



REGIONE  
BASILICATA



REGIONE  
CALABRIA



REGIONE  
CAMPANIA



La prima  
Guida  
del Sud

# Pianeta SUD®

## 2024



**Meraviglie del SUD**



**La Riviera dei Cedri**

**Le Località più belle e le Aziende migliori**



**www.pianetasud.it**



COPIA OMAGGIO

2024





# CENTRUFFICIO®

## TUTTO PER L'UFFICIO

Forniture di:  
**CANCELLERIA**  
**MODULISTICA FISCALE**  
**ARTICOLI PER LA SCUOLA**  
**BELLE ARTI**  
**PELLETTERIA**  
**ARREDI PER UFFICIO**

Centro Servizi:  
**CENTRO COPIE**  
**STAMPA GRAFICA E CAD**  
**LAVORI TIPOGRAFICI**  
**IMBALLAGGIO E SPEDIZIONI**  
**TIMBRI - TARGHE - INSEGNE**  
**PRESTAMPA BIGLIETTI SIAE**

Assistenza - Noleggio - Vendita di:

**PERSONAL COMPUTER**  
**STAMPANTI E FAX**  
**FOTOCOPIATRICI**  
**SOFTWARE GESTIONALI**

**REGISTRATORI DI CASSA**  
**BILANCE ELETTRONICHE**  
**STAMPANTI ETICHETTATRICI**  
**SOLUZIONI**  

Soluzioni  
per



**LASERSOFT**  
touch a better tomorrow

**CASHMATIC**  
Automatic Payment Systems

**cashlogy**

by **AZKOYEN**  
CERTIFIED PARTNER

**Kiosk - Totem**

**SYSTEM**  
EVOLUTION RETAIL



**easyEVOLVER**

**CUSTOM**



Office Business Partner

**DEVELOP**

**EPSON**



**xerox**

**brother**

**SCALEA - Viale Europa, 17 - Tel. 0985 271032**

**www.centrufficio.com - www.centrufficio.shop**

*Per conoscere e farsi conoscere*



# SOLE del GUSTO

SCALEA

## PRODOTTI TIPICI



**QUALITA' - GUSTO - PRELIBATEZZE**

**Via Kennedy 7 - Scalea (Cs) - Info: 0985 806915**



**NOVITA'**

# RISTORANTE GUSTO ANTICO

CUCINA CALABRESE



## DIAMANTE

VIA CARDUCCI N°1 TEL 3484808020



Per conoscere e farsi conoscere



## Pianeta SUD

Elaborazione dati - Progetto grafico  
Coordinamento editoriale:



**ATHENA SERVICE**  
di Cammarota dott. Raffaele

REDAZIONE BASILICATA E CAMPANIA:

Corso Trieste 132

85050 SATRIANO DI LUCANIA (Pz)

Tel. & Fax: 0975 383628

REDAZIONE CALABRIA:

Via Gramsci 7 - 87029 SCALEA (Cs)

Tel. & Fax: 0985 272122

Mail: [pianetasud@libero.it](mailto:pianetasud@libero.it)

INFOLINE: 339 6523082

### DISTRIBUZIONE:

A tutti gli Enti Locali, Enti Turistici e alle Aziende ed Imprese aderenti al progetto.

Agli Enti Regione d'Italia.

Ai principali Tour Operator nazionali.

### AREA DI RIFERIMENTO

Basilicata, Calabria, Campania, Puglia

### IN COPERTINA

Scogliera di Scalea, Lungomare di Diamante, Panorama da S. Nicola Arcella, Fiume Argentino ad Orsomarso

Copertina by

**Gigiz Design - Info: 349 8402745**

COLLABORATORI: Paolo Cammarota,

Concetta Bruno, Bartolo Iannielli,

Dott. Vittorio Bruno

*Si ringraziano inoltre tutti coloro che a vario titolo e in modi diversi hanno collaborato e contribuito alla realizzazione e al miglioramento del presente numero*

Pianeta SUD su Internet:

**[www.pianetasud.it](http://www.pianetasud.it)**



**PianetaSud**

Il materiale per gli annunci e' fornito da Enti ed aziende committenti; pertanto si declina ogni tipo di responsabilita' in merito a testi e foto stampati.

2024 ATHENA SERVICE

Marchio "Pianeta SUD" registrato in data 8/9/99

Utilizzo e riproduzione marchio vietata

*Distribuzione gratuita*

*Free distribution*

# SOMMARIO

## BASILICATA

6 Potenza

9 Pignola

9 Tito

12 Satriano di Lucania

16 Sasso di Castalda

17 Paterno

21 Maratea

22 Lauria

## CAMPANIA

24 Salerno

26 La Provincia

Salernitana

## CALABRIA

29 La Riviera dei Cedri

31 Tortora

32 Praia a Mare

39 San Nicola Arcella

43 Scalea

81 S. Domenica Talao

83 Orsomarso

88 Santa Maria del Cedro

e Marcellina

92 Papisidero

93 Maiera'

94 Grisolia

97 Diamante

101 Belvedere M.mo

107 Guardia Piemontese

## Servizi Speciali

8 Antiche unita' di misura

10 Una Ricetta per regione

11 La Torre di Satriano

11 L' Osservatorio di Anzi

15 Foto e Proverbi antichi

16 Il "Ponte alla luna"

17 Il nome "Lucania"

18 I Paesi Fantasma

19 Speciale Meteo e Salute

27 Le Grotte dell' Angelo

30 La "Trilogia del Viaggio"

37 Amore per gli animali

49 Origine nome Scalea

61/63 Ricette Tipiche

71 Anni '80: miti e ricordi

73 Mappa Costa Scalea

77/105 Meteo: neviccate storiche

88 "Il Cedro: Divino Agrume"

90 Parco Archeologico Laos

92 La "Grotta del Romito"

93 Il nome "Italia"

107 La lingua Occitana

108 Guida alimentazione

109 Guida salute estiva

A papà **Michele**,  
la cui gentilezza  
e generosità  
rimarranno per  
sempre nel cuore  
di chi ti ha  
conosciuto



110-111 **IMPRESE & MERCATI**: Le Aziende Migliori per categoria



## PROMOZIONE DEL TERRITORIO COMUNICAZIONE STRATEGICA - MARKETING

Gli Enti che desiderano un servizio sulla loro zona e le Aziende che desiderano un inserimento in tali servizi possono contattarci qui:

INFOLINE: 339 6523082 - Mail: [pianetasud@libero.it](mailto:pianetasud@libero.it)



Per conoscere e farsi conoscere



# SATRIANO

## S.r.l.

Da oltre 50 anni **SATRIANO srl** progetta e realizza:  
**ARREDAMENTI E FORNITURE COMPLETE PER ALBERGHI**  
**BAR - RISTORANTI - PASTICCERIE GELATERIE - PANIFICI - PIZZERIE**  
**PUNTI VENDITA FOOD & NON FOOD - HOTELLERIE**



*Con uno Showroom espositivo di circa 10.000 mq garantisce la disponibilità di una vasta gamma di attrezzature e accessori per ogni esigenza. La notevole esperienza acquisita in questi anni, abbinata all'alta qualità dei prodotti forniti, fanno della Società SATRIANO srl uno dei più importanti punti di riferimento nell'intero Sud Italia*



Michele Satriano - Titolare

*Assistenza garantita con interventi immediati e diretti con proprio personale. L'azienda propone: assistenza preventiva, programmata e su chiamata, che consentono oltre al monitoraggio continuo, la manutenzione sia di impianti di cucina che di tutte le attrezzature, la disponibilità in 24 ore, il magazzino di ricambi originali plurimarche, un adeguato addestramento del personale.*

**Via Sandro Pertini 21 - 85050 TITO Scalo (Pz)**

**Tel: 0971 485579 - 0971 485162 - Fax: 0971 651888**

***www.dittasatriano.it - info@dittasatriano.it***

Per conoscere e farsi conoscere



**PRODOTTI E ALIMENTI  
PER CANI E GATTI  
Sala toelettatura**



**SCALEA (Cs)**



**INFO: 366 9505646 - [baumiaociao@gmail.com](mailto:baumiaociao@gmail.com)**



Per conoscere e farsi conoscere



editoriale > 2024

# Pianeta SUD®

PROGETTO MULTIMEDIALE DI PROMOZIONE TERRITORIALE E COMUNICAZIONE DEL SUD ITALIA



Eccoci giunti alla **27° edizione** del *Magazine*, aggiornato ed arricchito con sempre nuovi servizi redazionali e una piu' ricca selezione delle aziende migliori, a testimonianza dello spazio di leadership acquisito negli anni dal marchio **Pianeta SUD** quale strumento di comunicazione.

Superata la fase piu' acuta del periodo recessivo e in evidente fase di ripresa economica sempre piu' importante diventa per aziende e professionisti scegliere la comunicazione migliore, i linguaggi piu' idonei, stimolare il pensiero positivo, intraprendere con coraggio e

flessibilita' nuovi strumenti e provare a percorrere nuove strade. Tutti fattori che faranno sempre piu' la differenza per orientare positivamente il proprio futuro e ancor di piu' in periodi particolari come quelli attuali, sia che si tratti di azienda, istituzione o vita privata. In questa direzione tenta di muoversi **Pianeta SUD**: strumento strategico di promozione del territorio e di comunicazione aziendale innovativa portando avanti la propria mission di promozione congiunta di territorio e realta' private, in sinergia, attraverso progetti integrati e sfruttando le infinite potenzialita' del Web.

In **Pianeta SUD** le localita' sono presentate nell'ambito di suggestivi servizi redazionali, nei quali, con la presenza delle attivita' private a completamento della proposta, e' consigliato dove dormire, mangiare, divertirsi e fare ogni tipo di acquisto. Servizio facilitato dalla selezione delle **Aziende migliori** suddivise per categoria - **Imprese & Mercati** - presente alla fine della pubblicazione. I servizi redazionali riguardano prevalentemente l'area situata fra *Basilicata, Campania e Calabria*; territorio proposto congiuntamente per la comune identita' storico-culturale, la grande uniformita' geografica e di bacino d'utenza da esso presentato.

Servizi speciali su *Costume, Crescita personale, Alimentazione, Ricette tipiche, Salute e Meteo* completano la pubblicazione.

Nel rinnovato portale [www.pianetasud.it](http://www.pianetasud.it), al **1° posto** su **GOOGLE** per molte ed importanti *parole chiave* di ricerca, e' possibile avere inoltre un'ulteriore visione dei vari servizi, diversa dal supporto editoriale, con link di richiamo sulle localita', gli eventi del Sud Italia, download gratuiti, e l'elenco delle **Aziende Migliori** per categoria. Presente con notevole seguito anche su **facebook**.

Ringraziando a nome dell'intero gruppo di **Pianeta SUD** tutti coloro che con collaborazioni e suggerimenti hanno contribuito al miglioramento del progetto editoriale, presentiamo quest'edizione aggiornata **2024** sempre con l'auspicio che possa rivelarsi un' utile fonte di notizie, di pratico utilizzo e validamente apprezzato da tutti.

**Raffaele Cammarota**

Direttore **Pianeta SUD**

"Solo chi è abbastanza folle da pensare di poter cambiare il mondo... poi lo cambia davvero!" - Steve Jobs

**ACIDiamante**  
Punto di Servizi Globali per l'automobilista



Via B. Croce 5/7 - DIAMANTE (Cs) - INFO **0985 81385** - Fax **0985 877768** - [info@acidiamante.it](mailto:info@acidiamante.it)

Per conoscere e farsi conoscere



# POTENZA

*Citta' d'arte e tradizioni*

Capoluogo della Basilicata

Superficie 173,97 kmq    Abitanti 67.229    Cap 85100



## COME ARRIVARE

Per chi viaggia in auto: autostrada A3 Salerno-Reggio Calabria, uscita Sicignano-Potenza; autostrada A16 Napoli-Bari, uscita Candela e da qui superstrada FG-PZ.

Per chi viaggia in treno: FS, linea Roma-Potenza.

## Cenni storici

L'origine della città, certamente antichissima, è incerta ed oscura: la sua origine potrebbe essere stata pelasgica o sabellica o di stirpe italo-greca. Indubbiamente la sua posizione equidistante tra le colonie greche di Poseidonia e Metaponto deve averla esposta al soffio della civiltà greca, molto più gentile e progredita rispetto ai costumi di vita spartani che dovevano caratterizzare queste aspre e fiere popolazioni montanare. Strabone e Plinio annoverano *Potentia* tra le più antiche città libere ed indipendenti della Lucania, ed anche se non si ha notizia di sue monete o altri ritrovamenti che ne attestassero pienamente questa autonomia, essa dovette effettivamente rimanere libera fino a quando Roma non iniziò la sua politica di espansione.



La città seguì le vicissitudini dell'Impero fino alla sua decadenza, e la sua fortuna

peggiorò fino al rovinoso periodo delle invasioni barbariche. Vi giunsero allora i Bizantini che dettero alla regione il nome di Basilicata dai basilici o governatori che l'amministrarono ed in seguito, provenendo dalla Apulia attraverso la regione del Vulture, i Normanni sottomisero la città e tutta la Basilicata per unirla alla Calabria ed alla Sicilia a creare il forte regno che strinse in una sola unità l'Italia Meridionale.

Nel tempo dei Normanni la regione perse definitivamente il nome di Lucania per assumere quello di Basilicata. Gli anni successivi del regno d'Italia fino alla Prima Guerra Mondiale, furono caratterizzati da lotte politiche condotte sempre in uno spirito di rispetto e correttezza anche se appassionate ed accese in duelli polemici legati alle personalità più rappresentative degli uomini che ne furono protagonisti. Le vicende che nel primo dopoguerra tanto travagliarono non solo le

città del Nord, ma anche molte città del Sud, anche di regioni limitrofe e che alla fine portarono all'avvento del fascismo al potere, videro la città di Potenza distinta in una moderazione ed in una esemplare accettazione ed assimilazione degli aspetti più esasperati del nuovo clima politico che si affermò in tali anni. Nel dopoguerra finalmente,



Antica immagine di Potenza

con il ritorno alla vita democratica, la ricostruzione delle ferite della guerra e la comparsa all'orizzonte della Nazione iniziava per Potenza l'espansione urbana e la crescita di tanti nuovi poli di sviluppo civile e sociale, anche se questa crescita avviava la progressiva scomparsa di molte testimonianze del passato di questa città.

## Numeri Utili - Prefisso 0971

Carabinieri - Pronto Intervento **Tel. 112**  
Polizia - Soccorso Pubblico **Tel. 113**  
Vigili del Fuoco - Chiamata di Soccorso **Tel. 115**  
Polizia - Pronto Intervento **Tel. 411500**  
Polizia Stradale - Pronto Intervento, **Tel. 443443**  
Vigili Urbani - Pronto Intervento, Via Lacava **Tel. 69500**  
Prefettura - Ufficio Protezione Civile **Tel. 419245**  
Guardia Medica, c/o Ospedale San Carlo **Tel. 612375**  
Pronto Soccorso Ospedale San Carlo **Tel. 612694**  
Regione Basilicata - Protezione Civile **Tel. 410723**  
Corpo Forestale - Servizio Antincendio **Tel. 470976 - 472600**





## DA VEDERE

### IL CASTELLO

All'estremità est del colle su cui sorge il centro antico, dietro il fabbricato dell'Istituto Tecnico Commerciale, al largo Beato Bonaventura, ex largo San Carlo, si possono vedere i resti del Castello.



Di probabile origine longobarda, certamente anteriore al 1000 secondo alcuni storici locali, fu sempre legato alla storia delle casate che ebbero in feudo la Contea Potentina. La torre cilindrica superstite potrebbe essere stata la "altissima torre merlata che dominava la valle come segno di potere". Lo stato

della torre non consente di formulare ipotesi attendibili per una datazione del manufatto. Tutto l'impianto del Castello ha subito, negli ultimi quattro secoli, innumerevoli cambiamenti di destinazione e conseguenti modifiche fino alla demolizione degli anni '60 che fece posto ad un edificio scolastico.

### LA CHIESA DI SAN MICHELE ARCANGELO

La fondazione della chiesa dovrebbe risalire a molto tempo prima del 1178 anche perchè la dedicazione a San Michele denuncia origini longobarde. Sull'altare maggiore è sistemato un "Crocifisso" ligneo policromo di pregevole fattura opera di ignoto meridionale che, in questa opera, rivela l'influenza di ascendenze manieristiche proprio nell'intensa drammaticità che caratterizza la scultura. La scultura lignea di "San Michele Arcangelo" è della prima metà del XVIII secolo, opera di maestranze locali. L'arcangelo è rivestito da una corazza, con elmo piumato sul capo, in atto di schiacciare il drago, regge una bilancia ed è armato di spada e di scudo.



### LA SFILATA DEI TURCHI

La leggenda vuole che un miracolo di San Gerardo permise ai potentini di respingere l'attacco dei Turchi che avevano risalito il fiume Basento fino a Potenza. La tradizione fa risalire questo avvenimento al 1111. La festa si svolge la sera del 29 maggio, precedente alla giornata dedicata alla celebrazione di San Gerardo e rappresenta un evento esemplificativo della forte commistione in Basilicata tra il sacro e il profano.



## PRELIBATEZZE A POTENZA

# PASTICCERIA General Dolce

*Per festeggiare una ricorrenza felice e perchè i momenti più belli siano davvero tali, e' bene non affidarsi al caso; per Potenza e circondario la General Dolce e' un sicuro punto di riferimento con prodotti sempre freschissimi e tanta cortesia. Si realizzano servizi per battesimi, comunioni e matrimoni, torte con disegni personalizzati su richiesta del cliente. L'azienda opera da oltre 45 anni con grande qualità e puntualità, e oltre pasticceria e' anche rosticceria, all'ingrosso e al dettaglio.*

*La possibilità di poter realizzare tutti i tipi di torta per ogni tipo di esigenza e occasione e' sicuramente la caratteristica principale di questo posto assolutamente da provare.*



## Una lunga tradizione di delizie

**General Dolce**

**Via Acerenza 18 - POTENZA**

**Info: 0971 410679**

**[generaldolce@libero.it](mailto:generaldolce@libero.it)**

**Seguici anche su FACEBOOK**



## Cattedrale di "San Gerardo"

La Cattedrale venne costruita nel XIII secolo, allora intitolata alla Vergine Maria, poi dedicata al patrono di Potenza, San Gerardo (vescovo piacentino, giunto in Lucania all'inizio del 1100). Nata come una basilica romanica a tre navate, fu quindi trasformata in un edificio neoclassico, dalle linee semplici e sobrie, al termine del XVIII secolo da un allievo del Vanvitelli, l'architetto Antonio Magri, secondo il volere dell'allora vescovo Andrea Serrao. La cattedrale ha un impianto a croce latina, con un braccio sinistro visibilmente più profondo del destro. E' inserita in una maestosa scenografia di gusto barocco, affrescata sullo sfondo della cappella: il patrono è contornato da due figure femminili, recanti una la croce e l'altra la fiaccola. La pianta dell'edificio, secondo quanto emerso dagli scavi, pare confermare si tratti di un luogo sacro paleocristiano, mentre non è possibile confermare con certezza che l'area pavimentata a mosaico fosse un martyrium, cioè una zona in cui si custodivano i corpi dei martiri.



CURIOSITA'

## Alcune antiche unita' di misura in Basilicata

CURIOSITA'

1 **Tomolo** di terra equivale a 33 ARE  
2 **Mezzetti** = 4 Quarti = 8 Stoppelli = 24 Misure  
1 Mezzetto = 17 Are  
1 Quarto = 9 Are - 1 Stoppello = 4 Are

### Il valore del "tomolo" in alcuni paesi del MARMO MELANDRO:

A Satriano di Lucania - Vietri - Savoia  
Pescopagano - Balvano - Sant'Angelo Le Fratte  
Brienza = 3333 mq • Tito = 4000 mq • Bella =  
4115,22 mq • Muro Lucano = 4486,48 mq

### Legna da Ardere

Si misura a quintali o a "canna"  
(la "canna" equivale a 4,25 m di lunghezza,  
1,06 m di altezza, 0,90 m di larghezza).

Circa 22,25 quintali se tagliata fresca;  
18,20 quintali se stagionata

### Olive

Si misurano in quintali o a **tomolo**.  
Il **tomolo** e' in media lt. 55,50

### Il vino

Si misura in Barili e in media corrisponde a 40/50 lt

**Rocco Robertucci**



**RIPARAZIONE E SOSTITUZIONE VETRI AUTO E AUTOCARRI**



**AUTO SOSTITUTIVA**



**SANIFICAZIONE AUTOMEZZI** :)



Riparti col sorriso :)

**CENTRO VETROCAR POTENZA**  
800 00 80 80 | 328 65 14 930  
Via dell'edilizia, 25 | Potenza



**Fattoriabio**  
Agriturismo



PRODUZIONI DA AGRICOLTURA BIOLOGICA  
FATTORIA DIDATTICA - ALLOGGI - TEMPO LIBERO - RISTORO

C.da Serra Zona Campo Sportivo  
Satriano di Lucania (PZ) Cell. 329 6532696  
www.fattoriabiopucciarriello.com - info@fattoriabiopucciarriello.it



Agriturismo "Fattoria" Pucciarriello





## PIGNOLA

PROVINCIA: Pz ABITANTI: 6.857 ALTITUDINE: 927 m



**Pignola** è il paese dei “cento portali” che numerosi decorano il suo prezioso centro storico, tipico della montagna lucana.

A pochissimi chilometri da Potenza ricade nel Parco Nazionale dell’Appennino Lucano Val D’Agri Lagonegrese, adagiato su un’altura che supera i 900 metri e circondato da incantevoli valli.

Il suo borgo antico è un gioiello architettonico in cui le abitazioni si sviluppano fino al punto più alto uniti tra loro da ripidi vicoletti e scalinate appese.

Pignola fa da anello di congiunzione tra luoghi dalla spiccata significatività ambientale, come la **Riserva Naturale regionale del Pantano di Pignola**,

un’area protetta che dal grande valore ambientale e paesaggistico, come i boschi di Rifreddo o quelli che salgono verso il passo della Sellata Pierfaone, in estate meta di escursionisti, in inverno location ideale per sciare.

Il borgo antico è un vero gioiello architettonico in cui le abitazioni si sviluppano fino al punto più alto e panoramico, dove svetta la chiesa madre dedicata a Santa Maria Maggiore, e sono uniti tra loro da ripidi vicoletti e scalinate appese. Tra queste ultime, caratteristica è la “Piscinia” che si inerpica con il suo andamento semicircolare fra i bei palazzi d’epoca sei-settecentesca alcuni dei quali quasi circondano la piazza Vittorio Emanuele, che per la sua forma irregolare è molto simile ad una conchiglia.

Proprio nel cuore del paese è possibile visitare il *Museo scenografico del costume e della civiltà rurale* di Pignola in cui si è colti dalla forte suggestione evocativa di simboli dell’universo contadino resa dalla mostra permanente di costumi popolari e tradizionali femminili.



## TITO

PROVINCIA: Pz ABITANTI: 7.358 ALTITUDINE: 650 m

Le notizie che si hanno sulle origini e sul nome di Tito sono scarse ed incerte. L’origine del nome potrebbe farsi risalire ad almeno 4 derivazioni: *Tutus*: fortificato, sicuro; *Titus*: soldato;

*Titulus*: confine, limite; *Titulus*: monumento, tomba.

Mentre per l’origine del paese non è possibile citare una data certa, per mancanza di documenti storici, si presume che la nascita di Tito potrebbe risalire intorno al 200-300 a.c., l’unico dato certo è che a seguito della distruzione di Satriano nel 1430, Tito crebbe notevolmente di popolazione, di 1926 abitanti nel 1266 e che intorno al 1800 già contava 4000 abitanti.

Monumenti di particolare interesse storico sono il *Castello* ed il *Convento* in cui sono conservati dipinti di particolare interesse. Tito si estende per 70,59 Km<sup>2</sup>, e’ situato sul pendio del Monte Carmine a 650 m di altitudine e al 31.12.1999 aveva una popolazione di 6.186 abitanti. La popolazione di Tito, a seguito dell’industrializzazione, avvenuta nel suo territorio nei primi anni



’70 ha subito una radicale involuzione passando da popolazione ad economia prevalentemente agricola a popolazione ad economia prettamente industriale con oltre 700 addetti all’industria. Località di particolare valore paesaggistico e naturalistico è la contrada Schiena D’Asino con la vicina sorgente dell’acqua del “SAMBUCO”. Particolare valore potrebbe avere la località “Acqua bianca” in cui trovasi la sorgente di acqua sulfurea con accertate proprietà terapeutiche.

  
**Le Fiamme**  
RISTORANTE - PIZZERIA  
C.da Creta 4 - 85100 PIGNOLA (Pz)  
**Tel 0971.42.14.40**  
 lefiamme  ristorantelefiamme

  
**LAURINO**  
SOLUZIONI PER L'EDILIZIA  
**CERAMICHE - SANITARI  
ARREDO BAGNO**  
C. da Martiri 2 - TITO (Pz) - Tel. **0971 798518**  
[www.laurinoceramiche.it](http://www.laurinoceramiche.it) - [info@laurinosrl.it](mailto:info@laurinosrl.it)

## UNA RICETTA PER REGIONE

a cura di Concetta Bruno

### BASILICATA

#### Cavatelli con peperoni "cruschi"

I cavatelli, dalla rapida e semplice realizzazione, sono uno dei tipi di pasta fatta in casa più utilizzati in Basilicata. I condimenti preferiti sono il ragù, il sugo di pomodoro o anche, molto spesso, i legumi, le rape ed i peperoni "cruschi" sfritti. Questo tipo di peperoni è una specialità lucana.

##### Ingredienti

200 gr. di farina di grano duro; 200 gr. di farina di grano tenero; acqua qb.; 6 peperoni "cruschi"; aglio; pecorino grattugiato; mollica di pane raffermo; peperoncino piccante; sale.

##### Preparazione

Disporre la farina a fontana sul tagliere ed impastare con acqua tiepida e sale. Lavorare il composto fino ad ottenere un impasto morbido. Lasciare riposare per qualche minuto e poi, separandone man mano parti di piccole dimensioni, lavorare l'impasto per ottenere dei lunghi cilindri del diametro di 1 cm. Infarinare i cilindri e tagliare dei pezzetti della misura di un dito. Premere con le dita trascinando il cubetto di pasta sul tagliere in modo da ottenere degli gnochetti cavi. Aprire, privando del picciolo e dei semi, i peperoni "cruschi" e spolverarli con un panno asciutto. Dividere in più parti e far soffriggere in abbondante olio di oliva caldo unendoci due pugni di mollica di pane di grano duro sbriciolata e peperoncino. Cuocere i cavatelli in acqua salata e scolarli in una terrina. Quindi versare il condimento a base di peperoni "cruschi" ed aggiungere il pecorino. Mescolare ed amalgamare il tutto e servire ben caldo.



### CAMPANIA

#### Tagliolini al limone di Minori

Salerno vanta il primato di essere stata la "culla" della dieta mediterranea famosa in tutto il mondo. Un primo piatto di estrema semplicità ma molto originale e gustoso sono i tagliolini al limone.

##### Ingredienti e Procedimento:

Per 400gr di pasta tipo tagliolini all'uovo freschi. 80 gr di burro, un limone e mezzo cucchiaino di prezzemolo tritato, 100gr di parmigiano

Portate ad ebollizione una pentola con abbondante acqua salata. Fate sciogliere a bagnomaria il burro insieme alla buccia del limone ricavata con il pelapatate evitando la parte bianca interna della buccia. Cuocete i tagliolini al dente e versateli in una terrina. Unite il burro profumato al limone, il limone spremuto, il prezzemolo tritato e abbondante parmigiano. Servite direttamente in piatti preriscaldati.

### CALABRIA

#### Fusilli al sugo Calabrese

I fusilli sono un primo piatto rustico tipico e molto ricco della tradizione calabrese.

##### Ingredienti per la pasta

200 gr. di farina di grano duro; 200 gr. di farina di grano tenero; acqua qb.

##### Ingredienti e procedimento per il sugo

Soffriggete dell'aglio in olio ed eliminate l'aglio una volta imbiondito. Inserite la carne di maiale e fatela rosolare. Fate fiammeggiare poi aggiustate di sale e inserite il peperoncino piccante (facoltativo). Infine unite la salsa di pomodoro e fate andare a fuoco lento fino alla cottura della carne. La carne è cotta nel momento in cui si inserisce all'interno una forchetta senza fatica. Il sugo è preferibile prepararlo prima. Mettete una pentola che tenga la pasta comodamente e portatela ad ebollizione. Una volta raggiunto il bollore immergete i fusilli e aggiungete un filo d'olio all'acqua della pasta per non farli attaccare. Dopo 10 minuti scolate la pasta, aggiungete il sugo e coprite tutto per 5/8 minuti. Cospargete di parmigiano e pecorino e portate in tavola. Se la pasta rimane alla sera o il giorno dopo riscaldatela in padella ed è ancora più buona.

[www.pianetasud.it](http://www.pianetasud.it)



## L'Osservatorio Astronomico di ANZI



Il *Planetario-Osservatorio-Astronomico di Anzi* (provincia di Potenza) è una delle maggiori attrazioni ubicato nel cuore della Basilicata. Nel Planetario, attraverso una proiezione di luci, è possibile muoversi nell'Universo, tra i Pianeti e tutti gli oggetti celesti. Nello stesso plesso l'Osservatorio Astronomico ci permette di utilizzare un potente telescopio per osservare direttamente la volta Celeste.

### IL PLANETARIO

La cupola dal diametro di dodici metri del Planetario, attraverso un sofisticato gioco di luci, permette di osservare la volta celeste nella sua totalità, priva di inquinamento atmosferico e di luci offuscanti. Sono visibili circa 4500 stelle del cielo boreale, dalla costellazione di Cassiopea fino alle affascinanti costellazioni dello Zodiaco.

Inoltre, nel Planetario è possibile attivare dei meccanismi che riproducono la galassia del sistema solare, l'esplosione di una supernova, la formazione di una nebulosa e la nascita delle stelle.

### L'OSSERVATORIO

L'osservatorio astronomico possiede uno tra i telescopi riflettori più avanzati del sud Italia (420 mm di diametro di specchio primario e focale  $F=1/8$  di 1,5 m di montatura equatoriale a forcina modello Ritchey-Chrétien) in grado di osservare molteplici oggetti celesti.

La struttura è gestita da un gruppo di esperti riconosciuti dall'Agenzia Spaziale Europea (ESA) e dal Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca. Al suo interno vengono organizzati eventi divulgativi ai quali partecipano astronauti ed astronomi di nota fama quali *Paolo Nespoli*, *Umberto Guidoni*, *Luca Parmitano*.

**Per visite e Info: 0971 1650633**

[www.planetarioosservatorioanzi.blogspot.it](http://www.planetarioosservatorioanzi.blogspot.it)

## La Torre di SATRIANO



### Una rocca di avvistamento sulla storia

**Torre di Satriano** è un sito di straordinaria rilevanza poiché consente di tracciare un percorso storico di lunga durata che va dalla media Età del Bronzo fino al Basso Medioevo.

La Torre si erge a circa 1000 metri di altezza distaccandosi nettamente dal paesaggio montuoso e collinare che la circonda connotando l'orizzonte di un'area vastissima della Basilicata centrale.

Ai suoi piedi si aprono le vie tracciate dai fiumi, Agri, Basento, Melandro e Noce, che incidono il paesaggio spingendosi in direzioni diverse verso le piane costiere del Tirreno, dello Ionio e dell'Adriatico.

Densamente popolata sin dall'VIII sec. a. C., dalla rocca al paesaggio che si distende dai pendii fino a valle, l'area di **Torre di Satriano**



testimonia la storia di una moltitudine di popoli e culture che si sono avvicendati nel corso dei secoli, dall'antichità fino alle porte della modernità.

Al centro di una fitta rete di scambi, gli insediamenti della Torre incrociano genti e civiltà diverse, italici, sanniti, lucani, magnogreci, romani... su un paesaggio in parte diverso da quello attuale, con vaste aree boschive di querce e abete bianco, pur sempre contrassegnato dalla presenza estesa di fattorie in cui prevalente è la pastorizia, unita alla produzione di cereali, olio e vino. Tanti i manufatti ritrovati fra le residenze delle élite e le case di campagna.

### ORARI:

Dal 1 marzo al 31 ottobre: sabato e domenica con i seguenti orari (soggetti a modifiche in base ai periodi).

10.00 – 11.30 / 11.30 – 13.00 / 17.00 – 19.00

**Per visite e Info: Comune di Tito 0971 796211**

[www.torresatriano.it](http://www.torresatriano.it)



## Satriano di Lucania

*Il paese dei Murales e del Pietrafesano*



Provincia: Potenza

Superficie: 33,02 kmq Altitudine: 650 m Abitanti: 2.297

**Satriano di Lucania** è un suggestivo borgo e' situato a 650 metri di altitudine, in una zona interna dell' Appennino Lucano, a pochi Km dal capoluogo Potenza. E' facilmente raggiungibile dalla Basentana attraverso la nuova strada a scorrimento veloce che consente collegamenti rapidissimi con il capoluogo; dal Vallo di Diano (Autostrada A3 SA-RC uscita Atena Lucana o attraverso la nuovissima superstrada per Polla) e dalla Val D' Agri attraverso Brienza. La collina di Satriano raggiunge i 957 m. sul livello del mare, confina a Sud con le colline che circondano monte Arioso, ad Ovest con il fiume *Melandro*, ad Est con il fiume *Noce*, a Nord con il fiume *Platano*.

### Cenni storici

L'attuale Satriano è lo sviluppo dell'antica *Pietrafesa*, così detta per una grossa spaccatura del monte vicino. Distrutta intorno al 1420 l'antica Satriano, situata sul colle dove resta la Torre, la popolazione si stabilì nella contea sottostante, ovvero Pietrafesa. Nel 1887 Pietrafesa prende il nome di Satriano, contrariamente alla proposta fatta di chiamarla "*Pietra di Satriano*". Sulla distruzione dell'antica Satriano varie sono le ipotesi; affascina quella secondo la quale fu bruciata dalla regina *Giovanna II* di Napoli, per vendetta dell'amore ripudiato, nel desiderio di uccidere la sua rivale Sieal, amante del baronetto, oggetto della sua passione. Supposizione questa che richiama al fascino della zona e che ben si inserisce nello spirito del luogo, nella forza delle luminose, colorate ginestre che colorano la terra satrianese. Finora sembra risultare che la più lontana presenza umana sull'antica Satriano risalga alla media età del bronzo, nel XIV sec. a.C.. Molti resti risalgono all'età del ferro (dal X al VII sec., a.C.).

#### LA "TORRE DI SATRIANO"

952 m s.l.m.

Si possono ammirare i resti della *Cattedrale della Diocesi di Satriano*. Roccaforte Longobarda contea



Normanno-Sveva. Abitata da un popolo "fiero e bellissimo" sin dall'VIII secolo a.C. Incendiata e distrutta dalla regina *Giovanna II* nel 1420.

### EDIFICI BARONALI E CHIESE



La visita si presenta interessante per alcuni edifici baronali del XVII e XVIII secolo, tra cui si segnalano *Palazzo Abbamonte*, in via Piazzile, dal portale settecentesco, semidistrutto dal terremoto del 1980; il bel *Palazzo Loreti*, in via De Gregorio, oggi sede del Municipio; il *Castello* o la *rocca dei Poggiardo*, in via Castello, anch'esso gravemente danneggiato dal sisma dell' '80. La Chiesa Madre è intitolata a "*San Pietro Apostolo*". Rifatta in forme moderne, lì dove sorgeva la chiesa originaria del 1600, conserva il vecchio campanile, alto 37 metri, ed eseguito su disegno del Vescovo della Diocesi di Satriano, Caramuel (1637, 1663).

**PIT STOP**  
Cafe



**SNACK BAR - RISTORO - TABACCHI**

SS 95 bis - SATRIANO DI LUCANIA (Pz)

INFO: 328 5823668



**BAR  
LOUNGE  
CAFFÈ'**

**SCOMMESSE  
SPORTIVE**

**Nel CENTRO STORICO**

**P.zza Umberto I 18  
Satriano di L. (Pz)**

**Info: 392 5682236**



Per conoscere e farsi conoscere

## FOLKLORE



Nel mese di agosto Satriano si ripopola dopo l'esodo di luglio e ai residenti rientrati dalle vacanze si aggiungono gli emigrati che tornano nel paese da cui si sono allontanati solitamente per motivi di lavoro. Tutti sono accolti con le feste e le iniziative dell'estate satrianese: serate danzanti per giovani e meno giovani, gare di pesca, passeggiate ecologiche o percorsi gastronomici, sagre varie, da quella del coniglio, a quella del cavatello o del fagiolo e poi spettacoli teatrali o musicali, luminarie e fuochi di artificio. Queste ultime cose si addensano nel periodo di Ferragosto, precisamente tra il 13 e il 16 agosto, in occasione delle festività di Santa Lucia, di San Donato, della Madonna Assunta e di **San Rocco**, patrono del paese.

## Il paese degli impianti sportivi

Il paese, pur essendo un piccolo centro, presenta numerose ed importanti strutture sportive. Il fiore all'occhiello e' indubbiamente la **piscina comunale**, a due vasche, sita in C.da Canonica: vi possono accedere le societa' ed associazioni sportive, le scuole, i gruppi sportivi amatoriali, enti pubblici e privati, associazioni sportive e singoli cittadini. Vi e' poi **il maneggio** con una scuderia per 16 cavalli, il palazzetto dello sport **Palatorre**, un campo di calcio in erba con gradinate coperte per 500 spettatori, un campo di calcetto, un lago per esercitare la pesca sportiva. Davvero un piccolo record per una comunita' di 2400 abitanti!



# pizzeria del corso

PIZZE - PANINI - FRIGGITORIA

Corso Trieste 75  
Satriano di L. (Pz)  
INFO: 0975 564117  
333 4836635



## Elettronica Store

Vendita ed assistenza informatica e elettronica, impianti videosorveglianza e antifurto, forniture per ufficio

Via Nazionale 46A - Satriano di Lucania (PZ)  
Tel & Fax 0975 383060 - [www.elettronica-store.it](http://www.elettronica-store.it)



# Fattoriabio

Agriturismo



PRODUZIONI DA AGRICOLTURA BIOLOGICA  
FATTORIA DIDATTICA - ALLOGGI - TEMPO LIBERO - RISTORO

C.da Serra Zona Campo Sportivo  
Satriano di Lucania (PZ) Cell. 329 6532696

[www.fattoriabiopucciarriello.com](http://www.fattoriabiopucciarriello.com) - [info@fattoriabiopucciarriello.it](mailto:info@fattoriabiopucciarriello.it)



Agriturismo "Fattoria" Pucciarriello



## Il Cineteatro "ANZANI"

Dal 1989 Satriano ha un teatro, nuovo ed elegante, caratterizzato dalla facciata frontale con significativi dipinti artistici. Passato e presente, realtà e fantasia si fondono in



questo dipinto murale, eseguito da *Mauro Trotta* e *Nicola D'Agostino*, uniti dalla musica del tempo, simbolicamente rappresentata da un ritornello popolare. Nella parte sinistra della parete, M. Trotta ha tracciato l'immagine della piazza, che è sorretta dal teatro stesso, com'era un tempo, dominato dal castello, ora semi caduto. Molti nomi illustri hanno calcato questo palco: **Flavio Bucci, Mario Scaccia, Benedetto Casillo, Aldo Giuffrè, Debora Caprioglio, Gianfranco D'Angelo, Ulderico Pesce, Simone Schettino, Corrado Tedeschi, Anna Mazzamauro, Maurizio Crozza, Carlo Buccirosso**, sono solo alcuni esempi, accolti da una popolazione sempre attenta ed entusiasta. La struttura teatrale, il cui interno è molto comodo e confortevole, ha ospitato compagnie di nota rilevanza nazionale, organizzato rassegne in ambito regionale, istituito corsi annuali di teatro, allestito spettacoli di prosa e cabaret e allietato gli appassionati di musica con concerti.

## I MURALES

Di notevole importanza e di ottima fattura sono i *Murales* del centro storico di Satriano. I *Murales* sono divenuti il terzo simbolo di Satriano dopo la Torre e il Campanile di Caramuel; sono infatti riusciti a trasformare il centro storico, distrutto e disabitato dopo il terremoto dell'80, in un'autentica pinacoteca all'aperto, dove i muri delle case



raccontano la storia, la magia, le leggende, gli usi e le tradizioni del popolo satrianese. I temi che essi trattano sono vari ma quasi tutti riguardano temi della storia antica di **Satriano**, e momenti quotidiani di vita passata. Per il valore dei dipinti, e per i messaggi in essi contenuti, Satriano è stata definita dall'Associazione Italiana dei paesi dipinti, la *CAPITALE dei Murales del mezzogiorno*; dal 2002 sono stati anche illuminati, unici in Italia.



## GASTRONOMIA SATRIANESE



Ottimi i formaggi, soprattutto il pecorino. Saporite lesalsicce e gli insaccati paesani, particolarmente usate "Sobbersate", affettate a "truoppoli" (= fette grosse), conservate in "pranne" (= vasi di terracotta) con l'olio. Tipico piatto locale sono i "cavatelli" fatti a mano. Altra pasta a mano ma meno usuale sono le orecchiette e fusilli con salsiccia paesana. Altre pietanze usuali sono le "lagane" (= tagliatelle) e fagioli, patate e baccalà, minestra di cavoli con l'osso di prosciutto, e con muso, orecchio e coda di porco sempre pestato e prezzemolo ovvero "l'acciatora", tutto bollito in brodo con un po' di finocchio. Ancora patate bollite con uno sritto dilardo, aglio e peperoncino: le "patat hrell". Molto usati i peperoni ripieni. Caratteristiche sono i "pizz coche" e le "pizze chien".

Particolarmente saporiti capretti ed agnelli paesani. Una specialità è "Lu Lepre Chin": la lepore ripiena di cui riportiamo insieme ad altre la ricetta antica ed autentica. Eccola: si pela il coniglio e si apre sulla pancia. Si tirano le interiora, si lava e si lascia asciugare. Da parte si prepara il ripieno: con quattro uova, formaggio e salame, si riempie il coniglio, si cuce l'apertura sulla pancia e si mette nel forno. Da parte si prepara la salsa, quando bolle si cala dentro il coniglio per circa venti minuti.



**Progettazione e  
Realizzazione d'interni**



**C.da Passariello Zona PIP 20A  
Satriano di Lucania (Pz)**

**Info: 0975 383287 - artarredo@live.it**

**[www.artarredodesign.it](http://www.artarredodesign.it)**



## "SENZA MEMORIA NON C'E' FUTURO"

E' un luogo suggestivo, antico e celebrativo in cui sono conservati, con cura per il dettaglio ed amore per la ricostruzione storica, cime li del passato più lontano e di quello più recente: mobili d'epoca, attrezzi della civiltà contadina lucana, abiti da lavoro, foto in nero di seppia, sbiadite ma preziose, bauli, articoli di giornale, dipinti, nonché le 'robbe' con cui si attuavano i mestieri di un tempo, quali lo scarparo, il calzolaio, l'arrotino, il barbiere da strada il lucidascarpe ed il falegname.

Tutto ciò rappresenta il raro e ricco tesoro custodito ne "La Fonte" accogliente casa-museo, intimo circolo culturale- ricreativo, situato in via Sant Eustacchio ai numeri civici 43-45, nel comune di Satriano di Lucania.



*Un Grazie sentito al Circolo "La Fonte" nella persona di Carmine per la meritoria opera di mantenimento della memoria con la selezione di bellissime foto antiche di Satriano nella sua pagina Facebook, di cui qui un esempio.*



## PROVERBI

*Grazie di cuore a Peppino Petrone per la selezione nella sua pagina Facebook*

**"CHI TENA' COR R' PAGLS' L'APPIC"**

Chi ha la coda di paglia e' in difetto e se l'accende

**"OGNLEVN FAC U FUMSUO"**

Ogni legna fa il suo fumo, elogio della diversita'.

**"VUOIA VOTT CHIENE AMIGLIER 'MBRIACA"  
"DUI PARAVIS NUN S' PONNAVE"**

Vuoi la botte piena e la moglie ubriaca.

Due Paradisi non si possono avere. Ingordigia.

**"S' GUARD QUANNS' CAC È NUN QUANNS  
FATC"** - Quando fai festa tutti ti vedono, quando

lavori no.

**"P' NACNR'SEL NUN PUOI PERD AMNESTR"**

Per un acino di sale non puoi perdere l'intera minestra

**"CHI LASSA VIA VECCHP' ANOV SEP QUIDD  
CA LASSE NUN SEP QUIDD CA TROV"**

Chi abbandona la strada vecchia per la nuova sa quel che lascia ma non sa quel che trova

**"U FRIDD CHIU' FORT È SOTT L'ANTILL RA"  
PORT"** - Il freddo piu' forte passa sotto la porta.

Attenzione agli spifferi e alle maldicenze.

**"IPARIENT SO' CUMMI STUVEL... CHIU' SO  
STRITTE CHIU' FANN MEL"**

I parenti sono come gli stivali, piu' sono stretti e piu' fanno male

**"A GADDIN FAC L'UOVEAU' GADDR 'VRUSCU  
CUL"** - La gallina fa l'uovo e al gallo brucia il sederino.

Dedicato alle persone lamentose anche senza motivo.

**"U SAZJ NUN CRERA RISCIUN"**

Il sazio non crede al digiuno

**"U FIGLMUTU' CAPISCA MAMMA"** - Il figlio che non parla viene capito solo dalla mamma

**"GESUCRISTRAI' U VSCUOTTA CHÈ SENZA  
RIENT"** - Gesu' da' il mangiare a chi e' senza denti. Molte persone hanno fortuna e doti ma non le sanno sfruttare.

Per conoscere e farsi conoscere

# SASSO di CASTALDA

SOSPESI TRA STORIA E AVVENTURA  
"ponte alla luna"



## IL PONTE TIBETANO DELLA BASILICATA

Il Ponte alla Luna di Sasso di Castalda è il ponte tibetano più spettacolare d'Italia. Il percorso si sviluppa sulle sponde del "Fosso Arenazzo" che si apre proprio ai piedi del suggestivo centro storico.

Attraverso le stradine che si diramano tra le caratteristiche abitazioni in pietra del centro storico, si raggiunge la partenza del primo ponte, lungo 95 metri e sospeso a circa 70 metri di altezza, attraverso il quale si giunge alla sponda opposta su un versante caratterizzato da formazioni geologiche caratteristiche.

Percorrendo il sentiero lungo la sponda del "Fosso" si supera la cappella votiva e si raggiunge in 15 minuti la partenza dell'impressionante "Ponte alla Luna".

Con una campata unica di ben 300 metri e sospesi nel vuoto a 120 metri di altezza dal torrente sottostante, si raggiunge letteralmente attraverso l'aria, il rudere del castello che domina dall'alto il villaggio.

All'arrivo ci attende una sky-walk in vetro sospesa sul ponte e un belvedere attrezzato per riflettere qualche minuto, ammirando il panorama delle montagne cir-

stanti seduti sugli antichi ruderi.

Percorrendo un breve tratto in discesa sulle scalinate in pietra, si ritorna verso il centro storico passando per la caratteristica chiesetta di San Nicola recentemente restaurata.

Prima dell'accesso al percorso dei Ponti Tibetani è prevista la lettura del Regolamento.



### CARATTERISTICHE TECNICHE "PONTE ALLA LUNA"

Altitudine partenza: 973 m slm

Altitudine arrivo: 975 m slm

Lunghezza campata: 300 metri

Altezza massima da terra: 120 metri

Diametro funi portanti: 30 mm

Gradini d'appoggio: n°600

Morsetti totali impiegati: n°2500

Tempo di percorrenza stimato: 30 minuti

Vista  
notturna



## RISTORANTE PIZZERIA 85

Cucina della tradizione  
lucana - Pesce fresco il  
venerdì - Pizza cotta  
nel forno al legna



Chiuso il Lunedì' Dal 2001 su



Via Carrara 24 - SASSO DI CASTALDA (Pz)



INFO: 0975 385106 - Antonio cell: 328 8931316



## DA DOVE DERIVA IL NOME LUCANIA?



Esistono varie ipotesi sull'origine del toponimo **Lucania**:

- dai **Lucani**, popolazione osco-sabellica proveniente dall'Italia centrale, che a loro volta avrebbero preso il nome dall'eroe eponimo Lucus;
- dal termine latino **lucus** ("bosco");
- dal termine greco **lykos** ("lupo");
- dai **Lyki**, popolazioni provenienti dall'Anatolia che si sarebbero stabiliti nella valle del fiume Basento;

Una suggestiva leggenda vuole che il nome fosse dato da un popolo diretto verso sud, una volta giunto in una terra dalla quale si vedeva sorgere il sole, e che il nome Lucania indicasse quindi "terra della luce".

Il toponimo **Basilicata** compare nel XIII secolo. Proviene dal greco basilikos, termine con cui venivano chiamati i governanti bizantini della regione. Basilikos in greco vuol dire "funzionario del re" e deriva da un'altra parola greca: basileus (re). Un'altra ipotesi, meno accreditata, è che l'origine del nome sia legata a quello dell'Imperatore bizantino Basilio II di Bisanzio.

Durante il periodo fascista la regione riprese il nome Lucania, ma con la nascita della Repubblica tornò a chiamarsi **Basilicata**.



## PATERNO

Provincia: Potenza - Abitanti: 3.994 - Alt: 630 m



Il paese sorge nella fertile pianura della valle dell'Agri, e le sue origini sono remote, come è stato dimostrato dal ritrovamento di alcuni reperti archeologici. Originariamente la popolazione era sparsa nel luogo dove oggi sorge la chiesa Madre dedicata a San Giovanni Evangelista, mentre nelle campagne circostanti erano sparse le case dei contadini suddivise in 12 frazioni. In seguito alle continue invasioni, gli abitanti si aggregarono a quelli di Marsiconuovo ed il territorio ne divenne frazione fino al 1973, anno dal quale il comune fu autonomo. Probabilmente il nome di **PATERNO** ha avuto origine dal termine di "Paternicum"



che significa terra dei padri. Il terremoto del 1857, che distrusse anche molti paesi limitrofi, viene ricordato con una processione il 17 dicembre, infatti una credenza popolare dice che gli abitanti scampati al terribile terremoto, portarono la Madonna del Carmine in processione per fermare la catastrofe. In località Piazzolla si trova la chiesa di San Bartolomeo di proprietà dei Rautiis di Tramutola che è collegata ad una cappella privata di proprietà della famiglia Menduni - De Rossi dove sono conservati dipinti del 600. L'attività più praticata dalla popolazione è l'agricoltura, diffusi sono anche gli allevamenti di bovini, caprini e ovini dal cui latte si ricavano noti prodotti caseari.



## Tutto per la scuola ed altro...

Il negozio **BOOK STORE** a Paterno e' una fornitissima edicola e cartoleria con tutto cio' che necessita per la scuola. Distribuzione **testi scolastici**. Tratta inoltre zaini **SEVEN** e tante altre marche conosciutissime; Articoli da regalo, curiosita' e tanti gadgets. Giocattoli educativi e per la scuola da 0 a 6 anni **Clementoni**, **Educa**, **Ravensburger**. E' inoltre **CD SHOP** e **VIDEO SHOP**. **SERVIZIO INCARTO LIBRI**.



**BOOK STORE** di Clara Pietrafesa - **PATERNO (Pz)**  
Via G. Fortunato 2 - Telefax **0975 341824** - **NUOVA SEDE**

## Associazione **SORBO**

...dove **Natura, Animali, Benessere**  
e **Spiritualita' convivono**

COME ARRIVARE: Uscita Satriano Centro della  
Tito-Brienza, direzione Bosco Ralle per 2,6 km



**SORBO** - C.da Bosco Ralle 4  
Satriano di Lucania (Pz)  
INFO: **0975 383624**  
**338 9359775**  
[associazione.sorbo@hotmail.it](mailto:associazione.sorbo@hotmail.it)

## Sulle tracce perdute dei paesi fantasmi

*Nel Sud Italia sono vari i borghi carichi di storia e completamente abbandonati da decenni.*

*Oggi sono diventati meta di un turismo alternativo e clandestino.*



Craco (Mt) - Basilicata

### CRACO - Basilicata

Craco vecchio è uno dei più suggestivi paesi fantasma italiani. L'origine medioevale di Craco si rispecchia nell'architettura spontanea, costruito con pietra e mattoni tagliati con il sapere artigiano tramandato da padre in figlio. Le case in pietra sono intrecciate tra loro intorno al Castello che dall'alto della rupe domina il paese. I vicoli e le strade di Craco hanno visto crescere e morire centinaia di generazioni lucane, conservandone il loro spirito artigiano ed il sapere di un mondo antico. Dal 1963, una frana pose fine alla storia millenaria di Craco trasformandolo in uno dei più suggestivi paesi abbandonati della Basilicata.

### CONZA - Campania

A seguito del terremoto del 1980 l'abitato storico, in collina e nei pressi dell'antica Compsa, rimase disabitato ed esso resta in fase di ristrutturazione per fini storico-turistici. L'abitato provvisorio, composto da prefabbricati, sorse lungo la sponda meridionale del lago nei pressi della zona industriale; ed è ormai disabitato e parzialmente in dismissione. Il nuovo insediamento conzano, sorto alcuni anni dopo il sisma, si trova ai piedi della collina, ed a breve distanza, sulla quale sorge l'abitato storico.



### ROMAGNANO - Campania



Romagnano, in provincia di Salerno, è arroccato su uno sperone montuoso e si affaccia sulla profonda gola della Valle del fiume Bianco. Intorno ci sono alti rilievi e pareti di roccia scoscese su precipizi. Il paese dopo il terremoto del 1980 è stato del tutto abbandonato, mentre negli anni 60 si contavano più di 600 abitanti. Di origine medioevale, Romagnano ha vissuto una storia molto simile a quella di altri agglomerati montani a regime pastorale, storia legata alle vicende e alle sorti delle proprietà feudali.

### MELITO - Campania

Melito Irpino era un tipico borgo medioevale. Vi si trovano ancora il vecchio castello e la chiesa di S.Egizio.



Il resto del paese è stato raso al suolo per ragioni di sicurezza in seguito al sisma del 1962 ed ora è annoverabile tra i borghi fantasmi più suggestivi.

### AFRICO - Calabria

Centro dell'Aspromonte fondato nel IX secolo A.C. dagli abitanti di Delia, o Deri, colonia locrese situata forse alla foce della fiumara San Pasquale. Le alluvioni del 1951 e del 1953 hanno tragicamente distrutto l'abitato costringendo la popolazione a cercare riparo altrove. Per arrivare ad Africo si può seguire la via Bova Marina-Bova-Campi di Bova.



### ROGHUDI - Calabria



Sulle pendici meridionali dell'Aspromonte in provincia di Reggio Calabria, a 600 metri sul livello del mare sul torrente Amendolea troviamo, tra montagne impenetrabili, il vecchio abitato di Roghudi. L'abbandono fu deciso a seguito di forti alluvioni avvenute tra 1971 e il 1973. Il paese, fino ad allora sede comunale, fu dichiarato totalmente inagibile.

### AMENDOLEA - Calabria

Abbandonato in seguito al terremoto del 1908 e poi, in maniera definitiva, dopo le alluvioni del 1956, si trova nell'entroterra aspromontano. Attualmente conta circa 400 abitanti. La popolazione dell'intero paese (Condofuri, San Carlo, Amendolea e Galliciano) si aggira intorno alle 6000 unità.





## Speciale METEO & SALUTE

### La luce solare, un tonico importante per il corpo e la psiche

La **radiazione solare** è composta da tre diverse tipi di luce: quella visibile, percepita dalla vista; quella infrarossa, invisibile, avvertita come calore dal nostro corpo; quella ultravioletta, causa della agognata tintarella estiva ma anche di nocivi effetti sugli organismi viventi. La luce visibile è, a sua volta, un insieme di raggi luminosi, dal violetto al rosso, la cui somma è appunto la “*luce bianca*”.

Ha un’**azione fondamentale sulla nostra psiche** perché, in primo luogo, favorisce la produzione di *serotonina*, un ormone che dà sensazione di benessere e che, allo stesso tempo, riduce la concentrazione nel sangue di ormoni, come noradrenalina e adrenalina, responsabili dello stress. Ecco perché la carenza di luce - come in inverno ai poli o in una giornata piovosa alle nostre latitudini - ci rende tristi e depressi. Anche il sonno è il risultato di un insieme di “manovre” fisiologiche scatenate, questa volta, dall’assenza di luce. Infatti con l’approssimarsi del buio l’organismo viene invitato a diminuire la temperatura corporea, la pressione sanguigna e i battiti cardiaci, operazioni che sono stimulate da “*messaggeri*” il cui compito è quello di avvisare il corpo che è giunto il momento di “spegnere l’interruttore”. Il messaggero cardine è la melatonina, la cui produzione è stimolata, appunto, dal buio notturno e inibita dalla luce diurna. Noradrenalina, adrenalina e cortisolo sono invece i neurotrasmettitori responsabili del risveglio, e vengono prodotti all’avvicinarsi dei primi bagliori del mattino, mentre diminuisce la secrezione di melatonina, per consentire all’organismo di svegliarsi. Ma anche il **colore della luce** è importante perché vi è in genere una rispondenza tra colori e tratti della personalità. Il rosso è il colore dell’energia vitale e delle passioni e chi sa usarlo con equilibrio denota una buona vitalità, mentre dovrebbe starne alla larga chi soffre di infiammazioni croniche o ipertensione.

Sempre tra i colori “caldi” il giallo infonde gioia di vivere e piacere del contatto con gli altri. Il verde stimola perseveranza e fiducia in se stessi e per tale motivo è molto impiegato in ospedali e studi medici. Se

siete persone ansiose allora il blu fa per voi: attenua l’ansia e le paure e infonde tranquillità. Il bianco è invece sinonimo di luminosità e chi lo predilige denota creatività e desiderio di purezza e cambiamento. La cute è invece più sensibile ai raggi ultravioletti e infrarossi, con diversa capacità di assorbimento a seconda della lunghezza d’onda.

Un’esposizione eccessiva può provocare l’alterazione dello strato corneo, vasodilatazione e disidratazione, il tutto accompagnato a quella sensazione di calura che avvertiamo al mare quando, pur di sfoggiare un’invidiabile abbronzatura, soffriamo sotto il sole piuttosto che ripararci sotto l’ombrellone. Ed è nota anche la benefica azione dei raggi solari su ferite e dolori locali, perché i globuli bianchi vengono aiutati nel loro compito di sentinelle da una più attiva circolazione innescata dai raggi infrarossi e dal potere battericida degli ultravioletti. Ma la radiazione solare influenza anche lo scheletro osseo tanto che la crescita dei bambini è più rapida da marzo ad agosto piuttosto che negli altri mesi dell’anno. Per di più molte nostre attività psichiche sono regolate dall’avvicinarsi del giorno e della notte. E in effetti la pressione arteriosa, la frequenza cardiaca, l’alternanza sonno-veglia, la temperatura corporea, la prontezza dei riflessi e altri aspetti obbediscono a ritmi circadiani, ovvero del periodo di quasi un giorno, e quindi sincronizzati in primo luogo sull’orologio solare.

E dulcis in fundo, “*popoli più infelici ma più attivi dove la luce solare scarseggia*”.

È quello che affermava **James Watson**, illustre scienziato, il quale in tono semiserio affermava che “*la carenza di luce ci fa capire perché le popolazioni nordiche siano meno felici di quelle mediterranee. Addirittura potremmo pensare che il dominio dei popoli nordici derivi proprio dalla carenza di sole: se sei scontento ti dai molto da fare per raggiungere la felicità e quindi sei più disponibile a lavorare sodo. Una nazione di successo non può essere una nazione felice e viceversa. E da questo infine si arguisce pure che, se gli Italiani fossero eccessivamente contenti, non farebbero scarpe così belle!*”.



Per conoscere e farsi conoscere

# La Bella Lucania

## RISTORANTE - PIZZERIA

*La **Bella Lucania** e' un luogo dell'anima dedicato all'amore per la cucina tradizionale lucana con i suoi tanti genuini prodotti, dove si potranno degustare ottimi piatti di carne e di pesce, assaporare ottima pizza cotta nel forno a legna e godere di vari particolari **aperitipici**. Il tutto in una affascinante atmosfera con vista mare e natura incontaminata. Posto magico e rilassante con terrazzo panoramico per momenti di piacere accompagnati da un gradevole sottofondo musicale.*



Via Salvo D'Acquisto - MARATEA (Pz)

INFO: **349 6261572 - 379 1085513** - [infolucaniabella@libero.it](mailto:infolucaniabella@libero.it)

**NOVITA'**  
Vendita e degustazione di prodotti  
tipici Lucani, pranzo, cena,  
aperitipici e dopo cena

Via dietro l'Annunziata 9 - MARATEA (Pz)

INFO: **377 3618651**

La Bella  
Lucania  
RISTOBOTTEGA



Per conoscere e farsi conoscere



# Maratea

*La porta del Tirreno*



Provincia: Potenza    Abitanti: 5.261    Altitudine: 300 m

Centro in provincia. di Potenza, 153 km a SSW del capoluogo, nel circondario di Lagonegro, a 300 m in posizione dominante il golfo di Policastro. Comune di 67,32 km quadrati; produzione di ortaggi, frutta, olive, foraggi e fiori; industrie alimentari e tessili. Turismo balneare nei centri di Acquafredda, Fiumicello, Porto di Maratea e Marina di Maratea.

L'intera costa tirrenica della Regione Basilicata è territorio del Comune di Maratea. L'incantevole costa lucana del Golfo di Policastro è lunga 34 Km., a metà percorso sorge la splendida cittadina lucana con le frazioni di Acquafredda – Ogliastro – Cersuta – Fiumicello – Santa Venere – Porto di Maratea – Marina di Maratea e Castrocuoco (confine sud con il litorale calabrese).



## ARTE E CULTURA

**Maratea** è incantevole, superba. La sua storia, così ricca e complessa, ha lasciato numerose testimonianze artistiche ed architettoniche, talora concentrate nello spazio di poche decine di metri, che non possono non affascinare anche il visitatore più distratto. Chi percorre la strada costiera, per affrontare poi la salita che reca a Maratea, rimane turbato dalla vista dell'immen-



sa **Statua del Redentore**, seconda per dimensioni soltanto a quella di Rio de Janeiro, che veglia sulle terre circostanti dall'alto della suggestiva vetta di M.te San Biagio. Sotto la Statua, aggrappati ad un fianco del monte, i ruderi dell'antico borgo del Castello, incastonati in una natura selvatica, creano ambienti architettonici intensamente evocativi. Sulla vetta si trova anche la Basilica di San Biagio (realizzata tra il VI-VII secolo d.C. e poi ampliata a più riprese) dove sono conservate numerose opere d'arte. Nella Regia Cappella (XVII secolo) sono custodite le Sacre Reliquie di San Biagio.



**GIOIELLI - OGGETTISTICA  
OROLOGI - COSMETICA  
PROFUMERIA**

*Azienda di vendita diretta presente in ben  
13 paesi con prodotti di altissima qualità*

**PER INFO E ACQUISTI:  
ASSUNTA CAFARO 328 3417611**

Per conoscere e farsi conoscere



# LAURIA

*Tra Storia e Natura*



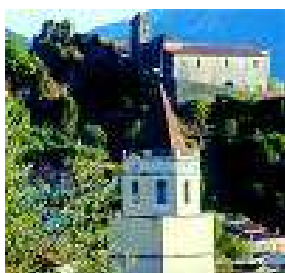
Provincia: Potenza    Abitanti: 12.804    Altitudine: 430 m

Il territorio di **Lauria** è molto esteso: la superficie misura complessivamente 17.566 ettari, però, considerando la grande estensione di rocce, di zone di altitudine notevole, di zone di pendio o scoscese, di corsi d'acqua, se ne possono ritenere quale effettivo soltanto 13.000 ettari. Confina a Nord con il territorio di Lagonegro, di Moliterno e Castelsaraceno, ad est con quello di Latronico, a sud-est con quello di Castelluccio Superiore, a sud con Tortora, a sud ovest con Trecchina e ad ovest Nemoli.

Questo suggestivo territorio è caratterizzato da un notevole dislivello: raggiunge i 2005 metri su monte Papa e scende fino a 100 metri sul livello del mare nella *Valle del Noce*. I complessi montuosi prevalenti sono, al Nord, il massiccio *Sirino* ad est, il *Monte la Spina*.

La maggior parte del territorio è situata ad un'altitudine compresa tra i 900 i 300 metri sul livello del mare. Il centro abitato è anche esso caratterizzato da un notevole dislivello: si va dai 350 metri sul livello del mare di parte dell'abitato del rione inferiore, agli altri 500 metri sul livello del mare della

parte estrema del rione superiore. I fiumi che attraversano il territorio sono il Noce, il cui corso, in parte delimita il confine tra Lauria e Trecchina, e il Sinni, che nasce alle pendici del Sirino, dopo un corso di 15 chilometri sbocca nel lago artificiale di Cogliandrino e riprende, poi, il suo corso seguendo il confine di Latronico. Caratteristica peculiare di **Lauria** è la ricchezza di acque presenti sotto forma di torrenti e di corsi minori. Ciò unitamente alle notevoli pendenze, rende instabile il territorio.



Il territorio di Lauria costituisce, insieme ad Avigliano, la sola eccezione in Basilicata alla caratteristica di una forte concentrazione urbana a fronte di una limitata distribuzione di insediamenti sparsi nell'agro. Lauria, infatti, presenta una rilevante distribuzione della popolazione sul territorio, con una notevole presenza di case

sparse ed un numero consistente di insediamenti in via di consolidamento. Varie le contrade; tra queste: *Pecorone, Cogliandrino, Galdo e Montegaldo, Seluci*.

## Happy Moments Resort Hotel



RISTORANTE  
PIZZERIA  
SALA  
RICEVIMENTI

C.da Mosella 89 - LAURIA (Pz)  
INFO: 0973 624198



EDILIZIA - ARREDO BAGNO  
CERAMICHE - RUBINETTERIA



DESIGN E STILE SENZA TEMPO

Importante punto di riferimento in tutta la  
provincia di Potenza e circondario

C.da Arena Bianca 45 - LAURIA (Pz)



INFO: 333 3565173

infonicocer@gmail.com





## PERSONAGGI CELEBRI

### BEATO DOMENICO LENTINI SACERDOTE

Nato a Lauria (Potenza) il 20 novembre 1770 da genitori contadini, il beato Domenico Lentini divenne prete nel 1794 e si dedicò alla predicazione tra le persone di tutte le condizioni: dai dotti ai più umili, che beneficava con gesti di carità. Anche improvvisi: era capace di togliersi scarpe, calzoni e camicia, restando



solo con la tonaca sulla pelle, per andare incontro a un bisognoso. Si dedicò anche all'educazione dei giovani. Conobbe anche dure prove: fu calunniato presso il vescovo da un sacerdote e passò per gli anni di fuoco della Rivoluzione napoletana del 1799. Morì a Lauria il 25 febbraio 1828. E' beato dal 1997.





QUALITÀ E TRADIZIONE DAL 1939

### Carni di alta qualità a Lauria

*Mix di tradizione e innovazione attraverso il gusto compromesso tra nuove tecnologie produttive e antiche lavorazioni artigianali. Solo carni fresche e deliziosi salumi di nostra produzione, realizzati con le migliori materie prime in commercio, selezionate con cura dai membri del nostro staff.*



**INGROSSO:** C.da Rosa 57 - 0973 821360  
**DETTAGLIO:** Largo Plebiscito 153  
LAURIA (PZ) - 0973 823679  
[carnilimongi@alice.it](mailto:carnilimongi@alice.it) - [www.carnilimongi.it](http://www.carnilimongi.it)



Abbigliamento uomo-donna, cerimonia e linea sposi, elegante, casual ed accessori. Il punto vendita ideale per chi ha voglia di stile, classe e capi unici.

 **Via San Paolo - LAURIA (Pz)** 

**INFO: 0973 626100 - [laboutiquedesoigni@alice.it](mailto:laboutiquedesoigni@alice.it)**



**Piazza San Nicola - LAURIA (Pz)**

Per conoscere e farsi conoscere



# SALERNO

*Mediterraneo da scoprire*



Capoluogo di Provincia   Abitanti: 138.200   Alt: 10 m

## Da vedere

La maggior parte delle chiese di valore artistico-architettonico sono situate nel bellissimo e suggestivo Centro Storico. Molte di esse hanno origine alto-medioevale e sono sorte come parte degli antichi monasteri a cui erano annesse. Lo stile predominante è il barocco che si è sovrapposto alle antiche architetture medioevali, comunque visibili e ben documentate in molti edifici.

Il più importante edificio religioso cristiano cattolico della città è la **Cattedrale di Salerno**, edificata nell'XI secolo per volere di Roberto il Guiscardo e del vescovo Alfano I probabilmente sul sito di un precedente edificio religioso pagano. Più volte rimaneggiata, come sul finire del XVII secolo ad opera del Sanfelice e del Guglielmelli, nella pianta ricalca l'Abbazia di Montecassino, di cui Alfano era assiduo frequentatore, e l'antica basilica di San Pietro in Vaticano. Molto interessante, dal punto di vista architettonico ed artistico, è il campanile in stile arabo normanno, alto 52



metri e commissionato nel XII secolo dall'arcivescovo Guglielmo da Ravenna.

Di epoca longobarda sono, invece, le chiese di *San-t'Andrea de Lavina*, edificata in onore del proprio patrono dagli amalfitani deportati in città da Sicardo, e di *Santa Maria de Lama*, riaperta al pubblico nel 1996 e costruita su una precedente costruzione di epoca romana e che conserva le uniche tracce di pittura longobarda ancora esistenti in città. Molto importante dal punto di vista storico e archeologico, per via delle numerosissime stratificazioni, è la Chiesa di S. Pietro a Corte connessa, nell'impianto longobardo, al palazzo di Arechi II.

Da ricordare è anche la *Chiesa del Santissimo Croci-*

*fisso* del XIII secolo, ad impianto basilicale, e un tempo collegata al monastero di San Benedetto, di epoca longobarda e in stile romanico.

La Chiesa del Monte dei Morti e la Chiesa di San Filippo Neri, entrambe cinquecentesche, sono caratterizzate dalla pianta ottagonale, insolita in città.

Tra le chiese di più recente costruzione, sono da ricordare la *Chiesa del Sacro Cuore*, costruita ad inizio '900 in piazza Vittorio Veneto e la Chiesa della Sacra Famiglia costruita nel rione Fratte nel 1971, su progetto di Paolo Portoghesi, e che fu il primo edificio di culto realizzato interamente in cemento armato all'indomani della riforma liturgica del Concilio Vaticano II.

## “Luci d'Artista”

**Luci d'artista** è una manifestazione culturale avviata dal comune di Salerno nel 2006. In occasione delle festività natalizie, alcune piazze e vie delle città si vestono di luci, che



vanno oltre le consuete luminarie di fine anno: sono opere concepite da artisti contemporanei, che si qualificano per l'alto valore scenografico e per valori fortemente simbolici e concettuali.

Di particolare successo nelle varie edizioni il tema del *Giardino Incantato*, che avvolge di luci variegata e sempre diverse il centro storico cittadino, rendendo la Villa Comunale di Salerno un autentico giardino fiabesco.

## M&M SERVICE

STUDIO DI CONSULENZA AUTOMOBILISTICA

Immatricolazioni nazionali ed estere  
Revisioni e Collaudi - Trasferimenti di  
Proprietà - Rinnovi e Duplicati patenti  
Trasporto Merci - Iscrizione Albo Trasporti  
Visure e Certificazioni varie - Bolli

Via Ostaglio 59/H-I SALERNO

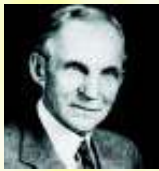
INFO: 089 302296 - 338 6515571



Per conoscere e farsi conoscere

# Ad maiora semper

*"Chi smette di fare pubblicità per risparmiare soldi è come se fermasse l'orologio per risparmiare tempo."*  
Henry Ford



**Pianeta SUD<sup>®</sup>**

2024

**Pianeta SUD<sup>®</sup>**

**Pianeta SUD<sup>®</sup>**

**DAL 1998  
4500 AZIENDE  
E 300 ENTI  
HANNO SCELTO  
Pianeta SUD**

**Pianeta SUD<sup>®</sup>**



**Pianeta SUD<sup>®</sup>**

**Pianeta SUD<sup>®</sup>**



**Pianeta SUD 1998**

**[www.pianetasud.it](http://www.pianetasud.it)**

Per conoscere e... farsi conoscere

# La Provincia Salernitana

## Vallo di Diano e Cilento

Il territorio del **Vallo di Diano e Cilento** e' situato nella parte meridionale della provincia di Salerno ed e' una verde vallata circondata da splendide montagne sulle quali si inerpicano i paesi della vallata stessa. Il versante occidentale e' dominato dal massiccio del *Cervati* (1889 m), trasformato in Parco Nazionale, mentre la parte settentrionale e' delimitata dai Monti degli Alburni e della Maddalena sul versante orientale. Il fiume Tanagro ed altri corsi minori solcano la valle rendendola una fertile pianura coltivabile, dove prima governava la palude.

**Le tradizioni** vivono nella quotidiana operosità della gente, nell'artigianato, nella sana gastronomia, nelle feste religiose che scandiscono il trascorrere delle stagioni. La ricchezza artistica, culturale e naturale e' testimoniata dalla presenza di castelli medievali, roccaforti, vestigia bizantine, architetture romaniche, sculture rinascimentali, la splendida *Certosa di S. Lorenzo*, fondata nel 1306 da Tommaso Sanseverino, che e' uno tra i piu' grandi edifici monumentali dell'Italia meridionale; **le Grotte dell'Angelo** a Pertosa. Questi luoghi offrono al visitatore gli aspetti migliori di un passato fatto di civiltà, di arte e di valori autentici, e di una natura dalla bellezza sconvolgente.

### PATRIMONIO MONDIALE DELL'UMANITÀ



Il primo riconoscimento del **Vallo di Diano** è nel giugno 1997, che ha visto l'inserimento del *Vallo di Diano* nella prestigiosa rete delle Riserve della biosfera del Mab-Unesco (dove Mab sta per "Man and biosphere"): su tutto il pianeta (in oltre 80 stati) si contano circa 350 di queste particolari aree protette, che servono per tutelare le biodiversità e promuovere

lo sviluppo compatibile con la natura e la cultura. Così il **Parco del Vallo di Diano** oggi, oltre ai suoi preziosi habitat naturali, può a maggior diritto salvaguardare quegli scenari consacrati dalla storia dell'uomo e permeati dalle sue tradizioni: borghi e antichi sentieri. Secondo riconoscimento nel 1998 con il suo inserimento nella lista di patrimonio mondiale dell'umanità.



### Ricettività



★★★★  
SUP

**ACTEON  
PALACE**



C.da Mascero IV 3 - ATENA LUCANA (Sa)

Tel: **0975 511466**

[www.acteonpalacehotel.it](http://www.acteonpalacehotel.it)

[acteonpalace@gmail.com](mailto:acteonpalace@gmail.com)



★★★★

**KRISTALL  
PALACE  
HOTEL**



Svincolo Autostradale A3 - ATENA LUCANA (Sa)

Tel. **0975 71152** - Fax **0975 71153**

[www.kristallpalacehotel.com](http://www.kristallpalacehotel.com)

[kristallpalacehotel@gmail.com](mailto:kristallpalacehotel@gmail.com)

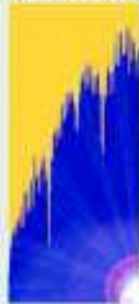




*Per conoscere e farsi conoscere*



**Lavori in corso da trentacinque milioni di anni**



**GROTTE  
DELL'ANGELO**  
A PERTOSA (SA)

**Agri Ristorante - Pizzeria  
Azienda Biologica**

TENUTA  
**MORRONE**



Via Piano di Saia  
PERTOSA (Sa)  
INFO: 0975 480047  
388 6564000

[info@aziendaagricolamorrone.it](mailto:info@aziendaagricolamorrone.it) - [aziendaagricolamorrone.it](http://aziendaagricolamorrone.it)

**RISTORANTE  
PIZZERIA**

**La  
Tana del Lupo**

Tutti i sapori tipici dell'antica cucina caggianese

Via Fontana Caggiano 24  
CAGGIANO (Sa)  
INFO: 335 8172550  
[lupoval@libero.it](mailto:lupoval@libero.it)



*Per conoscere e farsi conoscere*



INFISSI  
*Rinaldi*  
SHOW - ROOM



**Corradi**  
OUTDOOR LIVING SPACE

**CAMPESATO** 1920

**GAROFOLI**  
SISTEMI PER AUTOREGOLAZIONE

Via T. Campanella, 128 • SCALEA (Cs) • Tel. 0985 274975 • [www.infissirinaldi.it](http://www.infissirinaldi.it) • e-mail: [info@infissirinaldi.it](mailto:info@infissirinaldi.it)



# La Riviera dei Cedri

🍃 Mix incomparabile di Mare e Monti 🍃



La *Riviera dei Cedri* inizia con Tortora, divisa dalla vicina Basilicata solo dalla fiumara di Castrocuoco che da' il nome anche ad un grappolo di case. La Costa tirrenica si presenta per buona parte con ampie spiagge: spesso pero' diventa frastagliata, si aprono in essa molte grotte a pelo d'acqua e si arricchisce di piccole insenature raggiungibili solo dal mare. Sulla costa si sono ovviamente sviluppati molti centri turistici. La nota **Praia**, da cui e' forse iniziato il decollo turistico calabrese, ha un'ottima ricettività ma anche industrie sia tessili sia legate alla pesca. Seguendo la costa verso sud ogni chilometro o quasi puo' offrire oltre alla bellezza



dei litorali anche l'occasione per deviare all'interno e raggiungere vari centri caratteristici ricchi del fascino di quella spontanea architettura antica.

Vi sono pittoreschi paesi come **Aieta**, **Tortora**, **S. Nicola Arcella**, tutti a un tiro di schioppo dal mare, in una pace straordinaria che giunge improvvisa a chi proviene dalla costa. **Scalea** dal centro antico intessuto di strade, gli archi, le scalette e lo splendido lungomare sottostante, vanta la Grotta Talao, ove sono stati scoperti resti paleolitici. Alle spalle tanti centri, tra cui, da non perdere, **Papasidero** con l'importante graffito del bue, **S. Domenica Talao**, **Verbicaro**. Poi un lungo rettilineo, con vicino **S. Maria del Cedro** e **Marcellina**, porta a **Cirella**, mentre sulle rocce dell'immediato entroterra abbiamo lasciato **Maiera** e **Grisolia**, due borghi divisi da un vallone ma vicinissimi. **Cirella Marina**, in mezzo agli olivi e' un riposante centro sottostante le rovine del vecchio borgo, piu' arretrato rispetto al mare, dove regna, tra chiese e palazzi diruti, un sorprendente silenzio. La spiaggia e' lunga circa 4 km profonda 40 m, parte sabbiosa, parte ghiaiosa. Di fronte spicca un isolotto, un grosso scoglio roccioso e disabitato, delizia



dei sub e di chi ama la macchia mediterranea. A **Diamante** il fondale e' ancora piu' profondo, circa 200 m, l'acqua e' limpidissima (del resto la Calabria, tranne sporadiche eccezioni, e' ai primi posti per lo stato di salubrità delle acque



marine destinate alla balneazione). **Belvedere**, poco piu' a sud, vanta un'altra particolarità: un certo tipo di argilla dei calanchi che consente ai vasari di mantenere una secolare tradizione.

  
**Pianeta SUD**

Per conoscere e farsi conoscere



## **TENDE DA SOLE - TAPPEZZERIA**

**PERGOTENDE - TENDOSTRUTTURE - NAUTICA - AUTO - SALOTTI  
TENDE INTERNE - ZANZARIERE - VENEZIANE**



**Via S. Paolo 3A - PRAIA A MARE (Cs)**  
**INFO: 0985 72261 - 348 3675475 - 348 3675481**  
*info@colittitende.it*



Per conoscere e farsi conoscere

# TORTORA

## Meraviglie tra mare e monti

Provincia: Cosenza Ab.: 5.900 Altitudine: 300 m

Il nome del paese deriva dal latino *turtur*, -uris, ossia tortora. La tortora selvatica è raffigurata anche sullo stemma comunale. **Tortora**, magnificamente adagiata tra il Litorale Tirrenico e l'appennino calabro, è il primo centro cittadino della costa calabro-tirrenica per chi proviene da nord. Il suo territorio, che ha un'estensione di quasi 58 chilometri quadrati, dà ospitalità ad una popolazione di circa 5.900 abitanti ed è rappresentato da tre realtà antropiche: la **Marina di Tortora**, con circa 5.000 abitanti, sviluppatasi negli ultimi trent'anni sull'ampio litorale tirrenico; il Borgo antico, ora **Centro Storico**, a circa sette chilometri dal mare, con circa 400 abitanti, in posizione collinare a 300-400 metri sul livello del mare, costituitosi intorno all'anno mille; le **Località-Frazioni montane**, in numero di quattordici, che spingono il territorio comunale nel Parco del Pollino, fino a 810 metri sul livello del mare, e contano circa 500 abitanti in un contesto ricco di risorse idriche, di suggestivi paesaggi boschivi e variegata specie animali. Luogo ricco di storia, cultura e tradizioni, conserva le vestigia di un interessante passato, dalla preistoria fino al medioevo.

Il primo popolamento di Tortora risale, infatti, secondo le risultanze delle varie campagne di scavi archeologici, al Paleolitico Inferiore. Resti significativi di tale epoca e di quelle successive sono stati ritrovati in località Rosaneto, in località san Brancato e sul colle del palécastro, a testimonianza del fatto che la porzione di territorio del Comune di Tortora compresa tra i corsi terminali del Fiume Noce e della Fiumarella è stata densamente ed ininterrottamente popolata fin dagli albori della civiltà. Oggi **Tortora** è soprattutto un centro marittimo, con una lunga ed accogliente spiaggia attrezzata confinante a nord con la stupenda costiera di Maratea e a sud con Praia a mare cui è collegata da una splendida strada lungomare.



## AgriPernia Agriturismo



L'agriturismo **agriPernia** offre una piacevole ospitalità in alloggi tutti indipendenti, forniti di acqua potabile e completi di stoviglie e servizi. E oltre a piacevoli soggiorni superiori ad un'unica giornata, l'agriturismo offre la possibilità per i suoi graditi ospiti di pranzare o cenare all'interno della suggestiva sala da pranzo assaporando le tipiche pietanze della cucina calabro-lucana.

Il contesto territoriale in cui si colloca l'azienda è di notevole importanza ambientale, naturale e paesaggistica grazie alla presenza nelle vicinanze di aree protette (**Il parco del Pollino**) e di centri di interesse culturale e naturalismo (**La Riviera dei cedri**). Menu fisso. E' gradita la prenotazione.



C.da Sarre - Tortora (Cs)  
Info: **0985 764210 - 340 6609298**  
[www.agripernia.it](http://www.agripernia.it)  
[info@agripernia.it](mailto:info@agripernia.it)

*La Terra Le Origini Le Tradizioni*

**tutto BICI**

**VENDITA - NOLEGGIO - ASSISTENZA**

C.so Aldo Moro - TORTORA (Cs) - INFO: 333 8626806

europ assistance VAI EU

**803 803**

**SOCCORSO STRADALE CONVENZIONATO**

**Alessandro Salerno**

SS 18 Via Fiume Grande - Tortora Marina (Cs)  
INFO: **0985 766119 - 328 1520811**  
[carservice.salerno@gmail.com](mailto:carservice.salerno@gmail.com)

Per conoscere e farsi conoscere



# PRAIA A MARE

*Turismo natura e tradizioni*



Provincia: Cosenza    Abitanti: 6505    Altitudine: 5 m

Insieme a Scalea uno dei centri balneari piu' conosciuti della Calabria Tirrenica. E' situato a circa 125 km a NNW del capoluogo Cosenza. Il territorio e' di 22,91 kmq e conta circa 6500 abitanti. E' famosa l'incantevole scogliera di Fiuzzi, per le sue lunghissime spiagge, di fronte alle quali l'isola di Dino rende ancora piu' romantico il paesaggio. All'interno dell'isola vi sono grotte di straordinaria bellezza e dai nomi evocativi: grotta Azzurra, grotta del Leone, ecc. Nelle pareti rocciose dell'immediato retroterra si aprono numerose cavita' naturali, di cui la piu' famosa e' la Grotta della Madonna. L'importanza di tale grotta, oltre che spirituale, e' archeologica; e' stato stabilito mediante ritrovamenti di manufatti paleolitici, neolitici e tardo-romani che esse furono abitate ininterrottamente dall'eta' della pietra fino ai primi secoli dopo Cristo. Gli scavi condotti da Cardini dal 1959 al 1967 hanno messo in luce una lunga sequenza culturale, compresa in oltre 8 m di deposito che va dal neolitico all'epoca tarda-romana.



## MONUMENTI E SITI D'INTERESSE

- **La Torre di Fiuzzi; Il Castello di Fiuzzi;**
- **Il Santuario della Madonna della Grotta:** la statua lignea che raffigurava la Madonna, purtroppo e' stata trafugata nel 1979; al suo posto vi e' una copia, ma notevoli opere d'arte sono tuttora conservate nel Santuario: la statua marmorea della Madonna della Neve (XVII secolo) attribuita a Giacomo Gagini o alla sua scuola; una pala d'altare raffigurante la Madonna del Carmine; un olio su legno del XVII secolo ed ancora crocifissi lignei, sculture marmoree ed oggetti sacri d'argento. La campana del Santuario e' quella del piroscampo inglese silurato al largo di Praia a Mare il 26 dicembre 1917.
- **Il Museo Civico di Praia a Mare:** Si presenta non



solo come luogo di conservazione e fruizione di opere d'arte, ma anche come laboratorio di cultura, studio e sperimentazione artistica. Il Museo possiede una galleria che ospita spesso mostre, convegni e concerti.

**L' ISOLA di DINO.** A cinque minuti dalla costa troviamo la bella **Isola di Dino**, che con l'isolotto di Cirella e quella che un tempo era l'isola di Torre Talao a Scalea compone il suggestivo tritico insulare dell'Alto Tirreno Cosentino. Ha un perimetro di 4 Km e un'altitudine di circa 65 metri. Le coste sono scoscese e ricche di grotte. In barca si puo' penetrare, lungo la direzione Nord-Sud, nella Grotta delle Sardine, nella Grotta Azzurra, cosi' chiamata per i riflessi di luce sulle acque, nella Grotta del Leone, che deve il suo nome alle forme modellate dalle stalagmiti.



NEW HOTEL  
HB  
BLU EDEN  
New Hotel Blu Eden  
Via Giovanni Gentile, Praia a Mare  
Tel. 0985 803354 - www.blueden.it

Bed and Breakfast  
BU & B  
UMBALLA  
www.umballa.it  
Via Gelsi 41  
87028 Praia a Mare (CS), Italia  
Tel: +39 348 71 65 235  
Email: info@umballa.it  
Email: booking@umballa.it  
WIFI GRATUITO  
PARCHIEGGIO PRIVATO  
PULIZIA GIORNALIERA



Per conoscere e farsi conoscere

**CICCALIDO**  
**STABILIMENTO BALNEARE**  
Lungomare Sirimarco - PRAIA A MARE (CS)  
INFO: 347 3115544



**ESCURSIONI**

**ParcelShop**  
**GLS**  
Praia a Mare

**SPEDIZIONI**  
NAZIONALI ED INTERNAZIONALI

- Ritiro a domicilio
- Consegne in 24/48 ore
- Ritiriamo i tuoi pacchi in tutta Italia

Gls Point - Praia a Mare Via dei Mercanti 59

Tel. 0985 72675 Cell. 327 0631 022  
Email: glspraia@libero.it

**WWW.TONERSTAMPA.IT**

EPSON  OKI  
RICOH  brother

**BEST PRICE**

**TONER E CARTUCCE ORIGINALI E COMPATIBILI DI ALTA QUALITA'**  
ORDINA ON-LINE E RICEVI A CASA

**FREE SHIPPING**

**CMYK**

377 5935741



**Pianeta SUD®**

Le Località più belle e le Aziende migliori  
Rivista + Portale + facebook

Emozioni, luoghi, persone, gastronomia e imprese del Sud Italia.  
Per conoscere e farsi conoscere!



 diventa fan su facebook



**Pensiamo progettiamo e realizziamo** tutto ciò che è  
utile a facilitare e migliorare la gestione  
delle imprese negli  
**adempimenti della normativa vigente**



**Ambiente**

Servizi di consulenza  
ambientale  
D.Lg.152/2006

**Sicurezza**

Sicurezza sui  
posti di lavoro  
D.Lg.81/2008

**Medicina del  
lavoro**

H.A.C.C.P.

**Sistemi di gestione**

UNI EN ISO 9001:2015  
UNI EN ISO 14001:2015  
UNI EN ISO 22000:2018  
IFS 37001:2016  
ISO 45001:2018  
Certificazione sicurezza  
alimentare

**Formazione**

Corsi di  
**Sicurezza  
Ambiente**  
Formazione continua e  
superiore

**Progettazione  
integrata**

Sicurezza CSP  
Direzione lavori  
Studi di fattibilità e  
progettazione  
architettonica



Via San Paolo 3,  
Praia a Mare (CS)  
info@theatre-service.it  
thetreservice.it



## Storia e Archeologia a Praia a Mare



### Castello Normanno

*Complesso fortificato risalente al secolo XIV*

Le ricerche condotte a partire dal 1957 dagli studiosi dell'*Istituto italiano di Paleontologia Umana* hanno fatto luce sulla presenza umana nel territorio di **Praia a Mare** ed in particolare sui primitivi abitatori delle grotte del Vingiolo in cui sono state rinvenute e nelle quali restano indelebili i segni e le tracce di comunità organizzate e numerose.

Si tratta di gruppi insediatisi nell' area ad ondate successive , a partire dal Paleolitico superiore, tra 35 mila e 10 mila anni prima di Cristo, fino ad arrivare all' età romana. Gli scavi compiuti ad una profondità di oltre 10 metri dall' attuale pavimento hanno permesso di identificare dieci differenti momenti di vita nell'arco di oltre 10 mila anni di storia e di recuperare strumenti d' uso quotidiano ed utensili ricavati dalle pietre calcaree e dalla selce, ossidiana di origine vulcanica, ceramiche indigene, vasellame e manufatti di provenienza egea.

Altri importanti siti di insediamento umano furono la serra della Dorcara, alle spalle del monte Vingiolo, e l' area del cozzo Petrarà la cui vetta tocca i 1150 metri di altezza. Parte dei reperti riportati alla luce è oggi conservata nell' *antiquarium del Museo d' arte moderna e Contemporanea di Praia*. Il resto è esposto al *Museo Nazionale* di Reggio Calabria.

NOVITA'

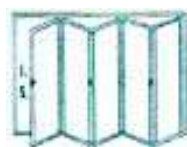
# FAHD

---

# H24

VENTIQUATTRO

Piazza Municipio 7  
PRAIA A MARE (Cs)



## INFISSI SPECIALI SNC

di Giuseppe Cirimele & C.

[www.infissispeciali.it](http://www.infissispeciali.it)  
[info@infissispeciali.it](mailto:info@infissispeciali.it)

SISTEMA QUALITA' CERTIFICATO EN ISO 9002-2008

Via dei Mercanti 5 - Praia a Mare (Cs)  
Tel. 0985 74438 - Fax 0985 72699 - Cell. 366 6306287

## CENTRUFFICIO®

### TUTTO PER L'UFFICIO



Scalea - Diamante - Praia a Mare  
Info line: 0985 271032



## PuntoCasa

Servizi Immobiliari

COMPRAVENDITA IMMOBILI  
Situata nel centro di Tortora Marina  
opera sul territorio dal 1999 con la  
massima affidabilità e professionalità

Viale A. Moro 102 - Tortora (CS)  
Info: 340 8607616 - maxperrelli70@libero.it  
[www.puntocasatortora.it](http://www.puntocasatortora.it)

Per conoscere e farsi conoscere

### ITINERARIO ARTISTICO - RELIGIOSO

Una sorta di Museo all'aperto costituito da 14 installazioni scultoree realizzate, in occasione del Giubileo, da artisti legati al territorio che, seppur di scuole diverse, hanno dato vita ad un felice connubio tra ambiente e arte sacra. Il progetto è ispirato alla leggenda della *Madonna della Grotta*, secondo la quale nel 1326 il capitano di una nave ragusea, di fede cristiana, rifugiò la statua lignea raffigurante la Madonna con Bambino in una delle grotte del Vingiolo, per sottrarla all'ira dei marinai turchi.



L'itinerario inizia con la "Porta del Sole", realizzata in pietra di Grisolia e travertino dall'artista S. Pepe, in piazza L. Sturzo, luogo leggendario dello sbarco della Madonna, che ogni 15 agosto viene ricordato con una processione sul mare. All'inizio della gradinata di accesso al Santuario Mariano è posta la Grande Croce in tubi e fasce di ferro opera dello scultore V. Fumasi dell'Accademia BB. AA. di Firenze. Salendo la scalinata di ciottoli, corredata dalle quattordici stazioni della Via Crucis realizzate nel 1998 dall'artista locale V. Gallori, si accede alla Grotta del Santuario. All'ingresso della prima grotta, il bassorilievo in terracotta del ceramista calabrese S. Abbate ricorda il leggendario evento. Da qui si irradiano nel centro urbano le altre opere. Tra queste "La memoria del tempo" dell'artista S. Anelli, installata tra via dei Pescatori, strada di accesso all'antico borgo marinaro del Fumarulo e il Viale della Libertà, ricorda nella sua forma una clessidra, immagine metaforica del tempo che scorre. Tutte le opere di questo itinerario segnano i luoghi storici, i luoghi della fede e quelli del passaggio della processione della Madonna, unendo simbolicamente il centro urbano e il Museo con la Grotta del Santuario, luogo di irradiazione della fede e della storia di Praia a Mare.

### LIDO *Arcobaleno Fiuzzi*

PASTI SERVITI IN RIVA AL MARE  
ANIMAZIONE per BIMBI



APERITIVI AI TRAMONTO

Loc. Fiuzzi - PRAIA A MARE (Cs)

INFO: 342 8925619 - [lidoarcobalenofiuzzi@libero.it](mailto:lidoarcobalenofiuzzi@libero.it)

### Rio Plaza Café

Bar - Caffetteria  
Cornetteria - Gelateria  
Artigianale e gluten free  
Sky Bar - Panini - Piadine  
Taglieri - Crêpes



Piazza della Resistenza

Praia a Mare (Cs) - INFO: 347 8803432

## CENTRO ASSISTENZA TECNICA

 SERVICE



di **ERSILIO FORESTIERI**

RIPARAZIONI, VENDITA TV E HI-FI  
APPARECCHIATURE ELETTRONICHE E RICAMBI

INSTALLAZIONI IMPIANTI D'ANTENNA SINGOLI E CENTRALIZZATI

Via Corrado Alvaro 6 - 87028 PRAIA A MARE (CS)

Tel. 0985 777339 - Cell. 330 676036 - Mail: [ersilio.forestieri@alice.it](mailto:ersilio.forestieri@alice.it)



## Amore e rispetto per gli animali: segno di civiltà di una società

Amore nei confronti degli animali. Chi vive con un animale da compagnia sa di cosa parliamo.

È un sentimento che non si può spiegare a parole e che purtroppo alcune persone non riescono nemmeno a capire. I nostri piccoli amici rallegrano le nostre giornate giorno dopo giorno,



attraverso un amore incondizionato nei confronti dei loro padroni, senza mai aspettarsi qualcosa in cambio. Anche **Madre Teresa di Calcutta** percepiva questo amore nei confronti degli animali e inviò un bellissimo messaggio a tutta l'umanità.

Ecco le parole di Madre Teresa:

*“Perché ti danno tutto, senza chiedere niente. Perché contro il potere dell'uomo con le armi sono indifesi. Perché sono eterni bambini, perché non sanno cos'è l'odio né la guerra. Perché non conoscono il denaro e si consolano solamente con un posto dove rifugiarsi dal freddo. Perché si fanno capire senza proferire parola, perché il loro sguardo è puro come la loro anima. Perché non conoscono né l'invidia né il rancore, perché il perdono è ancora naturale in loro.*

*Perché vivono senza avere una lussuosa dimora. Perché non comprano l'amore, semplicemente lo aspettano e perché sono nostri compagni, eterni amici che niente potrà separare. Perché sono vivi.*



*Per questo e altre mille cose meritano il nostro amore. Se impariamo ad amarli come meritano saremmo molto vicini a Dio.”*

Gli animali sono nostri amici incondizionatamente, che ci danno tutto senza chiedere nulla, da amare e rispettare e di cui occorre prendersi cura.

Chi ha un animale da compagnia nella propria famiglia sa bene l'importanza del suo ruolo, giacché sono appunto membri della famiglia.

È sempre esistita una relazione molto stretta tra umani ed animali, soprattutto con cani e gatti. Un animale da compagnia non è un giocattolo, ma al contrario un essere vivente con sentimenti ed emozioni, un amico fedele che non ci tradirà mai.



**Trovi tutto quello  
che ti serve  
per i tuoi  
amici animali**



**Esca viva e articoli per la pesca**

Via P. Longo 54 - PRAIA A MARE (Cs)

**Info: 320 3578409 - 347 2184428**

*animania2014@gmail.com*



## CORRADO DE PAOLA



**Live Music - Karaoke  
Serate di Piano Bar  
Per i tuoi Ricevimenti**

**Con vasto repertorio di  
evergreen italiani**

**Info: 347 1705132  
corrado.dp@libero.it**

Per conoscere e farsi conoscere



# Serpente Rosso

RISTORANTE - PIZZERIA - BAR



Per gli amanti della buona tavola, nelle vicinanze della splendida San Nicola Arcella, lungo la SS 18, troviamo il **Ristorante Pizzeria "Serpente Rosso"** di Pino Casella dove gustare



le migliori specialità marinare con pesce fresco del posto; succulento e' il piatto "linguine con melanzane e pesce spada".

Dell'antica tradizione il locale conserva la saggezza di una cucina d'altri tempi dove i sapori tradizionali si fondono sapientemente con le esi-

genze di una cucina moderna e internazionale.

Ottimi gli antipasti a base di pesce, il meglio delle specialità tipiche locali e pizze di tutti i tipi.

Con l'esperienza di più di 30 anni di attività e' sicuramente quanto di meglio vi e' in zona. E' dotato di ampio parcheggio; resta chiuso il martedì,



ad eccezione del periodo estivo quando e' sempre aperto. Sala per banchetti.

SS 18 - SAN NICOLA ARCELLA (Cs) - Tel. **0985 274902** - [www.serpenterosso.it](http://www.serpenterosso.it)



Per conoscere e farsi conoscere



## SAN NICOLA ARCELLA

*A picco sul Mar Tirreno*



Provincia: Cosenza    Abitanti: 1400    Altitudine: 115 m

A *San Nicola Arcella* si accede dalle F.F.S.S. di *Maratea, Praia a Mare, Scalea e Paola* situate sulla linea *Napoli- Reggio Calabria*. Per l'autostrada del Mediterraneo l'uscita è a *Lagonegro* e si prosegue per la superstrada *Lagonegro- Praia S. Nicola Arcella*. Da Sud si può percorrere la superstrada da *Falerna*.



Sorta probabilmente da una colonia normanna, posta a guardia del litorale minacciato da continue incursioni, *San Nicola Arcella* fu casale di *Scalea*. Appartenne successivamente a diversi feudatari, dai *Sanseverino* agli *Spinelli*. Nel 1912 fu staccata da *Scalea* e resa comune autonomo. L'abitato sorge sull'orlo di uno strapiombo sul mare, a 110

metri d'altezza. In basso, al mare, si apre nella roccia una spiaggia stupenda con un porto naturale chiuso ai venti e dove trovano asilo le imbarcazioni sorprese dalle tempeste. Nella torre del porto soggiornò per lunghi periodi lo scrittore statunitense lord *Marion Crawford*, che vi si ritirava in solitudine per scrivere i suoi romanzi. Arrivare a *San Nicola* non è difficile. Sia il centro storico che la parte nuova si trovano lungo la costa. Dalla superstrada c'è una deviazione che raggiunge il paese "scendendo"

per un paio di chilometri. Percorrendo le caratteristiche viuzze strette e tortuose si scoprono piccoli capolavori:



balconcini, finestrelle, supporti, cornicioni di stili e fogge diverse che insieme formano un tutto armonico che sa di altri tempi.

Poste ai lati della *Torre Saracena*, anche conosciuta come *Torre Crawford*, vi sono spiaggette molto caratteristiche che offrono uno spettacolo naturalistico unico. La spiaggetta posta sul lato destro si affaccia sul porticciolo naturale. Il fondo è di Sabbia e ghiaia.

Si raggiunge facilmente in macchina scendendo da *C. da Dino*, si trova il cartello con l'indicazione "Baia Azzur-

ra". Prima di arrivare in fondo alla strada, si gira a sinistra e si lascia l'auto (i posti sono limitati), e si percorrono i sentieri molto stretti. Presenti stabilimenti balneari moderni e dotati di tutti i comfort.

### VEROMARE s.r.l.

La casa per le tue vacanze  
nella Calabria più bella e più vicina

**VENDITA DIRETTA - AFFITTI ESTIVI**

Via Nazionale 72 - SAN NICOLA ARCELLA (Cs)

Tel 0985 300513 - Cell 338 8901192

[www.veromare.com](http://www.veromare.com) - [info@veromare.com](mailto:info@veromare.com)

**San Nicola Arcella (Cs)**  
**Info e Prenotazioni**  
**347 6261485**  
PARCHEGGIO PRIVATO

## Il Centro Storico

Arroccato su un promontorio inaccessibile dal mare, per via delle incursioni dei saraceni, è un dedalo di viuzze strette dove le case si affacciano le une contro le altre.



Offre al visitatore, ai margini dell'agglomerato urbano con qualche edificio di buona fattura, un panorama mozzafiato. Tra gli edifici di interesse vi è la **Chiesa di San Nicola da Tolentino**, sorta come piccola cappella della Visitazione della Beata Vergine Maria, nel XVI sec., fu agli inizi del '900 dedicata al Santo Marchigiano. San Nicola da Tolentino nato a Sant'Angelo di Ponzana nel 1245 da Amata e Compagnone entrò ad 11 anni nell'ordine degli Agostiniani e divenne sacerdote nel 1269. La sua esistenza fu segnata da tanti miracoli a trent'anni si trasferì a Tolentino dove, sessantenne concluse la sua esistenza. Frate Nicola fu beatificato da Papa Eugenio IV il 5 giugno 1446. La Comunità festeggia il Santo Patrono con la tradizionale processione delle Cinte perpetuando il ricordo della morte avvenuta il 10 settembre 1305.

## Da Vedere

Innanzitutto il **Palazzo del Principe** del sec. XVIII. La chiesa parrocchiale di **S. Nicola da Tolentino** del secolo XIX. Ruedi di una chiesa basiliana del sec. XI. Ruedi della torre cilindrica del sec. XVI.

Grotta marina detta dell'**Arco Magno**, alla quale si accede attraverso una fenditura della roccia che forma un grande arco. Molto belli i panorami lungo la costa ricchissima di insenature e strapiombi. Per gli appassionati del mare è d'obbligo una gita in barca da Scalea a San Nicola



Arcella lungo la costa che è fra le più affascinanti della riviera e del sud Italia. È più facile organizzarsi partendo dalla spiaggia dove ci sono pescatori del posto disposti a noleggiare i loro battelli.

Durante la stagione estiva vi sono svariate occasioni per visitare gli splendidi panorami e le spiagge presenti a San Nicola Arcella; tra le insenature più suggestive dell'intera Calabria. Su una caratteristica lingua di terra si trova la torre nella quale si ritirava lord **Crawford**, detta Torre del Diavolo.

# FaTu



PIZZA and more...



Via Garibaldi snc - S. NICOLA ARCELLA (Cs)

INFO: 349 6630764 - [info@fatupizzaandmore.it](mailto:info@fatupizzaandmore.it)



## Figli di Bottarga

WINE BAR CON  
CUCINA DI PESCE

Via Aldo Moro 18 - S. Nicola Arcella (Cs)

INFO: 351 5942208

[info@figlidibottarga.com](mailto:info@figlidibottarga.com)



# CAFFÈ LE MELE

## Music Club



Via Nazionale 48  
SAN NICOLA ARCELLA (Cs)



INFO E PRENOTAZIONE TAVOLI: 333 6249118





### **PATRONATO E CAF**

NASPI e Indennità di disoccupazione, Invalidità Civile, Pensioni e Contributi, 730, Isee, Redditi Personali, etc.

### **SERVIZI CONFESERCENTI**

- Rilascio Firme Digitali (Smart Card e Token) - PEC Aruba

### **CORSO PER CERTIFICAZIONE INFORMATICA (MIUR)**

- Certificazione IC3 per crediti formativi (scuola, lavoro e università)

### **CORSI PER ABILITAZIONI PROFESSIONALI**

- Somministrazione Alimenti e Bevande – (Ex REC)
- Agente Affari in Mediazione Immobiliare
- Agente e Rappresentante di Commercio
- IAP (Imprenditore Agricolo Professionale)

### **CONSULENZA PACCHETTO IGIENE/HACCP**

- Manuale di corretta prassi igienica
- Tamponi su superfici - Controllo Acque
- Corsi Ex Libretto d'idoneità Sanitario Haccp (Rilascio/Rinnovo)

### **CORSI PER SICUREZZA D. Leg. 81/08**

- Responsabile del Servizio Prevenzione e Protezione (RSPP)
- Addetto al Primo Soccorso D.M. 388/03
- Addetto alla prevenzione, lotta antincendio e Gestione dell'emergenza
- Addetto al Montaggio e Smontaggio Ponteggio
- Formazione Lavoratore (Basso/Medio/Alto)

### **SERVIZI PER SICUREZZA D. Leg. 81/08**

- Gestione della Sicurezza sui Luoghi di Lavoro (D.Lgs 81/08)
- PSC (Piano di Sicurezza Coordinato)
- POS (Piano Operativo della Sicurezza)
- PIMUS (Piano Montaggio uso e Smontaggio ponteggio)
- DVR (Documento di Valutazione Rischi)
- Visite Mediche del lavoro – Privacy "GDPR"
- Autorizzazione DPL del garante della Privacy sulla Videosorveglianza

**Via P. Mancini 75 - SCALEA (Cs)**

**Tel. 0985 271780 - Cell. 347 8207202**

***www.cfinformatica.it - info@cfinformatica.it***

Per conoscere e farsi conoscere



L'impareggiabile esperienza pasticceria, la fedeltà alle antiche ricette artigianali e l'attenta selezione delle materie prime sono il segreto di gustose e fragranti bontà realizzate dalla **Pasticceria Daniela**



**Nuova Sede totalmente ristrutturata**

NOVITA'

*Delicious*

**Bed &  
Breakfast**

L'eleganza e la cura dei dettagli della camera e di tutti gli spazi del b&b, la splendida accoglienza, la colazione da re, fanno di questo b&b un vero gioiello, una perla incastonata nell'altrettanto meravigliosa cittadina di **Scalea**.



**P.zza Garibaldi 46 - SCALEA (Cs)**

**INFO B&B: 0985 90247 - Prenotazioni Torte: 329 3804959**

**[www.pasticceriadaniela.it](http://www.pasticceriadaniela.it) - [info@pasticceriadaniela.it](mailto:info@pasticceriadaniela.it)**







# SCALEA

*La perla della Riviera dei Cedri*



Provincia: Cosenza    Abitanti: 11.045    Altitudine: 5 m

## COME ARRIVARE

**In auto:** provenendo da Napoli lasciare l'A3 Salerno- Reggio Calabria a Lagonegro nord e percorrere la superstrada Fondo Valle del Noce fino all'innesto con la SS 18 che conduce direttamente a Scalea. Da sud conviene uscire dall'A3 a Falerna e proseguire sulla superstrada Tirrenica per la variante SS 18 fino a Scalea.

**In aereo:** scalo a Lamezia Terme o a Napoli. - **In treno:** collegamenti diretti con Scalea.



Scalea e' uno dei paesi piu' antichi dell'**Alto Tirreno Cosentino** situato a 109 km dal capoluogo Cosenza, a 25 m sulla costa tirrenica, alla destra della foce del fiume Lao e conta circa 10.000 abitanti.

Si presenta con le sue caratteristiche case poste l'una sull'altra che caratterizzano il tipico borgo medievale costiero predisposto per la difesa dalle incursioni, ed ora rinomatissimo centro turistico nella sua parte moderna e ricca di strutture ricettive.

## ITINERARIO STORICO - ARTISTICO



Le dimore dell'uomo preistorico, negli attuali territori di Scalea, furono le grotte di **Torre Talao**.

Nel corso di scavi archeologici, infatti, sono stati ritrovati manufatti di pietra e ossa dell'uomo troglodita. Le testimonianze dell'età del ferro e dell'epoca enotrico - ellenistica, sono venute alla luce in contrada *Petrosa*. Notevoli invece sono i ritrovamenti di età romana. Dopo la distruzione di *Lavinium Bruttiorum*, stazione romana, da parte dei Vandali, durante le lotte con alterne vicende di dominio con i Bizantini, i Longobardi costruirono nella località alte una Rocca, che in seguito i Normanni ampliarono in castello. Il borgo, sorto ai piedi del castello fu denominato Scalea, forse per la sua conformazione. Nelle epoche successive Sveva, Angioina, Aragonese e Spagnola, Scalea fu feudo molto importante e centro

di studi.

In questi periodi, molto attivi furono i monaci Basiliani e Francescani.

Il paese, difeso da mura di cinta e torri di guardia, a partire dall'epoca Normanna appartenne a Roberto il Guiscardo e a suo figlio Roberto, detto

Scalone. Poi fu feudo di Riccardo di Loria e delle famiglie Pascale, Milano, San severino conte di Capaccio, Spinelli, in seguito dei Lanza Branciforte sino alla fine della feudalità. Partecipò poi attivamente alle lotte risorgimentali e fu proclamata la *Repubblica di Scalea*.



Villa Comunale:  
La Fontana  
ghiacciata  
Gennaio 2017

Nei nuovi ordinamenti amministrativi, Scalea prima fu posta nel cantone di Lauria, poi divenne Comune autonomo e capoluogo di mandamento.

*Tutto il Centro Storico merita una visita approfondita con la possibilita' di scoprire angoli di particolare suggestione e anfratti di notevole pregio.*

## Casa Vacanze "REGINA"

*Per le tue vacanze nella splendida Scalea*



Via del Mulino 5 - SCALEA (Cs)

Info: **349 0593115** - [casavacanzaregina@gmail.com](mailto:casavacanzaregina@gmail.com)

## Il Palazzo dei Principi

Fu fatto costruire nella seconda metà del XIII secolo dalla nobile famiglia Romano probabilmente su una torre che doveva difendere l'ingresso meridionale del borgo. In seguito il Palazzo dei Principi appartenne a varie famiglie di feudatari: Sanseverino, Caracciolo, Pascale e gli Spinelli che lo tennero per circa tre secoli.



li. Nei secoli XVII e XVIII il Palazzo divenne una dimora importante. All'interno le ampie e sontuose sale ospitarono famosi personaggi della cultura napoletana del tempo, di cui il principe Francesco Maria Spinelli amava circondarsi.

Ospiti importanti del palazzo furono Caloprese, Gravina e Metastasio. A questo periodo appartengono gli affreschi barocchi che decorano il soffitto di una delle sale con soggetti biblici che forse volevano esprimere la potenza e lo splendore della nobile casata che li aveva fatti dipingere. All'interno del palazzo c'è una scala a chiocciola per scendere nei sotterranei; interessanti sono pure i magazzini al primo piano, i saloni e il gran numero di ampie sale. Nel 1800 il palazzo fu venduto a privati ed ora è di proprietà del comune.

## Appuntamenti

**Marzo/Aprile:** appuntamenti religiosi SS Pasqua.

**1 Maggio:** Festa Parrocchiale di S. Giuseppe

**13 Giugno:** Festa Parrocchiale S. Nicola in Plateis

**Giugno:** "Scalea in Piazza" - Artisti di Strada

**16 Luglio:** Festa patronale S. Maria d'Episcopio Beata Vergine del Carmelo (processione, fiera, infiorata).

**7/8 Settembre:** Festa Madonna del Lauro "Santuario"

**21 Novembre:** Festa votiva della Beata Vergine del Carmelo

**6 Dicembre:** Festa in onore di S. Nicola in Plateis

Nel Centro Storico - Piazze De Palma e Cimalonga:

*Mercatino delle Pulci - Mostre fotografiche.*

Piazza De Palma



a-tipica  
sapori & saperi

**BURGER  
BAR**

**COCKTAIL  
& DREAMS**

BAR GENOVA ATIPICO  
VIA LIDO 10 - SCALEA  
INFO TAVOLI: 333 3290309 LUCA

**Candy Sweet**

ABBIGLIAMENTO • SCARPE • BORSE • ACCESSORI

Via Michele Bianchi, 55 • 87029 Scalea (CS)  
Tel. 329.9769273

**Candy Kids**

ABBIGLIAMENTO • SCARPE • ACCESSORI  
BAMBINO E BAMBINA 2 - 14 ANNI



## L'eta' Ellenica

Contrariamente a quanto emerge dai rinvenimenti nella *Sibaritide* sul versante ionico calabrese e sebbene le fonti storiche parlino di centri come Laos e Skidros non vi sono elementi materiali che attestino presenze stanziali micenee o greche fino al V sec. a.c.

In questo periodo sorgono, invece, diversi insediamenti indigeni come dimostrato dai rinvenimenti di *Palecastro di Tortora, della Petrosa di Scalea, di S.Bartolo di Marcellina, S. Brancato di Tortora* ed altri. I corredi tombali rinvenuti mostrano senza alcun dubbio che questa zona costiera, precedentemente quasi disabitata, nel IV sec. a.c. è stata occupata da una popolazione indigena di cultura Enotria proveniente dalla vicina *Lucania* forse attratta dalla possibilità di scambi commerciali con i mercanti greci che si intensificavano nel Tirreno o per creare un punto di approdo per la diffusione dei propri prodotti verso l'interno.



I siti sorgono su rialzi collinari facilmente difendibili a controllo degli approdi o delle vallate fluviali ed instaurano relazioni politiche e commerciali con Sibari che sfociano con emissioni monetarie. Dopo la distruzione di Sibari ad opera dei Crotoniati, nel V sec. a.c., si hanno tangibili le testimonianze di presenza stanziale greca. In questo periodo si datano infatti, le monete d'argento coniate a Laos.

L'omonimia con il fiume Lao, gli scritti dello storico greco Erodoto in cui cita le città Tirreniche di *Laos e Skidros* obbligano anche in mancanza di riscontri materiali, a ricercare in questa zona le città di *Laos e Skidros*. La massiccia presenza di esuli Sibariti dà inizio ad una dominazione greca che porta alla fine degli insediamenti indigeni nella piana del Lao e in località *Petrosa di Scalea*.

# Rotondaro

## Costruzioni

SCALEA (Cs)  
Corso  
Mediterraneo  
Tel. 0985 20537  
Cell. 339 6463917



# OZ BEACH

## Lounge Bar Aperitif and drink Caffetteria



*Nella splendida Riviera dei Cedri a Scalea il Lido Il Mago di Oz è un luogo incantevole dove trascorrere momenti di relax e divertimento in riva al mare. A disposizione della clientela: ombrelloni, lettini, sedie sdraio; zone privè, docce calde e fredde, parco giochi per i più piccoli, cabine soccorso con*



*defibrillatore, ampio parcheggio esterno, locale climatizzato, servizio in spiaggia e tutti i confort per godersi la giornata. Locale aperto tutti i giorni, con aperipranzo e apericena, cocktail bar. Nel periodo estivo dispone anche di ristorazione. In più' movida notturna tutto l'anno.*



Lungomare Ruggero di Lauria  
SCALEA (Cs) - Info: 380 7689551

Per conoscere e farsi conoscere

# Residenza del Mare

- CASA DI RIPOSO PER ANZIANI -  
- SCALEA (CS) -



## Una splendida realtà per Scalea e circondario

Dal Dicembre 2017 opera a Scalea la “**Residenza del Mare**”, Casa di Riposo per anziani diretta dal giovane **Dr. Vittorio Cetraro**.

La bella, soleggiata e attrezzata struttura sorge in una zona residenziale del comune in Via Sandro Pertini, e' dotata, oltre alle stanze previste per gli ospiti e all'ariosa sala per la somministrazione del cibo, di due saloni/salotti tv e svago.

All'esterno è inoltre possibile stazionare piacevolmente nei suoi ampi, attrezzati e arredati cortili.

Più che un centro per anziani assume le sembianze di un piccolo albergo per la gentilezza e la professionalità del personale tutto e per le modalita' con le quali vengono erogati i servizi di colazione, pranzo e cena.

L'ospite ha la possibilita' di essere seguito e coccolato come se si trovasse in casa propria, con tutte le attenzioni necessarie: **cucina e lavanderia interne, terapie personalizzate, servizio trasferimenti, disbrigo pratiche, approvvigionamento farmaci.**

Una struttura che è già diventata un fiore all'occhiello per Scalea e circondario, dove viene garantita professionalita' e affidabilita' in un settore così difficile e delicato come l'**assistenza agli anziani**.



Via Sandro Pertini - SCALEA (Cs)

INFO: 0985 920764 - 340 8659023 - [residenzadelmare@gmail.com](mailto:residenzadelmare@gmail.com)



Per conoscere e farsi conoscere

## L'eta' Romana

La presenza Lucana viene meno nel III sec. a.c. Infatti, con la sconfitta di Annibale al cui fianco si era schierata la maggior parte dei Lucani, i Romani distrussero gli insediamenti lucani e confiscarono le terre. Da Livio sappiamo che Blanda fu distrutta ed occupata nel 214 a.c. mentre il poeta Silvio Italico parla delle vicissitudini di Cirella, centro portuale poco più a sud di Laos. Con l'avvento dei Romani, l'Alto Tirreno Cosentino non fu coinvolto da alcun processo di ristrutturazione. Infatti le iniziative, finalizzate al rilancio dell'economia del Bruzio, sfiorarono l'intera zona.

Solo nel I sec. a.c. Blanda viene dotata di propri magistrati e si assiste al proliferare di insediamenti produttivi lungo la litoranea, principalmente ville rustiche, padronali e marittime poste in posizione panoramica a picco sul mare. Dopo circa due secoli di tranquilla e florida vita l'area entra in una profonda crisi che tra il II e il III sec. d.c. portò all'abbandono del *Palecastro* di Tortora (*Blanda*) e di molte ville.

Fanno eccezione i centri di *Cirella*, sede di ville marittime di epoca augustea, in cui sono stati rinvenuti resti murari di strutture abitative e pubbliche, un nucleo di sepolture ed un mausoleo di notevole consistenza architettonica e monumentale e il centro di *Lavinium* che, in base ai risultati degli scavi degli anni 30, dovrebbe situarsi in località *Fischija* nel sito di Scalea dove furono trovate strutture murarie di frantoi e di ville con pavimenti a mosaico, resti di sepolture ed oggetti di pregio artistico come una testa femminile di marmo attualmente conservata a Reggio Calabria.

In epoca tardo-antica e bizantina tutti i siti costieri, sia perché esposti alle scorrerie sia perché troppo vicine alle pianure alluvionali, tendono a scomparire ed a trasferirsi nei loro siti attuali ovvero su rocche più difendibili sempre affacciate sulla costa come nel caso di Scalea e di Cirella o molto più all'interno come nel caso di Tortora ed Aieta.



## La Forneria

di Claudio Bernardo



Pane & Pizza  
a taglio e d'asporto  
Cornersetteria  
Biscottificio

Via Fiume Lao 42/44 - Scalea (Cs)

INFO E PRENOTAZIONI: 328 1295783

## Gabetti

PROPERTY SOLUTION

Rag. Tonino Amoroso

C.so Mediterraneo 331 - Scalea (Cs)

Tel. 0985 920640 - 0985 90955

Cell. 331 8635759 - [scalea@gabetti.it](mailto:scalea@gabetti.it)

www.gabetti.it

**gabetti**  
FRANCHISING AGENCY

Edicola  
**Cartoleria**  
Licursi Francesco

VIA TOMMASO CAMPANELLA, 20

87029 SCALEA CS

TEL. 0985.90155 - 345.9286842

email: [flicursi@hotmail.it](mailto:flicursi@hotmail.it)



giornali cartoleria

articoli per ufficio

articoli per la scuola

cartucce toner cartucce inkjet

stampanti stampe timbri

pagamento bollettini mav rav

ricariche online



**mooney**  
SisalPay

## La Petrosa

La collina detta **Petrosa** occupa una splendida posizione a controllo della piana di Scalea e del porticciolo di S. Nicola Arcella.

In questa zona, una delle poche aree paracostiere scaleote non del tutto coinvolta dal fenomeno di espansione edilizia, nel 1975-76 furono effettuati alcuni saggi di scavo che portarono alla scoperta di pezzi di un interessante abitato capannicolo di epoca arcaica (VI sec.

a.c.) abitato da genti indigene di cultura Enotria che avevano contatti con i commercianti greci come dimostrano le ceramiche d'importazione rinvenute. Recenti indagini aereofotogrammetriche sembrano indicare la presenza di una fortificazione artificiale mentre non si hanno tracce della necropoli. L'abitato, uno dei più antichi tra quelli indigeni della zona, termina di esistere alla fine del VI sec. a.c. probabilmente a seguito degli eventi innescati dalla distruzione di Sibari. Il sito è accessibile ma i saggi di scavo sono stati ricoperti.



## L'eta' Lucana di Scalea

La scarsità di documentazione tra il V e il IV sec. a.c. non consente di individuare con precisione la comparsa dei Lucani e la loro affermazione nella zona. Comunque dallo storico *Diodoro Siculo* sappiamo che nel 389 a.c. **Laos** è già una città lucana dal quale partono sortite contro la greca *Thurii*. Solo a partire dalla seconda metà del IV sec. a.c. la presenza lucana diventa archeologicamente tangibile. Infatti i Lucani pongono nel fiume Lao il limite meridionale del loro territorio e si concentrano nei due principali insediamenti, il Palecastro di Tortora e S. Bartolo di Marcellina, circondati da insediamenti rurali a conferma di una economia prevalentemente agricola. La letteratura ci permette di individuare questi due centri rispettivamente con le città di *Blanda* e *Laos*. Non è ancora chiaro il rapporto tra le due città ovvero se Blanda possedesse una propria autonomia o fosse un avamposto settentrionale di **Laos** a controllo della valle del Noce. Come nel secolo precedente Laos continuò a battere moneta come testimoniato dai numerosi rinvenimenti di monete di bronzo di piccolo taglio. Alcuni reperti relativi a Laos sono attualmente conservati nell'*Antiquarium* di **Torre Cimalonga** a Scalea.

**I can SMOKE**  
SIGARETTA ELETTRONICA - LIQUIDI E ACCESSORI  
**CENTRO IQOS**

**IL PUNTO DI RIFERIMENTO IN ZONA**

**IQOS**  
LA TUA ALTERNATIVA ALLA SIGARETTA.  
SCALDA STICK DI VERO TABACCO

I can SMOKE - Sigarette Elettroniche - Scalea  
 icansmokescalea 320 6944599  
VIALE 1° MAGGIO, 27 - SCALEA (CS)



## L'origine del nome "Scalea"



L'etimologia del nome "Scalea" e' sempre stata un vero rompicapo per i glottologi e gli studiosi di toponomastica, che in passato non hanno saputo offrire soluzioni convincenti. Scartata subito la facile paretimologia popolare (ancora molto diffusa e purtroppo accolta anche in opere di un certo rilievo e serietà), che fa derivare il suo nome dalla forma "a scala", cioè a gradinata verso il mare, dell'attuale centro storico, ed altre etimologie molto artificiose e fantasiose, e' molto probabile che l'origine del toponimo Scalea vada ricercata, così come l'origine del centro abitato, nel periodo della dominazione bizantina (sicura per la zona a partire dalla fine del secolo IX, ma forse iniziata già molto tempo prima).

Le forme più antiche assomigliano in modo impressionante ai vocaboli <daskalio'> o <daskalia'>, che in greco moderno indicano generalmente quelle piccole isole poste a difesa di una baia o di un promontorio e usate spesso anche come punto di approdo.

Le forme neogreche, attraverso quelle più antiche <daskalion> o <daskalia>, derivano quasi certamente dal greco medievale <kondoskalion> "piccolo porto" (cioè da kondos "piccolo" e scalion, ipocoristico di Skala o Skalon "porto"): questo, peraltro, era anche il nome di uno dei porti di Costantinopoli nel medioevo. E' probabile, dunque, che anche l'isola di Scalea, come ancora oggi quella di Cirella e quella di Dino, nel medioevo costituisse un ottimo punto di approdo e un rifugio per le navi bizantine che pattugliavano il Tirreno.

Non bisogna dimenticare infine, che anche il nome degli abitanti di Scalea e' chiaramente di stampo greco. Il termine dialettale "skaliuoti", infatti, conserva il tipico suffisso greco -otis, con cui si formano gli etnonimi.

- Da "Scalea antica e moderna" di Amito Vacchiano ed. Salviati

## Numeri Utili

Polizia Municipale	0985 282207
Carabinieri Pronto intervento	112
Comando Stazione	0985 920888
Polizia	113
Polizia Stradale	0985 283211
Vigili del Fuoco	115
Capitaneria soccorso mare	0985 91535
Guardia Medica	0985 20266
Croce Azzurra	331 2133099
Croce rossa	0985 42147
Farmacia dr. G. Bergamo	0985 20251
Farmacia dr. S. Bergamo	0985 20110
Guardia Costiera	0973 876859
Soccorso Stradale	90483-21672
Ospedale Cetraro	0982 977216
A.S.L.	0985 90572
Poliambulatorio	0985 90572
Ufficiale Sanitario	0985 20673
Ufficio Postale	0985 283349
ENEL	0985 21427
Ufficio Turistico	0985 90679
Taxi	0985 90903
Consultorio Familiare	0985 90572
Segnalazione guasti	0981 480632

## EDICOLA IL SOLE

di Giuseppe Vitale & c.



**CARTOLIBRERIA  
GIORNALI  
RIVISTE  
ARTICOLI  
DA REGALO**

Via Michelangelo 69 - Scalea (Cs)

Info: 345 6101816



## Assistenza Tecnica

## ELETTRODOMESTICI

## VALERIO CARUSO

**IMPIANTI  
TV-SAT  
ARIA  
CONDIZIONATA  
IMPIANTI  
ELETTRICI**

Viale Michelangelo 71 - SCALEA (Cs) - Info: 333 5789523 - caruso.valerio@live.it

## La Torre Talao

Le antiche carte geografiche mostrano che il terreno su cui fu edificata nel 1500 la **Torre Talao** era un'isola, chiamata Talao in quanto il territorio veniva indicato nei manoscritti greci come *Kata Laòn*, che significa intorno al fiume Lao. Successivamente nei testi sarebbe scomparso il primo monosillabo per avere prima *ta'* *laon* e poi *Talao*.

In seguito un fenomeno di insabbiamento l'ha trasformata in una penisola ed oggi e' completamente all'asciutto. Nel 1535, per volere di Carlo V, entro' a far parte, insieme all'isola di Dino e di Cirella, di un sistema difensivo di torri capaci di respingere l'assalto dei turchi. L'intero sistema difensivo costiero, lungo tutto il litorale ionico e costiero, comprendeva 337 torri in vista una dell'altra.

La Torre un tempo era la sede di un cenacolo culturale di grande importanza, un vero e proprio centro di studi pitagorici, attivo almeno fino agli anni venti. Animatore della scuola era Amedeo Rocco Armentano, nato a Scalea da genitori originari di Mormanno nel 1886, il quale ospito' nella Torre i migliori intellettuali pitagorici, che si davano appuntamento a Scalea per coltivare l'alchimia e la magia.

*Chi e' nato o comunque ha trascorso parte della sua vita a Scalea non puo' non avere nel proprio cuore e tra i propri ricordi piu' belli l'immagine della Torre Talao.*



ASSOCIAZIONE **CROCE AZZURRA** SCALEA  
SERVIZIO AMBULANZA H24



Cell. 331 2133099

SEDE ASSOCIAZIONE:  
P.zza Giovanni XXIII 15  
SCALEA (Cs)

[croceazzurrascalea@libero.it](mailto:croceazzurrascalea@libero.it)

## Prelibatezze per il palato



Per chi desidera assaporare prodotti prelibati e di qualita', e per chi cerca la vera genuinita' del prodotto, a Scalea il punto di

riferimento e' il **Panificio/Biscottificio "IL FRANFORNAIO"** dei F.lli Formisano. Qui si potra' trovare pane per tutti i gusti, *a lievitazione naturale*. Palatone, pane con farina di Altamura, pani speciali integrali e multigrain con olive, broccoli, noci, salame, n' duja, casatiello, panini soffiati e di semola. Inoltre pizze di tutti i tipi.

**Specialita' dolci e salate.**



## Il Franfornaio

dei F.lli Formisano

Via del Mulino 17 - SCALEA (Cs)

INFO: 334 3816123

## I PORTICI

PIZZERIA - GRAFFERIA  
GELATERIA - CORNETTERIA



Il tuo punto di ritrovo sotto i portici del centro di Scalea

*Pizza su ordinazione anche a domicilio*



Via Lido 19 - SCALEA (Cs)

Info: 348 3652339



Per conoscere e farsi conoscere

## GROTTE DI TORRE TALAO



L'isolotto della **Torre Talao**, dominato dall'omonima torre aragonese ed oggi completamente inglobato nella terra ferma, è caratterizzato dalla

presenza di cavità naturali che hanno offerto riparo a gruppi di cacciatori e pescatori del *Paleolitico Medio*. Forse queste grotte costituiscono il più importante *complesso musteriano* della Calabria (contemporaneo all'uomo di Neanderthal caratterizzato da strumenti di pietra differenziati nell'uso e più perfezionati). Sicuramente è quello che ha segnato l'inizio delle ricerche sul Paleolitico Calabrese. Il complesso ha anche avuto la sorte di essere, ad oltre un secolo dalla scoperta, pressoché sconosciuto. Si tratterebbe di manufatti di dimensioni ridotte tratti da diaspri e selci con una forte frequenza di raschiatoi che presentano un ritocco a scaglie di tipo semplice. In base a questi tratti e alla tecnica di scheggiatura, che è per lo più di tipo non levallois, l'industria di Scalea parrebbe definibile come un musteriano di tipo *La Quina*. Per quanto concerne la fauna, abbiamo molte più informazioni anche se mancano indizi sulla provenienza stratigrafica dei singoli reperti e sulle frequenze delle singole specie. Vi compaiono: elefante, rinoceronte, ippopotamo, bue primogenio, bisonte, cavallo, orso, cinghiale, cervo, daino, capriolo, leone e iena delle caverne, confermando il tipo di fauna calda o almeno di ambiente temperato che è stato tradizionalmente attribuito a questo complesso. Tutti i reperti ritrovati sono attualmente conservati nei musei archeologici di **Reggio Calabria** e di **Lamezia Terme**.



Vi compaiono: elefante, rinoceronte, ippopotamo, bue primogenio, bisonte, cavallo, orso, cinghiale, cervo, daino, capriolo, leone e iena delle caverne, confermando il tipo di fauna calda o almeno di ambiente temperato che è stato tradizionalmente attribuito a questo complesso. Tutti i reperti ritrovati sono attualmente conservati nei musei archeologici di **Reggio Calabria** e di **Lamezia Terme**.

## STABILIMENTO BALNEARE

# "IL VIP"

di Vincenzo Labadessa

**Spiaggia dotata di tutti i comfort al mare indimenticabile di Scalea**



C.so Mediterraneo - SCALEA (Cs)

Info: **339 7977237** - [labadessa.vincenzo@alice.it](mailto:labadessa.vincenzo@alice.it)

## B&B a casa di luca

*Nella fantastica cornice della Riviera dei Cedri il B&B "A CASA DI LUCA" e' lieto di ospitarvi nella splendida Diamante*

Via Caravaggio 2  
Diamante (Cs)  
Cell. 340 6167867  
Tel. 0985 81588  
[www.casadiluca.com](http://www.casadiluca.com)  
[casadiluca1978@libero.it](mailto:casadiluca1978@libero.it)



# GOLDEN BEEF

di Cirillo

NOVITA'

**MACELLERIA - BRACERIA  
PANINOTECA - GASTRONOMIA**

Via Tito Minniti 29 - SCALEA (Cs) - Info: **334 1783995**



Per conoscere e farsi conoscere

Curiosita' **Le 4 porte di Scalea** Curiosita'

Verso la fine del VI secolo Scalea fu occupata dai Longobardi. Intorno alla rocca costruita dagli invasori sorse le prime case, addossate l'una alle altre, protette da alte mura che consentivano l'accesso al borgo solo attraverso 2 porte: una militare che favoriva l'accesso al castello e l'altra cittadina, situata su largo Cimalonga. Con l'arrivo dei Normanni (XI sec.) il borgo e le sue mura si distesero verso il mare e altre due porte facilitarono l'ingresso della popolazione nel paese: una a nord e l'altra a sud-est situata sulla strada che porta a Cimalonga.

**PORTA MARINA** e quella **CIMALONGA** furono le più frequentate. Il largo adiacente Porta della Marina è stato per secoli il punto di ritrovo per tutti coloro i quali erano collegati alla vita marinara: i pescatori vi dividevano il loro



pescato e rattoppavano le reti; i figli aiutavano i grandi nel lavoro per imparare presto il mestiere; i passeggeri e i marinai delle navi che attraccavano al porto sostavano in attesa di imbarcarsi nuovamente; le donne attendevano il ritorno dei pescatori per riempire di pesci le loro cassette e venderle a Scalea e nei paesi vicini. Porta Cimalonga era attraversata dai contadini per andare nelle campagne o dai mercanti che venivano nel borgo a vendere le loro merci. Vi si svolgevano il mercato, le fiere e molte feste del paese. Il 13 dicembre, giorno di santa Lucia, si svolgeva "U' pannu", una serie di giochi: della fune, della corsa nei sacchi, della gara della pasta asciutta, del palo della cuccagna ed altre competizioni che si tenevano ad anni alterni a Largo cimalonga e a Largo della Marina.

**PORTA DEL PONTE** era riservata al passaggio dei feudatari e della gente di riguardo.



**PORTA MILITARE** oltre alla sua funzione militare consentiva il passaggio del Principe, dei suoi familiari e delle persone a suo servizio.

**CENTRUFFICIO®**  
**TUTTO PER L'UFFICIO**

HO RE CA & Retail

Scalea - Diamante - Praia a Mare  
Info line: 0985 271032

**FAHD**  
FASHION ARTS & HOME DESIGN  
**SUSHI BAR**

 **Via Tommaso Campanella 7/9**   
**SCALEA (Cs) - Info: 0985 270344**

**FAHD**  
**H24**

**C.so Mediterraneo 149 - SCALEA (CS)**



Per conoscere e farsi conoscere

### Chiesa della Madonna del Lauro



Nella II metà del secolo scorso fu edificata la chiesa della *Madonna del Lauro*. Fu costruita all'estrema periferia di allora del paese, attaccata al muro di cinta del secondo cimitero di Scalea. Il cimitero in seguito fu trasferito altrove e sul posto fu edificato l'attuale palazzo dell'istituto di suore "*Madre Maria Clarac*". Importante e suggestiva la festa della Madonna del Lauro che si tiene l'8 settembre con processione in barca della statua. Secondo la tradizione la devozione alla Madonna del Lauro deriva dalla grazia ricevuta da alcuni marinai di *Meta di Sorrento* sorpresi da una violenta tempesta al largo di Scalea.



### La Festa della Madonna del Carmine

La gente di Scalea scelse la *Madonna del Carmine* quale propria protettrice e patrona il 7 marzo 1885 per essere stata liberata da una epidemia di colera nel 1854. I



festeggiamenti solenni si svolgono il 15 e 16 luglio di ogni anno. La mattina del 16 luglio il Sindaco si reca in chiesa ed offre un cero votivo alla Madonna; accompagnato da un fascio di prodotti della terra, come spighe di grano e rami di ulivo, come buon auspicio di abbondanti raccolti. La statua della Madonna viene poi portata in processione attraverso il paese accompagnata dalla devozione di tutti i fedeli. Una caratteristica della ricorrenza sono le "*cinte*" che alcune donne portano sul capo. La cinta è formata da un telaio in legno nel quale vengono inserite, lungo il suo perimetro, delle candele che poi vengono riccamente adornate e addobbate, offerte alla Madonna in dono per le grazie ricevute. Lo scenario folcloristico della festa è completato dallo spettacolo musicale che si tiene sul palco appositamente allestito, dalle bancarelle che vendono di tutto e dai fuochi pirotecnici che a mezzanotte ogni anno creano con i riflessi sul mare uno spettacolo particolarmente suggestivo.

 **NATURA s.a.s.**

**Fiori e Piante**  
**Giardinaggio**  
**Oggettistica**



Via Lauro 300 - SCALEA (Cs)  
INFO: 328 3147260



**STABILIMENTO BALNEARE**  
**HERMITAGE**

*di Luigi Di Giorno*

**Beach Bar**  
**Intrattenimento**  
**e serate musicali**

*Per le tue vacanze a Scalea*



C.so Mediterraneo - SCALEA (Cs)  
In prossimità del Parco degli Emiri  
INFO: **0985 21347 - 328 0698971**  
*luigidigiorno@libero.it*

Per conoscere e farsi conoscere

## Scalea: "LUCANIA... non Calabria"

Per tradizioni, storia e cultura **Scalea** e' una citta' lucana, sebbene molti ignorino tale aspetto. **Strabone**, storico del I sec. a.C., nella sua opera storico-geografica "*La Geografia*" descrive i confini della Lucania: "*La Lucania è il territorio posto tra la costa del Tirreno, dal Sele al Laos, e quella del mar Ionio, da Metaponto a Turi*" (VI, 1, 4). Da questa descrizione apprendiamo che la Lucania antica era più vasta di quella odierna; corrisponde infatti al territorio di tre regioni odierne: Basilicata, Campania meridionale (Cilento, Vallo di Diano) e Calabria (Laos, Sibari, Turi). I confini geografici della Lucania riflettono la situazione posteriore alla scissione fra Bruzii (antichi abitanti della Calabria) e Lucani avvenuta nel 356 a.C. con il confine fra le due regioni nell'istmo tra Turi e Cirella (Piccola Lucania), comprendente quindi pienamente Scalea e tutta la valle del Lao. Qui di seguito 2 mappe antiche esplicative:



## CUCINA SICILIANA

TRATTORIA - ROSTICCERIA - PANINERIA  
TAVOLA CALDA - PASTICCERIA SICILIANA  
CREPERIA - CORNETTERIA - CANNOLI

**VULARIE SICILIANE** nasce nel 2015 nell'isola pedonale di Scalea, il cuore della città, grazie ad **Ilenia e Gaetano**, una coppia palermitana con alle spalle anni di esperienza nella ristorazione tipica della loro città natia. L'intento è quello di creare un'alternativa alla classica gastronomia e introdurre la propria clientela alla tradizione enogastronomica siciliana, con il calore e l'ospitalità propri della terra di Trinacria.



Tante le "*vularie*" preparate in modo artigianale e nel rispetto della tradizione. Grazie alla **passione**, alla dedizione ed alla continua ricerca delle materie prime, tutte importate rigorosamente dalla Sicilia, la trattoria e' in grado di proporre un'ampia gamma di rinomate **prelibatezze**.



Via Michele Bianchi 11  
(isola pedonale) - SCALEA (Cs)

Info: **0985 041946 - 345 7814505**

[www.vulariesiciliane.it](http://www.vulariesiciliane.it) - [info@vulariesiciliane.it](mailto:info@vulariesiciliane.it)



ROSTICCERIA - TAVOLA CALDA

Centro Commerciale "Scalea Village"

SCALEA (Cs) - INFO: **345 7814505**

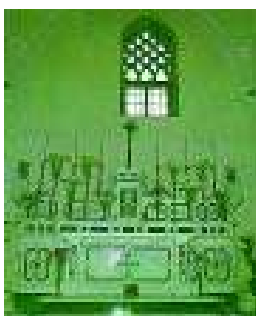
[www.vulariesiciliane.it](http://www.vulariesiciliane.it) - [info@vulariesiciliane.it](mailto:info@vulariesiciliane.it)



Per conoscere e farsi conoscere

### Chiesa di S. Maria di Episcopo

La chiesa di **Santa Maria d'Episcopo** e' situata a ridosso dei resti del Castello di Scalea. Edificata nel 1167 venne poi ristrutturata nel corso del XVII secolo. A navata unica, possiede una imponente torre campanaria, nella quale si trovano tracce di affreschi dei secoli XV e XVI. La facciata e' dominata dal portale litico con arco a tutto sesto e cornice in pietra. All'interno una *monofora* di stile gotico, che sovrasta l'abside, una conca battesimale in pietra, di epoca normanna, il settecentesco altare maggiore in marmo, diverse tele del XVII secolo, e una pregevole, coeva, scultura lignea raffigurante S. Domenico.



Via Lauro 91/93 - Scalea (Cs) - Info: 0985 21180

### Antiquarium di Torre Cimalonga



La *Torre Cimalonga*, a base circolare, inizialmente eretta a guardia di una delle quattro porte di accesso di Scalea e successivamente utilizzata come prigione, ospita una *mostra permanente* sui risultati degli scavi di *Laos* ed offre un quadro, sebbene limitato, dei rinvenimenti archeologici del comprensorio. Vi sono, tra gli altri, esposti: frammenti d'impasto e un orlo di coppa a filetti di fine VII-VI sec. a.c. a dimostrazione di una presenza arcaica del pianoro di S.Brancato di Tortora; vasellame a vernice nera, dischetti in terracotta con la raffigurazione di un amorino in ceppi, una bella antefissa a testa di sileno e calchi di alcune delle monete in bronzo della zecca di Laos relativi al periodo Ellenico; elementi fittili del tetto di una casa lucana.



Punto **amazonlocker**

RITIRO E CONSEGNE A DOMICILIO IN TUTTA ITALIA

**Servizio Pagamenti  
e Ricariche Telefoniche**

Via T. Minniti 9 - SCALEA (Cs)  
Info: 392 6550800

QUALITA' - GARANZIA - PROFESSIONALITA'



## **AUTOFFICINA DE PAOLA SALVATORE**

**GOMMISTA - AUTONOLEGGIO**

Montaggio ganci traino di tutte le auto con  
Collaudo in sede - Sostituzione Serbatoi GPL dopo i 10  
anni con Collaudo in Sede - **Vendita Auto usate**

Via Impresa - SCALEA (Cs) - Tel. & Fax 0985 20194 - Cell. 338 9438926  
[www.aposto.it](http://www.aposto.it) - [officinadepaola@libero.it](mailto:officinadepaola@libero.it)

Pianeta SUD • 55

*Per conoscere e farsi conoscere*



**Novita'**

# Baby Park

VIALE I MAGGIO - SCALEA

**"Il gioco  
e' il sorriso  
di ogni bambino"**

**Parco  
Giochi**



**Area giochi - Parco divertimenti  
Feste di compleanno**



**Info: 329 4380602**



## IL VESTITO TRADIZIONALE SCALEOTO



Un'usanza molto comune nelle diverse regioni della Calabria era quella di impiegare il vestito come un segno di distinzione di classe e di appartenenza ad un distinto gruppo sociale. Anzi, nel XIX secolo prende piede una vera e propria regola che soprattutto le donne erano tenute a rispettare. *Padula* dà una descrizione del tipico costume femminile dell'epoca: "Scalea. Gonna Rossa con pe-

*dana verde; maniche staccate; piccolo corpetto che fa misurare il petto; sinale e fazzoletto succeduto al ritorto* ". L'uso simbolico dell'abito divenne molto frequente anche in ambito religioso al punto che l'arte napoletana forniva a tutto il meridione le statue non scolpite, ma vestite, per trasmettere al popolo dei fedeli il messaggio nella lingua del loro folklore. L'attribuzione di un abito regale alla Madonna del Carmelo, Patrona di Scalea, deriva proprio dal fatto che essa rappresenta la "Regina": il suo abito è tutto ricamato in oro, con manto stellato e nel colore proprio del suo titolo devozionale.

## Il Relitto del LILLOIS

"Mattina del 28 marzo del 1943: ben quattro torpedini centrarono il Lillois determinandone l'affondamento in poco più di un'ora... Tra i



naufraghi raccolti, grazie alla pronta gara di solidarietà dei pescatori locali...". (tratto da una pubblicazione dello scrittore e storico *Alberto Cunto*).

Il *Lillois*, di costruzione francese, lungo circa cento metri e varato nel 1910, era stato catturato ai francesi il 17 dicembre 1942; dalle 11.46 del 28 marzo 1943 la sua ultima e immutabile dimora è un fondale di circa sessanta metri a largo dell'abitato di Scalea, in posizione 39°05' Nord e 15°46' Est.

La visione panoramica del relitto nella sua quasi totalità è uno spettacolo mozzafiato; già dopo una quindicina di metri dalla superficie comincia a intravedersi la più alta delle due coffe del piroscalo che si staglia nel blu a una profondità di 36 metri, completamente avvolta da una grossa nuvola di coloratissimi *anthias*.

Colori & Ferramenta  
**GAMBA**  
Via Fiume Lao 453 - Scalea (Cs) - Info 0985 90916

ne fa di tutti i "colori"  
Servizi e Consulenza per Cicli di Protezione e Finitura per Esterno e Interno.  
Ampia Gamma di Soluzioni "Colore" con Sistemi Tintometrici

*Coloration*

f Ferramenta Colori Gamba

VERNEZ **Lovema**

**Errelle** Consulting

di Dott. Roberto Lomastro

CONSULENZE INFORMATICHE  
REALIZZAZIONE  
E FORNITURA SOFTWARE  
FORMAZIONE  
PROGETTAZIONE, REALIZZAZIONE  
E MANUTENZIONE RETI  
ASSISTENZA SOFTWARE  
REALIZZAZIONE SITI WEB

Via Tommaso Campanella 121  
SCALEA (Cs)  
Tel. & Fax 0985 271771 - Cell: 328 8369213  
Mail: [errelle@interfree.it](mailto:errelle@interfree.it)

## DETTI E PROVERBI DI SCALEA

- 1) SI N' VUJ VACCI, SI NUN N' VUJ MANNACCI.
- 2) ARRASSIT CAVUDAR CA MI TINGIJ.
- 3) A JUM CITT NON CI PASSA' CA T'ANNIEC.
- 4) S'A CARN I LAT FUSS BONA, A SUJ S'HA MANGERIN I CAN.
- 5) U VUJ CHIAMA CURNUT AL'ASIN.
- 6) SI MARZ VO FA', I SIGNURINELL FA SMANICA'.
- 7) MARZ E' GRUGN, TI FA CAD L'UGNI.
- 8) PASSAI NATAL E VINN CAPUDANN E PASCA E BIFANIA MANC FRIJMM.
- 9) I GUAI DA PIGNAT I SA A CUCCHIARA.
- 10) PETRA I SCJUM NO FA LIPPA.
- 11) AMMUCCIA AMMUCCIA MIENZ U MIRCAT.
- 12) DICIS CERT COS CA NO TRASIN MANC NDU' PURTUN DA CHIES.
- 13) SE TUTT I CIELL CANUSCERIN U GRAN, MURERIM TUTT I FAM.
- 14) CHI SPRANZA NI VO AVI' LU NNAMMURAT, QUANN LA DONNA 'NGANNA LU MARIT.
- 15) STAI SEMP MUSS E GUNUCCHI.
- 16) PINZIRUS PENSATICCI TU CA SPIENZIRAT TI CI PENZIJ JI'.
- 17) CAPISCIS SEMP ASS P' FIGURA.
- 18) FAI DUJ FACC' CUM A BISIGNAN

Fonte: web pubblicato da *Francesco Casella*.

## Chiesa di *San Nicola di Plateis*

La *Chiesa di S. Nicola in Plateis* fu costruita nel XII secolo, sui resti di un precedente edificio, probabilmente bizantino. La struttura primitiva, che oggi funge da cripta, presenta il tipico stile romanico-bizantino, con tre navate divise da otto basse colonne e volte a crociera. Le pareti sono arricchite da affreschi seicenteschi, recentemente restaurati, e nell'atrio della cripta si trova la tomba del filosofo scaleota *Gregorio Caloprese*. La parte superiore della chiesa, costruita nel XIV secolo e poi rifatta nel XVIII, conserva un bel portale in pietra di tufo locale sormontato da una finestra litica in stile gotico, il trecentesco sepolcro marmoreo dell'ammiraglio angioino Ademar Romano, originario di Scalea, opera di artisti senesi, un magnifico altare in marmo policromo, una bella tela del XVIII secolo opera di *Giovanni B. Azzolino*, una tavola raffigurante S. Antonio da Padova forse di scuola fiamminga, e vari affreschi del 1700.





**PRODOTTI E ALIMENTI  
PER CANI E GATTI - Sala toelettatura**

C.so Mediterraneo 201/203/205 - SCALEA (Cs)  
Info: **366 9505646** - [baumiaociao@gmail.com](mailto:baumiaociao@gmail.com)

**AMBULATORIO  
VETERINARIO**

Dott. Carmine Colantonio

**CLINICA E CHIRURGIA - RADIOLOGIA  
ECOGRAFIA - LABORATORIO ANALISI  
VISITE A DOMICILIO - REPERIBILITA' H24**

Strada Statale 18, 221 - SCALEA (Cs)  
INFO: **0985 91621 - 334 3639688**  
[carminecolantoniovet@libero.it](mailto:carminecolantoniovet@libero.it)



Per conoscere e farsi conoscere



## LA GASTRONOMIA



Tra i piatti simbolo di **Scalea** possiamo menzionare: *le linguine al baccalà, gli spaghetti al ragù di tonno, i bucatini con il cavolfiore, le tagliatelle con i carciofi, i fusilli con la vrasciola, gli spaghetti con le alici, i fusilli, lagane e ceci*, e la *“pasta grattata”* con pane raffermo e peperoncino piccante.

Gustosi anche i secondi, tra cui spicca il baccalà fritto con i peperoni secchi, il pesce spada al limone, il gratin di alici, le frittelle di neonata, la pitta.

Deliziose le ricette a base di pollo della tradizione contadina, affiancate da buone carni arrosto. Sulla tavola scaleota regna il **pesce**, che il mare offre in grande abbondanza e varietà. Cernie, spigole, sauri, alici, sarde e rosa marina sono quelli più pescati. Ma c'è di più, perché oltre al pesce la cucina di questo paese utilizza molto anche la carne.

Soprattutto quella ovina e caprina, che proviene dagli allevamenti molto diffusi sul territorio comunale.

Così non c'è da stupirsi se un primo piatto tipico sono i fusilli con la carne di capra, né se le massaie preparano ancora *“i capucelle”*, testine di agnello o capretto cucinate con la mollica di pane. Molto apprezzati infine anche *“i pipi arrusculiati”*, peperoni seccati al sole d'estate e poi soffritti durante l'inverno con salsiccia. Per finire, *“panicilli”* e biscotti da intingere nel vino passito della casa, fatto con rare uve autoctone. Molto buoni sono anche i *“Turdilli”* e i *“Chinuli”*, dolci tipici scaleoti che vengono preparati come da tradizione a Natale. I vini consigliati sono quello dolce caratteristico di Verbicaro, il vino della *“Arenella”* che deriva da uve che si impiantano nei terreni sabbiosi, il vino di Buonvicino *“Cerasuolo”* chiamato così per il colore rossastro delle ciliegie e si può dire che è un vino talmente buono che può competere con i migliori vini del mondo. Come ottimo ammazza caffè si consiglia il liquore o la crema di *cedro*, frutto simbolo di tutta la riviera e dall'aroma inconfondibile.



**ORTOFRUTTA  
FARM - E-SHOP**

*Natura e Genuinità  
a portata di mano*



Via Raffaello 64 - SCALEA  
INFO: 389 4468228



Club Nautico  
*Le Scoglio*

Situato a due passi dal mare, delizia i propri clienti con **piatti squisiti a base di pesce freschissimo pescato ogni giorno**. Possibilità di mangiare sia all'interno che all'esterno coccolati dal suono e il profumo del mare.

**RISTORANTE SUL MARE**



**RIMESSAGGIO - NOLEGGIO E CUSTODIA BARCHE**

Via Nazario Sauro (Lato Sud Torre Talao)  
Scalea (Cs) - INFO: **0985 939735**

Facebook icon Instagram icon

**GIGIZ TATTOO**

info: 349.8402745 - [www.gigiztattoo.it](http://www.gigiztattoo.it)

*Per conoscere e farsi conoscere*



La **Stefy's House** è composta da due appartamenti indipendenti: **Red room** (bilocale) e **Blu room** (trilocale)  
Vivi l'autentica ospitalità familiare nel cuore di Scalea! Il nostro B&B offre comfort moderni come Wi-Fi, self check-in e angolo cottura completo. Situato centralmente, con tutto a portata di mano per una vacanza perfetta. Prenota subito e crea ricordi indimenticabili!



**Il tuo alloggio a Scalea**

Via Enzo Ferrari 3 - SCALEA (Cs)  
Info: [stefaniarusso431@gmail.com](mailto:stefaniarusso431@gmail.com)



colorificio

**Splendor**

Rivenditore  
**OIKOS**



**PROFESSIONAL  
COLOR DESIGNER**

**Pitture Decorative - Idropitture  
Spettrofotometro - Tintometro**



Via Piano Lettieri - Scalea (Cs)  
Tel. 0985 802349 - Cell. 338 1007329



[www.colorificiosplendorscalea.com](http://www.colorificiosplendorscalea.com) - [colorificiosplendor@yahoo.it](mailto:colorificiosplendor@yahoo.it)



Per conoscere e farsi conoscere



## RICETTE TIPICHE



### BUCATINI E CAVOLFOIORE

**Ingredienti:** 1 cavolfiore (400-500g); 1 cipolla; 1 bicchiere d'olio extra-vergine d'oliva; zafferano; sale, pepe; 50 g. di pinoli; 400 g. di bucatini; 75 g. di pecorino grattugiato; basilico.

**Preparazione e cottura:** circa 1 h. **Per 4 persone**  
Lessate il cavolfiore per circa 30 minuti. Aiutandovi con una paletta forata toglietelo dall'acqua, che conserverete per lessarvi i bucatini;

Sbucciate la cipolla, affettatela a velo e fatela soffriggere in un capiente tegame dove avrete versato metà olio. Sciogliete un pizzico di zafferano in ½ bicchiere d'acqua e unitelo alle cipolle proseguendo la cottura per altri 5 minuti; Sminuzzate grossolanamente il cavolfiore e versatelo nel tegame; mescolate, abbassate la fiamma e continuate la cottura per 5-7 minuti.

Unite al cavolfiore i pinoli, mescolate, regolate di sale e condite con abbondante pepe nero macinato al momento. Lessate i bucatini al dente nell'acqua di cottura del cavolfiore. Scolateli e versateli nel tegame, unite il pecorino e 5-6 foglie di basilico, asciugate e sminuzzate. Lasciate mantecare mescolando finché il residuo dell'acqua di cottura della pasta sarà del tutto evaporato. Servite subito in fondine calde.

### PASTA CON LE SEPIE

**Ingredienti:** Spaghetti 400 gr. - seppie 600 gr. - cipolla - aglio - prezzemolo - pomodori pelati (circa 750 gr.) - pecorino grattugiato - olio vergine d'oliva - sale e pepe

#### Preparazione:

Lavate le seppie e tagliatele. In un tegame mettete a soffriggere la cipolla con olio, l'aglio e i tentacoli tritati, unite le seppie. Mescolate e aggiungete i pomodori, il sale e il pepe. Fate cuocere a fuoco lento, fino a quando le seppie saranno ben cotte, aggiungendo di tanto in tanto un po' d'acqua tiepida a seconda dell'esigenza. Fate cuocere gli spaghetti in acqua salata, scolateli, cospargeteli di formaggio pecorino grattugiato e di prezzemolo tritato e versate il sugo con le seppie.



# INFISSI MAZZA

Serramenti in PVC  
Legno-Alluminio - Porte e Persiane  
Blindate - Grate di Sicurezza



Professionalità ed affidabilità dal 1987

Via Piano del Fico - S. Domenica Talao (Cs)  
Info: 349 8524674 - [infissimazza@live.it](mailto:infissimazza@live.it)



C.so Mediterraneo 429 - 87029 Scalea (Cs)  
Tel e Fax 0985 90069  
[scalea@generaloffice.it](mailto:scalea@generaloffice.it)

[www.generaloffice.it](http://www.generaloffice.it)

## AUTOFFICINA De Franco Vincenzo

NUOVA  
SEDE



C. da San Giorgio - S. NICOLA ARCELLA (Cs)  
Info: 338 5298265

Per conoscere e farsi conoscere

**Fitness:** attività rivolta a tutte le persone che non desiderano svolgere attività di tipo agonistico, ma trovare e mantenere nel tempo uno stato di forma e di benessere psicofisico ottimale, che comprenda il miglioramento delle qualità primarie (cardiocircolatorie, respiratorie, mobilità articolare, forza, flessibilità, tono muscolare, riequilibrio fra massa magra e massa grassa), non trascurando al tempo stesso le esigenze estetiche, che nella società attuale sono di rilevante importanza. Questo obiettivo viene perseguito personalizzando e calibrando le due chiavi fondamentali dell'allenamento e dell'alimentazione, previa analisi morfotipica del soggetto. **Lo Sport è salute solo se praticato con metodo.**



Questo obiettivo viene perseguito personalizzando e calibrando le due chiavi fondamentali dell'allenamento e dell'alimentazione, previa analisi morfotipica del soggetto. **Lo Sport è salute solo se praticato con metodo.**

**D.T. CARLO CANDIA**



## RICERCA SVILUPPO ABILITA' ATLETICHE PROGRAMMI PERSONALIZZATI

**NUOVA SEDE** - Viale Caravaggio - Localita' Petrosa - SCALEA (Cs)  
**INFO:** 328 1295795 - [palestra-okinawa.it](http://palestra-okinawa.it) - [okinawascalea@virgilio.it](mailto:okinawascalea@virgilio.it)

Dall'autore della "Trilogia del Viaggio"  
**Raffaele Cammarota**

## **“Le meraviglie di Pianeta SUD”**



“Questo libro e' una carrellata di emozioni e incanti in un'Italia nascosta. E ve ne sono tanti. Intrisi di meraviglia, luce e calore. In quest'Italia che, nonostante tutto, rimane uno dei posti piu' belli del mondo.”

**In libreria e online, anche ebook**  
[www.raffaelecammarota.it](http://www.raffaelecammarota.it)

Besteseller su







## RICETTE TIPICHE



### FRITTELLE DI NEONATA

**Ingredienti:** 800 g. di neonata; 1 uovo; farina q b; sale, pepe; prezzemolo; olio per friggere.

**Preparazione e cottura:** 20 minuti circa.

Per 4 persone.

Lavate la neonata e disponetela in una terrina.

Rompete un uovo, aggiungete un pizzico di sale, pepe e qualche foglia di prezzemolo; quindi amalgamate il tutto e aggiungete gradualmente qualche cucchiaio di farina fino ad ottenere una poltiglia cremosa. Scaldate l'olio in una padella e versate con un cucchiaio, un po' per volta, la crema lavorata. Fate friggere per circa 1-2 minuti finché ogni frittella non raggiunge la doratura. Servite in piatti caldi.

### ALICI E PAN GRATTATO

**Ingredienti:** 800 g. di alici fresche; 60 g. di olio; 20 g. di pan grattato; 1 limone; origano; sale, prezzemolo.

**Preparazione e cottura:** 30 minuti circa

Dopo aver pulito le alici disponetele in un tegamino e ricopritele con pan grattato, prezzemolo e origano.

Condite con olio, sale e succo di limone e infornare fintanto che il pan grattato non risulti dorato. Servire le alici pronte ancora calde.

### MUSTAZZUOLI (MOSTACCIOLI)

**Ingredienti:** ½ litro di miele di fichi; farina quanto basta; 4 uova; 100 g. di mandorle; chiodi di garofano e buccia d'arancia; 200 g di zucchero.

**Preparazione:** amalgamate il miele di fichi con la farina. Aggiungete le uova intere, mandorle tostate spezzettate, chiodi di garofano pestati in un mortaio e buccia d'arancia secca pestata o fresca grattugiata e lo zucchero. Con il composto ottenuto formate delle schiacciatine rettangolari di media grandezza che passerete nel forno caldo fino a quando il composto raggiungerà una bella coloritura.



**EURO IMMOBILIARE Group**  
Sede principale: C.so Mediterraneo, 331  
Tel e Fax 0985.90955 - 87029 Scalea (Cs)

www.euroimmobiliare.calabria.it  
immobiliare.euro@libero.it

Rag. Tonino Amoroso

**Via Nazionale - S. Nicola Arcella (Cs)**  
**Tel 0985 90955 - 0985 300006**  
**Cell. 331 8635759**

## Folklore a Scalea

Elementi folkloristici di Scalea sono rintracciabili nelle manifestazioni del carnevale e nelle festività religiose. In occasione del **carnevale**, forse unico momento dell'anno in cui la libertà di espressione dei sentimenti e dei comportamenti eccelle per intensità, i cittadini si mascherano per smascherare grottescamente gli aspetti più caratteristici del proprio paese. Quello di Scalea è un carnevale che negli ultimi anni ha finito per risentire delle spinte parodistiche di personaggi e di eventi di forte richiamo sociale e politico sia a livello nazionale che locale.

Ma sopravvive ancora una danza carnevalesca dei marinai del luogo fatta per rivivere a terra le loro visioni di mare: il **Pizzica'ndo**. Si fa con movimento lento ed equilibrato come quello delle loro barche oscillanti sulle placide onde del mare in bonaccia.

Essi, all'imbrunire, si prendevano per mano e, disponendosi in cerchio, costituivano la base di una torre conica umana, che si innalzava con gli altri compagni sorretti, pure a cerchio, sulle spalle di quelli sottostanti. Per essi era la visione di una delle torri della costa ondeggiare nei loro occhi puntati dal mare tremolante verso la torre o quella di una delle navi alte per il loro albero delle vele, che si vedevano accostarsi a riva placide e oscillanti come su un morbido scivolo.

Come ogni danza segue un ritmo musicale, anche questa era fatta al ritmo del loro canto di Pizzica'ndo. Con questo ritmo ondeggiato, il gruppo camminava per le vie lentamente e arrivava alle soglie dei balconi affollati da belle ragazze. Tra risate, allegria, vezzi e qualche bicchiere di buon vino, questa danza continuava fino a tardi e chiudeva la serata.



Il ballo del folklore è una componente comune dell'allegria popolare e questo del Pizzica'ndo si può accostare a quello del "Vallje", che nel martedì dopo Pasqua suole farsi nei Paesi italo-albanesi nelle nostre contrade.

Le ragazze in costume e tenendosi a catena attraverso l'impugnatura di un fazzoletto, per le vie del paese e con tanta allegria lentamente si snodano danzando e cantando le ballate dell'epica albanese.

Intanto gli amici vengono, mano a mano, avvicinati ad un bar per pagare una fermata di ristoro e variare, così, tra gli scherzi di tutti, la gran festa di folklore, che restano accerchiati nella danza.

Per conoscere e farsi conoscere



**ELETTROTUTTO & Più**  
s.a.s.

FERRAMENTA  
ELETTRICITÀ  
LEGNO SU MISURA  
BRICOLAGE-ARREDO  
COLORI  
IDRAULICA  
GIARDINAGGIO

Via Fiume Lao, 307 - 309 87029 Scalea - Tel. 0985. 920208 - e-mail [elettrotuttoepiu@libero.it](mailto:elettrotuttoepiu@libero.it)



# TENDE DA SOLE

## SOLUX

*LG tendaggi*

PERGOTENDE • DEHORS • VETRATE PANORAMICHE  
AVVOLGIBILI • ZANZARIERE • VENEZIANE • TENDE TECNICHE



Via Lauro 116  
SCALEA (Cs)  
Info: 349 5607844  
340 0961064  
[www.soluxtende.it](http://www.soluxtende.it)  
[info@soluxtende.it](mailto:info@soluxtende.it)  
[lgvendaggi@gmail.com](mailto:lgvendaggi@gmail.com)



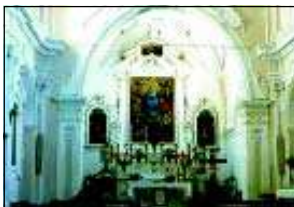


Curiosita'

## Le Leggende

Curiosita'

Si conservano a Scalea due delicate leggende ambientate durante le incursioni Saracene. Si racconta, che durante un'incursione dei Turchi, **Dragut** e i suoi uomini, sbarcati sulla spiaggia riuscirono a penetrare nel paese forzando la **Porta della Marina**: diedero fuoco alle abitazioni, saccheggiarono la **Chiesa di San Nicola** ed aprirono il Sarcofago di **Ademaro Romano**, rubando la spada del defunto ed una campana d'argento. La leggenda racconta che la nave sulla quale venne caricata la campana urtò gli scogli della "Giumenta" ed affondò con il suo carico. La campana d'argento, il 6 dicembre giorno di San Nicola, rimanda i suoi rintocchi dal fondo del mare: ma riescono a sentirli solo gli innamorati e i puri di cuore. L'altra leggenda è legata alle vicende di **Amurat Rais** il quale all'inizio del 1600 dopo aver saccheggiato la spiaggia di Aieta, approdò nei pressi di Scalea. Inviò a terra alcuni suoi uomini con il



compito di raggiungere la Torre di Scalicella per corrompere il guardiano, il quale non avvertì il castello della presenza dei corsari, i quali attaccarono Scalea che, colta impreparata, fu presa; ma successivamente riuscì a respingere i Saraceni. Dopo la battaglia il guardiano traditore fu impiccato ad un albero. Da allora, secondo la tradizione, la Torre di guardia della Scalicella fu detta "Torre di Giuda". Altre leggende riguardano Torre Talao: lo scoglio di torre Talao vide il passaggio di Enea e di Ulisse. Nei pressi morì il compagno di Ulisse, Dragone e a ricordo dell'amico del re di Itaca sorse un oracolo. Tempo dopo l'oracolo predisse: "presso Dracone Lajo molto popolo sarà per perire". Infatti nel 389 a. C. avvenne nella piana del Lao lo scontro tra Lucani contro Laini e Taurini. L'altra leggenda narra che un passaggio segreto sotterraneo collegò la Torre al Castello.

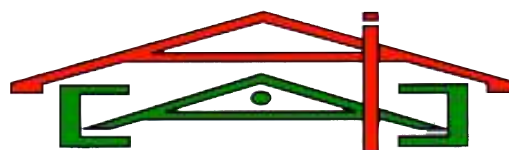


Installazione e Manutenzione di Acquari  
Vendita pesci, coralli e piante. Accessori e mangimi.



Via Lauro 5  
Scalea (Cs)

INFO: 333 5326610



**ABITARE ITALIA**  
CENTRO AMMINISTRAZIONE CONDOMINI

R.L. De Filippo Dott. Carmine

**COMPRAVENDITA IMMOBILI**  
**AFFITTANZE TURISTICHE**  
**AMMINISTRAZIONE CONDOMINI**  
**Associato FIAIP - ANACI**



C.so Mediterraneo 529/539 - Scalea (Cs)  
Tel. & Fax **0985 21692**  
[www.abitareitalia.it](http://www.abitareitalia.it) - [abitcac@tiscali.it](mailto:abitcac@tiscali.it)

NOVITA'

**OSTEOPATIA SUD EST**  
CENTRO DI MEDICINA OSTEOPATICA FISIOTERAPIA  
E TERAPIE OLISTICHE

- **Patologie dolorose e disfunzionali acute e croniche della colonna vertebrale**
- **Patologie disfunzionali viscerali varie**
- **Emicranie e cefalee ad eziologia varia**
- **Trattamento delle infertilità**
- **Trattamenti pre e post-parto**
- **Problematiche ortopediche e fisiatriche dell'età pediatrica (0-12 anni) e dell'adulto.**
- **Riabilitazione pre e post-chirurgica**
- **Rieducazione motoria post-traumatica**
- **Riabilitazione neurologica**
- **Rieducazione respiratoria/cardiológica**
- **Rieducazione posturale Metodo Mézières**
- **Massaggio Reflessogeno del Connettivo**
- **Fisioterapia in ambito sportivo**
- **Taping Neuro-Kinesiologico**

Corso Mediterraneo 507 - Scalea (Cs)

ORARI DI APERTURA: 9.00 - 13.00 - 16.00 - 20.00  
SABATO 9.00 - 13.00 - CHIUSO LA DOMENICA

Tel. e Fax: 0985 806777 - Cell. 392 1434364

E-MAIL: [sudestosteopatia@gmail.com](mailto:sudestosteopatia@gmail.com)

OSTEOPATIA SUD EST

Per conoscere e farsi conoscere

*Il Buon Gusto Italiano*



MISCELA CLASSICA

**Russo caffè**  
Marchio *Made in Italy*,  
simbolo di un caffè di  
grande qualità.  
Distribuito in diverse  
linee pensate per tutte  
le esigenze: per il bar,  
la casa e l'ufficio.



Scalea (Cs) - Italy

Info: 320 4747059 - [biagiorussocaffe@gmail.com](mailto:biagiorussocaffe@gmail.com)

# REVISIONI



*di Vavala'*

## AUTO - MOTO - MOTOCARRI

LA REVISIONE AUTO E' FONDAMENTALE PER LA SICUREZZA IN STRADA

RICORDIAMO AI GENTILI CLIENTI  
CHE TUTTI I VEICOLI DI PRIMA  
IMMATRICOLAZIONE SCADONO  
DOPO 4 ANNI.

LE SUCCESSIVE OGNI 2 ANNI.  
LASCIATI GUIDARE DA NOI.



• Ti aspettiamo dal lunedì al venerdì. Sabato fino alle ore 13:00. Domenica chiuso •

Via Lauro 317 - Scalea (Cs) - Info: 0985 920714



### La "TORRE DI GIUDA": tra storia e leggenda

Scalea da Nord è guardata dalla torre di guardia del castello, conosciuta come **Torre di Giuda**. All'inizio del sec. XVII il guardiano della torre di guardia non avvertì il castello della presenza dei corsari. I corsari attaccarono Scalea, che colta impreparata fu presa. Scalea, dopo aver subito il saccheggio riuscì, dopo aspra lotta, a respingere i saraceni.

Dopo la battaglia il guardiano traditore, cercato e preso, fu impiccato ad un albero. Da allora la torre di guardia del castello fu detta Torre di Giuda.



Questa però è la versione popolare. Gli storici danno altre spiegazioni sul nome della Torre. Alcuni sostengono che la torre fu detta di Giuda perché era vicino al ghetto degli Ebrei. Infatti nei secoli scorsi le poche case che sorgevano all'inizio della piana della petrosa, poco più in alto della torre, furono adibite ad olivi. Poi alla fine del secolo scorso, furono distrutte per far posto alla costruzione dell'attuale Faro.

Le torri di guardia, all'epoca, venivano erette per motivi di difesa. Dovevano ovviamente, rispondere a particolari esigenze. Dalla Torre doveva essere, cioè, facile l'avvistamento e la comunicazione con il Castello. Anche la Torre di Giuda possedeva questi requisiti, e infatti dalla Torre si dominava benissimo la baia. Inoltre dal Castello si sentiva distintamente la voce di chi parlava vicino ad un muro della Torre. E dalla Torre si sentiva la voce di chi parlava dalla torre d'angolo nord del Castello."

Tratto da "SCALEA a Scalia" di Manco-Cupido



**F.lli Nicodemo**  
**EnerGas** **NIPPON GASES**  
**GAS per uso Domestico, Industriale e Alimentare - SERVIZIO A DOMICILIO**  
Viale 1° Maggio, 51 - SCALEA (Cs)  
Tel. 0985. 90272 - Cell. 331.7412524

**FastCell**  
*Assistenza Tecnica*  
**WIND** **Telefonia Cellulare di tutte le marche**  
Via Verbicaro - MARCELLINA (Cs)  
Info: 0985 42233 - 339 7429552  
[www.fastcell.it](http://www.fastcell.it) - [info@fastcell.it](mailto:info@fastcell.it)

**Tirone Angelo**  
**EDILIZIA - SANITARI**  
**COLORI - FERRAMENTA**  
**TERMIDRAULICA**  
**QUALITA' - PROFESSIONALITA'**  
Piazza Santo Domingo 6  
SANTA DOMENICA TALAO (CS)  
INFO: 0985 29180 - 393 9527855  
[ditta.tirone@email.it](mailto:ditta.tirone@email.it)

Per conoscere e farsi conoscere



**Abbigliamento per Neonati e Bambini  
Lingerie e biancheria intima per Adulti**



*Lo stile perfetto  
per i tuoi bambini*

Via Lauro 6 - Scalea (Cs)  
Info: **388 1947115**  
- NUOVA GESTIONE -



# DAKAR TENDA



ZANZARIERE - BOX DOCCIA  
PORTE A SOFFIETTO - VERTICALI  
TAPPEZZERIA - VENEZIANE  
PLISSE' - TAPPARELLE  
TENDE PER INTERNI  
INSEGNE LUMINOSE  
TENDE ERMETICHE  
CHIUSURE IN CRISTAL E PVC



**FABBRICA TENDE DA SOLE**

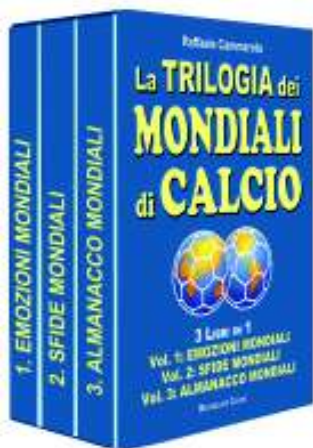
C.da Sant'Angelo - Zona Industriale - SCALEA (Cs)

Tel. **0985 42702** - Cell. **331 8198300** - [www.dakartenda.it](http://www.dakartenda.it) - [dakartende@gmail.com](mailto:dakartende@gmail.com)

Pianeta SUD • 68



## La Trilogia dei MONDIALI di CALCIO di Raffaele Cammarota



*Perche' il calcio e' molto piu' di un gioco. Segna in modo indelebile la storia delle nazioni. E' specchio di un popolo e metafora di vita. E soprattutto e' capace di regalare emozioni improvvise e incancellabili. Trepidazioni e batticuori. Sospensioni temporali. Questo e' il calcio che fa innamorare. E questo e' il calcio che ritroverete in queste pagine. Un'OPERA UNICA nel suo genere: la piu' completa ed emozionante sui MONDIALI di CALCIO.*

Entrambi su Amazon. Anche in versione ebook



## La "Trilogia del Viaggio" di Raffaele Cammarota



*Come provare a raggiungere il successo nella vita, superare le proprie paure, realizzare se stessi, ottenere un corpo in salute ed energetico, comunicare in modo persuasivo, migliorare le proprie relazioni, cambiare le proprie credenze negative, modificare a piacere il proprio stato d'animo e i propri comportamenti negativi*  
***"Il tuo viaggio e' solo tuo, di nessun altro. Tocca solo a te scegliere vestito da indossare, destinazione e bagaglio. Ma almeno ora conosci le regole del gioco."***

*Per conoscere e farsi conoscere*

# TERMOIDRAULICA 2000



**MATERIALI EDILI  
PITTURE CON  
SISTEMA TINTOMETRICO  
CERAMICHE  
ARREDO BAGNO  
IDRAULICA  
RACCORDERIE  
CALDAIE  
CONDIZIONATORI**



**QUALITA' - COMPETENZA - PROFESSIONALITA'**



**Viale I Maggio 129 - SCALEA (Cs)**  
**INFO: 0985 920915 - 393 9928785**  
*termoidraulica2000@live.it*



Per conoscere e farsi conoscere

## Anni '80 - Gli anni dei miti e dei ricordi "... 'N vidim 'u pais!'"

"Per favore mi cambi 1.000 lire in gettoni...devo fare una telefonata dalla cabina telefonica"... "Per favore puoi duplicarmi una cassetta dei Pink Floyd?"... "ok...ja...po' n' vdim u 'pais"



Gettoni, lire, cassette, cabine telefoniche...tutte parole e concetti scomparsi!...Gli **anni 80**...anni che hanno segnato l'infanzia dei nati tra il 1968 e il 1975, quando ci si divertiva con niente, un pallone o delle figurine, quando per vedersi si diceva, a Scalea, la faticosa frase "'N vidim 'u pais!'", e chi c'era c'era...senza cellulari per avvertirsi. Non c'era internet, non c'era google, non c'erano telefonini, reality show, grandi fratelli. Per conoscere le ultime notizie bisognava aspettare il telegiornale, per conoscere le previsioni del tempo bisognava aspettare la sera le 19,50 dopo "*Almanacco del giorno dopo*"; le ricerche si facevano in biblioteca, e per telefonare bisognava prima ricorrere a una macchina stranissima che convertiva le monete in gettoni, e poi trovare una cabina libera. Sono stati 10 anni pieni di cadute e ginocchia massacciate, di polmoniti sfiorate con corse a casa con le magliette zuppe di sudore, di pomeriggi a pane e nutella, o pane burro e marmellata. Con 500 lire ci si sentiva tanto ricchi da passare un intero pomeriggio in sala giochi, 10.000 lire sembravano una cifra astronomica, quando un ghiacciolo costava 150 lire e un pacchetto di figurine 50. Non c'era la playstation, al massimo c'era il commodore 64...con poche figurine o un pallone si trascorrevano dei pomeriggi interi, con in sottofondo "*The final countdown*" degli Europe o altra splendida musica irripetibile... ragazzi cresciuti con il mito ed i valori positivi di *Actarus* e *Sandokan*; anni '80: 10 anni con un'energia ed un'alchimia uniche...a Scalea come altrove!

  
**Pianeta SUD**<sup>®</sup>  
Per conoscere... e farsi conoscere



[www.pianetasud.it](http://www.pianetasud.it)



**AL 1° POSTO SU GOOGLE**

Per molte e importantissime

parole chiave  
di ricerca

Google Google

**Esempi parole chiave:**

aziende migliori calabria  
aziende migliori basilicata - aziende migliori campania  
aziende sud - migliori localita' sud - migliori comuni  
basilicata - promozione sud - pubblicita' basilicata

**Diventa anche tu  
"PUNTO ECLUSIVO" Pianeta SUD  
Promuovi la tua azienda verso un  
target qualificato e diversificato**

INFOLINE: **339 6523082**

mail: [pianetasud@libero.it](mailto:pianetasud@libero.it)

[www.pianetasud.it](http://www.pianetasud.it)



**VALERIA NOCITO**  
**ASSICURAZIONI**  
**RC AUTO - MOTO - AUTOCARRI - INFORTUNI**  
**RC PROFESSIONALI**  
**ATTIVITA' COMMERCIALI - CONDOMINI**  
**SUPPORTO LEGALE SINISTRI**

Indirizzo: Via A. Gramsci -7, Scalea (CS)  
Info: 3205394884

Mai: [assicurazioni.valerianocito@gmail.com](mailto:assicurazioni.valerianocito@gmail.com)

*Per conoscere e farsi conoscere*



## LOCAZIONE BARCHE E GOMMONI



**Salpa Soleil 26**



**Jolly NJ700XL**



**Capitan Laos** nasce nel 2022 con l'obiettivo di offrire un'esperienza unica, sicura e rilassante. Oggi la flotta è composta da imbarcazioni di eccellente qualità scelte con cura, custodite e controllate giornalmente dal nostro rimessaggio barche di fiducia. Alcune delle nostre imbarcazioni non necessitano di patente nautica e alla partenza le troverai con il pieno di carburante. Non resta che goderti le bellezze della splendida *Riviera dei Cedri* come: *Isola di Dino, Arcomagno, Ajnella, Isola di Cirella.*

**Corso Mediterraneo 149 - SCALEA (Cs)**


**INFO: 0985 272101 - 331 254 5111**

***info@capitanlaos.com - www.capitanlaos.com***



# *Costa di Scalea*

## Mappa e punti di interesse

- 
- 1 Scogliera Ajnella*
  - 2 Secca "Jumenta"*
  - 3 Grotta "Trase e Jescia"*
  - 4 "A Spiaggietta"*
  - 5 "A Piscina"*
  - 6 "A Grutta da Pecora"*
  - 7 Baia del Carpino*
  - 8 Spiaggietta delle Tamerici*
  - 9 "L'Acqua duce"*
  - 10 Orecchio di Fra' Girolamo*

Torre Talao

*Per conoscere e farsi conoscere*



• **SCALEA**

Via del Mulino 41 - Centro Commerciale "Mulino Center"  
SCALEA- Tel. 0985 272101

• **SAPRI**

Via G. Leopardi, SNC -SAPRI- Tel. 0973 605121

• **CASTROVILLARI**

Via delle Querce, SNC -CASTROVILLARI- Tel. 0981 483402

[unieurocalabria.it](http://unieurocalabria.it)

**FAHD**

**FASHION ARTS**

**AND**

**HOME DESIGN**

COMPLEMENTI D'ARREDO

LISTA NOZZE

PAGAMENTI RATEALI A TASSO ZERO

CONSEGNA A DOMICILIO

[fahd.it](http://fahd.it)





# Nostalgie dal passato



Foto Storiche che testimoniano la metamorfosi geografica ed urbanistica di Scalea



*Belvedere di Napoleone e spiaggia*



*Scalea - Piazza Caroprese*



*Ferrovia - anni '60*



*Faro visto dal mare '49*



*Calicella - Torre Talao*

*Via T. Campanella - anni '60*



*Centro storico - Inizio '900*



*Centro storico - Borgo marina - anni '30 circa*

*Spiaggia di  
Scalea prima  
del ritiro del  
litorale - anni '30  
circa*



*Per conoscere e farsi conoscere*



# MERCATISSIMO

SHOPPING CENTER



Via Martiri XVI Marzo - Scalea (Cs) Italy - Info: 0985 21335

primadonna<sup>®</sup>  
collection

Via Michele Bianchi 30 - Scalea (Cs) Italy



AMARCORD

## SCALEA: non solo mare!

AMARCORD

Foto e cronaca della storica nevicata che imbianco' Scalea il 29 Gennaio 2005



### LA "TORRE TALAO IMBIANCATA"

Un evento piu' unico che raro! Gli anziani narrano, ma senza certezza, che solo in 2/3 altre circostanze la neve abbia attecchito al suolo a Scalea, imbiancando tutto il paesaggio: nel 1929, nel 1935 e negli anni 60; ma nessuna documentazione fotografica esiste per avvalorare questi ricordi. E in cio' sta l'eccezionalita' della nevicata del **29 Gennaio 2005**: per la prima volta nella storia abbiamo una documentazione fotografica di Scalea imbiancata. Le foto di questo servizio danno una visione inedita di Scalea, una visione romantica, alternativa ed assolutamente unica, difficilmente ripetibile con le stesse modalita'.

### IL FENOMENO METEOROLOGICO

*Scalea* presenta un microclima molto particolare che rende molto rare le nevicatae. Situata in una sorta di anfiteatro naturale, circondato com'e' dai monti, da nord-ovest fino a nord-est, e' quasi sempre al riparo dalle precipitazioni nevose conseguenti ad irruzioni fredde da nord e nordest. L'episodio che si e' verificato invece tra il 25 e il 30 gennaio 2005 ha presentato caratteristiche assolutamente peculiari: un episodio atmosferico che in sede meteorologica passerà di certo alla storia per le modalita' con cui si è manifestato su molte regioni italiane.

*La nevicata del 29 Gennaio si e' presentata a Scalea sotto forma di Graupel, la cosiddetta neve in grani, o a "a pallini", simile alla grandine, ma che e' assolutamente neve...*

*Dopo una nottata temporalesca, scandita da un numero elevatissimo di tuoni e fulmini, con pioggia grandine e nevischio, la nevicata vera e propria e' durata circa un'ora dalle ore 10 alle 11 circa della mattina del 29 Gennaio, con notevole intensita'. La precipitazione, e questo e' stato davvero singolare, ha colpito quasi esclusivamente Scalea e San Nicola Arcella: le vicine Praia a Mare e Santa Maria del Cedro non sono state sfiorate quasi per niente!*



VISTA TORRE TALAO LATO INGRESSO



VISTA SCOGLI ED AJNELLA

### IL BIS DELLA NEVE IL 15 E 16 DICEMBRE 2010

*Una inaspettata e bellissima nevicata si e' avuta su Scalea e dintorni nei giorni 15 e 16 Dicembre 2010; particolarmente bella e spettacolare la nevicata di circa 2 ore che si e' avuta tra le 23.40 e le 2.30 nella notte tra il 16 e il 17 dicembre. Sotto forma di vera e propria bufera nelle zone piu' alte di Scalea (loc. Petrosa) ci sono stati accumuli di circa 5 cm. Particolarmente affascinanti i paesaggi di S. Nicola Arcella, Santa Domenica, Santa Maria del Cedro e Marcellina sotto un candido manto bianco resistito fino alla tarda mattinata successiva. Evento raro la neve a Scalea, ma proprio per questo così affascinante.*



*Per conoscere e farsi conoscere*



**SERVIZIO ARMATO - PIANTONAMENTO FISSO  
TELEVIGILANZA - VIGILANZA ISPETTIVA  
VIDEO SORVEGLIANZA - RADIOVIGILANZA  
TELEASSISTENZA**

**Esperienza, competenza e professionalita'  
al servizio di Aziende e Privati**



**Viale della Repubblica 10 - SCALEA (Cs)  
INFO: 0985 91378 - [vigilanzametropol@libero.it](mailto:vigilanzametropol@libero.it)**



**Servizi di PORTIERATO per:  
AZIENDE - CONDOMINI  
ATTIVITA' RICREATIVE**

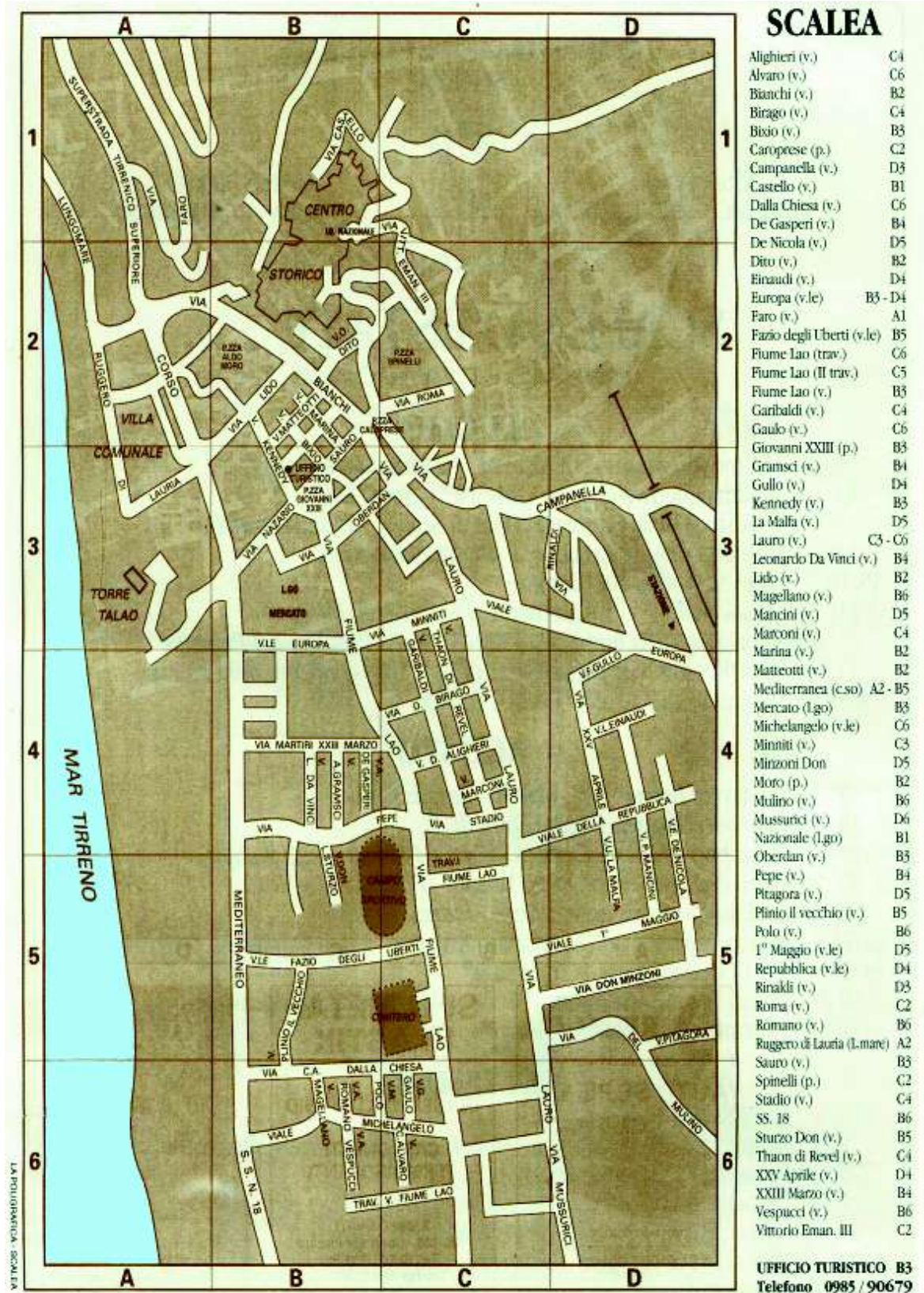
**Servizi di MANUTENZIONE  
GESTIONE  
per PRIVATI e AZIENDE**



**Viale della Repubblica 10 - SCALEA (Cs) - INFO: 0985 90697**



Per conoscere e farsi conoscere  
**CARTINA SCALEA**



Per conoscere e farsi conoscere

# COMAIL

## www.edilfix.com

IL NUOVISSIMO SHOP ONLINE  
PER LA CARPENTERIA A PORTATA DI CLICK

### COSTRUZIONI E FISSAGGIO PER LAVORAZIONI CON LEGNO

La ditta **COMAIL** da oltre 20 anni nel settore legno, offre ai suoi clienti, con dedizione e costanza, una vasta gamma di prodotti.

La presenza nel territorio del centro-sud Italia, associata alla continua e perseverante crescita, ha permesso di diventare un sicuro punto di riferimento del settore.

La vasta gamma di prodotti e la continua assistenza al cliente sono i punti di forza che la rendono **partner ideale** per la risoluzione dei problemi annessi alla lavorazione del legno. Offrendo tutte le soluzioni possibili in riferimento alle singole necessità. Contattaci per qualsiasi necessità.



**SPEDIZIONI RAPIDE E SICURE**  
Affidati alla nostra professionalità



**QUALITÀ/PREZZO IMBATTIBILE**  
Solo prodotti Made in Italy o prodotti in Europa



**SUPPORTO ONLINE 24/7**  
Contattaci per email e risponderemo il prima possibile.

**COMAIL - Via Tommaso Campanella - SCALEA (Cs)**  
**INFO: 0985 91330 - 329 2250965 - [info@edilfix.com](mailto:info@edilfix.com)**



Per conoscere e farsi conoscere



## SANTA DOMENICA TALAO

Oasi di pace tra mare e monti

Provincia: Cosenza Abitanti: 1.308

Altitudine: 303 m



### COME ARRIVARE

**In auto da Napoli:** si lascia l'A3 a Lagonegro e si percorre la superstrada Fondo Valle Noce fino all'innesto con la SS 18; si esce poi all'altezza di San Nicola Arcella e si prosegue per 6 km circa lungo l'ex SS 504. **In auto da Reggio Calabria:** si lascia l'A3 a Falerna e si sale lungo la SS 18 fino a Scalea; da qui si prende la SS 504 per Santa Domenica Talao. **In treno:** Stazione di Scalea-Santa Domenica Talao lungo la tratta Napoli-Reggio Calabria.



modificarlo: per distinguere il paese da altre cittadine omonime al nome Santa Domenica viene associato quello di "Talao".



### Un po' di Storia

**Santa Domenica Talao** ha origine negli anni 40 del 1600 per volere di *Ettore Maria Spinelli*, principe di Scalea. Nel 1662 passato da "casale" a "terra" e "università", il borgo ottiene l'autonomia da Scalea, pur continuando a far parte del feudo degli Spinelli i quali si fregiano anche del titolo di principi di Santa Domenica. Allo stesso tempo la chiesa, che dipendeva dalla chiesa arcipretale di Santa Maria d'Episcopio di Scalea, da "curata" diviene chiesa "sacramentale", cioè autonoma.

Nel 1860 Santa Domenica ha i suoi garibaldini al seguito dei Mille. Lo stesso Garibaldi, ferito in Aspromonte, viene curato dal medico don Pasquale Campagna, figlio di Leopoldo, il quale in seguito verrà insignito di una medaglia da Vittorio Emanuele II per il suo personale contributo all'unificazione della Penisola. Successivamente all'Unità d'Italia, con la nuova strutturazione del territorio nazionale, Santa Domenica cessa di appartenere al circondario di Scalea e diviene Comune autonomo. Un decreto del 1863 ordina a tutti i Comuni con lo stesso nome di cambiarlo completamente o di



### Per divertirsi

Il **PARCO AVVENTURA LAO** si trova a Santa Domenica Talao, a soli 9 km dal mare e dal rinomato Parco del Pollino è caratterizzato da percorsi acrobatici forestali, composti da strutture sospese tra gli alberi. Tirolesi, ponti tibetani, funivie e scale sugli alberi: grazie ai percorsi acrobatici forestali potrai testare tutta la tua bravura e l'attitudine agli sport di montagna. Tutto, all'insegna di sicurezza e divertimento per tutta la famiglia. *Apertura da Settembre a Giugno Sabato, Domenica e festivi: 10:00 / 17:00*  
*Apertura Luglio Tutti i giorni: 10:30 / 17:00 - Apertura Agosto Tutti i giorni: 10:30 / 19:00*



Vuoi trascorrere una giornata a contatto con la natura e all'insegna del divertimento? VIENI A TROVARCI

C.da Sant'Andrea - SANTA DOMENICA TALAO (Cs)

INFO: 391 4366015 - [www.parcoavventuralao.com](http://www.parcoavventuralao.com)



Per conoscere e farsi conoscere



# GOLDEN PARK RANCH

**PICCOLO PARADISO**

**RISTORANTE TIPICO  
BAR**

**PESCA SPORTIVA  
AREA TENDA  
PERNOTTAMENTI**



**per chi pranza  
al golden park ranch  
ingresso valle  
del fiume argentino  
gratuito!**

**VIA FIUME ARGENTINO  
87020 ORSOMARSO (CS)  
INFO 331.2576488 - 331.1759067**





# ORSOMARSO

## e la Valle dell'Argentino



Provincia: Cosenza   Abitanti: 1498   Altitudine: 120 m

**Orsomarso**, paese di origine romana, a 117 Km a nord-nordovest del capoluogo Cosenza, e' situato ai piedi del Monte Simara a 120 metri di altitudine al di sopra della confluenza del fiume Argentino nel Lao.

**Cenni storici.** I Monaci Basiliani fecero di questo luogo un importante centro religioso. Nel secolo scorso



Orsomarso prese parte alle lotte risorgimentali, subendo feroci rappresaglie dal comandante borbonico *Necco di Scalea*.

L'ambiente che si puo' osservare ad **Orsomarso**, lungo il fiume *Argentino*, e' di una bellezza sconvolgente; per rendere l'idea, nel bel mezzo della valle del fiume si direbbe di essere sulle Alpi, alme-

no a 1000 metri di quota: acque tumultuose, cristalline e gelide, aspre vette circostanti, verde intenso e lussureggiante. E invece ci si trova in Calabria a 100 metri s.l.m. e ad appena una dozzina di chilometri dalla costa. La cornice panoramica nella quale si inserisce il paese e' davvero straordinaria.

Le vecchie case sono adagiate sulle pendici della montagna circondate da picchi vertiginosi, e dominate dalla **Torre dell'Orologio** che emerge su tutto, arroccata su di una guglia rocciosa proprio sopra la piazzetta centrale. Salendo in cima si raggiunge una terrazza panoramica da cui si gode una vista strepitosa.

Si puo' sostare tranquillamente nell'ampio parcheggio asfaltato alla base del centro storico e in quello sterrato tra gli alberi, poco piu' a valle sul fiume; fiume dalle acque limpide e trasparenti, paradiso per i pescatori e per gli amanti del rafting e lungo il cui corso si distende una delle piu' belle riserve naturali protette del *Parco Nazionale del Pollino*.



### DA VISITARE

- **Torre dell'Orologio.** Situata sulle rocce e' il nucleo piu' antico del paese, domina la vallata dell'Argentino su un verde rigoglioso panorama dominato dalla macchia mediterranea e da pregiate varieta' di orchidee.

- **Chiesa di S. Giovanni Battista;** cappella medievale rifatta nel '600 in cui si conservano preziose tele di rara bellezza, otto altari di marmo policromo del '700, l'organo dipinto e il coro di legno. Di gran pregio artistico gli affreschi del Colimodio sul soffitto del presbiterio. E nella sagrestia si conserva una pergamena del 1675 con preziose miniature.

- **Chiesa del Salvatore.** Vi sono numerose tele di scuola napoletana; nel presbiterio e' perfettamente conservato il pavimento di maiolica colorata, e nella sagrestia fa bella mostra di se' l'Ostensorio sbalzato d'argento del '700.



# Tutti i libri di Raffaele Cammarota



**N.1 in  
Classifica**



**Il piu'  
venduto  
su  
Amazon**



**DA SEGNALARE**

**La Grotta dell'Angelo (o di San Nilo).**

La grotta/santuario dell'Angelo, si apre sulla parete rocciosa della Timpa Simara nel territorio di Orsomarso. Il percorso è assolutamente sconsigliato ai meno esperti o a chi soffre di vertigini siccome dopo un percorso nella macchia mediterranea, si intraprende un ultimo tratto molto ripido. Qui, utilizzando come appoggio alcuni cavi di acciaio per poter discendere e risalire, si raggiungono le mura di quello che era il riparo incastonato nella roccia, circondati da uno scenario unico.

La grotta dell'Angelo viene indicata dagli studiosi come l'eremo in cui dimorò il giovane San Nilo. L'ipogeo, parzialmente protetto da una muratura artificiale, all'interno presenta un grosso masso che probabilmente serviva da tavolo o da giaciglio, ed alle pareti, i resti di affreschi che rappresentavano l'Annunciazione e la Crocifissione.

**La Chiesa di Santa Maria di Mercuri:** Nell'edificio si venera l'immagine della Madonna del Mercurio, molto antica, solenne e severa, nella classica rappresentazione della Madonna con Bambino in Trono: realizzata in terracotta con occhi in vetro, aggiunti nel '600.

L'edificio fu costruito, nell'XI secolo, su un preesistente tempio pagano; nel corso della storia ha subito vari interventi rifacimento e, attualmente, presenta vari strati di intonaci, con tracce di antichi affreschi.

**La Chiesa di San Giovanni Battista:** è situata nella storica piazza Municipio. Fu eretta sui resti di due cappelle medievali, delle quali si intravedono i resti nella sagrestia e nel campanile.

La struttura è stata totalmente rifatta nel XVIII secolo. All'interno custodisce opere di pregevole fattura artistica. Nel soffitto del presbiterio, sono presenti quattro affreschi: la Natività, l'Adorazione dei Magi, la Decollazione del Battista.

**La Chiesa del SS. Salvatore:** situata nella parte alta del centro storico. All'interno, custodisce: un coro con una tela raffigurante la Trasfigurazione; delle tele di fattura napoletana, del '700, raffiguranti San Gennaro, San Biagio, San Gregorio Magno, San Tommaso Apostolo.

**Immerso nella meravigliosa Riserva della Valle del Fiume Argentino**



Il Ristorante Pizzeria Affittacamere "LA COSTA" offre la visione incredibile del Parco Nazionale del Pollino. Rocce di natura carsica, di montagne con la tipica vegetazione mediterranea e di corsi d'acqua limpida

ed incontaminata. Situato al pian terreno, dispone di una sala e di un grande *dehor*, dove è possibile mangiare all'aperto e godere la visione della natura circostante. A disposizione della clientela una bellissima piscina, un'ampia scelta di prelibati piatti locali, elaborati con cura e passione. Inoltre potrete gustare la vera pizza calabrese.



La conduzione familiare consente poi un servizio più accurato e mirato alla **totale soddisfazione e relax del cliente.**

**LA COSTA**

Via Costa del mulino 1 - ORSOMARSO (CS)

INFO: 0985 24441 - 331 2121318

lacostaristhotel@gmail.com

**Angelo Farace**  
LAVORAZIONE FERRO e ALLUMINIO

Loc. Costa del Mulino snc  
87020 ORSOMARSO (CS)  
Tel. 333.7456850  
E-mail: faraceangelo80@gmail.com

Per conoscere e farsi conoscere



# 400GRADI

PIZZERIA CONTEMPORANEA

**PIZZERIA - Anche da Asporto**

*Piacere puro per il palato*



C.so del Tirreno 363 - S. MARIA DEL CEDRO (Cs)

Info: **0985 803403 - 327 0842951**







## SANTA MARIA DEL CEDRO e MARCELLINA



Prov: Cosenza Abitanti: 4.935 Altitudine: 110 m

Tra cedriere ed uliveti, la storia di **SANTA MARIA DEL CEDRO** si svolge tra i colori del suo territorio.

Se il blu del mare e l'argento delle ampie spiagge, che offrono la possibilità di numerosi lidi attrezzati, fanno della cittadina tirrenica una meta turistica nel periodo estivo, il verde degli uliveti e delle cedriere caratterizzano il suo passato dedito all'agricoltura.

Terra del cedro per eccellenza, tale agrume rende Santa Maria del Cedro meta annuale per i rabbini, i quali ogni anno, a fine estate giungono, in una tradizione ormai consolidata da secoli, a Santa Maria per scegliere i frutti "perfetti", per la festa del "sukkot". Il cedro, ancora oggi alla base dell'economia di molte famiglie locali, è utilizzato per la produzione di liquori, dolci, canditi, bevande; negli ultimi anni, si sta delineando un suo utilizzo nell'industria farmaceutica, in particolar modo relativamente alla medicina anti-aging, per la quale sembra possa rivestire un ruolo rilevante. Il territorio della cittadina si dispone oggi su diversi aggregati urbani: il centro storico, le frazioni di Marcellina e di Pastina, la zona mare.

### Storia e Siti d'interesse

Interessantissima la storia di Santa Maria del Cedro, della quale pervengono varie testimonianze archeologiche che, nell'ordine esposto, ne connotano il passato. Le più antiche testimonianze riportano alla mitica città di **Laos**, risalente al IV sec. a.C.. Una serie di scavi, non solo hanno portato alla luce quella che è la planimetria della città con il sistema viario, ma anche ad altre scoperte importanti, come quella relativa ad una zecca e ad alcune costruzioni che modellano Laos sulla città di Pompei.

**Il Castello di Abatemarco**, risalente all'XI secolo, costituisce un ulteriore passo storico delle origini di Santa Maria del Cedro. La rocca sulla quale esso sorge, fu conquistata dai Normanni nel



1060; ma vi sorse dapprima l'Abbazia: infatti il luogo è testimone del passaggio dell'influenza Bizantina al Monachesimo Benedettino. Costituito il feudo, tutto il territorio circostante, sotto la dominazione Angioina e Aragonese, divenne proprietà delle più grandi famiglie.

Per volontà della famiglia Brancati, che tenne il feudo fino al 1806, fino al tramonto della feudalità, nacque il borgo di *Cipollina*, denominato *Casale*; negli ultimi anni del seicento il Casale fu adattato a palazzo baronale, intorno al quale si andò delineando negli anni quello che è il centro storico del comune di **Santa Maria del Cedro**.



### GASTRONOMIA E PIATTI TIPICI



Davvero molti e tutti davvero prelibati gli svariati piatti e prodotti tipici di Santa Maria del Cedro.

Ottime le olive schiacciate e le melanzane sott'olio. Buonissimi anche i salami. Soprattutto le salsicce, le sopressate e i capocolli. Splendida la "pasta china", una speciale sfoglia fatta in casa e poi imbottita con salame, polpettine di carne e uova sode.

Tra i primi però hanno grande successo anche i classici fusilli con la carne di capra e una serie di pietanze legate alla tradizione marinara. Come la pasta con le alici, le sarde fritte, con origano e peperoncino, e le alici gratinate. Dolci tradizionali vengono preparati nelle case durante le feste. A Natale si fanno "i chjnoli", ripieni di mostarda. Le "nucchette" di fichi secchi, fichi spaccati a metà e farciti con noci e mandorle a pezzetti, si trovano tutto l'inverno.

Ovviamente per tacere del "divino agrume" - il Cedro - che da il nome stesso al paese, di cui parliamo ampiamente a parte.

## IL CEDRO: Patrimonio dell'UNESCO?



E' il *divino agrume*, anima e tradizione di Santa Maria del Cedro. Le emigrazioni di Ebrei ellenizzati, intorno al III sec. a.C. avrebbero diffuso tale pianta in Italia, soprattutto presso le città della Magna Grecia, quali Metaponto, Sibari e Laos (l'odierna Riviera dei Cedri). Quasi tutta la produzione italiana di cedro proviene proprio dalla Riviera.

Molti autori, fra i quali il **Gallesio**, sostengono che il cedro è presente sulla costa calabrese per motivi naturali e climatici; la pianta ha bisogno di un clima stabile senza sbalzi di temperatura, di acqua abbondante e soprattutto di crescere al riparo dai venti. Per questo i contadini, che la coltivano, le dedicano lavoro e sacrifici. D'inverno la coprono con canne che vengono tolte in primavera e per attendere alla cura del terreno ed alla coltivazione, devono stare inginocchiati. Certamente la coltura è molto antica ed è strettamente legata all'immigrazione ebraica dei primi secoli dell'era cristiana e alla successiva occupazione bizantina. Per diffondere la cultura del *sacro agrume* e' sorta alla fine del 1999, in Riviera, l'**Accademia Internazionale del cedro**, [www.accademiacedro.altervista.org](http://www.accademiacedro.altervista.org), associazione ONLUS, No Profit, fondata dal compianto **Franco Galiano**, che si prefigge lo scopo di promuoverne la coltivazione e diffonderne la conoscenza per mezzo di convegni, congressi, sagre, manifestazioni, dibattiti, contatti con le università e con le altre Associazioni Culturali. Il Cedro pertanto e' stato ospite in numerosi passaggi televisivi, presente in molti Congressi nazionali ed internazionali e vanta un'ormai vasta pubblicistica, anche telematica ed accademica. Ed ora probabilmente il cedro si avvia all'importantissimo riconoscimento dell'UNESCO.



Franco Galiano  
con Licia Colo'

**FRANCO GALIANO**, scomparso di recente, scrittore ed intellettuale innamorato del Cedro, ha vinto la sfida che si era proposto: rilanciare questo splendido

*sinbolico frutto*. Ha scritto *"Significato religioso, culturale ed alimentare del Cedro"* (1994). Con il libro *"Il cibo sacro delle Sirene"* (1995), ha inaugurato una vera e propria linea gastronomica ed alimentare del sacro agrume. E' stato saggista, drammaturgo, poeta, conferenziere.



La "Torta di Santa Maria del Cedro" nasce nei laboratori del Bar-Gelateria "Il Melograno" con l'obiettivo di recuperare antiche consuetudini e sensazioni culinarie della nostra tradizione. Quest'eccellente prodotto conferma gli elevati livelli qualitativi della premiata gelateria che si attesta depositaria della cultura misteriosa e meravigliosa del Regno del Cedro.

**Info e Contatti: 320 7260111**



## La coltivazione del Cedro

Il *Cedro* è dunque elemento di una tradizione secolare, che è entrato a far parte nel mondo contadino di *Santa Maria del Cedro*, come punto d'unione di culture diverse, di due civiltà lontane ma accomunate da un identico interesse, pur con finalità diverse: la coltivazione delle cedriere. In ogni famiglia, soprattutto negli ultimi secoli, la coltivazione del cedro ha assunto un ruolo economico determinante e indiscutibile.

Ogni elemento della coltivazione ricorre nel ricordo di chi ha avuto l'onore e l'onore di partecipare alle varie fasi della coltivazione: l'odore particolare, dolce e agro allo stesso tempo, emanato dalla pianta, l'attenzione manifestata verso i filari delle basse piante per evitare di essere punti dalle spine



acuminata dei rami, l'odore dell'erba che deve puntualmente essere estirpata in ginocchio, l'odore dei crucchi, i rametti uncinati di ulivo, salice o elce, adoperati per raccogliere, sempre *in ginocchio*, il frutto, l'odore delle frasche e delle canne.

Queste ultime, oggi sostituite da teli sintetici, proteggevano d'inverno le cedriere; sistemate metodicamente in autunno sui filari, in modo da coprirli interamente, unite con rametti di salice, venivano poi tolte in primavera, quando i fiori bianchi iniziavano a inebriare col loro profumo l'aria circostante, e venivano poi pazientemente riposte come a formare un tetto, sotto il quale ci si poteva riparare, nelle pause dal lavoro, dal cocente sole estivo.

Si tratta dunque di una coltivazione molto faticosa, che avviene quasi sempre in ginocchio, e che deve essere dilazionata nelle varie fasi in modo puntuale e che culmina, naturalmente, con il raccolto.



Bar - Ristorante - Pizzeria  
**La Lanterna**  
di Paolo Celia

f | @

📍 Via del Mare, 206  
Santa Maria del Cedro

☎ 0985 045590 📞 338 4896461

Per conoscere e farsi conoscere

## PARCO ARCHEOLOGICO DI LAOS

Il sito di **Laos** occupa la parte sommitale del colle di **S. Bartolo a Marcellina**, la maggiore delle frazioni di Santa Maria del Cedro. La particolare conformazione geologica del territorio, con la presenza dell'unica consistente pianura della costa tirrenica cosentina, ha fatto sì che la zona fosse popolata sin dall'epoca preistorica e protostorica, e in tutti i periodi storici successivi.

Secondo la versione che la vorrebbe sub colonia di Sibari, Laos fu fondata probabilmente dopo la caduta della madrepatria a seguito della distruzione operata da Crotona nel 510 a.C., e conquistata dai Lucani già agli inizi del IV sec. a.C. Secondo un'altro parere, **Laos** sarebbe già esistita prima che vi giungessero i profughi sibariti, sin dal VI secolo A.C. La documentazione relativa alla fase più antica della città è al momento costituita esclusivamente da importanti notizie, risalenti a *Erodoto* e a *Stradone*. Il sito di Marcellina è da considerarsi parte importante della storia della ricerca archeologica in Calabria, sia per la data dei primi scavi, tra il 1929 e il



1932, sia per la risonanza di alcune scoperte succedutesi nel tempo, in particolare la ricchissima tomba a camera, rinvenuta fortuitamente nel 1963. Il corredo funerario, comprendente decine di vasi a figure rosse, oggetti in bronzo e metallo prezioso, e una intera armatura in bronzo finemente lavorata, pertinente ad una coppia di aristocratici italici e databile nella seconda metà del IV sec. a.C., è ora conservato nel **Museo Archeologico Nazionale di Reggio Calabria**, in una sala interamente dedicata a **Laos**.

All'interno del Parco Archeologico è situato un **Antiquarium**, dove si possono ammirare numerosi, splendidi reperti rinvenuti nel corso degli scavi.



“Il Carcere dell’Impresa”



## Lido Mirko 83



Professionalità,  
divertimento e relax.  
Il Sole e lo splendido  
mare della Calabria  
per un soggiorno  
indimenticabile

Corso del Tirreno - S. MARIA DEL CEDRO (Cs)  
INFO: 338 4902718

**Euro Infissi**  
di Andrea Miraglia

Richiedi un preventivo gratuito

**Infissi in PVC**

LAVORAZIONE IN ALLUMINIO,  
LEGNO/ALLUMINIO, ZANZARIERE,  
PORTE BLINDATE / LAVORAZIONI IN FERRO

Via Nazionale, 123 / Santa Maria del Cedro  
Info 389 1906155



## PARCO ARCHEOLOGICO DI LAOS

Il sito di **Laos** occupa la parte sommitale del colle di **S. Bartolo a Marcellina**, la maggiore delle frazioni di Santa Maria del Cedro. La particolare conformazione geologica del territorio, con la presenza dell'unica consistente pianura della costa tirrenica cosentina, ha fatto sì che la zona fosse popolata sin dall'epoca preistorica e protostorica, e in tutti i periodi storici successivi.

Secondo la versione che la vorrebbe sub colonia di Sibari, Laos fu fondata probabilmente dopo la caduta della madrepatria a seguito della distruzione operata da Crotona nel 510 a.C., e conquistata dai



Lucani già agli inizi del IV sec. a.C. Secondo un'altro parere, **Laos** sarebbe già esistita prima che vi giungessero i profughi sibariti, sin dal VI secolo A.C. La documentazione relativa alla fase più antica della città è al momento costituita esclusivamente da importanti notizie, risalenti a *Erodoto* e a *Stradone*. Il sito di Marcellina è da considerarsi parte importante della storia della ricerca archeologica in Calabria, sia per la data dei primi scavi, tra il 1929 e il 1932, sia per la risonanza di alcune scoperte succedutesi nel tempo, in particolare la ricchissima tomba a camera, rinvenuta fortuitamente nel 1963. Il corredo funerario, comprendente decine di vasi a figure rosse, oggetti in bronzo e metallo prezioso, e una intera armatura in bronzo finemente lavorata, pertinente ad una coppia di aristocratici italici e databile nella seconda metà del IV sec. a.C., è ora conservato nel **Museo Archeologico Nazionale di Reggio Calabria**, in una sala interamente dedicata a **Laos**.

All'interno del Parco Archeologico è situato un **Antiquarium**, dove si possono ammirare numerosi, splendidi reperti rinvenuti nel corso degli scavi.



**FastCell**  
Assistenza Tecnica

**WIND** Telefonia Cellulare  
di tutte le marche

Via Verbicaro - MARCELLINA (CS)  
Info: 0985 42233 - 339 7429552  
[www.fastcell.it](http://www.fastcell.it) - [info@fastcell.it](mailto:info@fastcell.it)



DI MANDATO MARIO  
VIA DEGLI ULIVI n'186  
SANTA MARIA DEL CEDRO (CS)



Per registrarti  
inquadra il  
QR CODE con il  
lettore del tuo  
smartphone e  
completa il modulo  
di registrazione.



## PAPASIDERO

*Un borgo che viene da lontano*



Provincia: Cosenza    Abitanti: 1.019    Altitudine: 208 m

### CENNI STORICI

**Papasidero** e' situato su uno sperone roccioso a 210 metri sul livello del mare. Ha una superficie di 54 Km<sup>2</sup> ed e' attraversato dal fiume Lao e dal torrente S. Nocaio. Dista 18 km dall'autostrada SA-RC E 23 km dal mare. Papasidero e' riserva naturale e fa parte del Parco Nazionale del Pollino. La frequentazione umana nella zona sin dalla preistoria e' testimoniata da un importante sito archeologico: **La Grotta del Romito**, scoperta nel 1961. Il centro storico del paese si presenta con un impianto urbanistico tipicamente medievale, si e' costituito all'incirca tra il XI° e il XIII° secolo prendendo avvio da una rocca longobarda diventata Castello in epoca Normanno-Sveva (1190-1250) ampliato nel periodo Angioino (1300) ed Aragonese (dal 1400 al 1500). Il nome Papasidero deriva dal nome di un'Abate (Papas-Isidoros, padre o prete Isidoro) capo di un convento nella regione mercuriense, patria del monachesimo Basiliano. Papasidero dal 1500 subisce un'aumento della popolazione e fu elevato ad Universita Feudale (Comune) e la chiesa di S. Costantino divenne parrocchia nel 1510. Dal 1593 vi ha operato un Monte di Pietà' del Vescovo cassanese Lewis Owen (Ludovico Audoeno) ed a partire dalla meta' del XVII° secolo la confraternita dell'Assunta. Ha dato i natali a Carlo Paolino (1723-1803) umanista, a Francesco Mastrotti (1777-1847) pedagogista, a Maria Angelica Mastrotti (1851-1891) mistica.

### LA "GROTTA DEL ROMITO"

E' situata nella localita' omonima a 13 km dal centro urbano. La scoperta risale al 1961. La grotta si presenta in 2 parti ben distinte: la grotta vera e propria profonda circa 20 m e il riparo lungo circa 40 m. durante gli scavi archeologici sono state rinvenute tre duplici sepolture di individui di bassa statura (circa 1,50m) e numerosi reperti litici e ossei. Nel riparo inciso su un masso di circa 2,30 m di lunghezza ed inclinato di 45°, si puo' ammirare lo splendido graffito di 1,20 m. raffigurante un Toro preistorico (*bos primigenius* 10.800 a.C.). E'

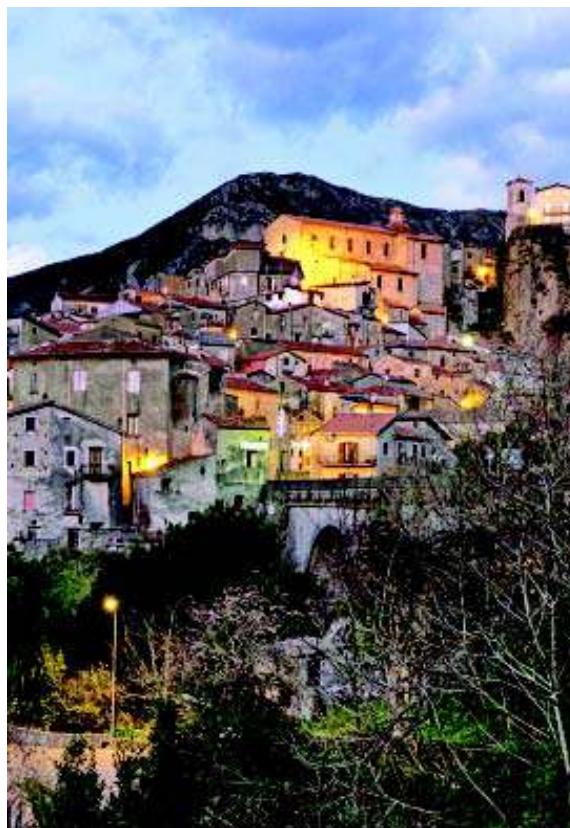


**una delle piu' interessanti espressioni dell'arte rupestre del paleolitico superiore.** L'area costituita in Parco Archeologico dispone di un piccolo museo didattico con tutte le informazioni indispensabili, accolti e seguiti da guide preparate e molto professionali.

### DA SEGNALARE

#### **Santuario di Costantinopoli XVII° Secolo**

Costruito nella meta' del 600 fu ampliato alla fine del 700 e nella prima meta' dell'Ottocento. Ha pianta a T con tre navate, conserva un grande affresco raffigurante la Vergine con Bambino ed un Vescovo inginocchiato in alto l'Arcangelo Michele che trafigge Satana in fiamme, la sua esecuzione e' avvenuta tra il 700 e l'Ottocento. **Avena:** e' un'antichissimo centro storico ora disabitato dove ancor'oggi e' possibile rivivere scorci di vita quotidiana tipici dell'ultimo dopoguerra





# MAIERA'

**Abitanti: 1333 - Altitudine: 360 m - Provincia: Cosenza**

Imponente e bella da vedere, è la "Porta Grande o della Terra", un tempo l'ingresso dell'antico borgo. Nei pressi vi era la "Guardiola" da dove, notte e giorno, si vigilava sulla Comunità.

Di notevole pregio è la "Chiesa Madre di S. Maria del Piano", sempre nel Centro Storico di Maierà, costruita per Volere di Carlo I d'Angiò, nel 1534.



Dedicata a S. Maria del Piano, se ne celebra la festa il 2 di Luglio. Dislocate sul territorio Comunale, altre Chiese

- "Cappella Madonna del Carmelo"
- "Chiesa San Pietro"
- "Chiesa di S. Maria" (all'interno del Cimitero)
- "Resti della Chiesetta Basiliana di San Giacomo"
- "Resti della Chiesa San Nicola".

Di Storica importanza risulta essere la "Grotta di San Domenico": e' costituita da cavità naturali e in parte scavate dall'uomo. Esse furono dimora di Comunità di Monaci basiliani.





[angelo.aligia@libero.it](mailto:angelo.aligia@libero.it)

## ALIGIA

RISTORANTE

C.da Magrio - MAIERA' (Cs)

INFO: 0985 876609 - 340 2286545

## Curiosita' Il nome "ITALIA" Curiosita'

Un tempo c'era l'ENOTRIA dove nacque il nome ITALIA. Le terre abitate dagli indigeni venivano chiamate Enotria, dal nome del re **Enotro**, che, secondo Aristotele, trasformò le popolazioni locali da pastori in agricoltori e diede loro le prime leggi. Dal nome di un suo figlio,



**Italo**, deriva il nome **Italia**, la regione oggi corrispondente all'attuale Calabria.

Il nome deriva dal vocabolo *Italói*, termine con il quale i greci designavano i Viteli (o Viteli), una popolazione che abitava la penisola calabrese, i quali adoravano il simulacro di un vitello (*vitulus*, in latino). Il nome significa cioè "abitanti della terra dei vitelli".

Fino all'inizio del V secolo avanti Cristo, con Italia si indicò solo la Calabria, in un secondo tempo il nome fu esteso a tutta la parte meridionale del Paese. Nel secolo III, dopo le vittorie riportate dai romani contro i Sanniti e contro Pirro, si estese fino al Magra e al Rubicone. Nel 49 avanti Cristo, quando anche alla Gallia Cisalpina furono concessi i diritti di cittadinanza romana, anche le regioni settentrionali della penisola presero il nome di Italia. Tali confini vennero ulteriormente dilatati con la riforma amministrativa di Augusto (27 d.c.) che li portò a ovest al fiume Varo (presso Nizza) e a est al fiume Arsa, in Istria.





# GRISOLIA

*Nella luce dell'arte e della storia*



Provincia: Cosenza   Abitanti: 2.524   Altitudine: 440 m

## UN PO' DI STORIA

Il primo nucleo di abitanti sorse probabilmente in epoca greca. Lo testimoniano alcuni frammenti fittili erratici da attribuire a culture enotrie, trovati in località ``Pistinuti``, vicino al paese. Sicuramente divenne un centro organizzato allorché sorse nella parte più alta, detta ``Cupa``, un castello (di origine Longobarda) ed una chiesa. Pare che proprio in questo castello si sia rifugiato per un certo periodo Ruggero d'Altavilla, quando iniziò la conquista dei ``Casali`` della costa, il nucleo in seguito si ampliò tanto che nel 1276 contava 599 abitanti. Arroccato per buona parte su dirupi a strapiombo che scendono fino alla profonda valle del torrente Vaccuta, fu circondata da alte mura sia per difendersi da nemici che dai Saraceni che infestavano le coste. Il castello fu sede di famiglie nobili feudatarie, come si rileva dalla ``Storia dei Feudi e dei Titoli nobiliari della Calabria`` di Mario Pellicano Castagna, ancora prima del 1419 in cui la terra di Grisolia era di Nicolo' di Lisolo Bozzuto per diritto della moglie Caterina Romano, - Nel 1420 a Pietro Lagni furono confermate le terre di Maierà e Grisolia. Nello stesso periodo Maierà e Grisolia vengono occupate militarmente da Zardullo di Loria.



Nel 1447 risulta signore di Grisolia Antonio Sanseverino. Con *Pasquale Catalano Gonzaga* si ha l'ultima intestazione feudale, Nella Piazza Castello ora c'è solo l'antica chiesa di Santa Maria delle Grazie, che di recente è divenuta basilica Santuario dedicato a San Rocco da Montpellier; conserva nel suo interno un battistero ligneo ed una croce in lamina d'argento di pregevole fattura che risale al 1300. Ci sono poi tante viuzze da cui si possono ammirare interessanti squarci di cielo e di mare! Il centro storico per la sue caratteristiche fisiche ed architettoniche rappresenta un complesso monumentale di grande interesse storico culturale.

## SITI D'INTERESSE

**IL CENTRO STORICO:** caratteristico per la sua architettura, per i tanti dirupi a strapiombo su cui sorge, per la sua fitta rete di viuzze, alcune delle quali larghe appena un metro, per le verdi macchie di fichidindia che vegetano sui ripidi pendii che scendono a valle.

**Il Giardino Pensile:** vicino alla piazza principale del paese che sorge su arcate rinascimentali e da cui è possibile ammirare stupendi panorami di monti e di colline affacciate sul mare.

**Il Museo Etnografico:** sotto il giardino pensile, che raccoglie reperti molto interessanti dell'era neolitica.

**Il Vecchio Palazzo Comunale** dove è allestita una Mostra permanente di oggetti di antica arte contadina e artigiana.

**Il Giardino Pubblico:** con il monumento ai Caduti e la chiesa dedicata a S. Antonio di Padova.

**Pietra D'oro**  
Ristorante Pizzeria

Strada Panoramica - Grisolia (Cs) - Tel.0985.83177  
cell. 320.8555099 - 348.3893293

Tradizione e Qualità



Per conoscere e farsi conoscere

## Il Centro Storico di Grisolia

L'interno di **Grisolia** è un intrigo di vicoli, scale, archi e supporti. I vicoli sono innumerevoli e diversi tra loro per larghezza e lunghezza. Una caratteristica dell'architettura del centro storico è il supporto, in gergo: "*U Spuortu*", tratti coperti del centro antico, nati dalla necessità di costruire, anche per motivi di difesa, le case l'una sull'altra.

Questi si possono ammirare, perché variano per dimensione, importanza e bellezza; i più imponenti senza dubbio sono: "*u spuortu du mulinu*", che in età comunale era una delle porte d'entrata, se non la principale porta, della città; "*u spuortu di Via Sotto le mura*"; "*u spuortu di Via Cafallaro*" e "*u spuortu di Via Chiesa*", che porta al Santuario di S. Rocco, meta di pellegrinaggio soprattutto nel mese di agosto, le case sono attaccate l'una all'altra con una certa continuità e unite da archi in funzione statica ed estetica; predomina, infatti, come del resto in tutti i centri di origine medievale. Particolarmente diffusa, nelle costruzioni, è la pietra di Grisolia e di fiume, materiali facilmente reperibili in luogo.





# DRG Infissi

Serramenti & Lavorazioni in Ferro



Fornitura, installazione ed assistenza di:

- INFISSI e SERRAMENTI
- GRATE e PORTE BLINDATE
- ZANZARIERE

GRISOLIA (CS)  
Contrada Conte, 18  
340.7844266 - 339.2485156 - 392.4196793

drg-infissi.it

Monte *La Mula* innevato da Grisolia



## Lido Le Palme

RISTORANTE  
SPECIALITA' MARINARE

Un luogo dove  
prende vita un  
immenso e piacevole  
senso di pace,  
libertà ed armonia



Corso Variante S.S.18 - Grisolia Lido (Cs)  
INFO: 338 7771882 - raffaeledefino@libero.it



ITALIAN FOOD - MUSIC  
- SINCE 2019 -  
**Jack's**  
Rock Pub  
- ORIGINAL -  
COLD BEER - GRILL



Corso Scalo Ferroviario 30 - GRISOLIA (CS)  
INFO: 388 8528781 - jacksrockpub@libero.it

*Per conoscere e farsi conoscere*

# ACI Diamante

Automobile Club Cosenza

- Sportello Telematico dell'automobilista
- Trasferimenti di proprietà in tempo reale
- Rinnovo e duplicato patente
- Immatricolazione veicoli nazionali ed esteri
- Servizi per gli autotrasportatori C/terzi
- Collaudi e trasformazioni veicoli - revisioni
- Demolizione compreso ritiro del veicolo
- Certificati e visure camerali alle imprese
- Carta tachigrafica del conducente e aziendale
- Tessera Aci **Gold** il massimo dell'assistenza
- Bollo auto - assistenza pratiche bollo
- Assicurazioni Rc-auto sconto ai soci Aci
- Servizio di biglietteria ferroviaria - autobus

Via B. Croce 5 - 87023 Diamante (CS)  
Tel. 0985 81385 - Fax 0985 877768 e-mail: [info@acidiamante.it](mailto:info@acidiamante.it)  
[www.acidiamante.it](http://www.acidiamante.it)





Per conoscere e farsi conoscere



Foto Cioffi - valentinocioffi@fiscali.it

# DIAMANTE

*Città' dei Murales e del Peperoncino*



Prov: Cosenza      Abitanti: 5.450      Altitudine: 15 m

## COME ARRIVARE

Provenendo da nord percorrere l'autostrada A3 Sa-RC fino all'uscita di Lagonegro nord; da qui imboccare la SS 585 che conduce sulla costa tirrenica e che si immette sulla SS 18 tirrenica verso sud, fino a Diamante. Provenendo da sud percorrere la A3 fino all'uscita di Cosenza nord, quindi imboccare la SS 107 e poi la SS 18 tirrenica verso nord fino a Diamante.

## STORIA E NOTIZIE

Fondato nel 1638 come pertinenza dello stato di Belvedere, **Diamante** appartenne ai Carafa fino al 1806. Il centro non vanta particolari tradizioni



storiche ma si è affermato come una delle più importanti mete turistiche di tutta la Calabria grazie alla varietà della costa e del paesaggio che lo rendono uno dei punti più espressivi della Riviera dei Cedri. Oggi Diamante è nota come **la città dei Murales**: oltre un centinaio di opere pittoriche realizzate sulle pareti delle case dei pescatori

nel centro storico. Nel comune di Diamante si trova anche Cirella e la sua piccola isola. Adagiata nella Riviera dei Cedri, Diamante offre incantevoli spiagge di ghiaia e sabbia, il lungomare più bello della costa tirrenica cosentina, scogliere vulcaniche dalle forme inconsuete, superbe e verdissime montagne che incorniciano il suo territorio.

**IL LUNGOMARE E IL PORTO:** qualcuno dice che sia il più bel lungomare d'Italia. Costruito nel 1965, è definito il "*Salotto di Diamante*". Attualmente è in fase di miglioramento e molte sono le idee per utilizzare gli ampi locali che ospita. Il

lungomare del centro, conosciuto anche come "Lungomare Vecchio" è il regno dei negozi più alla moda e delle gelaterie più affermate.

Altri due lungomari sono situati a SUD (in località Riviera Blu) ed a NORD (adiacente alla Spiaggia Grande) ed in estate brulicano fino all'inverosimile di gente proveniente da ogni parte d'Italia.

Il lungomare si presenta morbidamente adagiato su una striscia di terra protesa nelle acque. Intorno è tutto un alternarsi di spiagge argentee di sabbia e ghiaia interrotte da scogliere vulcaniche che danno origine a piccole e caratteristiche insenature, rese ancora più affascinanti dalle sfumature del mare, intenso e mutevole nella sua infinita gamma di colori.



Per conoscere e farsi conoscere

## ITINERARIO DEI MURALES

Suggeriamo questo mini itinerario di visita dei Murales.

E' breve e si può fare anche di notte perché il percorso è ben illuminato. Da *piazza XI Febbraio* salire su per *corso Garibaldi*, l'arteria più importante del centro storico. Già su questa strada ci sono tre murales tutti sulla sinistra salendo. Bisogna proseguire diritto per via Matteotti fino al murales di Meo di Lecce, il n.

60 che viene proprio di fronte col suo racconto dei fatti di Melissa. Girando a destra sulla *via XXIV Maggio* (murales n. 58 - 57 - 56) ci si inoltra in via Carducci (murales n. 34 - 33 - 32 - 31 - 30 - 28) verso la Chiesa Madre che rappresenta il cuore del centro storico. Scendendo per la via Concezione val la pena di deviare sulla sinistra per via Ariosto. Dopo il murale n. 24 di Scolavino di Napoli uscendo alla luce dopo "*u spuortu*" c'è sulla sinistra il murale - cantiere di Michele Sposito di Ferrara, murale di 17 metri per 6, tutto in mosaico. L'autore, aiutato dalla moglie, viene periodicamente a Diamante per mettere in opera sul muro le tessere preparate a Ferrara.



Si tratta di un'opera monumentale che partendo dal graffito paleolitico di Papisidero "rappresentante un toro" racconta la storia degli abitatori della zona. Per via Alfieri e via Tasso con le scalinate abbellite di fiori e vasi di ogni genere, quasi attraversando un giardino, si ritorna su via Concezione e di nuovo su piazza XI Febbraio.



## IL PARCO DEL CORVINO

Il **PARCO DEL CORVINO** è una singolare oasi naturale che dista solo pochi minuti da *Diamante*. Realizzato nell'ultimo tratto della valle in cui scorre il Corvino, grosso torrente che nasce dalla Montea, a ben 1865 m. di altezza, il Parco, con la lussureggiante flora mediterranea, è un tripudio di verde che inizia a pochi passi dal mare. La sua particolarità nasce dalla mutevolezza eccezionale del paesaggio, che in breve da marino diventa montano, spalancando dinanzi agli occhi increduli scenari incantati. Cedri maestosi, acque fruscianti che a tratti sfiorano i rami, profumi inebrianti, natura incontaminata che sa di montagna ma si specchia nel mare: questo è il **Parco del Corvino**. Un'oasi super attrezzata con parcheggi, bar, palestra moderna e accessoriata con campo di pallavolo, saune, bagni turchi, fitness, sala massaggi, solarium, e in più, disseminate nel verde dei 35.000 metri quadrati del Parco, aree picnic, aree gioco e divertimento per i più piccini, e numerosissime piste e sentieri opportunamente predisposti.



A pochi metri dal mare in Via Fausto Gullo a Diamante (Cs)



Le Palme

bed and breakfast

INFO:  
345 5844939

# FAMILYSHOES

CALZATURE PELLETERIA ABBIGLIAMENTO



Via Pietro Mancini 4 - Diamante (Cs) - INFO: 0985 877312 - 345 5844939



Per conoscere e farsi conoscere

## La Spiaggia di Cirella di Diamante

Affacciata sull'alto Tirreno cosentino, è situata a ridosso della frazione omonima, incantevole centro balneare della *Riviera dei Cedri* ricco di storia e testimonianze antiche.

Si tratta di un'ampia spiaggia di soffice sabbia chiara davanti alla quale si staglia il suggestivo isolotto di Cirella, al cui centro resiste una torre di avvistamento immersa in una profuma-tissima macchia mediterranea. Il perimetro frastagliato dell'isolotta, inferiore al chilometro, è sempre molto frequentato da appassionati di immersioni e di snorkeling in quanto ricco di numerose grotte. L'isolotto può essere raggiunto in barca con un servizio offerto dai pescatori.



La spiaggia è bagnata da un bel mare di un azzurro brillante, cristallino e con fondali digradanti, ideale per nuotare e fare il bagno. Alle spalle dell'arenile si trova un promontorio che domina il mare e su cui si aggrappano le vestigia del borgo medievale di Cirella.

Una volta alla spiaggia, vale una visita l'area archeologica in cui si trova il mausoleo di epoca romana di *Cirella*. Per raggiungere *Cirella* da Scalea, è sufficiente seguire le indicazioni lungo la litoranea SS18.

La spiaggia è ben organizzata ed attrezzata ed offre diversi servizi turistici e balneari. E' sicuramente uno dei posti piu' belli e suggestivi dell'intera Riviera dei Cedri con buona ricettività turistica tra cui le segnalazioni del presente servizio.

Via Vittorio Veneto 215  
CIRELLA  
DIAMANTE (Cs)  
INFO:  
0985 86831  
**RISTORANTE**

## A' Cucchiarella

Ristorante di Pesce

Mescoliamo sapori tipici a nuove ed esaltanti esperienze culinarie

Via Cavour 6 - DIAMANTE (Cs)  
INFO: 334 9399630 - gsollazzo70@gmail.com

## B & B

a casa di luca

Nella fantastica cornice della Riviera dei Cedri il B&B "A CASA DI LUCA" e' lieto di ospitarvi nella splendida Diamante

Via Caravaggio 2  
Diamante (Cs)  
Cell. 340 6167867  
Tel. 0985 81588  
www.casadiluca.com  
casadiluca1978@libero.it

## INFISSI SPECIALI SNC

di Giuseppe Cirimele & C.

[www.infissispeciali.it](http://www.infissispeciali.it)  
[info@infissispeciali.it](mailto:info@infissispeciali.it)

SISTEMA QUALITA' CERTIFICATO EN ISO 9002-2008

Via dei Mercanti 5 - Praia a Mare (Cs)  
Tel. 0985 74438 - Fax 0985 72699 - Cell. 366 6306287

## CENTRUFFICIO®

### TUTTO PER L'UFFICIO

Scalea - Diamante - Praia a Mare  
Info line: 0985 271032

Per conoscere e farsi conoscere



CENTRO ASSISTENZA AUTORIZZATO



OPEL CENTER

Rigenera la tua Opel

CHECK-UP GRATUITO

e sei a conoscenza delle reali  
condizioni tecniche della tua auto.

Viaggi sereno in

Garanzia & Sicurezza.

REVISIONI

AUTO  
& MOTO



REVISIONI Auto & Moto

OPEL SERVICE

ASSISTENZA MULTIMARCA

via S. Litterata, 81 - SS18 Belvedere Marittimo (Cs)  
Tel. 0985 88072 - 88570 | [auto.stop@tiscali.it](mailto:auto.stop@tiscali.it) - [www.clubautostop.it](http://www.clubautostop.it)



Per conoscere e farsi conoscere



## BELVEDERE MARITTIMO

...città d'arte e storia



Provincia: Cosenza    Abitanti: 8.881    Altitudine: 150 m

### UN PO' DI STORIA

Antichi scritti del 1631 attribuiscono a **Belvedere** un'antichità meravigliosa: la si vuole fondata da *Gomero*, primo dei sette figli di Jafet (a sua volta figlio di Noè), il quale 131 anni dopo il diluvio universale fondò la città di Blanda, e a conferma di ciò gli storici dell'epoca presentavano gli scritti di Dionigi di Alicarnasso, il quale affermava che il regno d'Italia fosse stato il primo a ripopolare il mondo dopo il diluvio, e le opinioni di San Girolamo e Giuseppe ebreo, i quali chiamavano la Calabria il paese degli Aschenagi perché popolata dai discendenti di Ascenez, primogenito di Gomero. Le origini si possono, tuttavia, datare intorno al VII



secolo. Il primo documento scritto in cui compare il nome di Belvedere è dell' XI secolo la cui denominazione esatta era "*Bellumvidere*" latinizzata in "*Belvederium*", e da alcuni scritti risulta fondata già da alcuni secoli. Secondo la tradizione e la ricostruzione storica, gli abitanti di Blanda, per sfuggire alle continue incursioni dei pirati salirono sulla collina superiore dove ora sorge il centro storico di Belvedere intorno all'anno 1100, fondandone l'antico borgo, sfruttando così anche la lontananza dal lido, il vasto orizzonte, il clima più salubre e soprattutto la vicinanza al fiume Soleo. Le cronache del 216 a.C. raccontano che Fabio Massimo espugnò l'antica Blanda e molte altre città della Lucania e del Bruzio poiché erano venute meno ai patti stabiliti con i romani avendo concesso aiuto al ritorno in patria di Annibale. Nel corso dei secoli si è poi tornati ad abitare lungo il lido e si è così formata la marina, un tempo semplice borgata ma che negli anni è divenuta a tutti gli effetti una vera e propria cittadina. La marina ha visto il suo massimo sviluppo negli anni dopo la seconda guerra mondiale anche se un primo timido sviluppo si è avuto nel 1895,

anno dell'apertura del tronco ferroviario Sapri-Reggio Calabria. Attualmente importante centro turistico-balneare nonché notevole polo commerciale.



## MANUEL'S BEACH

**Spiaggia · Ristorante · Bar**



*In un'atmosfera cordiale ed un servizio attento ai dettagli, il Lido Manuel's Beach gode di un **Ristorante** posizionato su una terrazza affacciata direttamente sulla spiaggia*

**C.da Piano della donna - BELVEDERE M.MO (Cs)**  
**INFO: 333 7296733**  
[manuelbeach@libero.it](mailto:manuelbeach@libero.it) - [www.lidodiamante.it](http://www.lidodiamante.it)

## 1st HOME SECURITY

di GIUSEPPE ARAGONA

**ANTINTRUSIONE - VIDEOSORVEGLIANZA  
DOMOTICA - AUTOMAZIONE  
CONTROLLO ACCESSI - RILEVAZIONE FUMI**

**C.da Castromurro 209 - BELVEDERE M.MO (Cs)**  
**INFO: 0985 88112 - 329 4292137**

*Per conoscere e farsi conoscere*

**CAIRO**  
GIOVANNI & FIGLI s.r.l.

*...vivaismo d'autore*

**...vivaismo d'autore**



**VIVAI - PIANTE - FIORI - ADDOBBI  
PROGETTAZIONE E REALIZZAZIONE  
VERDE PUBBLICO E PRIVATO**



**Via G. Fiorillo - Belvedere Marittimo (Cs)**

**Info: 0985 849851**

**info@cairogiovanniefigli.it - www.cairogiovanniefigli.it**



Per conoscere e farsi conoscere

## IL CENTRO STORICO

Per godere appieno delle suggestioni suscitate da tale borgo suggeriamo di visitare il centro storico così, liberamente, senza una meta precisa, per così dire...vagabondando per le sue strade, le sue vie, i suoi vicoli, le sue piazze, le sue chiese, il suo castello, scoprendo da sé i posti più belli, i panorami più suggestivi, magari sforzandosi di immaginare come, un tempo, i cittadini dell'epoca avevano



concepito la loro città. Da vedere la **Chiesa del Crocifisso**: cosiddetta per un immane **Crocifisso**, che mostra il corpo insanguinato ed un volto abbandonato nel dolore. Salendo per la vecchia porta urbana, ecco la sorpresa

d'un palazzo con un nome spagnolo, Palazzo Perez; fiero d'un elegante cornicione a mensole di cotto. Dall'itinerario, tuttavia, non dovrebbero essere esclusi le visite al **Castello**, alle **quattro porte medioevali**, all'altorilievo in marmo d'alabastro posto sul portone principale della chiesa di **S.Maria del Popolo**.

## "Sculture Naturali" A BELVEDERE

Il territorio di Belvedere Marittimo presenta in alcune zone "sculture naturali".

La costa fra Belvedere Marittimo e Diamante presenta **terrazzi marini** e sabbie gialle costituiti da rialzi o valloni argillosi, denominati "calanchi".

Fino agli anni 60, in special modo il territorio della frazione Manna, era pieno di questi ampi terrazzi con accelerati fenomeni di erosione, tanto che Belvedere veniva paragonato ad un'altra famosa zona di calanchi situata nel territorio di Atri in provincia di Teramo.

Oggi esistono ancora terrazzi di **calanchi** dietro la costa della frazione S. Litterata e ne esiste uno detto "solitario" che si può ammirare percorrendo la superstrada tirrenica all'altezza della frazione Marina in direzione nord. I calanchi rappresentano fenomeni di erosione con procedimento accelerato nei depositi a sabbia, per cui il dilavamento superficiale rapido scava nei pendii, costituiti da materiali incoerenti, numerosi minuscoli solchi, divisi fra loro, ed esili creste e liane.



  
**Pianeta SUD**®



Le Località più belle e le Aziende migliori  
Rivista + Portale + facebook

Emozioni, luoghi, persone, gastronomia e imprese del Sud Italia.

Per conoscere e farsi conoscere!



Per conoscere e farsi conoscere

**FIAT**

**impieri auto**

Tel. 349.4690263 - Tel. e Fax 0985.82071 (r.a.)

Corso Europa 8 - SS 18  
BELVEDERE MARITTIMO (Cosenza)

[www.impieriauto.it](http://www.impieriauto.it) - [impieriauto@tiscali.it](mailto:impieriauto@tiscali.it)

**NOVITA'**

**FAHD**

**H24**  
VENTIQUATTRO

Piazza G. Grossi 48  
BELVEDERE M.MO (Cs)



*Copacabana beach*

**STABILIMENTO BALNEARE  
RISTORANTE - BAR - TABACCHI**

**APERITIVO  
APERICENA - COCKTAILS**

Baia degli Ulivi - Belvedere M.mo (Cs)  
INFO: 349 7939527





## Speciale METEO & SALUTE

### Primavera Estate Autunno Inverno: per ogni stagione uno stato d'animo

Le sindromi meteoropatiche stagionali sono sindromi morbose che si manifestano in molti soggetti, anche non predisposti, durante le singole stagioni o nel passaggio da una stagione ad un'altra. E' opportuno ricordare che il ritmo stagionale tipico delle medie ed alte latitudini non trova una esatta corrispondenza alle latitudini equatoriali ove non esistono stagioni ma uno stato atmosferico uniforme sempre caratterizzato da scarse escursioni termo-igrometriche, giornaliere, mensili ed annuali. Quindi e' ovvio che le seguenti considerazioni valgono per le nazioni e le popolazioni residenti alle medie e alte latitudini.

#### *Il passaggio dall'inverno alla primavera.*

Le condizioni meteorologiche dei mesi primaverili sono caratterizzate da una grande variabilità ed instabilità, per lo scontro tra le masse d'aria ormai relativamente calda provenienti dall'Africa settentrionale e quelle invece ancora alquanto fredde che discendono dal Labrador e dalla Groenlandia, attraverso la Valle del Rodano, fin sul Bacino del Mediterraneo. Ecco perché, in modo particolare nei mesi primaverili, si hanno notevoli reazioni di tipo meteoropatico, sia per la debilitazione organica che la poca radiazione solare invernale, specialmente al nord, così ricco di formazioni nebbiose, determina sull'organismo degli esseri viventi, sia perché la primavera, come dicevamo, è la più ricca di cambiamenti forti ed improvvisi del tempo. In questo modo aumentano i "disturbi somatoformi" come per esempio, le cefalee, specialmente quelle da tensione, le emicranie, le ulcere gastroduodenali, le coliti spastiche, il colon irritabile, le palpitazioni, il cardiopalmo, la tachicardia, l'ipertensione arteriosa essenziale, come pure l'ansia, la depressione, la stanchezza muscolare e nervosa, l'apatia, l'irritabilità, il nervosismo ecc., ben note a chi segue i pazienti da vicino durante i mesi primaverili.

#### *Il passaggio dalla primavera all'estate.*

Durante il periodo estivo l'organismo umano può usufruire di notevoli benefici; sono favorite tutte quelle persone che soffrono di disturbi cardiovascolari, dato che il caldo è un vasodilatatore e di conseguenza la circolazione del sangue viene notevolmente aumentata. Anche i soggetti che soffrono di forme allergiche e/o infiammatorie a carico delle prime vie aeree e dell'apparato respiratorio, in modo particolare i

broncopneumopatici con crisi ripetute di insufficienza respiratoria, possono avvalersi delle belle giornate di sole, con aria sufficientemente pura, per una buona remissione dei sintomi, in modo particolare se si recano in zone di mare, ove l'aerosol marino contribuisce ad abbattere gli allergeni. Dovranno invece porre attenzione a non esporsi troppo al sole i portatori di calcoli, sia a carico dell'apparato urinario che epatobiliare, nonché tutti quei soggetti che soffrono di affezioni acute o croniche dell'apparato digerente, perché il calore aumenta le infiammazioni e può, a volte, scatenare perfino qualche colica.

#### *Il passaggio dall'estate all'autunno.*

La stagione autunnale può essere considerata, sotto diversi aspetti, la migliore dell'anno, sia per il clima dolce, sia perché i fattori meteorologici non presentano di norma, salvo le debite e non rare eccezioni, variazioni molto repentine, come succede invece durante la primavera o i mesi estivi. Uno dei fattori più importanti da prendere in considerazione riguarda la progressiva riduzione della radiazione solare, con conseguente diminuzione delle ore di luce. Orbene l'aumento delle sindromi depressive coincide proprio con la diminuzione dell'intensità della radiazione solare e delle ore di luce. Una terapia preventiva, a base di somministrazione progressiva di ore di luce, riduce di molto lo scatenarsi delle sindromi depressive autunnali o invernali.

#### *Il passaggio dall'autunno all'inverno.*

Durante tutto il periodo invernale agisce sfavorevolmente la scarsa quantità di luce solare a disposizione dell'organismo, con conseguenti danni fisici e psicologici, in modo particolare nelle persone anziane e sole, danni dovuti alla maggior lunghezza della notte ed alle temperature notevolmente basse, specialmente per tutte quelle persone che vivono nelle grandi pianure del Nord, magari in abitazioni malsane, umide e fredde, ai limiti della sopravvivenza. È logico notare come, in questo caso, cambi dal Nord al Sud Italia. Ovviamente vi sono anche aspetti positivi dovuti al freddo e alla frequente ionizzazione negativa dell'aria (quella benefica!) che si riscontra spesso nei mesi invernali dopo ad esempio una nevicata: benefici psicofisici con sensazioni di benessere, aumento del metabolismo cellulare, aumento dell'attività muscolare.



Per conoscere e farsi conoscere



**la poligrafica srl**  
STABILIMENTO TIPOGRAFICO

RIVISTE | CATALOGHI  
BROCHURE | LIBRI | STAMPATI FISCALI  
MANIFESTI | LOCANDINE | POSTER 6X3  
ASTUCCI E SCATOLE  
STAMPATI COMMERCIALI  
NOBILITAZIONE STAMPATI | LAMINA A CALDO  
VOLANTINI | ETICHETTE

Z.I. "La Bruca" - 87029 **SCALEA** (CS) - Tel. **0985 42533**  
info@lapoligraficasrl.it • www.lapoligraficasrl.it

AZIENDA CON PROCESSO  
PRODUTTIVO CERTIFICATO



*La radio del Tirreno*

**RADIO 1 ONE**

**www.radio1one.it**

Fm  99.800 | 100.500 | 101.800 **Mhz**  
Streaming  **www.radio1one.it/diretta**



## GUARDIA PIEMONTESE e la Lingua OCCITANA



**Guardia Piemontese** è un borgo situato sulla cima di una collina all'altezza di 514m s.l.m., e conta circa 2000 abitanti sparsi fra il centro storico e la marina, quest'ultima, che rappresenta la parte più moderna e di recente costruzione del piccolo paesino. Di dominazione fuscaldese, Guardia in principio era conosciuta come *Casale di Fuscaldo*, successivamente come *Guardia Fiscalda*, *Guardia dei Valdi* e *Guardia Lombarda* e solo recentemente denominata Guardia Piemontese, riferendosi all'origine valdese.



I valdesi, infatti, sono i veri fondatori di Guardia, i quali fuggirono dal Piemonte perché perseguitati per la religione, trovarono rifugio proprio in Calabria, dove vi si stabilirono. In seguito, dopo la

loro adesione alla riforma protestante, furono vittime di una crociata nel giugno del 1561 con massacri e cruenti uccisioni che sono testimoniate tutt'oggi dalla cosiddetta Porta del Sangue sita nel centro storico del piccolo centro. Il dialetto guardiolo (in occitano gardiòl) è la varietà dialettale occitana parlata nel borgo storico di Guardia Piemontese.

La **lingua Occitana** è lingua neolatina parlata nel sud della Francia, sui Pirenei (nella Val d'Aran, Spagna), in alcune vallate del Piemonte e in Italia meridionale a Guardia Piemontese dove è "arrivata" in seguito a spostamenti di popolazioni provenienti dalle zone di origine (XIV secolo) determinati sia da motivi di ricerca di lavoro ma anche, in seguito, a causa di persecuzioni religiose subite in quanto di religione valdese. Nelle varie ricostruzioni dell'arrivo in Calabria degli "oltremontani" (così sono definiti generalmente, in quanto le popolazioni arrivano "da oltre i monti", ovvero le Alpi, rispetto al primo territorio di stanziamento, le vallate del Piemonte) abbondano inesattezze storiche. Al 2018 secondo il linguista Fiorenzo Toso i parlanti guardiolo a Guardia Piemontese sono 340 su 1 860 abitanti, dato che la maggior parte degli abitanti si esprime in italiano o nella variante cosentina del dialetto calabrese.



**Aperto 365 giorni l'anno  
Tutti i giorni Colazione, brunch,  
aperitivo, cena e dopocena**

**COCKTAIL BAR - CAFFETTERIA - GELATERIA  
PASTICCERIA - PIZZERIA - TAVOLA CALDA**



**C.da Macchia 47 - Acquappesa (Cs)  
Info: 0982 94574  
info@barloscoglio.it  
www.barloscoglio.com**

## *Il Regno dei Piccoli*



**LUDOTECA  
BABY PARK  
FESTE  
COMPLEANNO**

**Sotto il BAR Lo Scoglio  
Info: 0982 90788 - Acquappesa (Cs)**

## GUIDA ALLA CORRETTA ALIMENTAZIONE ESTIVA

### Mangiar bene per sentirsi bene...

Durante l'estate mangiate frutta e verdura fresche di stagione in quantità. **L'importanza e gli effetti incredibilmente positivi della frutta sono noti a tutti: notevole apporto di minerali, vitamine e fibre; notevole apporto di acqua; basso apporto calorico.** Tutte queste caratteristiche fanno della frutta di stagione uno degli alimenti insostituibili nella nostra dieta, a maggior ragione d'estate. Perciò mangiatene a volontà. Evitate cibi trattati in scatola, poiché in questo periodo dell'anno i prodotti di stagione sono numerosi e poco costosi. In questi mesi estivi si può fare moderato uso di condimenti piccanti, soprattutto peperoncino. Queste spezie fanno sudare e raffreddano il corpo e, quando il clima diventa più caldo, aiutano ad abbassare la temperatura corporea. E' comunque buona regola non abusare mai delle spezie. Per aiutare la flora batterica intestinale a svolgere il suo compito anche nelle giornate più calde, quando aumenta il pericolo di fermentazioni indotte dal caldo eccessivo, e' consigliabile il regolare consumo di yogurt, assunto al mattino a digiuno.

### LE VERDURE DISINTOSSICANTI

Una dieta che lasci molto spazio alle verdure e' indicata sempre, ma soprattutto in primavera ed estate. Infatti non solo e' in sintonia con i ritmi della natura, ma risponde ad una precisa esigenza del nostro organismo, che si risveglia dal torpore invernale. Anche se durante i mesi più freddi dell'anno abbiamo tenuto sotto controllo i cibi troppo ricchi di grassi, abbiamo certamente ceduto nell'apporto proteico. Con l'inevitabile conseguenza di trovarci all'inizio della nuova stagione, con il sangue pieno di scorie azotate, che non sono state eliminate dai reni in modo completo. I sintomi di questo surplus sono inequivocabili: colorito opaco, testa pesante, sensazione di gonfiore diffuso, malessere generale. E' arrivato il momento di cambiare dieta e di affrontare un regime disintossicante che purifichi il sangue e ci restituisca quel benessere di cui abbiamo bisogno. Per purificare l'organismo un aiuto prezioso ci viene, oltre che dalla frutta, dagli ortaggi. Questi alimenti non solo sono poveri di calorie, ma sono costituiti da una percentuale altissima di acqua, caratteristica questa che li rende ideali per stimolare la diuresi e, quindi, eliminare le scorie. Le verdure, inoltre, sono

ricche di potassio, mentre in quasi tutte scarseggia il sodio. Questa combinazione influisce sulla funzione renale perché il rapporto sodio/potassio regola l'equilibrio dei liquidi all'interno del nostro organismo: più questo rapporto e' basso, cioè più alta e' la concentrazione di potassio rispetto al sodio, più i reni sono stimolati ad eliminare urina. Mangiare molte verdure significa effettuare un vero e proprio lavaggio del sangue; naturalmente andranno preparate con aggiunta minima di sale, che ha la proprietà di trattenere i liquidi. Per le verdure da gustare crude, basterà una piccola aggiunta di aromi (succo di limone, erbe aromatiche, olio extravergine di prima qualità) per assicurare un sapore appagante. Per quelle cotte, si dovrà fare attenzione alle tecniche di cottura. La migliore in assoluto e' quella al vapore che conserva il patrimonio di minerali e vitamine. Vale in ogni caso la regola di eseguire sempre cotture veloci, per ridurre la dispersione di nutrienti. Tanto più che le verdure croccanti sono più buone di quelle troppo cotte. Quasi tutte le verdure esercitano una valida azione depurativa, ma ce ne sono alcune, in particolare, che per la loro composizione risultano particolarmente efficienti.

#### Eccone alcune:

**CARCIOFO:** diuretico e depuratore del fegato

**FINOCCHIO:** depurativo

**SEDANO:** diuretico e rivitalizzante

**POMODORO:** diuretico

**CIPOLLA:** depurativa e disintossicante (cipolla cotta)

**CAROTA:** diuretica

**AGLIO:** antisettico e ipotensivo

**ASPARAGO:** diuretico

**LATTUGA:** depurativa

**RUCOLA:** depurativa





## GUIDA PRATICA ALLA SALUTE ESTIVA

Con l'arrivo dell'estate si evidenziano alcuni inestetismi e problemi che durante l'inverno sono rimasti nascosti aiutati dall'abbigliamento: pelle impura, forfora, capelli grassi, perdita di capelli più o meno abbondante, pelle del viso stanca ed opaca, pelle del corpo a buccia d'arancia, cedimenti cutanei. Dato che ad ogni problema c'è una soluzione vale la pena porre rimedio subito, così in breve termine guardarsi allo specchio sarà solo motivo di soddisfazione.

### **Ecco i consigli generali da seguire:**

- Affidarsi alle erbe sia facendo una cura che parta dall'interno (cura disintossicante attraverso una dieta ricca di verdure, come visto in precedenza), sia, dove necessario, facendo trattamenti estetici con prodotti a base di erbe a seconda dell'inestetismo.
- Fare ginnastica, anche leggera, ma continua; il nuoto, d'estate, è perfetto.
- Seguire un'alimentazione adeguata. Se necessario affidarsi alle mani esperte di un'estetista per ottenere tutti i benefici di un massaggio al viso e al corpo.

### **ATTENZIONE AL SOLE**

La bella stagione porta il buonumore e la voglia di sentirsi belli, ma non bisogna dimenticare che il sole è nemico della nostra pelle. Preso in giuste dosi è salutare, ma è ovvio che un'esposizione eccessiva al sole non porta utilità, anzi comporta vere e proprie scottature. Se la nostra pelle non è adeguata-

mente protetta, il sole può facilitare la comparsa di piccole rughe per chi ha già predisposizione alla disidratazione dell'epidermide. È importante a tale scopo fornire il nostro organismo di vitamine appropriate quali la carota ed il germe di grano e più precisamente Vit. A e Vit. E che aiutano a prevenire i danni del sole mantenendo i tessuti più elastici e rassodati e i capelli più vitali e belli. Una eccessiva esposizione al sole può inoltre aggravare la tendenza individuale a certi tumori cutanei.

Quindi massima prudenza, si raccomanda di usare creme che favoriscano la protezione della pelle, durante l'esposizione al sole. **Prendere il sole gradualmente durante la giornata e' il modo più indicato per favorire l'abbronzatura.** Ogni tanto è bene stare all'ombra e bere tanta acqua; queste cose così semplici vi aiuteranno a prevenire collassi da calore. Negli ultimi anni si è venuto aggravando il problema del buco dell'ozono, dovuto all'assottigliamento della fascia di ozono causa inquinamento, che provoca un maggiore afflusso sulla Terra dei raggi UVA, dannosi per la salute. Per queste ragioni sono assolutamente da evitare alcune ore della giornata, soprattutto durante i primi giorni di esposizione:

### **ORARI DA EVITARE: dalle ore 12,00 alle 15,30**

*Se si desidera comunque esporsi durante questi orari è consigliabile non esporsi al sole per più di 10-15 minuti.*



### **PROGRAMMI DI ESPOSIZIONE AL SOLE**

**(10 giorni) - pelle mediamente chiara**

giorni	<b>Programma 1</b>	<b>Programma 2</b>
	Dalle 10,30 alle 12,00 e dalle 15,30 alle 17,00	Dalle 8,00 alle 10,30 e dalle 17,00 in poi
1	5-10 min.	10-20 min.
2	10-15 min.	20-25 min.
3	15 min.	25 min.
4	15-20 min.	25-30 min.
5	20 min.	30-35 min.
6	20-25 min.	35 min.
7	25 min.	35-40 min.
8	25-30 min.	40-45 min.
9	30-35 min.	40-50 min.
10	30-40 min.	45 min. - 1 ora



# IMPRESE & MERCATI

## Indice delle Aziende migliori per categoria

### ABBIGLIAMENTO - CALZATURE

- La Boutique dei Sogni, Lauria (Pz).....23
- Candy Sweet, Candy Kids, Scalea (Cs).....44
- Family Shoes, Diamante (Cs).....98

### AGRITURISMO - AZIENDE AGRICOLE

- FattoriaBio, Satriano di L. (Pz).....8/13
- AgriPernia, Tortora.....31

### ALIMENTARI - PRODOTTI TIPICI - PANIFICI

#### MACELLERIE - SURGELATI - PESCHERIE

- Sole del Gusto, Scalea (Cs).....1
- Limongi, Lauria (Pz).....23
- La Forneria, Scalea (Cs).....47
- Franfornaio, Scalea (Cs).....50
- Golden Beef, Scalea (Cs).....51
- Delizie di Calabria, Scalea (Cs).....55
- Kalab, Scalea (Cs).....59

#### AMBULANZE

- Croce Azzurra, Scalea (Cs).....50

#### ANIMALI

- Bau Miao Ciao, Scalea.....4
- Animania, Praia a Mare (Cs).....37
- L'Acquario, Scalea (Cs).....65

#### ARREDAMENTO - ARREDO NEGOZI

- Michele Satriano, Arredo negozi, Tito (Pz).....3
- ArtArredo, Satriano di Lucania. (Pz).....14
- Fahd, Scalea (Cs).....74
- Casa Si', Scalea (Cs).....76

#### ASSICURAZIONI - CONSULENZE

- Assicurazioni Nocito, Scalea (Cs).....71

#### ASSISTENZA ANZIANI

- Residenza del mare, Scalea (Cs).....46

#### AUTO - MOTO - AGENZIE

- Vetrocar, Potenza.....8
- M&M Service, Salerno.....24
- Soccorso Stradale Salerno, Tortora (Cs).....31
- Autofficina De Franco, Scalea (Cs) .....61
- De Paola, Scalea (Cs).....55
- Revisioni, Scalea (Cs).....66
- ACI Diamante, Diamante (Cs).....96
- Autostop, Belvedere M.mo (Cs).....100
- Impieri, Belvedere M.mo (Cs).....103

#### BAMBINI

- Baby Park, Scalea.....56
- Qui Quo Qua, Scalea (Cs).....68
- Il Regno dei Piccoli, Acquappesa (Cs).....107

### BAR - CAFFE' - GELATERIE - SUSHI BAR

- Bar Umberto I, Satriano di Lucania (Pz).....12
- Pit Stop Cafe', Satriano di Lucania (Pz).....12
- Fahd H24, Praia a Mare.....35
- Rio Plaza Cafe', Praia a Mare (Cs).....36
- Caffè Le Mele, S. Nicola Arcella (Cs).....40
- Fahd Sushi Bar, Scalea (Cs).....52
- Fahd H24, Scalea (Cs).....52
- Gelateria Il Melograno, S. Maria del Cedro (Cs).....88
- Fahd H24, Belvedere M. (Cs).....103
- Lo Scoglio, Acquappesa (Cs).....107

### BED & BREAKFAST - CASE VACANZE

- Umballa, Praia a Mare.....32
- Delicius, Scalea (Cs).....42
- Regina, Scalea (Cs).....43
- A Casa di Luca, Diamante (Cs).....51/99
- Stefy's House, Scalea.....60
- Le Palme, Diamante (Cs).....98

#### BICI

- Tutto Bici, Tortora.....31

#### CAFFE'

- Caffè Russo, Scalea (Cs).....66

#### CARTOLIBRERIE - EDICOLE

- Book Store, Paterno (Pz) .....17
- Cartoleria Licursi, Scalea (Cs).....47
- Edicola Il Sole, Scalea (Cs).....49

#### CENTRI COMMERCIALI

- Mercatissimo, Scalea (Cs).....76

#### CENTRI SCOMMESSE

- Scommettiamo?, S. Maria del Cedro (Cs).....91

#### CERAMICHE - ARREDO BAGNO

- Laurino, Tito (Pz).....9
- Nicocer, Lauria (Pz).....22

#### CLIMATIZZAZIONE - TERMOIDRAULICA

- Valerio Caruso, Scalea (Cs).....49
- Termoidraulica 2000, Scalea (Cs).....70

#### EDILIZIA - ASCENSORI - CAMNETTI - LEGNO

- Tirone, S.Domenica Talao (Cs).....67
- Comail, Scalea (Cs).....80

#### ELETTRICITA' - IMPIANTISTICA - ENERGIA

- Forestieri Assistenza, Praia a Mare (Cs) .....36
- Home Security, Belvedere M.mo (Cs).....101

#### ELETRONICA - CELLULARI - SERVIZI

- Elettronica Store, Satriano di L. (Pz).....13
- FastCell, S. Maria del Cedro (Cs).....67/91



*Per conoscere e farsi conoscere*

- Unieuro, Scalea (Cs).....	74	<b>OGGETTISTICA - BOMBONIERE - SOUVENIR</b>	
<b>ESCURSIONISMO - PARCHI</b>		- Cristian Lay, Satriano di Lucania (Pz).....	21
- Parco Avventura Lao, S.Domenica (Cs).....	81	<b>PALESTRE</b>	
<b>FERRAMENTA - COLORI - BRICOLAGE</b>		- Okinawa, Scalea (Cs).....	62
- Gamba, Scalea (Cs).....	57	<b>PASTICCERIE</b>	
- Splendor, Scalea.....	60	- General Dolce, Potenza.....	7
- Elettrotutto e Piu', Scalea (Cs).....	64	- Daniela, Scalea (Cs).....	42
<b>FIORI - PIANTE</b>		<b>PIZZERIE - ROSTICCERIE - TAVOLE CALDE</b>	
- Natura sas, Scalea (Cs).....	52	- Pizzeria del Corso, Satriano (Pz).....	13
- Cairo, Belvedere M.mo (Cs).....	102	- Fa Tu, San Nicola Arcella (Cs).....	40
<b>FISIOTERAPIA - OSTEOPATIA</b>		- Pizzeria I Portici, Scalea (Cs).....	50
- Osteopatia SudEst, Scalea (Cs).....	65	- 400 Gradi, S.Maria del Cedro (Cs).....	86
<b>FORMAZIONE - SICUREZZA</b>		<b>PUB - PANINOTECHES - PIADINERIE</b>	
- Theatre Service, Praia a Mare (Cs).....	34	- A-tipico, Scalea (Cs).....	44
- Confesercenti - Formazione, Scalea (Cs).....	41	- Jack's Rock Pub, Grisolia (Cs).....	95
<b>GAS</b>		<b>PUBBLICITA'</b>	
- F.lli Nicodemo, Scalea (Cs).....	67	- Pianeta SUD.....	71
<b>GIOIELLERIE - ORO - OROLOGI</b>		<b>RADIO</b>	
- Elite, Belvedere M.mo.....	112	- Radio One, Scalea (Cs).....	106
<b>HOTEL - VILLAGGI - RESORT</b>		<b>RISTORANTI - TRATTORIE</b>	
- Umballa, Praia a Mare.....	32	- Gusto Antico, Diamante (Cs).....	1
- Palazzo dei Principi, S. Nicola Arcella.....	Controcop.	- Le Fiamme, Pignola (Pz).....	9
- Happy Moments, Lauria (Pz).....	22	- Pizzeria 85, Sasso di Castalda (Pz).....	16
- Kristall Palace, Atena Lucana (Sa).....	26	- La Bella Lucania, Maratea (Pz).....	20
- Acteon Palace, Atena Lucana (Sa).....	26	- Tenuta Morrone, Pertosa.....	27
- New Hotel Blu Eden, Praia a Mare (Cs).....	32	- La Tana del Lupo, Caggiano.....	27
<b>IMMOBILIARI - CASA</b>		- Serpente Rosso, S. Nicola Arcella (Cs).....	38
- Punto Casa, Praia a Mare.....	35	- Oltremare Clubbino, S. Nicola Arcella (Cs).....	39
- Veromare, S. Nicola Arcella (Cs).....	39	- Figli di Bottarga, S. Nicola Arcella (Cs).....	40
- Euroimmobiliare/Gabetti, Scalea (Cs).....	47/63	- Vularie Siciliane, Scalea (Cs).....	54
- Rotondaro, Scalea (Cs).....	45	- Lo Scoglio, Scalea.....	59
- Abitare Italia, Scalea (Cs).....	65	- Golden Park, Orsomarso (Cs).....	82
<b>INFISSI - FERRO - PORTE</b>		- La Costa, Orsomarso (Cs).....	85
- Infissi Rinaldi, Scalea (Cs).....	28	- La Lanterna, S.Maria del Cedro (Cs).....	89
- Infissi Speciali, Praia a Mare (Cs).....	35/99	- Aligia, Maiera' (Cs).....	93
- Infissi Mazza, S.Domenica Talao (Cs).....	61	- Pietra D'oro, Grisolia (Cs).....	94
- Angelo Farace, Orsomarso (Cs).....	85	- Da Lucio, Diamante (Cs).....	99
- Euroinfissi, S.Maria del Cedro (Cs).....	90	- A Cucchiarella, Diamante (Cs).....	99
- DRG Infissi, Grisolia (Cs).....	95	- Manuel's Beach, Belvedere M.mo (Cs).....	101
<b>INFORMATICA</b>		<b>SIGARETTE ELETTRONICHE</b>	
- Toner Stampa, Praia a Mare.....	33	- I Can Smoke, Scalea (Cs).....	48
- Errelle Consulting, Scalea (Cs).....	57	<b>SPEDIZIONI</b>	
<b>LIBRI</b>		- GLS, Praia a Mare (Cs).....	33
- La "Trilogia del Viaggio".....	30	- Punto Servizi, Scalea (Cs).....	55
- La Trilogia dei Mondiali.....	30	<b>TATUAGGI</b>	
- Le Meraviglie di Pianeta SUD.....	62	- Gigi's Tattoo, S. Nicola Arcella (Cs).....	59
<b>LIDI - RIMESSAGGI - AREA CAMPER</b>		<b>TENDAGGI - TAPPEZZERIE</b>	
- Ciccalido, Praia a Mare (Cs).....	33	- Colitti, Praia a Mare (Cs).....	30
- Arcobaleno, Praia a Mare (Cs).....	36	- LG Tendaggi, Scalea (Cs).....	64
- OzBeach, Scalea (Cs).....	45	- Dakar Tenda, Scalea (Cs).....	68
- Il Vip, Scalea (Cs).....	51	<b>TIPOGRAFIE - STAMPA</b>	
- Hermitage, Scalea (Cs).....	52	- La Poligrafica, Scalea (Cs).....	106
- Mirko 83, S. Maria del Cedro (Cs).....	90	<b>UFFICIO</b>	
- Le Palme, Grisolia (Cs).....	95	- Centrufficio, Scalea (Cs).....	2° Cop
- Manuel's Beach, Belvedere M.mo (Cs).....	101	- General Office, Scalea (Cs).....	3° Cop
- Copacabana Beach, Belvedere M.mo (Cs).....	103	<b>VETERINARI</b>	
<b>MUSICA - SPETTACOLI</b>		- Dott. Colantonio, Scalea (Cs).....	58
- Corrado De Paola, Scalea (Cs).....	37	<b>VIGILANZA</b>	
<b>NAUTICA - BARCHE</b>		- Metropol, Scalea (Cs).....	78
- Capitan Laos, Scalea (Cs).....	72		

Per conoscere e farsi conoscere

*Élite* Gioielli  
BELVEDERE M.

CITIZEN

*Miluna*

GIOVANNI RASPINI

 GERARDO  
SACCO

BOCCADAMO

Jewels

CC IL TIRRENO / SS18 / BELVEDERE MARITTIMO CS





# generaloffice

SISTEMI E SOLUZIONI PER L'UFFICIO



KONICA MINOLTA



**Fotocopiatrici  
multifunzione**



**Sistemi di  
pagamento**



**Infrastrutture  
di rete**



**Cancelleria e  
consumabili**



**Arredamento  
per uffici**



**Sistemi  
telefonici**



**Gruppi di  
continuità**



**Assistenza e  
Consulenza Tecnica**



[www.generaloffice.it](http://www.generaloffice.it)

Corso Mediterraneo, 429  
87029 **SCALEA** (CS)

☎ +39 0985 90069 / +39 0985 887821

☎ +39 0985 035101

✉ [info@generaloffice.it](mailto:info@generaloffice.it)

# *Palazzo* PRINCIPI LANZA

*La storia  
incontra l'incanto*



WEDDING · EVENTS · MEETINGS · BOUTIQUE HOTEL · RESTAURANT



Via dello Stadio - 87020 - San Nicola Arcella (CS)

info: +39 0985 300895 / WhatsApp +39 366 6529151 / Email [info@palazzoprincipilanza.com](mailto:info@palazzoprincipilanza.com)

[palazzoprincipilanza.com](http://palazzoprincipilanza.com)