giornata del Lettore 2006, la professoressa Mirella IOLY e la sua collega lettrice di Montreal, professoressa Chiara VIGLIANO, presenteranno Mercoledì 22 Novembre presso la Carleton University (aula 303 Paterson Hall) un video che e' stato realizzato negli scorsi mesi in due delle Università in cui le due lettrici hanno tenuto corsi e seminari lo scorso anno accademico, ad Ottawa e Montréal. Il video, che si intitola Se dico Italia…, contiene tra l'altro interviste a quattro loro studenti e a loro familiari, ed ha lo scopo di approfondire il rapporto che giovani studenti nati e cresciuti in Canada, ma interessati alla lingua italiana, intrattengono con la cultura italiana.

Infine, Sabato 2 Dicembre l'ACI presenta presso il teatro dell'Adult School (ex High School of Commerce) di Rochester Street, uno spettacolo teatrale. La commedia messa in scena quest'anno e' Due dozzine di rose scarlatte di Aldo De Benedetti, un classico del teatro leggero italiano del '900.

Trionfanti!
il Maestro D. Colasante con Il Prof. Mauro Maur e la Pianista Francoise Gadboi

La Corale S. Antonio
CREARE E MANTENERE LE INFRASTRUTTURE.

Local

The Big Art Event in support of Big Brothers Big Sisters Ottawa

Article/Photos: Giovanni

Above: Kevin Thibert, Sue Wilson, Laurence Greenspon, and Garth Scully
Above Left: M.C. for the evening are Rita Celli and Adrian Harewood from CBC Radio
Right: Defenceman Joe Grimaldi (Ottawa 67's Hockey) , and TL co-host on Daytime (rogers TV)

On Wednesday, November 15th, 2006, the Big Art Event for Big Brothers Big Sisters Ottawa was held at The Ottawa Congress Centre. In its 36th year, art lovers of all kinds were able to bid on one-of-a-kind pieces of art in support of this premier mentoring organization for children. This year, an astounding $122, 000 was raised, with proceeds going towards various programs including their traditional Match program, the In School Mentoring program, and Go Girls! program. The event included a live and a silent auction, wine tasting prepared by sommelier, Debbie Trenholm of The Savvy Grapes Inc., and an incredible main course meal consisting of sliced candy-striped beets and mixed harvest greens with a raspberry vinaigrette, crisp French shallots and cranberry-glazed supreme of chicken stuffed with wild rice in a maderia sauce, oven roasted potatoes, fresh garden vegetables, and last but not least...charlotte with fruit and a wild berry coulis for dessert!

Big Brothers and Big Sisters Ottawa are an integral part of the community, matching children aged 6 to 18 with caring adult volunteers for a one-to-one mentoring experience. Studies have shown that children who participate in their programs generally show increased self-esteem and self-confidence, perform better scholastically, and demonstrate increased aspirations regarding their future. Sue Wilson, Director of Fund Development, stated: "Over 1200 "Bi g s" (adults helping children) and "Littles" (younger children) benefit from our programs each year, including one-to-one matches, mentoring in schools, workshops for kids and/or parents, and planned fun activities throughout the year. Sponsorship for our fundraising events helps to ensure these programs not only continue but that they also grow to meet the increasing demand in our city. "

Some of the contributing artists at this year's event included Katherine Jeans, whose oil canvas painting "A Golden Sunrise" took home the highest bid at $2000, Peter Hoffer, Megan Hinton, Bruce and Tamaya Garner (sculptures), Charlie Spratt, and a piece by Martha Markowsky titled "The Backyard Game of Hockey," which initiated a panic of bidding! This year's MC's for the event were Rita Celli and Adrian Harewood from CBC Radio and TV, who did a fabulous job throughout the evening. Appearances by local celebrities featured Lawrence Greenspon (auctioneer), Joe Grimaldi, a defenceman with the Ottawa 67's, and T.L., co-host of Roger's TV Daytime. The title sponsor for the event was Cisco Systems, represented by Garth Skully, the Senior VP for the Eastern Region, who attended with his colleagues. Other major sponsors for this event included Eagle Professional Resources, Cognos Inc., Sound Venture, Halogen, TELUS, The Keg, Emond Harnden, and IBM.

To cap it all off, this year's event also saw some fantastic prizes given away. One of these was a trip for two to Paris, France, donated by Zoom Airlines, and the other was a diamond ring valued at $3500, graciously donated from La Maison d'Or. Overall, this year's Big Art Event was a huge success

Roundup of Mafiosi had Nothing to do with Italians

Montreal Gazette

Montreal,Quebec,Canada

The RCMP called it "one of the most important police operations in the history of Canada" - the arrest early yesterday of 73 people in connection with "traditional Italian-based organized crime in Montreal."

So what did Italians in Montreal think about it? The silence was deafening. By nightfall, there was still no mention of the raids on the website of Corriere Canadese, Canada's Italian-language daily newspaper. There was also no mention of it - at least to outsiders - in the cafes and restaurants of Montreal's Little Italy.

At Cafe Italia, a brushoff: "I'm watching it on TV like anyone - no one's talking about it here," the man on the phone said. At Cafe Sportif Colosseo, a similar reply: "What are you asking me for? How should I know?" And at Elio's Pizzeria, the owner said: "I'm 73 years old and I still work 100 hours a week. I'm too busy for this." But from a Montreal lawyer who speaks for the National Congress of Italian Canadians, a warning: Be careful. "I just got off the phone with this lady from the Journal de Montreal, and basically she was asking for the reaction of the community," said Tony Sciascia, president of the congress's Quebec branch and treasurer of the national organization. "I've been in the office since the morning and I haven't seen any reaction from the community," said Sciascia, 59, a commercial lawyer in Little Italy. His caution: Don't use the arrests to attack the Italian community with old stereotypes. "If there are charges that are brought, we'll have to wait and see what happens," he said. "These are things that happen in every community. You can't generalize, because the Italian community, usually, is honest-working people who have contributed tremendously to Quebec and Canada."

As for the suspects, "this element represents perhaps 0.00001 per cent of the community," Sciascia said - a tiny fraction of the 224,460 Montrealers who said they were of Italian ethnic origin in the 2001 federal census. As in the case of former Liberal MP Alfonso Gagliano, "it's the old stereotype that keeps coming up - we have to be careful," Sciascia said. "We have many respectable people in the community. We have professionals, bank presidents - we have them all over the place. It's not because you have certain people that do certain things that we should throw mud at the rest of the 300,000 people (of Italian origin) who live here in Quebec. "You've got to be very careful to distinguish"

Comments:

This is Appalling in THREE Respects;

(1) Reuters Reports that Canadian Officials Branded a mass arrest as a "TRADITIONAL ITALIAN" based Organized Crime.! Organized Crime is an Italian TRADITION ? Actually in the US, the IRISH were the First, Taken over by JEWISH, who later with Jewish Meyer Lansky as the "Godfather" and Jewish "Murder Inc" as the Enforcers, partnered with the Italians.

Now of course, the Italians are a faded historical anachronism with trivial numbers engaged in petty crimes whose importance is galatically exaggerated. However, because of Movie and TV lore, Police use the "mystique" to glorify their "crime fighting", and are aided and abetted by the Media, looking for "colorful" stories to sell newspapers. Where is the successes against the REAL Threats, the Colombian and Mexican Cartels, the Israeli and Russian "Kosher Nostra", the Black, Latino, and Asian gangs that terrorize our urban areas?? Is it Politically Incorrect to spotlight them, or not merely as Colorful (journalistically, not skin)????

(2) Then, Jeff Heinrich writes an article in the The Montreal Gazzette that is headlined:

"Silence of Italians (Community) Deafening" What if Jeff Heinrich had written an article asking for comment from any of the named communities above ??? Or asked Abe Foxman (ADL) for comment about all the Jewish involvement in the "Orchestrated Inflation" of the Wall street Dot. com bubble, and its subsequent burst, or the subsequent exposed "Accounting" frauds, or the current "Stock Options" fraud????? Those involved HUNDREDS of BILLIONS !!!

(3) The Crimes involved are either PETTY in Nature or Volume. Yet, "The RCMP called it "one of the most important police operations in the history of Canada" -

The police allege that this groups " principal activities are committing or facilitating the commission of serious crimes such as the import and export of illicit substances, bookmaking, extortion and the possession of the proceeds of crime,".... AND "the organization was able to corrupt two customs officials and that its operations involved a dozen airline and food services workers at the airport. The smuggling was said to have occurred from 2003 to 2006.

Bookmaking: The Entire State of Nevada, Atlantic City and scores of Indian Casinos operate gambling sites freely nationally, and the police put neighborhood bookmaking high on their list of crimes? Probably up there with Prostitution, another victimless crime. (All while Murders, Rapes, Assaults, Pedophilia Skyrocket!!)

Extortion: On November 2005 Lorenzo Giordano, 43-year-old, committed an assault on John Xanthoudakis, the chief executive officer of Norshield Financial Group. Giordano was attempting to collect money for people who lost funds in the money-management firm's collapse (scam). Had I had the opportunity, I would have been at his side. These Enron-type steal the life savings of old people, leaving them in poverty, and then get a slap on the wrist, if anything.

Illicit Substances, Import and Export (Cocaine) Not Distribution ??? The Amount spoken about would NOT keep ANY ONE Hollywood Talent Agency, or it's Celebrity Clientele supplied for ANY amount of time.

Corrupting two Public Officials: Now REAL News would be to PROVE ANY Public Official as HONEST!!!!! All this is EXAGGERATED and DISTORTED Reporting can be Directly attributed to the decades long NEGATIVE STEREOTYPING. It is like a snowball going downhill !!!!! Gathering Mass and Speed.

General Interest

BUON NATALE DA VENEZIA

Il Postino desidera augurare ***Buon Natale*** ai suoi letttori trasportandoli a Venezia con una poesia di:

Alessandro Zanon e' nato a Venezia nel 1959 ove risiede ed insegna tuttora.

Nella citta' lagunare ha compiuto gli studi e si e' laureato nel 1983 in lingue e letterature orientali. Ha pubblicato, tra l' altro "Fogli d' album" una racolta di racconti e "Quando viene la sera" una raccolta di poesie.Alessandro Zanon ha partecipato a diversi concorsi letterari ove, nel 1985 viene segnalato quale poesia finalista al premio letterario "Stradanova" nello stesso anno si aggiudica la "Lizza d' oro" alla terza edizione dell' ononimo premio letterario.

Nell' 1986 si aggiudica il quarto premio letterario al Concorso Internazionale della poesia "Citta' di Venezia" Si classifica, nello stesso anno, finalista al premio letterario "La Lizza d' oro". A novembre 1986 la giuria del premio letterario "Mater" di Carrara gli conferisce il diploma di eccellenza di finalista. Questi sono solo alcuni dei riconoscimentio dati ad Alessandro Zanon del quale vi proponiamo la poesia che, leggendola, siamo sicuri vi portera' a Venezia:

NATALE A VENEZIA

Sciabordio di popolo che lento riempie le strade
all' ora del tramonto.
Lungo le rive,filari suggeriti di stelle
se ne vanno, arruginite, verso il mare.
Io cammino tra i mille rumori, in mezzo ai tuoi eterni silenzi
e ammutolisco al tuo segreto di pietre,
testimoni di antico fasto
e presente abbandono.
Luci opache accendono la sera
sotto un velo serico di nebbia.
La Maragona chiama, San Giacomo risponde (*)
la mia citta', pietra su pietra, accoglie un Bimbo,
che nasce tra rive, tra campielli,
tra il cuore rude di questa mia gente
che si commuove ora, nell' udir sommerso
di canti, trasportati da onde,
l' antica nenia, odore di salmastro,
il canto dei pastori di laguna…

Alessandro Zanon (1989)

(*) La Maragona e' la campana principale del campanile di San Marco e batte il mezzogiorno e la mezzanotte.

E' udibile da qualsiasi punto della citta.

Gli altri campanili, specie a mezzanotte, rispondono dopo un minuto. Solo il campanile della chiesetta di San Giacomo in Rialto, la piu' antica chiesa del centro storico veneziano, ha il priviolegio di anticipare la risposta dopo 30 secondi.

Dicembre

Questo e il tempo del' anno
Quado le nostre amicizie
Diventano carnale

I nostri auguri sono reali]
Con persone vario.
Profumo di pino,
E tante gente per la via,

Negozi ripani di ogni ben di dio
Si compra e si spende
Sensa sapere quando.

Nei nostri cuori c'e pace
Perche gesu bambino e nato
La distinzione, Di razza e solo
Per I pazzi.

Vetrine addobbate
Con stelle di natale,
E tanti regali sotto l'albero di natale.

Anna Pastore

Listen to La Nostra Voce
97.9 fm
www.lanostravoce.com

Bravi Alpini!

Quest'anno l'incontro degli Alpini con le loro famiglie e amici ha prodotto una partecipazione di molti giovani ed e' stato quindi motivo di grande soddisfazione per tutti.

La serata si e' svolta con tanta allegria specie con quei canti montanari che soltanto gli Alpini sanno fare con quella ormai conosciutissima soddisfazione " DELL'ESSERE INSIEME ".

L'Addetto alle pubbliche relazioni Albino Pescatore, ha ricordato la bellissima cerimonia dell'erezione del Monumento degli Alpini in onore di "Tutti i Caduti di tutte le querre per la Liberta' " con benedizione da parte del Cappellano della Sezione Padre Fiore, ma ha pure ricordato che, purtroppo, a conseguenza de tale bella, apprezzatissima e meritoria Opera, le casse della Sezione si trovano ora in apprezzatissime come lo sono state alcine gia' pervenute da parte di singoli e da Associazioni.

Albio ha poi chiuso con due Note: la prima, che esiste una seria volonta' di costituire il "GRUPPO DONNE ALPINE" cosa ormai piu' che dovuta.

La seconda: che il 2007 sara' l'Anno del 35 Anniversario della Contituzione della Sezione e che i festeggiamenti saranno svolti intorno alla data del 31 Marzo prossimo venturo. Bravi Alpini!

KELLY
FUNERAL HOMES AND CHAPELS
SALONE FUNEBRE E CAPPELLE

Lorne Kelly
Founder

Ottawa Centre
Gordon Walker,
Managing Director
585 Somerset St. W.
K1R 5K1
613-235-6712

Orléans/Ottawa East
Graeme Cowie,
Managing Director
2370 St. Joseph Blvd.
K1C 1G1
613-837-2370

Ottawa West
John Laframboise,
Managing Director
2313 Carling Ave.
K2B 7G3
613-828-2313

Kanata
Richard Nolan,
Managing Director
580 Eagleson Rd.
K2M 1H4
613-591-6580

Ottawa South
Peter Draper,
Managing Director
1255 Walkley Rd.
K1V 6P9
613-731-1255

Nepean
Peter Vallee,
Managing Director
3000 Woodroffe Ave.
K2J 4G3
613-823-4747

Una reputazione solida
costruita sulla fiducia

Michael Robinson
Pre-planning
Funeral Director
Serving
Ottawa Centre &
Kanata

Sheila Zister
Pre-planning
Funeral Director
Serving
Ottawa West &
Nepean

Stéphane Levesque
Pre-planning
Funeral Director
Serving
Ottawa South &
Orléans/Ottawa East

General Interest

BISOGNEREBBE FAR PAGARE A CHI CONTAMINA L'AMBIENTE

La contaminazione del nostro ambiente è fonte di gravi malattie e di sconvolgimenti atmosferici di grave portata per l'umanità.

di Ermanno La Riccia

Nel corso di un mio recente viaggio in Italia sono stato condotto a visitare un impianto di Pale Eoliche che servono per sfruttare la forza dei venti per produrre elettricità.E' un modo nuovo per sfruttare le forze della natura per produrre un bene indispensabile per la nostra esistenza di uomini che vivono con i tempi che corrono.

Ve lo immaginate un mondo senza elettricità? Dovremmo tornare ai tempi dei carretti tirati dai cavalli e delle luci ad olio. Ebbene, oggi ci sono vari modi per produrre elettricità alcuni dei quali sono costituiti da centrali che marciano a carbone, o a petrolio o a gas, tutte sostanze che bruciando producono fumi e sostanze velenose, ricche di Anidride Carbonica, ossia quella sostanza gassosa nociva che produce il cosiddetto effetto serra. Il quale in termini spiccioli è la maggiore risorsa che produce il riscaldamento al di sopra del normale del globo terrestre, che è origine di tanti guai.

Gli impianti eolici di cui parlavo prima sono una delle nuove risorse, accompagnate da nuove tecnologie,che producono la cosiddetta energia pulita, ossia non emettono sostanze che avvelenano l'aria.

L'impianto che ho visto era uno delle ultime generazioni costituito da otto pali in acciaio alti 100 metri in cima ai quali si muovevano quattro pale semi-elicoidali lunghe 40 metri ciascuna,ossia delle vere e proprie eliche simili a quelle degli aeroplani che mosse dal vento muovono un generatore che produce elettricità. Ed ognuna aveva la potenza di 2 megawatt. In Italia che è povera di elettricità, ed in molti altri paesi d'Europa, c'è la corsa a chi adotta questo tipo di impianto.Tutto questo per far fronte al protocollo di Kioto che anche l'Italia ha sottoscritto per ridurre le emissioni di anidride carbonica del 5,2% entro il 2012.

Anche in Canada e, soprattutto nel Quebec, che pure è ricco di elettricità pulita perché generata dalle cascate di acqua, gli impianti eolici si vanno moltiplicando soprattutto nel Nord del Quebec.

Oggi il motto ripetuto in tutte le lingue e cucinato in tutte le salse è quello di « ridurre le emissioni di anidride carbonica » per evitare l'eccessivo riscaldamento del globo terrestre dal quale provengono disastri ecologici molto pericolosi. Purtroppo in Canada, che pur aveva sottoscritto il protocollo di Kioto, col nuovo governo conservatore, questo motto non ha trovato orecchie capaci di ascoltarlo in tutta la sua gravità e la ministro dell'ambiente, Rona Ambrose sembra sia sorda da quel lato. E il Canada, secondo le statistiche compilate dal giornale La Presse, elaborate con dati forniti a Bonn dal segretariato delle Nazioni Unite,dal 1990 al 2004, anziché diminuire le emissioni di anidride carbonica, cosiddetto GES, è aumentato del 26,6% per cui oggi si trova ad avere un totale di 32,6%, ed è seconda in classifica dopo la Spagna che si trova in cima con il 34%.

In questi giorni, oltre al rapporto dal titolo « Living Placet Report 2006 » della Wwf è stato pubblicato un secondo importante documento redatto dal dall'economista capo della Banca Mondiale, Nicolas Stern, richiesto dal governo britannico. L'economista inglese afferma che occorre attaccare un prezzo alle emissioni del GES delle industrie ed usare quella moneta per le ricerche e creare delle nuove tecnologie. Egli chiede che ciascun paese dovrebbe investire |% del PIB, Prodotto Interno Lordo, per lottare contro le emissioni di anidride carbonica. Se si lasciano le industrie libere di frenare queste emissioni è automaticamente sicuro che esse anziché diminuire continueranno ad aumentare come quello che sta succedendo in Canada.

Se saremo capaci di attribuire un prezzo a ciascuna tonnellata del CO2 che viene emessa nell'atmosfera allora si vedrà che le industrie prenderanno sul serio il problema della polluzione e cercheranno di modificare i loro impianti secondo i suggerimenti degli scienziati ricercatori per diminuire quelle emissioni velenose. Senza un prezzo non si possono fare negoziati e non si può rimandare di quattro o addirittura 14 anni il problema.

Nel suo rapporto Nicolas Stern afferma che tutto questo dovrebbe essere fatto al più presto. Senza perdere tempo dovrebbe essere redatto un nuovo trattato in maniera che la polluzione deve essere pagata da chi la produce per fare in modo di migliorare l'impatto con l'ambiente. Se si ritarda il costo dopo cinque anni sarà dal 5 al 20% in più di quello che oggi potrebbe costare questa corsa all'applicazione di nuove tecnologie per ripulire o, per lo meno arginare un ulteriore avvelenamento dell'atmosfera. Stern quantifica questo sbalzo in dollari ed afferma che ci potrebbe costare qualche cosa come 7 mila miliardi di dollari in più. Questo calo avrebbe un'azione così devastatrice che sarebbe superiore a quella delle ultime due guerre mondiali oppure maggiore della crisi economica degli anni 30. E gli effetti, egli aggiunge, sarebbero irreversibili. « I cambiamenti climatici rappresentano il più grosso fallimento di tutta la storia dell'economia di mercato». Noi possiamo evitare questo scenario catastrofico, insiste Mr. Stern, se immediatamente riusciamo a prendere delle misure per ridurre le emissioni di GES. L'azione dovrebbe essere concertata su scala internazionale, inclusa la Cina e l'India le due nazioni che corrono a grandi passi verso la industrializzazione, in maniera che tutti si possono rendere responsabili dei benefici che ne trarranno.

Oggi è in voga il termine di rifugiato climatico ossia colui che lascia la propria terrà perché le condizioni climatiche, la siccità oppure i frequenti alluvioni e uragani non gli consentono di rimanere nei luoghi dove aveva scelto per vivere. Già i primi sintomi di questo esodo si incominciano a sentire. Secondo le valutazioni delle Nazioni Unite, nei prossimi cinque anni ci saranno 50 milioni di persone in fuga dalle loro terre verso altri lidi. C'è anche chi parla di 400 milioni.

Di fronte a queste prospettive speriamo che il nostro primo ministro Harper e la bella Rona Ambrose riflettano sulle decisioni da prendere in merito al Canada.

L'Ambasciata d'Italia

Julie Polisena

L'Ambasciata d'Italia In Canada sta esaminando la possibilità di introdurre l'insegnamento della lingua italiana nelle scuole materne ed elementari nella città di Ottawa. L'obiettivo principale di questa iniziativa é quello di aiutare a preservare la cultura e la lingua nelle famiglie d'origine italiana. Si sa che in molte famiglie di discendenza italiana la lingua d'origine non é più parlata in casa e di conseguenza si sta estinguendo.

Tuttavia per attuare questo progetto é necessario prima fare un sondaggio nella comunità italiana di Ottawa per verificare il numero di bambini che potrebbero frequentare questi corsi ; perché solo se si raggiunge un certo numero il progetto potrà andare avanti usufruendo anche dell'aiuto finanziario del governo italiano.

Quello che il progetto si propone di fare é di introdurre l'insegnamento dell'italiano ai bambini dell'asilo, a quelli della scuola materna e agli studenti delle prime tre classi delle elementari perché insegnando una nuova lingua ai bambini , l'apprendimento é più facile e rapido.

Se il progetto si realizzerà, l'insegnamento dell'italiano sarà introdotto nel curriculum scolastico regolare cioé da lunedì a venerdì e sarà finanziato dal governo italiano ivi compreso la retribuzione degli insegnanti e materiale didattico necessario.

Questa iniziativa funziona già da qualche anno a Toronto; questo perché la comunità italiana di questa città ha dimostrato un grande interesse a mantenere viva la lingua e la cultura del paese di origine e da qui ha avuto inizio il progetto di insegnamento della lingua fin dai primi anni di scuola.

Fin ad ora il programma si é rivelato un successo. Perciò se questo stesso interesse si riscontra nella comunita' italiana di Ottawa, lo stesso programma potrebbe essere introdotto qui.

C'é da considerare che il programma proposto può arrecare tanti vantaggi; si sa che la conoscenza di un'altra lingua costituisce un arricchimento personale. Inoltre, per quanto riguarda le comunità italo-canadesi, il governo italiano si propone di facilitare soggiorni di studio in Italia per giovani di origine italiana che abbiano una conoscenza adeguata della lingua di origine.

Sarebbe perciò auspicabile che la comunità italo-canadese di Ottawa si impegnasse a convincere le commissioni scolastiche dell'Ontario dei benefici che i bambini di discendenza italiana potrebbero trarre da questa iniziativa.

L'Ambasciata Italiana in Canada ha inoltre l'intenzione di introdurre lo stesso progetto presso altre comunità italo-canadesi e particolarmente a quelle di Montreal e Vancouver.

Sostenendo iniziative di questo genere é possibile mantenere vive le tradizioni, i valori, la lingua e la cultura del paese di origine.

FIRST EUROPEANS LIVED IN ITALY

Italian scientists date Puglia finds to 1.7 mn years ago

ANSA - Rome,

The first Europeans lived in southern Italy and not Spain, according to new Italian findings .

A collection of fossilised flint tools and other sharp instruments found in the south-eastern region of Puglia has recently been dated to some 1.7 million years ago - predating the oldest Spanish finds by almost a million years . The discovery was announced at a major prehistoric science conference in Lisbon .

The evidence means palaeontologists will have to redraw the maps charting the path of ancient man out of Africa, say a team from four Italian universities, Rome, Turin, Florence and Ferrara . "This discovery reopens the debate on the origin of the population of the whole of Europe," said Carmelo Petronio of Rome's La Sapienza University . "It supports the theory that the first Europeans migrated westwards across the Near East and not from north-western Africa" .

Petronio said a precursor of modern man called Homo ergaster "headed (from Africa) for Asia where it continued to evolve, becoming Homo erectus" . But one group traveled to the Caucasus, before it evolved, and probably continued to migrate from there as far as southern Italy" . The tools found in Puglia were dated by comparing them to the remains of 43 mammals unearthed near them, including sabre-toothed tigers and woolly mammoths .

www.ilpostinocanada.com

General Interest

WOW!

Di Luciano Pradal

Sabato 11 novembre. Il grigiore dell' autunno in Ottawa non e' piacevole! Il freddo e l' umidita' si fanno complici ed attenagliano i passanti che, svelti ed infreddoliti, entrano ed escono dai negozi al By Ward Market, al mercato in centro citta'.

Sono anch' io uno di loro. Come d' abitudine, quando sono in citta', visito "LA BOTTEGA Nicastro".Ora l' entrata mi sembra cambiata dall'ultima volta che l'ho visitata questa estate… penso un po' sorpreso. Entro, e la mia sorpresa diventa un WOW! Spontaneo.

I locali de LA BOTTEGA sono stati rimodernati, ampliati e resi piu' funzionali per meglio servire la numerosa clientela e per offrir loro una piu' grande varieta' di prodotti gastronomici tra i quali degli ottimi olii d' oliva ed aceti balsamici.C'e' *"Piazza Nicastro"* e vedo Pasquale (Pat) Nicastro che spiega ad una signora come funziona una caffettiera: "E' da molti anni che ne desidero una, ora voglio proprio provarla!" esclama. "E' facilissimo" Le spiega Pat, e, con indiscussa professionalita' e gentilezza, spiega alla cliente come fare un "buon espresso".

Pat, poi, mi fa' da cicerone, da *"Piazza Nicastro"* possiano vedere le "localita'" *"Salumeria Nicastro" Espresso Gusto"…..* Visitiamo *"Formaggi da Giovanni"* Dove Rocco Nicastro mi offre un assaggio di Pecorino Romano che si scioglie in bocca lasciandola gradevolmente vellutata.

Alla localita' *"Pasquale Panini"* alcuni clienti aspettano i loro apetitosi panini che tre giovani commessi stanno preparando con cura. Non posso fare a meno di notare che il personale e' composto tutto di giovani, inclusi Pat e Rocco Nicastro, sono questi giovani che hanno saputo trasformare questo semplice commercio in quella istituzione che e' oggi! Uno dei negozi, se non "il negozio piu trendy in Ottawa!" Ci sono altre *"localita'"* attorno a '*Piazza Nicastro*" ma lascio a voi lettori il piacere di scoprirle!

Ho trovato molto interessante il rapporto tra *"le localita'" "Espresso Gusto"* e *"La Cucina"* un rapporto reso piu' funzionale grazie agli accorgimenti di Thom Antonio, la ditta di Toronto che ha curato i lavori per il rinnovo dei locali a LA BOTTEGA. Ogni giorno a *"La Cucina"* ci sono al menu' varie ricette della tradizione, oggi c'e' una apetitosa "Pasta e fagioli".

LA BOTTEGA Nicastro, e' senz' altro uno dei negozi piu' rinomati nella zona di Centro Citta'; fa' sempre piacere visitarlo e poter parlare italiano in una atmosfera piena di aromi che sono distintivi della gastronomia italiana ed e' per questo che, quando sono uscito da "LA BOTTEGA" mi sono sentito pronto ad affrontare i rigori dell' autunno in Ottawa.

Pat e Rocco Nicastro, i giovani che si occcupano della gestione de La Bottega

Pat Nicastro mentre spiega ad una cliente come funziona una caffettiera espresso

Con le loro personalita', buona volonta' ed ottimo servizio alla clientela, questi giovani hanno contribuito al sucesso de La Bottega

Bobo the Italian Snowman

By Renato Rizzuti

You could tell Bobo was an Italian snowman by the two plum tomatoes he had for eyes, the pepperoni stick he had for a nose and the mouth made out of rigatoni pasta. To further add to the Italian identification, Bobo had a scarf wrapped around his neck that had the green, white and red colours of the Italian flag. He was even wearing a button that read, "Kiss me, I'm Italian."

A little Italian boy named Gino had made Bobo to stand looking over the front lawn of his house. Gino was a ten year old boy that was usually very happy. Since moving to the new house Gino was getting a bit depressed. You see, he missed his friends from his old neighbourhood. There was Rocco Giramonde who was his best friend. Rocco was always eating something. Rocco would grab something from his kitchen every time before coming out to play with Gino. One time Rocco came out eating an "ox tail" from the soup pot that his mother had on the stove. Another time Rocco came out eating from a bowl of "prupettinas" or little meatballs that he kept popping into his mouth like they were candies. Of course, Rocco would always let out an exaggerated, ten year old's "burp" after he finished eating. This would send both Gino and Rocco into a very giddy laughing fit.

Gino played making snowballs beside Bobo. His only wish was that he find a new friend in the new neighbourhood to play with. At this point Gino turned to Bobo and jokingly asked him, "Bobo, can you help me find a new friend?" To Gino's astonishment, Bobo answered him by moving his "rigatoni mouth" and saying, "Yes, Gino I can help you. Go three doors down the street from your house. There you will find a nice little boy named David who also just moved into the neighbourhood and who also needs a friend." Gino shook his head in amazement! Did Bobo really just talk to him? He decided to put Bobo's advice to the test.

Gino walked three houses down and knocked on the door of the house Bobo had indicated. When a lady answered the door, Gino swallowed hard and summoned the nerve to ask ,"Can David come out to play?" The lady looked at Gino with a mixture of surprise and delight. She said, "Of course David can come out to play. He was just telling me that he wishes that he had somebody to play with!" The lady, who was David's mother, called David to the door. When David saw Gino he exclaimed, "Hey dude! Like let's go play in the snow!" Gino found out that David had just moved from California where David loved to surf. David had never seen snow before and was excited about playing in the snow!

Gino said, "Let's go to my house and I'll show you Bobo the snowman that I built." David replied, "That sounds cool dude, let's go!" So they trampled through the snow to Gino's house. When David saw Bobo he exclaimed, "What a cool snowman! Is he Italian like you Gino?" Gino replied, "Yes he sure is. He's ninety per cent Italian and ten per cent snow!" David and Gino laughed so hard at Gino's joke that they both had to go into Gino's house to pee. When they finished using the bathroom they walked into the kitchen where Gino's mother was cooking "brodo" or "Italian chicken soup." Gino's mother Maria asked the two boys if they would like to warm up with a nice bowl of "brodo." The boys said yes and slurped down two bowls each. David then remarked, "That was some cool chicken soup! Or like, it was some hot and awesome and "bodacious brodo!" The boys laughed about this as they both bounced back outside to play beside Bobo.

While they were building a snow fort beside Bobo, Gino decided to tell David about Bobo's special "ability." David responded, "Like are you serious dude? A talking snowman, that is far out dude!" They both stared at Bobo who remained silent for the longest time. Finally, Bobo's "rigatoni mouth" started moving and he said, "I'm glad you two boys have become friends. I only wish I had a friend to keep me company during these cold winter nights." The boys were shocked at Bobo's speech and at the same time, they felt sad for Bobo. Gino said, "If only there was something we could do to make Bobo happy." David replied, "I know dude, let's build Bobo a snowwoman for a friend!" Gino squealed with amusement at this great idea! They diligently worked to build Baba, the "Snowwoman." David decided that she should be from California just like him. They proceeded to put together as David called her, "A super cool surfer chick." They used two California oranges as her eyes. They made her mouth out of two pieces of red liquorice. For a nose they used a baby carrot on which they balanced a pair of sunglasses. They finished making Baba when David borrowed some items form his mother. They put a blonde wig on her head and dressed her in a bikini. Baba was indeed a "snow babe!" David and Gino then both went inside to warm up.

That night, Gino was awaked by some chatter and laughter coming from the front lawn of the house. Gino went downstairs to the living room and looked out of the picture window. There he saw an incredible sight! He could see and hear Bobo and Baba talking to each other and laughing. Gino could hear Bobo say, "It's cold out here but "snow" use complaining!" Bobo and Baba laughed. Then Gino started to laugh. Their laughter could be heard all through the neighbourhood on that cold moonlit night!

Listen to La Nostra Voce 97.9 fm
www.lanostravoce.com

Remembrance Day in Ottawa 2006

Santa Claus Parade

M&U Soccer Banquet November 2006

www.ilpostinocanada.com

Italy

IN ABRUZZO UN CENTRO MONDIALE PER LE GRANDI EMERGENZE SANITARIE

A Castelnuovo la sede del SOMI, polo di alta formazione contro rischi nucleari, biologici e chimici

di Goffredo Palmerini

L'AQUILA – E' operativo dal 28 ottobre in Abruzzo, a Indrio al dipartimento operativo. Autorità politiche ed istituzionali, **Castelnuovo di San Pio delle Camere –** suggestivo borgo nei rappresentanze diplomatiche, alti gradi delle Forze Armate e pressi dell'Aquila - un centro mondiale di alta formazione per le dell'ordine, dirigenti della Protezione civile hanno preso parte grandi emergenze nucleari biologiche chimiche e radiologiche, alla cerimonia inaugurale del Centro. Molto soddisfatto per interventi in casi di catastrofi, attacchi terroristici, disastri **Giovannino Costantini**, **Sindaco di San Pio delle Camere**, il quale industriali e ambientali. Sarà finanziato dall'**Onu**, dall'**Unione** ha chiarito le ragioni dell'insediamento d'una struttura **Europea** e dai governi nazionali. Si tratta del **SOMI** (**Special** internazionale così rilevante in un piccolo paese, piuttosto che in **operation medical Institute**), il primo polo internazionale per le una grande città. La scelta è stata mirata in un'area centrale e grandi emergenze sanitarie non convenzionali, il cui compito è strategica dell'Italia, con poca popolazione e dunque con quello di preparare con corsi d'alta formazione il personale bassissimo rischio di attacchi nucleari, chimici e biologici, con operativo con codici di comportamento e protocolli sanitari un ottimale situazione ambientale e climatica anche per la ricerca uniformi in tutto il mondo. Dunque una struttura di ricerca nel settore. In effetti, il contesto è veramente superbo, nell'altipiano scientifica nel settore, in grado di dare risposte efficaci in ogni dove si coltiva il *crocus*, lo zafferano da mille anni migliore del angolo della terra. Un gruppo di scienziati e ricercatori costituisce mondo. L'acrocoro è coronato da montagne boscose, antichi il primo nucleo del Centro, che impiegherà a regime una borghi e castelli di splendide architetture. L'aria è pulita, settantina di esperti e formatori, destinato gradualmente a l'inquinamento praticamente inesistente, il clima eccellente. crescere man mano che verranno stipulati accordi con singoli Castelnuovo è uno di questi borghi, nei pressi dell'area governi e grandi strutture. La prima intesa il SOMI l'ha sottoscritta archeologica della città vestina di Peltuinum, sull'antica Claudia con il **Frdp** (**Fire rescue development program**), programma Nova, la via consolare che dalla città sabina di Amitenum - diretto da **Robert Triozzi**, **comandante dei Vigili del Fuoco** patria di Caio Crispo Sallustio, il più grande storico di Roma, **dell'Onu**, nato a New York ma di origini abruzzesi, per un progetto come affermò Marziale, "*primus romana Crispus in historia*" – di sviluppo del soccorso antincendio. Alla firma dell'accordo si snodava lungo l'altipiano, prima di congiungersi con la era presente anche il **comandante dei Vigili del Fuoco di New** Tiburtina Valeria verso l'Adriatico.
York (FDNY), Daniel Nigro.

Il Centro è dunque una struttura polifunzionale: formazione

Alla direzione del SOMI un'equipe di **ricercatori e scienziati** specialistica di protezione civile per le grandi emergenze, ricerca **delle università di Padova e Trieste**: Luciano Ridolfi alla direzione applicata al settore, consulenza scientifica in casi di rilevanti generale, Giorgio Stanta responsabile della ricerca, Renzo calamità, siano naturali, incidentali o procurate con azioni di Barbazza e Giuseppe Furlan al Comitato scientifico, Armando terrorismo mediante agenti o armi non convenzionali, ad alto rischio per le popolazioni civili. La sua peculiarità scientifica e la rilevanza internazionale risiedono nell'applicazione di protocolli sanitari e di codici di comportamento standard, validi pressoché in ogni angolo del pianeta, per rendere al massimo efficienti i soccorsi internazionali secondo procedure uniformi. Un indirizzo che da anni l'Onu perorava per dare risposte più incisive, tempestive ed efficaci alle possibili emergenze in caso di disastri, occasionali o procurati, il cui rischio negli ultimi anni è andato sempre più crescendo con la minaccia terroristica. "Con il SOMI questa preoccupazione delle Nazioni Unite ha trovato una sintesi ed una risposta operativa altamente qualificata" ha affermato il **portavoce del Centro Giampiero Berti de Marinis**, per cinque lustri amministratore della città capoluogo e già vice Presidente della regione Abruzzo, infaticabile promotore del progetto di costituzione della struttura. IL SOMI opera come Azienda speciale sanitaria, convenzionata con l'ospedale di Avezzano per gli spazi di ricovero e trattamento in caso di emergenze sanitarie. Enorme interesse ha destato la nascita di questo Centro d'eccellenza. Molti i contatti di Governi nazionali, interessati alla formazione di personale qualificato in grandi rischi e protezione civile, specie degli Stati situati in aree sensibili del globo. E' davvero singolare come un piccolo grazioso borgo dell'Appennino abruzzese possa diventare, da un giorno all'altro, una specie di ombelico del mondo grazie ad un Centro scientifico di rilevanza internazionale sui rischi e sulle emergenze sanitarie che mai vorremmo l'umanità debba sperimentare.

Christmas in Italy

Italians might not go all out with the decorations, but the holiday spirit is alive and well in the Motherland

by Francesa DiMeglio

I cried for days the first time I went to Italy for Christmas. I was 11, and we had to convince my little sister Rosaria that Santa Claus would be able to find us in Ischia, a small island off the coast of Naples. There were no lights on the houses, and we were the only ones on the block with a Christmas tree. It all seemed so tragic.

My cousins in Ischia wanted so badly to give us a traditional American Christmas that they found a professional chef to cook us a full turkey with all the fixings on Christmas Day. Do you know how hard it is to find a whole turkey on an island in Italy? It's like finding pigs that fly or a cold day in hell. But they did it - and I still wasn't happy. I missed my Christmas in New Jersey with the glitz, the glam, the gifts. But years later I would return to Ischia for the holiday season only to realize that even if Italian Christmas isn't nearly as shiny as its American counterpart, it is humble, subdued, spiritual and downright uplifting.

You probably already understood that the Italian feste or holidays do not have as much bling as we Americans have come to expect. Few houses put out lawn displays or light shows. And not everyone has a Christmas tree. Instead, Catholic families construct a nativity scene or presepio. Some of these presepio are fairly elaborate and depict not only baby Jesus' manger but entire towns filled with statues, houses and sometimes even plant life.

My father, a landscaper, builds one annually that takes up an entire room in our house and features music, lights, real trees and flowers, and a waterfall. Many Italians, especially in the South, do the same. They're like giant, interactive pieces of art. During the holidays, many people go from town to town and house to house to see the various nativity scenes. You might also stumble upon a live nativity scene - with real people - in one of the country's many piazza.

On every street corner, you'll likely hear ?Tu Scendi Dalle Stelle?. It's THE classic Italian carol. That will put you in the mood for a celebration, where food is the centerpiece. And Christmas Eve is the tastiest day of the year - at least for me and anyone who is a lover of fish.

Italians fast or eat only a very small portion of fish at lunch and feast in the evening. But meat is not served on the Vigilia or Eve. Many southern Italians serve seven fish dishes that symbolize either the seven sacraments of the Catholic Church or the seven days of creation, depending on who you are talking to. Some of the fish you're likely to find on the table are baccala, eel, clams and other shellfish, shrimp, calamari, scungilli (conch), and octopus. Freid calamari, octopus bathed in lemon, oil and parsley, and linguini with clam sauce are my Christmas Eve favorites.

In Italy, you are likely to eat pastries that are typical of the region for dessert. My people in the Neapolitan zone will servestrufoli or honey balls covered in rainbow sprinkles. They make for a nice centerpiece on the table, too! All sorts of other desserts - from an assortment of biscotti to panetone or sweet breads also make appearances and are a nice compliment to the evergreen espresso and sambuca.

After you've stuffed yourself like an American turkey at Thanksgiving, you must wait for the clock to strike midnight, when you'll either go to the nearby church for Mass or watch the pope on TV. While waiting, little children often recite poems they learned in school as gifts for their parents and other relatives. And the adults then play tombola or bingo. Tombola Napoletana is the most popular - at least among my family and friends. It's just like bingo but every number has a corresponding image, which can be naughty or nice. Thirteen, for instance, corresponds to Sant' Antonio while 28 corresponds to a private part of the woman's anatomy. You'll get a kick out of playing this kind of bingo with your nonni. And afterward, you'll head to midnight Mass. How's that for irony?

In recent years, Santa Claus or Babbo Natale has been visiting the homes of good Italian boys and girls, too. But January 6, or the epiphany, is the real day for giving gifts to children in Italy, who wait for the arrival of goodies from La Befana or the Christmas Witch. Christmas Day is characterized by more eating and perhaps another Mass. Overall, the holidays in Italy are more religious and spiritual. No one is allowed to forget the real reason we are all celebrating: the arrival of our savior Jesus Christ. Amen! For more information on Di Meglio, visit www.francescadimeglio.com.

General

PERICOLO NUCLEARE NEL MONDO

L'Iran e la Corea del Nord, due nazioni che si danno da fare per costruirsi la bomba atomica, sono sotto il mirino delle Grandi Potenze che tramite le Nazioni Unite cercano di indurle a sedersi al tavolo delle trattative.

di Ermanno La Riccia

Il possesso della bomba atomica, sin dagli anni sessanta, ai tempi del presidente americano Kennedy, ha fatto sempre notizia. Erano in tanti nel mondo intero a ricordare i nefasti effetti, di quando nall'ultimo scorcio della seconda guerra mondiale,l'America l'anciò i suoi ordigni nucleari su Hirocima e Nagasaky che ebbero come effetto la distruzione pressoché totale di quelle città giapponesi con centinaia di migliaia di morti. Tutti ricordavano, e tanti ricordano ancora oggi, che l'effetto immediato di quelle esplosioni non solo aveva procurato i tantissimi morti tra la popolazione civile ma aveva lasciato uno strascico micidiale e pericoloso di radiazioni che produssero altri morti anche anni dopo quelle pericolose esplosioni.

Quelle bombe se produssero tantissimo male con i loro effetti mortali ebbero come corollario un qualche cosa che fu definito dai cinici dei comandi militari dei « benefici effetti » ed era veramente vero perché esse, in pratica, misero fine ai quattro anni della lunga seconda guerra mondiale. Infatti il Giappone, che in Asia teneva testa agli eserciti della coalizione anglo-americana, dopo quelle esplosioni si arrese e così in pratica mise fine a quella sanguinosa guerra che nel mondo intero aveva fatto circa 30 milioni di morti.

Dopo i malefici risultati di quelle esplosioni ci fu una corsa delle grandi potenze che avevano vinto la guerra a dotarsi della tecnologia e delle infrastrutture per costruire ordigni nucleari. E negli anni 70 quando fu chiaro che la Cina,la Gran Bretagna,la Russia e la Francia possedevano tutti i mezzi per dotarsi di bombe atomiche, John F. Kennery dette l'allarme perché sembrava che circa una ventina di altre nazioni si erano messe in corsa per fabbricare la bomba.

Lo scenario previsto da Kennedy per fortuna, almeno per quel momento, non si concretizzò per due ragioni: primo anche se si conosceva la tecnologia, le infrastrutture per costruire la bomba erano molto costose e molti degli stati di fronte ai costi proibitivi desistettero. Inoltre le grandi potenze mondiali, resisi conto che quegli ordigni nucleari avevano un potere distruttivo che superava ogni pronostico ed immaginazione, incominciarono a firmare degli accordi per cui l'allargamento rapido del club nucleare fu quasi fermato. Soltanto l'India, il Pakistan e Israele erano riuscite ad avere i loro ordigni nucleari che ne facevano e ne fanno ancora oggi sfoggio, ma senza usarli, soltanto come mezzi di difesa da usare soltanto per farsi paura gli uni con gli altri. Infatti fino ad ora nessuno più ha usato la bomba atomica.

La lotta contro la proliferazione di quest'arma aveva funzionato molto bene tanto che gli altri paesi che si erano messi in marcia per fabbricarsela come l'Africa del Sud,l'Argentina, il Brasile e la Libia rinunciarono a costruirsela.

Dopo lo sfascio dell'impero sovietico,la Bielorussia,l'Ukraina, e il Kazakhstan che sui loro territori avevano magazzini con armi nucleari, rimisero tutto alla Russia di oggi.

Sembra che un po' tutti avevano capito che usando quegli ordigni andavano incontro non solo alla distruzione del loro ipotetico nemico ma addirittura alla auto-distruzione per cui ebbero la saggezza addirittura di procedere persino allo smantellamento di parte delle loro strutture.

Ma lo studio della tecnologia nucleare dette un esito positivo perché condusse alla costruzione delle Centrali Atomiche per produrre energia elettrica. Ed infatti in diversi paesi del mondo, tra cui la Russia, La Francia, L'Inghilterra e persino il Canada si sono dotate di centrali nucleari che producono l'energia elettrica.

Occorre dire che tutte le nazioni che posseggono la bomba atomica hanno creato un'Agenzia Internazionale comune a tutte ed hanno firmato un trattato per la non proliferazione di armi nucleari. Purtroppo in questo trattato non è stata inclusa la causa dell'energia atomica da usarsi per usi civili, ossia per produrre elettricità. E il passo tra gli usi civile a quello per usi militari è breve per cui è tornata di nuovo ad incombere la preoccupazione di allargare il numero degli stati e dei pericoli che ne possono seguire dando a tutti la libertà di dotarsi di ordigni nucleari.

In questi ultimi due anni, dopo un lungo periodo di silenzio, si è ricominciato a parlare di stati che si sono messi in marcia per dotarsi di ordigni nucleari, ossia bombe atomiche.Si è parlato e si continua a parlare ancora dell'Iran e della Corea del Nord.

Dell'Iran, che ha proceduto ad organizzare la produzione dell'uranio arricchito, che in pratica rappresenta il deterrente per costruire una bomba atomica, è in corsa una lotta diplomatica attraverso le Nazioni Unite tra gli Stati Uniti e l'Iran per impedire a quest'ultimo di procedere alla produzione dell'uranio arricchito. E sappiamo tutti che il presidente dell'Iran ha apertamente annunciato che Israele deve scomparire dalla carta geografica. Ciò significa che un'arma nucleare nelle mani di questo stato è estremamente pericolosa.

Della Corea del Nord che da tempo sta sotto il mirino delle grandi potenze che chiedevano da tempo di desistere dal costruirsi una bomba atomica, non c'è stato nulla da fare.Qualche settimana fa ha proceduto al suo primo test di un ordigno nucleare sottoterra e sembra che in questi giorni si stia preparando per un secondo test. Tutto questo ha messo in allarme le grandi potenze le quali, attraverso il Consiglio di Sicurezza delle Nazioni Unite, di cui le cinque potenze fanno parte, stanno imponendo delle sanzioni economiche alla Corea del Nord che avranno senza dubbio delle gravi ripercussioni su quello stato ancora dominato dal pieno regime comunista.

La Corea del Nord comunista è molto povera ed a differenza della Corea del Sud democratica e ricca, per anni ha ricevuto aiuti economici da varie parti del mondo tra cui persino dagli Stati Uniti.

Il direttore dell'Agenzia Nucleare che ha sede a Vienna, Mohamed El Baradei, ha, in questi giorni lanciato un grido di allarme affermando che ci sono una ventina di paesi che sembra siano interessati a dotarsi di ordigni nucleari. Si tratta del Giappone,Corea del Sud e Taiwan che in Asia hanno accolto con sospetto i test nucleari della Corea del Nord. Nel Medio Oriente, per far fronte alle intenzioni velleitarie dell'Iran, la Turchia, L'Egitto e L'Arabia Saudita tentano di mettersi sullo stesso piano.Insomma è iniziata una pericolosa corsa al nucleare che per il momento non si sa quali sbocchi avrà sull'equilibrio mondiale degli stati.

Dalle ultime notizie si apprende che la Corea del Nord, convinta dalla Cina, ha accettato di sedere al tavolo delle trattative per la non proliferazione delle armi nucleari.

Crazy Love

It's easy to get lost in the arms of Italy - and an Italian. But modernity and a quickly evolving country are making l'amore downright complicated

Francesca Di Meglio Email at: FDimeg10@aol.com

Italy is a dangerous lover. Standing across from the Old Bridge in Firenze with the spring breeze blowing in your hair, your longing heart can't help but respond. Sitting in the sand on Maronti in Ischia, you will feel a passion that you never imagined coursing through your entire body.

In Sicily, you'll lose your inhibitions amid the history. Even cold Milan has the power to move all of its chic people with its couture and Duomo. The only thing more beautiful than Italy itself is its people. Really, together - the country and its paesani - can either make or break you.

Countless visitors fall in love and lose themselves in the land of l'amore. In fact, many of you have written to me saying you've fallen for an Italian - or you wish an Italian would fall for you. But love has never been so complicated for Italians or the people who have desperately surrendered to them. Consider this a warning.

Last week, the research institute Eures revealed a poll that showed divorce happens every four minutes in Italy, a country that considers itself Catholic. In 2002, about 50,828 couples divorced, a 45 percent increase from 2000, according to the Observer, a U.K. publication. The Eures' poll also showed that mamma's boys - even the ones who marry - tend to divorce more than others. Meddling mother-in-laws was right up there with money troubles, marrying too young, and affairs as the top reasons for parting.

Italy was already having trouble convincing young men to get married because life at home was too sweet. Having one of the lowest birth rates in the civilized world, Italy is already at risk of losing its population in the relatively near future. Now, the news has arrived that even the mammoni who marry don't stay married.

Is there hope? Well, Italians definitely still search for love. Some even take courses to learn how to flirt and woo better. Recent reports and studies indicate that Italian patriarchs are starting to do housework - even if just a little bit - to help their wives and improve their lives. And all of you know how convincing an Italian can be when he or she wants you. (Wink! Wink!)

Sex still rates high on the Italian priority list, even for the unmarried. Living with mom and dad makes it tough to have relations at home, but one town in Italy created a parking lot where folks could have sex in their cars as long as they covered the windows. Various reports have indicated that Italian men have fewer problems performing than those in other countries, and Italian women are generally satisfied with their sex lives.

If you are in a long distance relationship with an Italian (like I am), you have hope that things will work out in the end. These courtships can actually be more stable and last longer than traditional relationships between people in the same cities, according to a study by Mary Carole Pistole, an assistant professor at Purdue University. In other words, you don't have to beat yourself up for losing your head - and your heart - on that last vacation to Italia!

Still, make no mistake about it. Love isn't easy anywhere - not even Italy. Marriage is even harder. The pope has lost control and the traditional values of yesteryear are as antiquated in Italy as the donkeys on old Sicilian postcards. Many Italian men are Peter Pan with no desire for the commitment or responsibility of marriage. Many Italian women are unsure of their role - do I go to work or do I stay home? Am I the Madonna or the whore? Many Italian parents are just fine with all of this because they can keep their children by their side longer, maybe even for as long as they both shall live.

Italy - and Italians - might still inspire romance, lust, and even love. But they might not be able to sustain it. Through no fault of their own, the world keeps moving around them. It's hard to keep up with the euro and your heart, with the invasion of McDonald's and your heart, with college degrees for both sexes and your heart. It's hard to say good-bye to mamma and even harder to say hello to independence. It's just plain hard period. That's why even Italy and its Italians have stopped romanticizing romance.....

International

UP CLOSE AND PERSONAL with Giovanni

Rosa Costanzo studied at Lasalle College, in the heart of Montreal, where she graduated from Fashion Design in '97. While in her senior year at Lasalle, Rosa was a semi-finalist in the prestigious Smirnoff competition. After graduation, she accepted her first position with Canadian bridal designer Justina McCaffrey. With a desire to further develop her natural talents, Rosa left Ottawa to create along side some of Italy's most renowned designers.

Her work as an embroidery designer for such high profile clients as **Fendi**, **Valentino** and **Etro** can be found between the covers of Vogue, Glamour and Harper's Bazaar. Rosa's position enabled her to meet and work with such celebrated designers as Anna Molinari of **Blumarine** and **Alessandro Dell 'Acqua.**

Upon her return from Italy, Rosa immediately put her experience to work and launched her own ready to wear line, **R o s a c o s t a n z o**. Since her first small collection for Fall/Winter 00/01, each season has grown to be an incredible success. Her pieces have been worn to the 2002 Juno's by Canadian singers, **Kim Stockwood**, **Damnhait Doyle**, and back-up singers for **Amanda Marshall**. Many of her clients consist of Canadian celebrities such as **Tara Spencer- Nairn**, among others. Recently, renowned Canadian actress **Wendy Crewson** wore **R o s a c o s t a n z o** to her **"Suddenly Naked"** premiere in LA. Rosa has appeared in numerous Canadian articles, including **FQ**, **Flare Magazine**, **Elle**, **Elle Quebec**, **Style Magazine**, and has had design pieces showcased on national television. Rosa has also outfitted **Lauren Holly** for various talk shows.

Birth Place and Parents' Roots : I was born in Ottawa. My parents are both from SanGiovanni in Fiore, Cosenza.

What do you fear about fame?: Nothing really, perhaps only that people change the way they act with you, and they may not have sincere intentions.

Favourite childhood TV show? : Three's Company

Favourite Designers? Why?: Nicolas Ghesquiere for Balenciaga and Stella McCartney at the moment. Nicolas for his sheer brilliance and fashion forecasting, and Stella for her ability to appeal to a younger generation with edgy design. They are both not afraid to experiment with ready to wear clothing.

If you could travel to anywhere in the world, where would it be? And why?: Italy. I have traveled to many places, and it is the only country that I always love going back to. From their food to the scenery and the warm people, there are too many reasons to list.

What is a recent fad that you admit to trying?: I don't normally follow fads, but if you could consider the Moon Boot a fad, then I'm guilty.

Favourite female actress?: Keira Knightley

What is your greatest fear?: Heights

Favourite female singer?: Madonna

Favourite music group? : Franz Ferdinanz

If you could only keep one household appliance, what would it be?: My Stove

And why? : It heats up quickly. Other than that how else will you prepare all your food? You don't necessarily need a fridge, as you can always have replenishments of fresh food.

Something the world would be surprised to know about myself? : I hate the telephone.

Favourite books? : Interior Design magazines

Favourite food?: Pasta

Favourite item of clothing? :Italian style tank tops

Your greatest achievement? : Working overseas with highly recognized Italian design labels

Celebrity you are often mistaken for?: Penelope Cruise when I had brown hair and bangs.

Your greatest love?: My Vespa

Qualities you like the most in your mate? : His respect for women, he is very understanding and kind.

If you are to become one of the characters in a TV show for a month, who would it be? : Seinfeld hands down.

Favourite place to shop? : New York City

If you had ONE wish, what would it be? And why?: I would love to run a well known hotel with my family in the south of Italy close to the sea. I love the idea of having a simple life, yet still being able to afford the good things in life.

What is it that you treasure the most? : Happiness and Health

Who is your hero? Explain. : My parents, the are real life examples of how to live your life with respect and dignity, no matter what curveballs it throws you.

Most important lessons learned with your career?: Not everyone in business is a friend. If they can try to screw you for a buck, they will.

W**hat advice would you give others, starting out in your industry?** : Realize that the fashion business it isn't all that glamorous, there is a lot of work involved. The glamour only happens in print.You really have to love this type of work to succeed.

Cannavaro wins Ballon d'Or

Italy captain Fabio Cannavaro has been named European Footballer of the Year by France Football magazine, says Real Madrid president Ramon Calderon.

"The joy at Cannavaro winning the Ballon d'Or has been overshadowed by the sad news of the death of Ferenc Puskas," said Calderon. The 33-year-old centre-back, who captained Italy to victory at the World Cup in Germany, joined Real in July.

France Football is due to officially name the award winner on 27 November. The European Footballer of the Year award is based on a vote by European football journalists. Cannavaro, who will replace Barcelona's Brazil playmaker Ronaldinho as last year's winner, will become one of the few defenders to win the award.

Earlier on Friday Spanish daily Marca had claimed France Football's editor had visited Real Madrid's 33-year-old defender to confirm he had won the award. Cannavaro said: "Of course I would like to win it. It would be wonderful and very gratifying on a personal level." He led Italy to victory against France in the World Cup final in Berlin in July, and then completed a move from Juventus to Real Madrid.

The Italian media also reported had won the award, with sports daily Gazzetta dello Sport announcing: "Cannavaro, it's all true." And Milan daily Corriere della Sera declared: "Golden Ball to Cannavaro". Cannavaro would be the fourth Italian to win the award after Gianni Rivera (1969), Paolo Rossi (1982) and Roberto Baggio (1993). "If Cannavaro has really won it, it would be absolutely deserved," Rossi was quoted as saying by Gazzetta.

Cannavaro is one of seven nominated players from the Italian team that captured its fourth World Cup title. Former AC Milan legend Rivera said: "I would have chosen Italy keeper Gianluigi Buffon but if it is true that Fabio is to win it, I'm happy anyway." But Arsenal boss Arsene Wenger believes striker Thierry Henry should have won the award... "He was the top goalscorer in England, the best player in England, the second-highest goalscorer in Europe behind Luca Toni.....

General

Un Natale blu?

Di Gina Di Giulio

Le vacanze natalizie sono, da molti, considerate come un periodo di celebrazioni gioiose e di benessere, ma, per altri, i mesi invernali possono provocare una depressione nervosa a causa delle giornate che diventano piu corte. Questa condizione e' chiamata SAD (Seasonal Affective Disorder) Disordine Affetivo Stagionale, comunemente chiamato "winter blues" " "inverno blu" che si riferisce ad un insieme di sintomi che sono prevalenti durante i mesi invernali e questi possono essere abbastanza severi tanto da impediere il funzionamento normale di una persona.Tipicamente chi soffre di SAD subisce dei cambiamenti d' umore che possono includere la malinconia, l'ansieta', ed una crescente irritabilita', cambiamenti d' abitudini come il troppo dormire, il troppo mangiare, avidita' per i carboidrati, aumento di peso, sonnolenza ed il ritiro dalle funzioni sociali, questi sintomi sono molto frequenti ed appaiono alla fine dell' autunno o all' inizio dell' inverno, possono durare qualche settimana oppure per tutta la stagione invernale. Se il SAD non e' trattato, abitualmente, il paziente si rimette in primavera, alcuni sintomi pero' possono rimanere sino all' inizio dell' estate.

Prevalenza e cause.

Circa il 3-5% delle persone sono affette dal SAD, le donne piu' degli uomini in proporzione di 2-1. I piu' giovani, in maggioranza tra i 20-30 anni sono piu' affetti degli adulti. Le localita' geografiche sembrano siano un fattore rischio, il SAD e' piu frequente nelle localita' piu' a Nord che quelle piu' vicine all' Equatore. Da questi primi risultati gli scienziati hanno dedotto che la mancaza dei raggi del sole sia la causa principale del SAD, dato che piu' a Nord le persone vivono meno raggi di sole esse(i) ricevono giornalmente. La genetica famigliare puo' contribuire allo sviluppo del SAD.

Il Trattamento

Visto che la mancanza di luce solare sembra sia la causa principale di SAD, la fototerapia o terapia della luce, e' sovente usata per il trattamento. Una luce splendente di una lampada speciale di 10-20 volte piu' brillante di una lampadina regolare, viene diretta negli occhi del (la) paziente per 30-45 minuti al giorno. Il trattamento deve essere fatto ogni giorno generalmente fino all'arrivo della primavera. Le ricerche hanno stabilito che molta gente ha tratto degli effetti molto benefici dopo solo qualche giorno o qualche settimana di trattamento ed il 60-70% sono guariti. Degli antidepressivi come il Prozac possono anche, in certi casi, essere prescritti.

La psicoanalisi a volte puo' aiutare ad identificare il SAD ai primi sintomi e puo' aiutare ad accettarlo e combatterlo se il SAD si aggrava. Altri metodi per vivere e combattere i sintomi del SAD sono quelli di aumentare la luce in casa , fare degli esercizi fisici e fare buon uso delle tecniche antistress come il saper rilassarsi, la meditazione e lo yoga. Molta cura deve essere data a passare la maggior parte possibile della giornata all' aperto, specialmente nelle giornate di sole, cercare di passare poco tempo nei luoghi chiusi, senza finestre, il socializzare e lo svagarsi sono anche elementi molto importanti durante le lunghe giornate invernali.

Dove andare per l' aiuto.

L' aiuto e' disponibile se ne avete bisogno, o se conoscete qualcuno che soffre di SAD. I dottori di famiglia sono molte volte il primo punto di contatto che poi vi riferiranno agli specialisti per le malattie mentali che sono i professionisti per il trattamento del SAD.

L' Association Canadese per le Malattie Mentali (Canadian Mental Association CMHA, la sede di Ottawa) offre le informazioni e consultazioni ai residenti in Ottawa che riguardano le malattie mentali. Per ulteriori informazioni contattate la CMHA al (613) 737-7791 e chiedete per essere riferiti al dovuto personale. The Mood Disorder Association, l' Association per i Cambiamenti dell' Umore, offre le dovute informazioni e gruppi di supporto a chi soffre di questi cambiamenti d' umore e di comportamento, incluso il SAD E bene tener presente che l' Istituto per le Ricerche per la Salute Mentale dell' Universita' di Ottawa conduce delle ricerche sui cambiamenti degli umori e sulle ansita' che questi disordini possono causare ed offre trattamenti e cure ai partecipanti. Per le liste delle ricerche e progetti in corso potete visitare.Per ulteriori informazioni, l' autrice puo' essere, contattata in Inglese od in Italiano al Gina Di Giulio, Institute of mental Health reserch, 1145 Carling Avenue, Ottawa, Ontario K1Z 7K4.

Avete delle domande?

Prossimamente su Il Postino.

Dei consigli gratuiti per combattere l' ansieta', i problemi delle relazioni umane, il benessere e la salute mentale e dei consigli pratici per vivere meglio. Le vostre domande saranno risposte da Gina Di Giulio M Ed, una esperta terapista con esprienza nella psicologia clinica. Gina ha scritto parecchie relazioni che sono state presentate a conferenze scientifiche che riguardano la salute mentale degli adulti. Gina lavora, non a tempo pieno, come professoressa di Psicologia all' Universita' di Ottawa. Siete pregati di inviare le vostre domande a oppure per posta a Gina Di Giulio, Il Postino, 865 Gladstone Ave. Suite 101 K1R 7T4.

Delegazione Siciliana in Ottawa

di Luciano Pradal

Lunedi 23 ottobre una importante delegazione della Provincia di Palermo era in visita in Ottawa ed e' stata ricevuta dal Dr. Giulio Alaimo, Consigliere dell' Ambasciata d' Italia in Canada. Capo della delegazione era il Dr. Vincenzo Gargano, Assessore della Provincia di Palermo ai rapporti internazionali con gli Italiani all Estero; importante era la presenza del Dr. Andrea Supporta che e' il Direttore alla Programmazione Scolastica, Diritto allo Studio, Formazione Professionale, Orientamento al Lavoro ed Emigrazione. Facevano parte della delegazione altre dieci persone che si sono intrattenute con il Dr. Alaimo ed altre personalita' dell' Ambasciata, con i rappresentanti della Societa' Sicula ed i rappresentanti della comunita' Italiana di Ottawa tra i quali si e' notata la presenza dei giovani. Durante il colloquio il Dr. Alaimo ed il Dr. Gargano hanno parlato, in modo particolare, dello scambio di studenti e di professori tra la Sicilia ed il Canada e la possibilita che i giovani Italo-Canadesi possano usurfruire di agevolazioni per i programmi di vacanze/lavoro.

Nella foto. L' Assessore della Provincia di Palermo Dr. Vincenzo Gargano, il Presidente della Societa' Sicula di Ottawa Tony Cuffaro ed il Dr. Andrea Supporta.

UNA ARTISTA DI GRAN CALIBRO

di Luciano Pradal

La nostra comunità sarà certo fiera di sapere che tra di noi, qui a Ottawa, c'è una figlia d'Italia che ci sta facendo onore : Pina Manoni si sta distinguendo come artista matura tra i pittori del Canada.

L'amore innato per la natura di questa nostra concittadina ha creato in lei la passione nostalgica dei ricordi del passato e l'amore delle bellezze del presente : la sua arte è animata dal desiderio di creare scene nostalgiche del suo paese natale e quelle della sua seconda patria.

La nostra artista ha frequentato vari corsi d'arte e partecipato a varie esposizioni. Due anni fa ha vinto il primo premio dell'Ottawa Art Association. L'anno scorso ha vinto il secondo premio.I suoi quadri ornano varie collezzioni in Canada, in Italia,in Austria e negli Stati Uniti d'America. Alcune delle sue opore possono essere osservate nel seguente sito:

www.pina-manoni-rennick.com.La sua arte è stata l'ispirazione della seguente ode del nostro poeta Francesco Manoni.

A UN'ARTISTA

Di Francesco Manoni

Persevera a dipingere,
o Pina, il ciel turchino,
le anguste valli e i vertici,
i fior lungo il cammino,
i ruscelletti limpidi
del verde alpestre Parco Gatineau.

Beata te, se libera
d'ogn'altra umana cura,
un panorama, un angolo
bello della natura
o i variopinti petali
ti fermi con passione a contemplar.

Beata quando un umile,
remoto casolare
incoronato d'aceri
ti posi a ritrattare
in un impulso nobile
d'animo appassionato e creator.

Merry Christmas and a Happy New Year from all the Staff at Il Postino!

Announcements

St. Anthony's Church Annual Dinner

Tickets $50.00

Saturday February 3, 2007

St. Anthony's Soccer Club

523 Arlington Avenue

Five Course meal cooked by Carmine Mariani

Information Il Postino 613-567-4532, Tony Mariani at 613-913-9663 or St. Anthony's Church at 613- 236-2304

La Nostra Voce's New Year's Eve Party

Sunday December 31st from 6 pm to 2 am

St. Anthony's Church Hall
427 Booth Street.

$50 five course meal prepared by the famous chef Richard Franz.

Champagne and a snack at midnight shall also be served.
music provided By D J Doc and the La Nostra Voce team

Tickets are limited . Please call La Nostra Voce at 613-232-8475 or Il Postino at 613-5674532.

Working With The Community
Lavoro Per La Comunità

Diane Holmes

City Councillor / Conseillère municipale
Quartier Somerset Ward
110, av Laurier Ave. O./W., Ottawa, ON K1P 1J1
tel: 580-2484 fax: 580-2524
Diane.Holmes@ottawa.ca www.dianeholmes.ca

Italian Winter Festival
In

MEXICO
Beaches, Mariachis & Culture

RIU JALISCO
PUERTO VALLARTA

2nd ANNUAL ITALIAN WINTER FESTIVAL
ON THE FAMOUS BANDERAS BEACH ,Puerto Vallarta
WITH the renowned Italian Singer TONY IELUZZI

2 DEPARTURES WITH DURATION OF 1 OR 2 WEEKS
JAN 08, 2007 from OTTAWA
JAN 10, 2007 from TORONTO

BOOK EARLY BY OCTOBER 06, 2006. LIMITED SEATS AVAILBLE FOR 1 AND 2 WEEKS FROM BOTH GATEWAYS.

GATEWAY	1WK	2WK	DEPARTURE TAXES
	DOUBLE	DOUBLE	
OTTAWA	$1548	$2368	$263
TORONTO	$1498	$2338	$263
	Single supplement: 1wk $408 2wk $828		
	Children and triple on request		

FOR INFORMATION AND RESERVATION
CALL
416 653 7751, TOLL FREE 1 800 493 6668
1-647-407-2910
Il Postino 613-567-4532, Marcus Filoso 613-263-2844
VISIT WEBSITE: www.Alitours.com

Alitours
International Inc.

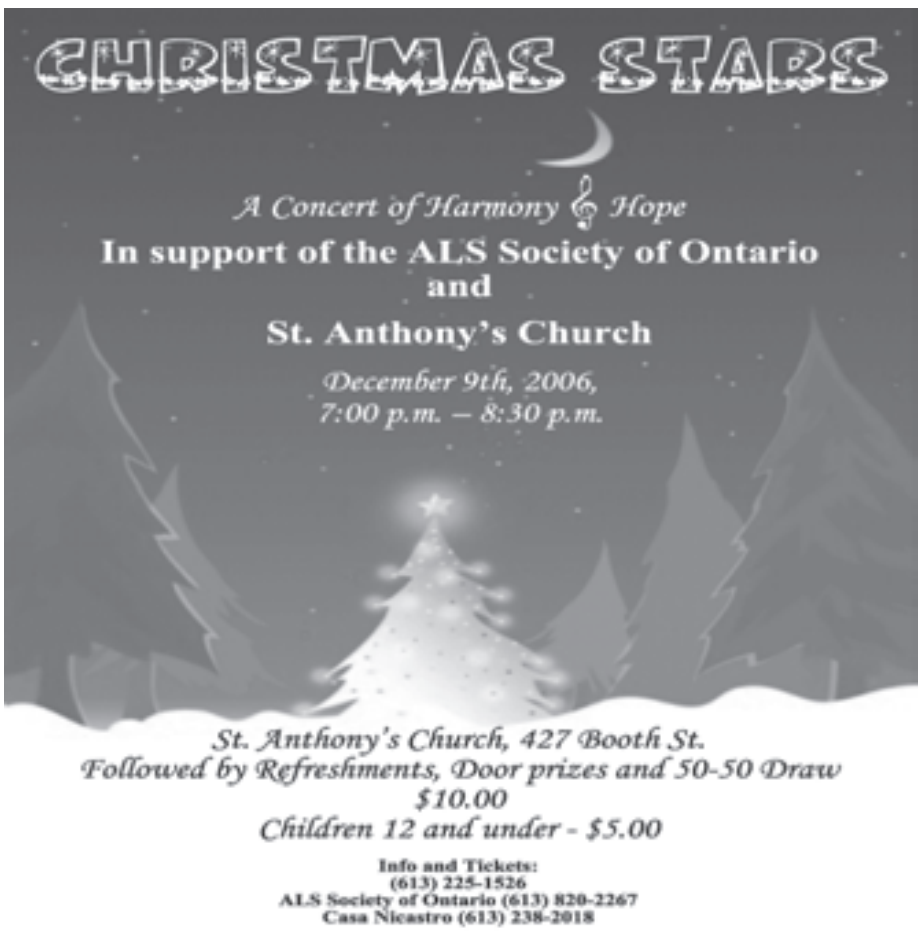
New Authentic Italian Eatery opening September 2007

Seeking qualified cook specializing in Northern Italian Cuisine. Catering experience , and speaking fluently in Italian are required

Call Emanuel 613-866-3356 .

www.ilpostinocanada.com

Community Calendar/Eventi Comunitari



2006

DECEMBER/DICEMBRE

25th
Merry Chirstmas!/Buon Natale!

26th
Boxing Day

31st
New Year's Eve

2007

JANUARY/GENNAIO

7th
Il Postino Goes to Mexico!
Call Somerset Travel For More Information
613-234-1957

FEBRUARY/FEBBRIAO

3rd
St. Anthony's Church Fundraising Dinner
St. Anthony Soccer Club 523 Arlington
613-567-4532 for more info.

www.airmetrics.ca

Un Nuovo Libro di Ermanno La Riccia

Dieci storie intense,a volte dolorose e drammatiche, a volte buffe annaffiate con un pizzico di umorismo, con molti colpi di scena, scritte con un linguaggio semplice e scorrevole ricco di suspense che si legge legge tutto

Si possono acquistare copie de "Infinito Amore" alla redazione de Il Postino chiamate 613-567-4532

oppure inviando un E-Mail a: ermannolariccia@videotron.ca

Thérèse Maloney Cousineau
Trustee: Ottawa-Carleton

ST. ANTHONY'S SCHOOL
391 BOOTH STREET

OCCSB
Ottawa-Carleton Catholic School Board

ELEMENTARY CATHOLIC SCHOOL
A GREAT PLACE FOR ALL CHILDREN
ACROSS FROM ST. ANTHONY'S CHURCH INTERNATIONAL
LANGUAGES TAUGHT ON SATURDAYS
ARE: *BURMESE - CANTONESE-TRADITIONAL MANDARIN*

Keep Warm, Keep Cool, All Year

Quiet, Economical

- Low operating costs rated for energy efficiencies of 10 S.E.E.R and above.
- Two speed condenser fan motor
- Automatic low temperature protection
- Compressor sound jacket
- Scroll compressor
- Quiet operation performs at or below provincial 7.6 BEL guideline

Comfortmaker® Air Conditioning & Heating

E-mail: info@airmetricsenergysystems.com
Prices Start from $1,595.00+GST

High Efficiency Heating

- Saves up to 68% compared to electric heating
- Limited Lifetime heat exchanger warranty
- Stainless Steel heat exchanger

Airmetrics Energy Systems Inc.

60 Beech Street, Ottawa, Ontario, K1S 3J6 (613) 235-8732

www.airmetrics.ca

IL POSTINO

VOL. 8 NO. 3 DECEMBER 2006/DICEMBRE 2006 $2.00

Rocca Montepiano Members Dinner
November 25th, 2006