



Pianeta SUD[®]

2021



Meraviglie del SUD



La Riviera dei Cedri

Le Località più belle e le Aziende migliori



www.pianetasud.it



BAR - PASTICCERIA - GELATERIA


Daniela

Nuova Sede totalmente ristrutturata



L'impareggiabile esperienza pasticciera, 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**



P.zza Garibaldi 46 - SCALEA (Cs)

INFO: 0985 90247 - Prenotazioni Torte: 329 3804959

www.pasticceriadaniela.it - info@pasticceriadaniela.it

Per conoscere e farsi conoscere

Mondial Food

www.mondialfood.it

**Vendita Attrezzature nuove e usate
per Ristorazione, Bar, Pasticcerie, Macellerie
Centro Assistenza Tecnica refrigerazione
Riparazione Stufe a Pellet
Ricambi industriali e Civili di tutte le marche
Noleggio Attrezzature per Catering
Assistenza tecnica - Pronto intervento**



C.so Mediterraneo 504 - Scalea (CS)

Info: 342 5554184



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

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, Panorama da
San Nicola Arcella, Lungomare
di Diamante, Maratea Porto.

Copertina by

Gigiz Design - Info: 349 8402745

COLLABORATORI: Paolo Cammarota,
Michele Cammarota, Concetta Bruno,
Bartolo Iannielli, Giovanni Orlando
*Si ringraziano inoltre tutti coloro che
a vario titolo e in modi diversi hanno
collaborato e contribuito alla realizza-
zione e al miglioramento del presente
numero*

Pianeta SUD su Internet:

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.

2021 ATHENA SERVICE

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

Utilizzo e riproduzione marchio vietata

Distribuzione gratuita

Free distribution

SOMMARIO

BASILICATA

7 Potenza

11 Pignola

11 Avigliano

14 Satriano di Lucania

18 Sasso di Castalda

20 Paterno

23 Maratea

CAMPANIA

24 Salerno

26 *La Provincia*

Salernitana

CALABRIA

29 *La Riviera dei Cedri*

31 Tortora

35 Praia a Mare

41 San Nicola Arcella

47 Scalea

87 Orsomarso

89 Santa Maria del Cedro

e Marcellina

93 Maiera'

94 Grisolia

97 Diamante

103 Belvedere M.mo

107 Tropea

Servizi Speciali

12/85 *Speciale Meteo e Salute*

13 *L' Osservatorio di Anzi*

13 *La Torre di Satriano*

16 *Il Carnevale e il Rumita*

16 *Il "Ciococrusco"*

18 *Il "Ponte alla luna"*

19 *Proverbi Satrianesi*

19 *Antiche unita' di misura*

20 *Il nome "Lucania"*

21 *La "Trilogia del Viaggio"*

22 *I Paesi Fantasmi*

25 *Salerno Capitale*

33 *Libro "Emozioni Mondiali"*

39 *Amore per gli Animali*

52 *Origine nome Scalea*

69/70 *Ricette Tipiche*

73 *Il Relitto del Lillois*

75 *Anni '80: miti e ricordi*

77 *Mappa Costa Scalea*

79 *Nostalgie dal passato*

81 *Meteo: neviccate storiche*

90 *"Il Cedro: Divino Agrume"*

90 *Cedro: Franco Picerno.*

92 *Parco Archeologico Laos*

93 *La "Grotta del Romito"*

100 *Il Parco del Corvino*

101 *Libro "Pianeta SUD"*

106 *Una Ricetta per regione*

108 *Guida alimentazione*

109 *Guida salute estiva*

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

Per conoscere e farsi conoscere

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**



&



CASHMATIC
Automatic Change Centers



cashlogy

by **AZKOYEN**

CERTIFIED PARTNER



CashDro
Casse automatiche



EPSON brother
TOSHIBA

Black & Color
Printers & Copiers

SCALEA Viale Europa, 11-17 Tel. 0985 271032
DIAMANTE Via V. Padula, 19-25 Tel. 0985 877099
PRAIA A MARE Via G. Verdi, 25-27 Tel. 0985 777619

www.centrufficio.com - www.centrufficio.shop

Per conoscere e farsi conoscere



**PIZZERIA - PIZZA AL TAGLIO
ROSTICCERIA**



Viale della Libertà - Praia a Mare (Cs)
Info: **346 6284247**





Pianeta SUD®

PROGETTO MULTIMEDIALE DI PROMOZIONE TERRITORIALE E COMUNICAZIONE DEL SUD ITALIA



Ed eccoci giunti all'edizione **Numero 24** del magazine, aggiornato ed arricchito con sempre nuovi servizi redazionali e una più ricca selezione delle aziende migliori, a testimonianza dello spazio di leadership acquisito dal marchio **Pianeta SUD** quale strumento di comunicazione.

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

flessibilità nuovi strumenti e provare a percorrere nuove strade. Tutti fattori che faranno sempre più la differenza per orientare positivamente il proprio futuro e ancor di più in periodi particolari come quelli che stiamo vivendo, 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 realtà private, in sinergia, attraverso progetti integrati e sfruttando le grandi potenzialità del Web.

In **Pianeta SUD** le località sono presentate nell'ambito di suggestivi servizi redazionali, nei quali, con la presenza delle attività private a completamento della proposta, è 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 identità storico-culturale, la grande uniformità 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, al 1° posto su **GOOGLE** per molte ed importanti parole chiave di ricerca, è possibile inoltre avere un'ulteriore visione dei vari servizi, diversa dal supporto editoriale, con link di richiamo sulle località, 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 **2021** 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 - 87023 Diamante (Cs) - Tel **0985 81385** Fax 0985 87768 - Mail: info@acidiamante.it

Per conoscere e farsi conoscere

nails

Concept & SPA

CENTRO ESTETICO **BENESSERE E CURA VISO/CORPO - MANI E PIEDI**

TRATTAMENTI CORPO - TERMOCRIOLIPOLISI - LASER LLLT
RADIOFREQUENZA MULTIPOLARE - VACUUM MASSAGE
PRESSOTERAPIA - DEPILAZIONE DEFINITIVA - LASER DIODO 808
MASSAGGI - TRATTAMENTI VISO - TERMOLIFTING
T-SHAPE - RADIOFREQUENZA - MULTIPOLARE SOLARIUM
SPA PEDICURE E MANICURE

nails
Concept & SPA



nails
Concept & SPA

nails
Concept & SPA



nails
Concept & SPA



NAILS Concept & SPA

P.zza della Costituzione Italiana 51
POTENZA - INFO: **0971 46487**



NAILS Concept & SPA

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**

emodiva
academy

PARRUCCHIERI & ESTETICA

SCUOLA PARRUCCHIERI ED ESTETICA

Via dell'Edilizia 4D - POTENZA

Info: **0971 52937** - info@accademiaemodiva.com

 Emodiva Academy Parrucchieri & Estetica

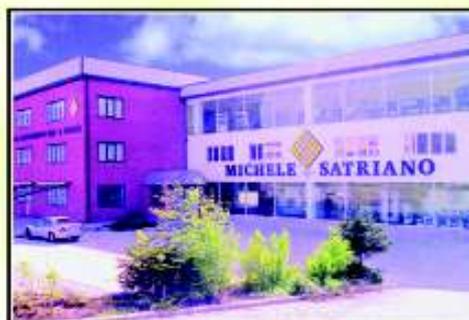
Per conoscere e farsi conoscere



SATRIANO

S.r.l.

*Da oltre 40 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

Assistenza garantita con interventi immediati e diretti con proprio personale. L'azienda propone varie formule di assistenza: 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 di servizio.



Michele Satriano, titolare.

Via Sandro Pertini 21 - 85050 TITO Scalo (Pz)
Tel: 0971 485579 - 0971 485162 - Fax: 0971 651888
www.dittasatriano.it - info@dittasatriano.it

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

Seguici anche su FACEBOOK



Per conoscere e farsi conoscere

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.



 RIPARAZIONE E SOSTITUZIONE VETRI	 VETROCAR® Riparti col sorriso :) CENTRO VETROCAR POTENZA 800 00 80 80 328 65 14 930 Via dell'edilizia, 25 Potenza
 AUTO E AUTOCARRI	
 AUTO SOSTITUTIVA	
 SANIFICAZIONE AUTOMEZZI :)	

	 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.



AVIGLIANO

PROVINCIA: Pz ABITANTI: 12.005 ALTITUDINE: 867 m



Antichi e incerti il toponimo e le origini di **Avigliano**, sui quali gli storici, in assenza di reperti archeologici e di documenti certi fino agli inizi dell'alto medioevo, hanno elaborato diverse teorie ed ipotesi, meritevoli di approfondite ricerche e di laboriosi studi.

Sulla base di una leggenda, oralmente tramandata, si vuole che questo centro fosse stato fondato dai Sanniti, volgarmente detti "Banniti", qui attratti dalla sicurezza del luogo e dalla salubrità dell'aria, durante la loro espansione verso la nostra regione intorno al V secolo a.c. Un'altra leggenda fa derivare il toponimo di Avigliano da "Avis locum", cioè luogo dell'uccello, denominazione data al territorio da un gruppo di marinai provenienti dall'Oriente.



Il Castello di Lagopesole



Luogo federiciano per eccellenza, sorge su un'altura che domina la sottostante Valle di Vitalba. Lo si raggiunge percorrendo la strada che da Potenza conduce a Melfi.

E' considerato una delle ultime residenze volute dall'imperatore *Federico II di Svevia* in terra di Basilicata, realizzata tra il 1242 e il 1250. E' considerato un'imponente testimonianza di architettura fortificata medievale in cui suscita interesse la presenza di una cappella palatina, caso alquanto raro e singolare per una costruzione voluta dallo *Stupor Mundi*.


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


ECOLOGIA - AMBIENTE
PULIZIA INDUSTRIALE E CIVILE
Vendita prodotti monouso in carta e affini
Via San Vito 69 Int. 2 - AVIGLIANO (Pz)
Info: **339 1929915 - 345 0646138**
www.piledlampo.com - piled.lampo@libero.it

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!".



L'Osservatorio Astronomico di ANZI

CULTURA



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

La Torre di SATRIANO in Tito



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 di-

rezioni diverse verso le pianure 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 avvicinati 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: **Associazione Memoria - Tito**, associazionememoria@gmail.com

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).



**Dott.ssa
Gelsomina Salvia**

PSICOLOGA
PSICODIAGNOSTA CLINICA E FORENSE

RICEVE SU APPUNTAMENTO
A SATRIANO DI LUCANIA E POTENZA
INFO: 324 8255197 - gelsalvia@gmail.com



**BAR
LOUNGE
CAFFE'**
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!



GASTRONOMIA SATRIANESE



Ottimi i formaggi, soprattutto il pecorino. Saporite le salsicce e gli insaccati paesani, particolarmente usate le "**Soppersate**", 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 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'acciatura**", tutto bollito in brodo con un po' di finocchio.

 **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

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



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



IL CARNEVALE E IL "RUMITA"



Il **Carnevale** di Satriano di Lucania ha tre protagonisti: l'Orso (*Urs*), l'Eremita (*Rumit*) e la Quaresima (*Quaremma*). Tanto caratteristico quanto misterioso, questo carnevale è uno dei pochi riti arborei arrivati a noi ancora integri. Questa festa popolare è rimasta intatta dopo secoli, e insieme al Carnevale di Tricarico è tra le rappresentazioni folcloristiche più importanti della Basilicata e dell'Italia.

Questa festa viene anche chiamata la "*Foresta che cammina*" perché sfilano per le strade del borgo immerso nel *Parco nazionale dell'Appennino lucano* uomini vestiti da alberi.

I Rumit sono i primi a sfilare, la domenica prima del Martedì Grasso. La sfilata principale del Carnevale di Satriano Lucania si tiene il Giovedì Grasso quando sfilano tutte le maschere tradizionali e il corteo della Zita. Partecipano anche animali, piante della foresta e carri allegorici non motorizzati, prendono parte alla festa anche gruppi folcloristici di musica e teatro.

La tradizione del Rumita

Il *Rumita* (eremita) è un uomo vegetale, albero vagante, maschera silente che l'ultima domenica prima del martedì grasso gira tra le strade del paese strusciando il fruscio (un bastone con all'apice un ramo di pungitopo) sulle porte delle case. E' il suo modo di bussare.

Chi riceve la visita del *Rumita* rispetta il suo silenzio e in cambio di un buon auspicio dona qualcosa (fino a qualche anno fa generi alimentari, ora pochi spicci). Nel corso dei decenni le interpreta-



zioni che le varie generazioni hanno dato a questa figura misteriosa sono cambiate. I giovani satrianesi hanno intenzione di utilizzare il Rumita per lanciare un messaggio ecologista universale che è un rovesciamento dei valori, una rivoluzione copernicana: ristabilire un rapporto antico con la Terra per rispettare gli uomini e le donne che la abiteranno in futuro.

Prelibatezze: CIOCCOCRUSCO

Il sapore del cioccolato con un cuore di peperone crusco.

Cioccocrusco nasce in Svizzera dall'esperienza dei mastri cioccolatieri ed è l'unione di due tradizioni esclusive per il



proprio territorio di origine. La prima tradizione cui ci riferiamo è quella del peperone Crusco, un prodotto lucano. La seconda è quella del cioccolato svizzero.

Due tradizioni a confronto; nord e sud che si sposano dando vita a un prodotto innovativo dal sapore unico e coinvolgente. Quando il cioccolato svizzero incontra il peperone crusco nasce **Cioccocrusco**, un prodotto esclusivo di alta qualità che intende riunire in un unico prodotto due territori geograficamente molto lontani utilizzando però due prodotti tipici di ciascun territorio. **Cioccocrusco** è un prodotto che si è già radicato nella cucina stellata, rispettando a pieno il connubio tra tradizione e innovazione; partire dalle proprie radici e dalla propria storia per dare vita a un prodotto che conserva le stesse caratteristiche della materia prima con cui è stato realizzato ma i cui gusti e sapori sono enfatizzati e tradotti in una dolce musica che si trasforma in un risultato sublime per il palato.

Per info e shop: www.cioccocrusco.com



SNACK BAR - RISTORO - TABACCHI

SS 95 bis - SATRIANO DI LUCANIA (Pz)
INFO: 328 5823668 - **NOVITA'**

Per conoscere e farsi conoscere

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 palcoscenico: **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.

**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**

Art Arredo

**Progettazione e
Realizzazione d'interni**

C.da Passariello Zona PIP 20A
Satriano di Lucania (Pz)
Info: **0975 383287** - artarredo@live.it
www.artarredodesign.it

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



Terra del Sasso

gastronomia lucana



Tradizione e amore per il territorio

Dal forte legame con il territorio, il paesaggio, la tradizione enogastronomica, si è sviluppato il progetto Terra del Sasso. L'azienda nasce nell'aprile del 2017 dall'idea di due giovani ragazzi, Angelo e Michela, con l'obiettivo di promuovere le tipicità del territorio cercando di offrire prodotti di alta qualità selezionati da una rete di piccole aziende, e al contempo di far conoscere le bellezze della Basilicata.

 Via Roma 5 - Sasso di Castalda (Pz)

INFO: 342 0904506

www.terradelsasso.it - info@terradelsasso.it

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

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

**"VUOIA VOTT CHIENE AMIGLIER 'MBRIACA"
"DUI PARAVIS NUNS' 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

"CHILASSA VIA VECCHP' ANOV SEPQUIDD CA LASSE NUN SEPQUIDD CA TROV"
Chi abbandona la strada vecchia per la nuova sa quel che lascia ma non sa quel che trova

"UFRIDD CHIU' FORTÈ SOTT L'ANTILL RA" PORT" - Il freddo piu' forte passa sotto la porta.
Attenzione agli spifferi e alle maldicenze.

"IPARENT SO' CUMMI STUVEL... CHIU' SO STRITTE CHIU' FANNMEL"
I parenti sono come gli stivali, piu' sono stretti e piu' fanno male

"A GADDIN FACL'UOVEAU' GADDR'VRUSCU CUL" - La gallina fa l'uovo e al gallo brucia il sederino. Dedicato alle persone lamentose anche senza motivo.

"USAZJ NUN CRERA RISCIUN"
Il sazio non crede al digiuno

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

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

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.

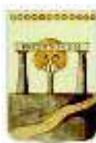
Durante il periodo fascista la regione riprese il nome Lucania, ma con la nascita della Repubblica tornò a chiamarsi **Basilicata**.



Rivello e Monte Sirino

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

Per conoscere e farsi conoscere

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 energico, 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 perlomeno ora conosci le regole del gioco.”

Su Amazon. Anche in versione ebook



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 oramai 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.



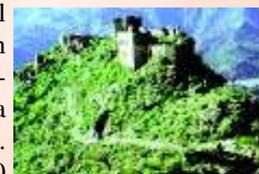
ROGHUDI - Calabria



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.



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'immensa *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.

LIDO MACARRO

Tutti i comfort per una vacanza relax



C.da Macarro Marina - MARATEA (Pz)

INFO: 339 7753482 - lidomacarro@macarro.it



LANTERNA ROSSA

Osteria del mare

Maratea Porto

Info: 0973 876352 - 347 6261485



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-**

fitto 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.

La parte alta del centro storico cittadino, inoltre, è ricca di numerosi conventi dismessi, per lo più di epoca longobarda o medievale, rimaneggiati nel corso dei secoli, costruiti lungo pendii riccamente irrigati per la presenza di numerosi ruscelli. Tra questi vanno ricordati, anche per la funzione pubblica che ora rivestono, il Convento di San Nicola della Palma, finito di restaurare nel 2013 e ospitante l'EBRI (Istituto Europeo di Ricerche Biomediche), costruito su un precedente impianto termale ad ipocausto di epoca bizantina, e il Convento di San Lorenzo, risalente al X secolo e sito in via De Renzi, che ospita la sede dell'Archivio Storico Comunale.

“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 con maghi, stregoni, tunnel luminosi e figure incantate.

Per conoscere e farsi conoscere

UN PO' DI STORIA: *Salerno Capitale d'Italia*

All'inizio del 1944 l'Italia da Montecassino in su era ancora occupata dai tedeschi. In questo contesto la città di Salerno fu scelta per ospitare i primi governi del dopo fascismo: dal febbraio all'agosto 1944 **Salerno fu Capitale d'Italia**.

L'11 febbraio 1944 si trasferì a Salerno il primo governo di Pietro Badoglio (Governo Badoglio I), a cui parteciparono due ministri salernitani (Giovanni Cuomo all'educazione nazionale e Raffaele Guariglia agli esteri). Il 27 aprile 1944 si riunì il primo Consiglio dei ministri del governo di unità nazionale dopo la caduta di Benito Mussolini e del Fascismo, primo passo verso la restaurazione della democrazia in Italia. Il ministro Cuomo, durante il Governo Badoglio II, ottenne la creazione del "Magistero" di Salerno con sede a Palazzo Pinto nell'antica "Via dei Mer-



canti". In questa forma si concretizzò la rinascita degli studi universitari a Salerno, dopo che - sciolta la Scuola Medica Salernitana nel periodo napoleonico - anche l'ultimo scampolo di università salernitana era stato abolito dal ministro Francesco De Sanctis subito dopo l'Unità d'Italia.

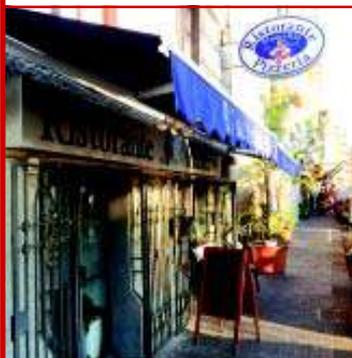
Ivanoe Bonomi (Governo Bonomi II), divenuto Presidente del consiglio il 18 giugno 1944, sostituì Pietro Badoglio e realizzò con Togliatti la Svolta di Salerno. Il 4 agosto 1944 Roma fu liberata dai tedeschi ma il governo continuò a riunirsi a Salerno fino a metà agosto 1944, quando effettivamente si trasferì a Roma.

In questi cinque mesi di Salerno Capitale, il Re Vittorio Emanuele III alloggiò a Villa Guariglia, una villa gentilizia a Raito frazione di Vietri sul Mare. Alfonso Menna, che fu sindaco di Salerno negli anni '50, era solito dire che l'idea di costruire l'attuale lungomare di Salerno era venuta anche dal Re d'Italia.



RISTORANTE PIZZERIA *Pinocchio*

ANTICO RISTORANTE DAL 1973



*Il Ristorante Pinocchio, situato direttamente sul lungomare più lungo d'Italia, vi offre da oltre trenta anni cucina tipica Salernitana. E' possibile degustare piatti tipici della tradizione, cucinati con maestria dallo Chef **Rodolfo Anastasio**, un'ottima pizza oppure un veloce pranzo di lavoro. Il locale ampio interno è l'ideale per festeggiare cerimonie ed eventi importanti, o per trascorrere una serata tra amici. Al Ristorante Pinocchio troverete sempre gusto, qualità e convenienza. Aperto tutto i giorni dalle 12.30. Chiuso il Martedì'.*



Lungomare Trieste 56/58 - 84123 SALERNO - Italy
Gradita Prenotazione - Info: 089 229964 - 339 4865481
www.ristorantepinocchio.eu - info@ristorantepinocchio.eu

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.



Ricettivita'



★★★★
SUP

**ACTEON
PALACE**



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

Tel: **0975 511466**

www.acteonpalacehotel.it

acteonpalace@gmail.com



★★★★

**KRISTALL
PALACE
HOTEL**



Svincolo Autostradale A3 - ATENA LUCANA (Sa)

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

www.kristallpalacehotel.com

kristallpalacehotel@gmail.com



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 • e-mail: info@infissirinaldi.it

Per conoscere e farsi conoscere

MARARANCH

Azienda Agrituristica

CENTRO IPPICO - CUCINA LUCANA - BUNGALOW



*L' Azienda Agrituristica **MARARANCH** e' il contatto pratico e diretto con una realta' ed un ambiente familiare. Uno scorcio di mondo western, uno stile di vita e una cultura tipicamente country. Circondati dal verde e a soli 300 metri dalla spiaggia, e' il posto ideale per riscoprire il tempo libero. Dispone di bungalows amovibili con veranda attrezzata per una vacanza libera, indipendente e autonoma. Il **MARARANCH** propone una tipica cucina lucana, i cui piatti sono rigorosamente preparati al momento, con ingredienti freschi e genuini. Prenotazione obbligatoria.*

VIENI A VIVERE IL FAR WEST.

Associazione ippica con esperienza decennale, riconosciuta a livello nazionale dalla Fed. Italiana Sport Equestri. Centro di equitazione di campagna. Scuola di equitazione, corsi di perfezionamento, escursioni guidate, rilascio Patenti e Brevetti di Equitazione, prove a cavallo.

Si organizzano giornate a cavallo, totalmente immersi nella natura, tra mare e montagna.



Localita' Castrocucco - MARATEA (Pz) - Info: **0973 871716**

www.mararanch.it - mararanch@mararanch.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



Soluzioni per ogni esigenza nel campo dell'elettricità e dell'impiantistica, consulenze tecniche e professionali e pronti interventi risolutivi di varia entità

IMPIANTI ELETTRICI E TECNICI - IMPIANTI DI CLIMATIZZAZIONE - AUTOMAZIONI - CALDAIE



Navighi bene e ti conviene

INTERNET VELOCE SENZA LIMITI E SENZA LINEA FISSA

BENEFICIO
DETRAZIONI FISCALI
SU CLIMATIZZATORI
E IMPIANTI DOMESTICI



Punto enel

Via Tito Minniti 25 - SCALEA (Cs)

INFO: 0985 90997 - 338 7253772 - solacarmine.74@gmail.com



TENDE DA SOLE
ZANZARIERE
BOX DOCCIA
COPERTURE IN PVC

TENDE BIOCLIMATICHE - PERGOTENDE



Real Tenda si occupa da oltre trent'anni di produzione, vendita e installazione di **Tende da Sole**. Si distingue sul mercato per il materiale utilizzato, sempre di primissima qualità, e per il personale, preparato e formato nel migliore dei modi. **Real Tenda** offre anche un pronto servizio di assistenza post-vendita e riparazione. Anche produzione e commercializzazione di gazebo, patii e zanzariere. *Aperto anche ad Agosto. Orario continuato.*

Via Degli Ulivi 146/152 - SANTA MARIA DEL CEDRO (Cs)

Info: 0985 43818 - 320 2845503 - realtenda1@gmail.com

Per conoscere e farsi conoscere



TORTORA

Meraviglie tra mare e monti



Provincia: Cosenza Abitanti: 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.

MONUMENTI E LUOGHI D'INTERESSE

Nel comune di Tortora sono presenti *dieci chiese*.

- Chiesa di San Pietro Apostolo in Piazza Plebiscito
- Chiesa dell'Annunziata Piazza Monastero
- Chiesa delle Anime del Purgatorio in Piazza Dante Alighieri
- Cappella di Materdomini Via Materdomini
- Chiesa di Santo Stefano Via Santo Stefano
- Cappella della Madonna delle Grazie in Via Madonna delle Grazie
- Chiesa Stella Maris
- Chiesa della Madonna dell'Addolorata
- Chiesa del Gesù Risorto in frazione Pizinno
- Cappella del Cristo Re in frazione Massacornuta

Portali Litici: per le stradine del centro storico di Tortora si incontrano pregevoli portali litici, che ornano gli antichi palazzi.

PIZZERIA
IL GIARDINO
di MARIA ANTONELLA
Rosticceria - Conterteria

Via Mattia Preti 14 Take Away
TORTORA MARINA (Cs) 
INFO: 347 5022032 Forno a Legna


803 803
SOCCORSO STRADALE CONVENZIONATO


Alessandro Salerno
SS 18 Via Fiume Grande - Tortora Marina (Cs)
INFO: 0985 766119 - 328 1520811
carservice.salerno@gmail.com

Per conoscere e farsi conoscere

UN PO' DI STORIA

Preistoria. Il territorio tortorese ha visto la presenza dell'uomo fin dagli albori della storia umana. Nella località Rosaneto è stato trovato un giacimento preistorico all'aperto risalente al Paleolitico Inferiore datato a circa centocinquantamila anni fa, uno dei più antichi siti preistorici italiani. La presenza umana sul territorio è continuata anche nei millenni a seguire come dimostrano gli scavi avvenuti ai piedi della falesia calcarea di Torrenave. Negli strati inferiori degli scavi sono stati recuperati strumenti litici prodotti dall'uomo di



Neanderthal nel Paleolitico Medio, mentre in quelli superiori compaiono gli strumenti tipici dell'homo sapiens sapiens (Paleolitico Superiore). Nella grotta della fiamarella sono riemerse ceramiche incise dell'età del bronzo dall'Eneolitico fino al Bronzo medio.

"**Blanda**". I primi segni di civiltà risalgono al popolo degli Enotri, che dimorò sul territorio fino dal VI secolo a.C. al IV secolo a.C. provenienti probabilmente dal Vallo di Diano, la loro presenza sul territorio è stata accertata dal ritrovamento di 38 tombe con corredi funerari enotri, da una stele litica e da un piccolo centro abitato. In seguito, agli Enotri si sostituì apparentemente senza scontri bellici, il forte popolo italico dei Lucani, che nel comune di Tortora sul colle Palecastro ampliarono e fortificarono il centro abitativo di origine enotria di Blanda. Intorno al IV secolo a.C. i Lucani erano i signori incontrastati del territorio che si estendeva fino alle rive del fiume Lao a sud dell'odierna Scalea. A partire dal IX secolo **Blanda**, fu definitivamente abbandonata. Alcuni dei suoi abitanti si rifugiarono nell'entroterra e fondarono su uno sperone roccioso il primo nucleo di Tortora, chiamato Julitta.

Oggi i ritrovamenti dell'antica città di **Blanda** possono essere ammirati nella mostra perenne "**Archeologia per Tortora: frammenti dal passato**", sita nel palazzo **Casapesenna** a Tortora Centro Storico.



**tutto
BICI**

VENDITA - NOLEGGIO - ASSISTENZA

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

Anima & Gore
Pizzeria



La pizza non è un primo, non è un secondo e non è un alimento.

La pizza è l'essenza della felicità

Via T. Lanzillotti 5 - TORTORA (Cs)

INFO E PRENOTAZIONI:

Filippo: 345 6433831 - Chiara: 342 8315488



ANIMANIA

Trovi tutto quello che ti serve per i tuoi amici animali

Esca viva e articoli per la pesca

Via P. Longo 54 - PRAIAA MARE (Cs)

Info: 320 3578409 - 347 2184428

animania2014@gmail.com

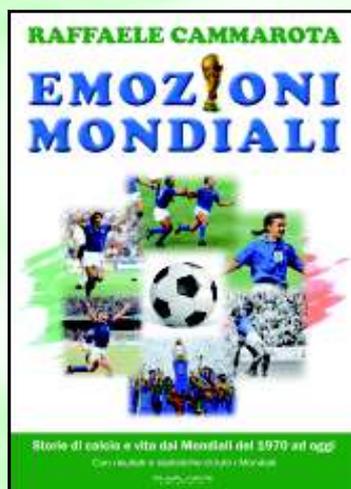


Cultura

Cultura

“EMOZIONI MONDIALI”

Il nuovo Libro di Raffaele Cammarota



“In fin dei conti se si vuol percepire il senso profondo e vero della felicità basta lanciare un pallone a un bimbo e guardare la luce che si accende nei suoi occhi. Lì si scorgerà la gioia pura. Questo è il calcio. E i Mondiali sono l'apoteosi del calcio.”

Storie di calcio e vita dai Mondiali del 1970 ad oggi. CON STATISTICHE E RISULTATI DI TUTTI I MONDIALI



Dall'autore della “Trilogia del Viaggio”
Raffaele Cammarota

“Le meraviglie di Pianeta SUD”



“Questo libro è 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 più belli del mondo.”

In libreria e online, anche ebook
www.raffaelecammarota.it

Per conoscere e farsi conoscere

**Qualita', Cortesia
e Convenienza
a portata di mano**



**Corso Aldo Moro 240
TORTORA (Cs)**

**INFO: 345 9796924
biagionaples@gmail.com**



#piùcheunVIZIOunoSFIZIO

Pizzeria • Ristorante italiano • Ristorante di piatti tradizionali



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 - tccolitti@tiscali.it

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.



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.



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 piroscifo inglese silurato al largo di Praia a Mare il 26 dicembre 1917.
- **Il Museo Civico di Praia a Mare:** Si presenta non



NOVITA'

**Cocktail
& Shisha
Bar**

LA BODEGUITA

Via Leonardo da Vinci - PRAIA A MARE (Cs)
INFO: **327 6958393** - labodeguita2020@libero.it

Per conoscere e farsi conoscere

Storia e Archeologia a Praia a Mare (parte 1)



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

Via Leonardo Da Vinci 14 - PRAIA A MARE (Cs)
INFO: **328 1710680**

**INFISSI
SPECIALI SNC**
di Giuseppe Cirimele & C.

www.infissispeciali.it
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**

**TATTOO
GIGIZ**

info: 349.8402745 - www.gigiztattoo.it

**RISTORANTE
PIZZERIA**
di Pasquale Aurelio

INFO:
0985 035361
348 9537297

La Piedigrotta

Piazza Lomonaco 6 - PRAIA A MARE (Cs)

Fast Cell
Assistenza Tecnica

WIND Telefonia Cellulare
di tutte le marche

Via Verbicaro - MARCELLINA (Cs)
Info: **0985 42233** - **339 7429552**
www.fastcell.it - info@fastcell.it

Storia e Archeologia a Praia a Mare (parte 2)

...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. I più antichi (punte di freccia e di lancia, lame e raschiatoi, resti di molluschi ed animali) risalgono a 12 mila anni addietro; gli ultimi (resti di lucerne, tazze ed anse) al III secolo dopo Cristo.

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 nelle sale del *Museo Nazionale* di Reggio Calabria.



Lido AZZURRO



Stabilimento Balneare con tutti i Comfort

Via Vincenzo Padula - PRAIA A MARE (Cs)
INFO: 339 3911809



Miranda



LINGERIE
BIANCHERIA
CORREDO
NEONATO



SEDE UNICA: Via Verdi 38 - PRAIA A MARE (Cs)
INFO: 0985 777380

Nelidamo

Little Chef

TRATTORIA CALABRESE
FRIGGITORIA

Primi - Secondi - Contorni
Panini - Taglieri - Sfizi - Cuoppi



Piazza Italia - Praia a Mare (Cs)
INFO E PRENOTAZIONI:
346 6522120 - 340 5414126



HG

U O M O
ABBIGLIAMENTO e ACCESSORI

Via Verdi 19/21 - PRAIA A MARE (Cs)
INFO: 331 7889365



HG abbigliamento e accessori uomo

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 ROXY



BAR - RISTORO
SDRAIO - LETTINI
Visita alle Grotte
Noleggio e Custodia
Barche - Pedalo' - Canoe

Loc. **Fiuzzi Capo d'Arena** - PRAIA A MARE (Cs)

INFO: **338 7158722** - francesco.martuccio1966@gmail.com

Trattoria TICCIABBACA

*Affacciata sul Golfo di Policastro, dominante l'isola di Dino ai piedi di pini secolari, la Trattoria **Ticciabbaca** e la sua famiglia vi accolgono con gustosi piatti della tradizione, dove assaporare pasta fatta a mano, legumi genuini, con carni, verdure, baccalà' e prodotti di primissima qualità'.*



**GUSTO
NATURA
QUALITA'**

Via **G. Almirante 18** - Loc. Foresta
PRAIA A MARE (Cs) - INFO: **340 9748413**

CENTRO ASSISTENZA TECNICA

sky | SERVICE

linkem

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

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.



ANIMANIA
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



CENTRUFFICIO®
TUTTO PER L'UFFICIO



Scalea - Diamante - Praia a Mare

Info line: **0985 271032**

Charlot
ARTIGIANI DELLA PIZZA

Via C. Colombo 44/46 - Praia a Mare (Cs)

INFO: **340 8292940**

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 3141 - Fax 0985 3752 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 autonoma. 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.



MANGIARE IN UN ANGOLO DI PARADISO

Se cercate un punto di riferimento dove poter gustare il meglio della cucina locale e internazionale, in un'oasi di pace circondati dalla natura e con un panorama mozzafiato, non potete perdervi questo posto. Per buongustai e amanti del bello. Location magnifica, accoglienza superlativa.

RISTORANTE Club Le Terrazze

Via Principi Lanza Di Trebia - Zona Torre

SAN NICOLA ARCELLA (Cs) - INFO: 388 1796790



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 / 803662 - Cell 338 8901192

www.veromare.com - info@veromare.com

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.

LIDO LE DUNE Club



Località Marinella
SAN NICOLA ARCELLA (Cs)
INFO:
339 4292083



Nella splendida cornice della baia di San Nicola, a due passi dalla Torre Crawford e dal maestoso Arcomagno

LIDO NETTUNO



Stabilimento
Balneare con tutti
i comfort nella
splendida
Riviera dei Cedri



Località Marinella - SAN NICOLA ARCELLA (Cs)
INFO: **339 8286093**



Music Club



Via Nazionale 48
SAN NICOLA ARCELLA (Cs)



INFO E PRENOTAZIONE TAVOLI: **333 6249118**

Per conoscere e farsi conoscere

LA CHIESA DI SAN NICOLA DA TOLENTINO



La chiesa, ubicata nel centro storico, ha uno stile architettonico che si rifà a diverse correnti; è una costruzione eclettica di maestranze locali che sorse nel XVII secolo come Cappella della Visitazione della Beata.

Nella seconda metà del XIX secolo, su progetto dell'architetto Ruffo Enrico di Cerreto e per volontà ed intervento di

Laura Siciliano, la chiesa subì l'ampliamento dettato anche da necessità demografiche che le donò l'aspetto che ancora oggi conserva. L'impianto a schema basilicale con due navate laterali separate da una serie di pilastri ed arcate con strutture a getto, risulta completato da una volta a tutto sesto.

La chiesa ha annesse due torri campanarie, simmetriche, ai lati della facciata principale, in cui si apre il portale rettangolare fiancheggiato da lesene ioniche decorative (pilastri ornamentali).

L'ingresso è sormontato da una nicchia che ospita la statua marmorea di *San Nicola da Tolentino*.

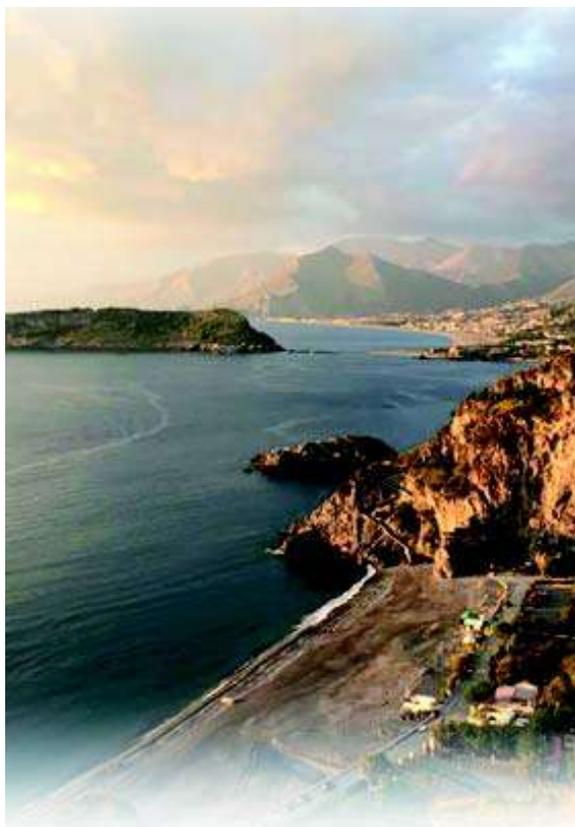


Ecco Bar



LOUNGE BAR
CAFFETTERIA
TAGLIERI E VINI

Via Nazionale - SAN NICOLA ARCELLA (Cs)
INFO: 366 4677443



 **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

AUTOFFICINA
De Franco Vincenzo

NUOVA
SEDE



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

Per conoscere e farsi conoscere

LA TORRE DI CRAWFORD

La letteratura nord-americana dell'800 passo' anche per San Nicola Arcella. Prima ancora di Hemingway, che amava le coste della Campania, un altro scrittore statunitense, nel 1877, approdò sulle coste meridionali italiane: **Francis Marion Crawford**, autore a quel tempo già affermato di storie d'amore e di avventure ma anche di terrore.



Sbarcò nella baia di San Nicola Arcella mentre compiva un viaggio su una piccola imbarcazione dell'epoca assieme alla moglie e a un fido marinaio. Si innamorò di questo posto ("punta isolata da un uncino di roccia" si legge in un suo racconto), ma soprattutto della torre cinquecentesca posta a difesa delle incursioni saracene. Tornò spesso a San Nicola, soggiornandovi con piacere. Fino a qualche decennio fa c'era ancora qualcuno, nel centro storico del paese (che all'epoca si chiamava Casaletto), che ricordava un compassato, aristocratico signore anglosassone che veniva a estivare per scrivere. I periodi trascorsi da Crawford a San Nicola Arcella sono ora oggetto di studi per una più precisa ricostruzione della vita e delle opere dello scrittore.

IL "SENTIERO BLU"

A San Nicola Arcella, boe gialle in superficie e mattonelle numerate sui fondali delimitano un sentiero e ne indicano la sequenza. Dalla vecchia torre spagnola allo *Zuogolo* di mare, nella più bella zona della costa si sviluppa il *Sentiero Blu*.

Nato dall'esigenza di soddisfare nuove pratiche sportive, in particolare lo snorkeling, offre la possibilità di una maggiore conoscenza e la creazione di



nuove figure legate al turismo ecologico. Guardare i fondali attrezzati con maschera e pinne è una passione sempre più diffusa. A tal scopo è sorta l'iniziativa di far conoscere la costa di S.Nicola, una delle più preziose della zona per la varietà di pesci e la ricchezza dei fondali. Lo sviluppo nelle scuole della zona di un programma di educazione ambientale che avrà al centro la vita marina relativa al tratto di costa interessato dal sentiero, la diffusione della informazione dell'istituzione del sentiero stesso, testimoniamo che per costruire il consenso attorno all'idea del Parco Marino bisogna portare ad un livello di conoscenza e rispetto quelle che sono le caratteristiche, le bellezze e la vita dell'ambiente marino.

La Casetta

**BRACERIA - ALIMENTARI
ORTOFRUTTA
Prima Colazione, Pranzo e Cena**



C.da Dino (Fronte discesa Baia Azzurra)
SAN NICOLA ARCELLA (Cs) - INFO: 347 6185554

TRASPORTI e TRASLOCHI

CALABRIA CAMPANIA LAZIO A/R



TRASPORTI MOTORINI E BARCHE

Via Principi Lanza di Trabia
SAN NICOLA ARCELLA (Cs) - INFO: 329 3723849

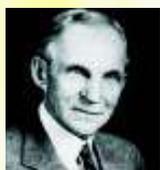


C.da Dino - S. Nicola Arcella (Cs) - Info: 329 3723849

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[®]

2021

Pianeta SUD[®]

Pianeta SUD[®]

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

Pianeta SUD[®]



Pianeta SUD[®]

Pianeta SUD[®]



Pianeta SUD 1998

www.pianetasud.it
Per conoscere e... farsi conoscere

Per conoscere e farsi conoscere

NOVITA'



Asporto e Consegna a Domicilio



SCALEA (Cs)



Per conoscere e farsi conoscere



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 è uno dei paesi più 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 nelle 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 possibilità di scoprire angoli di particolare suggestione e anfratti di notevole pregio.



WINDTRE

NEGOZIO AUTORIZZATO

Via Lauro 69/c SCALEA (Cs) - Info: 0985 272181

Per conoscere e farsi conoscere

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.



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



Se avete voglia di gustare una pizza di qualità buona e fragrante, scegliete la nuova **Pizzeria NEW YORK STYLE** del maestro pizzaiolo **Pietro**, forte della lunga esperienza maturata negli Stati Uniti. Oltre a un'ampia gamma di pizze e' possibile assaporare svariate specialità appetitose dolci e salate e gustosissimi **panini**. Il tutto da consumare sia sul posto che comodamente a casa vostra, scegliendo il servizio take away.



Vieni a provare la
Pizza New York Style
anche da asporto...



Via P. Borsellino 9

SCALEA (Cs) - Info: **379 1677973**

Per conoscere e farsi conoscere

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 stanziata 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*.



PANETTERIA - PIZZERIA
Servizio buffet - ANCHE DA ASPORTO

Via Lauro 315 (fronte Giemme) - SCALEA (Cs)
INFO: 353 3309267 - 379 1852422



A&M IMMOBILIARE

IMMOBILI nel GOLFO DI POLICASTRO

C.so Mediterraneo 123 - SCALEA (Cs)
Tel. 0985 91313 - Info: 340 6227655
www.aeemme.it - info@aeemme.it



R.B. CONSULENZE
DI RENATO BRUNO

CONSULENZA PRESTITI FINANZIARI E ASSICURATIVI

LE MIGLIORI TARIFFE DEL MERCATO ENERGETICO

LE MIGLIORI TARIFFE TELEFONICHE



C.so Mediterraneo 375
SCALEA (Cs)

INFO: 380 7566184

renato.bruno@rbconsulenze.it

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.



STABILIMENTO BALNEARE

Il Lido **LA SCOGLIERA** situato di fronte allo splendido scenario naturale della **scogliera Ajnella** offre un'esperienza di vacanza davvero indimenticabile.

Cortesia e servizi impeccabili completano un'offerta di prim'ordine



Lungomare Ajnella - SCALEA (Cs)

INFO: 339 8633756



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.

PRODOTTI TIPICI CALABRESI

di Francesco Papasidero

TAGLIERI DI SALUMI
E FORMAGGI
STUZZICHERIE CALABRESI
ARROSTICINI

Accompagnati da vino
locale e pane casereccio



Area Fiera - Via Plinio il Vecchio
SCALEA (Cs) - INFO: 349 4013760

Gabetti
PROPERTY SOLUTION
Rag. Tonino Amoroso
C.so Mediterraneo 331 - Scalea (Cs)
Tel. 0985 920640 - 0985 90955
Cell. 331 8635759 - scalea@gabetti.it
www.gabetti.it

Edicola
Cartoleria
Licursi Francesco
VIA TOMMASO CAMPANELLA, 20
87029 SCALEA CS
TEL. 0985.90155 - 345.9286842
email: 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

pagopay
LOTTOMATICA
italiaservizi
PAY

Per conoscere e farsi conoscere

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

Gioielleria Amoroso

**ORO - ARGENTO
GEMME
PIETRE PREZIOSE**

C.so Mediterraneo 335 - SCALEA
INFO: 339 5498433



STUDIO TECNICO
INGEGNERIA CIVILE E AMBIENTALE

- ING. SALVATORE AMATO -

**CIL - CILA - PERMESSO DI COSTRUIRE
ISPEZIONE IPO-CATASTALE - PLANIMETRIA
VARIAZIONE E VOLTURA CATASTALE**

C.so Mediterraneo 333 - SCALEA (Cs)
INFO: 339 5498433 - salvatoreamato85@libero.it

LIDO AZZURRO 2

Per la tua vacanza in serena tranquillità



**BAR - PUNTO
RISTORO
AREA GIOCHI
BIMBI**

Corso Mediterraneo - SCALEA (Cs)
INFO: 338 2377741



Assistenza Tecnica

ELETTRODOMESTICI

VALERIO CARUSO

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

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

Per conoscere e farsi conoscere

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

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



Lido Il Vip

C.so Mediterraneo - SCALEA (Cs)

Info: **339 7977237** - 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
casadiluca1978@libero.it



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 - colorificiosplendor@yahoo.it



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 sorsero 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 colle-



gati 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.

Riv. TABACCHI n.15

di Stefania Di Lorenzo



**RICARICHE Telefoniche
GRATTA E VINCI
LOTTOMATICA
BOLLETTINI
MARCHE DA BOLLO**

Via Fiume Lao 257/A - SCALEA (Cs)

INFO: **392 2593718**



NOVITA'

Follow
doppiozero_scalea



**PIZZERIA
ROSTICCERIA**

Via Fiume Lao 253 - SCALEA (Cs)

INFO: **0985 920762**



Qualita' e Gusto

**BAR
GELATERIA
ARTIGIANALE**

Da VITTORIO

Via Fiume Lao 255 - SCALEA (Cs)

INFO: **388 3689843**

IL MACELLAIO

di Franco Presta

**CARNI GENUINE
DI ALTA QUALITA'**



**Solo Prodotti Locali
OVINI - BOVINI - SUINI**

Via Fiume Lao 251 - SCALEA (Cs)

INFO: **338 1638446**

Per conoscere e farsi conoscere

TUTELAZIENDE



CAF TFdC
TUTELA FISCALE DEL GOVERNO

EPASA-ITACO
CITTADINI & IMPRESE
Borsa di Professione

PATRONATO CAF

Servizi:

Riconoscimento Invalidita'
Accompagnamento
Invalidita' per Minori
Assegno Sociale - Pensioni
Reddito di Cittadinanza
Dichiarazione dei Redditi
Successioni
Rilascio SPID - PEC

SEDE ZONALE DI SCALEA (Cs)

Via Gramsci 19 - INFO: 338 7669761
tutelaziende.scalea@gmail.com

FAHD

FASHION ARTS & HOME DESIGN

SUSHI BAR



NOVITA'



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

CENTRUFFICIO® TUTTO PER L'UFFICIO



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

di Gabriele Maceri



Carne di Qualita' di Produzione Propria

Via Impresa c/l - Scalea (Cs)
Info: 320 7935768



C/so. Mediceo, cap. 5, 515 - Scalea (CS)



Dolce Vita Area Camper Attrezzata/Stabilimento Balneare

INFO: 339 2485844 - 333 7078336 - russosarasostacamper@gmail.com



C/so. Mediceo, cap. 5, 515 - Scalea (CS)

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 e' 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 e' 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.



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 - info@vulariesiciliane.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:



NOVITA'



LOUNGE BAR - FOOD

Lungomare Ajnella - SCALEA (Cs)

INFO: 392 1604378 - angelobovienzo@gmail.com



Specialità Milkshake
Frutta fresca km 0
Frutta ghiacciata
Donuts - Waffle
Muffin - Pancake - Yogurt

NOVITA'

Via Lauro 264

SCALEA (Cs)

INFO: 349 5334446

martabono05@gmail.com



TAPPEZZERIA RUSSO

di Luigi Russo



RIVESTIMENTI SEDILI
AUTO E AUTO D'EPOCA
RIFACIMENTO DIVANI
TAPPEZZERIA NAUTICA

Via Molinelli 13/15 - VERBICARO (Cs)

INFO: 333 4255197 - tappezzeriariusso@libero.it



STUDIO DENTISTICO
Dr. Carmine Cantisani

IMPLANTOLOGIA - ENDODONZIA
ODONTOIATRIA PEDIATRICA
CHIRURGIA ORALE

Via Fiume Lao 90 - Scalea (Cs)

INFO: 349 5015837 - drcantisani@mail.com

ELECTRONIC CENTER



RIPARAZIONI
PC-TABLET-SMARTPHONE
IMPIANTI ELETTRICI
AUTOMAZIONI-ALLARMI
VIDEOSORVEGLIANZA

Via Lauro 201

SCALEA (Cs)

INFO: 0985 20115

333 2855836

ASSISTENZA
TECNO-ELETTRONICA
eb.electronic@libero.it

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.

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.

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.

Paninoteca **CARACAS** Ristorante Fast Food *di Cristian e Filomena Gazzaneo*



LA PANINOTECA CARACAS unisce qualità e convenienza, offrendo ai clienti una grande varietà di panini e piatti di ristorazione fast food tutti prelibati e da gustare. Offre servizio da asporto e su richiesta a domicilio. Un vero **punto di riferimento** per Scalea e circondario, e per il turista desideroso di una pausa di relax allietando il palato.



Via Plinio il Vecchio
SCALEA (Cs) - Info: **347 0569172**
evolutionfoodcaracas@libero.it

Per conoscere e farsi conoscere

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



L'AZIENDA AGRITURISTICA LA RONDINELLA sorge sulle colline di Scalea a poca distanza dal mare e a ridosso del **Parco Nazionale del Pollino**. Un posto incantevole e panoramico immerso in una natura dalla selvaggia bellezza. L'oasi perfetta dove gustare i piatti più tradizionali della cucina calabrese cucinati con sapienza e maestria, utilizzando esclusivamente prodotti genuini e locali.



Ettari di vigneti, coltivazioni, allevamenti e un'ampia **Sala Ristorante** dove toccare con mano il Km 0. Il progetto è in evoluzione e prevede alloggi e miniappartamenti.



Contrada Piano dell'Acqua 6
SCALEA (Cs) - Tel. 0985 90518
www.la-rondinella.it

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 prossimita' del Parco degli Emiri
INFO: 0985 21347 - 328 0698971
luigidigiorno@libero.it

Per conoscere e farsi conoscere

ASSOCIAZIONI E SALUTE A SCALEA

Comitato ANDOS
ALTO TIRRENO
CALABRESE
SCALEA

Associazione
MEDICI e PSICOLOGI
SENZA FRONTIERE
SCALEA



L'educazione, gli screening e l'informazione aiutano a prevenire la malattia.

La paura della malattia aiuta il cancro a crescere.

La malattia genera sofferenza e panico, se e' vissuta in silenzio e nella disinformazione.

La sofferenza umana, specie quella che nasce dal profondo dell'anima, contiene in se' il germe della verita': basta saperla ascoltare, ed essa rivelerà ad ogni uomo il senso della propria esperienza.

L'ansia va curata

Prendi in mano la tua salute, contattaci!

Il nostro intervento e' gratuito!

CONTATTI:

D.ssa Rosanna Valente (Pres.)	349 3037695
Enza Accarino	320 0528743
Ins. Maria Rosaria Polillo	347 1369112
Ins. Maria Rosaria Pittari	349 8180243

rosanna.valente@yahoo.it



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

HAMA Artigiani



Creazione e vendita di manufatti anche su ordinazione tramite lavorazione di ceramica, tessuti, pietre, metalli e altro materiale che si presti alla manipolazione artigianale



Via Scoppetta - Centro Storico



SCALEA (Cs) - INFO: 350 1980622

Dove mangiare una buonissima pizza soffice e gustosa

Forno a legna

Via fiume Lao 51 - SCALEA (Cs)
INFO: 324 0542085

QUALITA' - GARANZIA - PROFESSIONALITA'



AUTOFFICINA DE PAOLA SALVATORE

GOMMISTA - AUTONOLEGGIO

Via Impresa - SCALEA (Cs) - Tel. & Fax 0985 20194 - Cell. 338 9438926
www.aposto.it - Mail: officinadepaola@libero.it

Pianeta SUD • 61

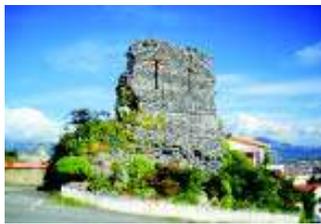
Per conoscere e farsi conoscere

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



Antica Tradizione di Qualità e Sapori



**ORTOFRUTTA
PRODOTTI TIPICI
ALTA SALUMERIA**

**La vera
Mozzarella
di BUFALA
BATTIPAGLIA**



Via Lauro 242 - SCALEA (Cs)



INFO: 0985 91773 - 331 4335949

Banchetti

Feste di compleanno

Serate di ballo

**Aperto anche a pranzo
su prenotazione**

Pizze anche da asporto



Ristorante - Pizzeria

NUOVA SEDE



da Filippo - Via Ibico 2 - DIAMANTE (Cs) - Info: 328 9641596

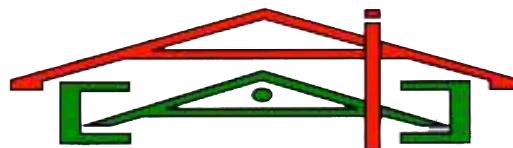
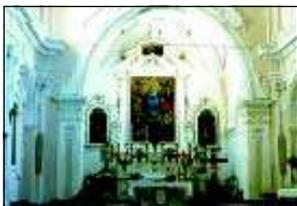
Curiosita'

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.



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 - abitcac@tiscali.it



L'Acquario

Negozio di Animali

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



Via Lauro 5
Scalea (Cs)

INFO: 333 5326610



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

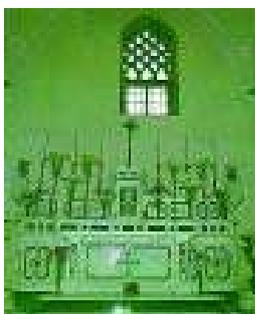
E-MAIL: sudestosteopatia@gmail.com

  OSTEOPATIA SUD EST

Per conoscere e farsi conoscere

Chiesa di S. Maria di Episcopio

La chiesa di **Santa Maria d'Episcopio** 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.



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.

**Ferramenta
Lampadari
GIARDINAGGIO**
COLORI - ARREDO BAGNO
CASALINGHI

P.zza Garibaldi 9 - SCALEA (Cs) - INFO: 0985 920943 - 350 0068489



Genuinita' e amore per la cucina
E' gradita la Prenotazione
Localita Sant'Angelo - SCALEA (Cs)
INFO: 393 5791566 - 373 5490891
ruvalorenzo@gmail.com

Lido La PAGODA



Dove godere del relax in piena tranquillità e armonia, ed anche divertimento con pomeriggi e serate a tema 

C.so Mediterraneo
SCALEA (Cs)
INFO: 333 8575623

SPEDIZIONI NAZIONALI



INTERNAZIONALI



Punto 

Primo e unico della provincia di Cosenza
RITIRO E CONSEGNE A DOMICILIO IN TUTTA ITALIA

Via T. Minniti 9 - SCALEA (Cs)
Info: 0985 21281 - 392 6550800

Per conoscere e farsi conoscere

SCALEA centro di interessi culturali



In tutta la storia di Scalea fu intensa l'attività sociale e di pensiero e notevolmente qualificati sono stati gli interessi culturali, di cui è importante citare alcuni grandi nomi della filosofia e della scienza vissuti nel secolo scorso a Scalea: *Gregorio Caroprese, Gian Vincenzo Gravina, Pietro Metastasio,*

Oreste Dito, Attilio Pepe. Un cenno particolare spetta a **Metastasio**. Una delle più eminenti figure della poesia italiana del 1700 Metastasio nacque a Roma nel 1698 e morì a Vienna nel 1782; fu notato dall'abate Gravina per la sua precoce attitudine a improvvisare versi. Fu appunto Gravina a grecizzare il suo nome in quello di Metastasio e ad avviare il giovane agli studi filosofici, prima a Napoli, poi a **Scalea**, sotto la guida del celebre Caloprese. Così scriveva il Metastasio in una lettera a Caloprese: *"Ho abitato di bel nuovo la cameretta dove prossimo flutto marino mi lusingo' per molti mesi soavemente i miei sonni: ho scorso con la fantasia le spiagge vicino alla Scalea..."* Il compianto per la sua morte fu universale, come universale era stata l'ammirazione per il poeta vivente: in suo onore fu coniata una medaglia d'oro con la scritta *Sophocli Italico*.

Scogliera Ajnella



HIG
U O M O
ABBIGLIAMENTO e ACCESSORI
Via Verdi 19/21 - PRAIA A MARE (Cs)
INFO: 331 7889365
 HG abbigliamento e accessori uomo

STABILIMENTO BALNEARE



**GIOCHI PER BAMBINI
ANIMAZIONE
TAVOLA CALDA
Divertimento per tutti**



Il Lido **FRANCESCO ALESSIO** e **CHIARA** da vari anni offre tanta cortesia, professionalità e **numerosi servizi**. Dotato di tutti i comfort e' un punto di riferimento importante per tutti coloro che desiderano vivere l'unicità dello splendido mare di Scalea e della Riviera dei Cedri.

**Scalea Lido
Francesco Alessio & Chiara**



 Corso Mediterraneo - SCALEA (Cs)
INFO: **389 1527293**

Per conoscere e farsi conoscere

L'AMBASCIATA CALABRESE

Il marchio del Made in Calabria
Dalla Folk music al Folk food



Non solo musica ma anche tradizione enogastronomica e culinaria.

E' in questi termini che *L'Ambasciata Calabrese* rappresenta la naturale evoluzione di quel progetto musicale che venti anni fa, **Fabio Console** fondava a Scalea con il nome di *VentuNovu* propendosi di contribuire ad un processo di riappropriazione delle nostre radici.

La musicalità propria della forma dialettale, l'ironia di fondo con cui Fabio Console ripropone la sua Calabria si incontrano si esprimono e si raccontano attraverso i più disparati linguaggi musicali, dal blues al funky, dal raggae al country, dal flamenco alla tarantella.

L'Ambasciata Calabrese attività che opera a Roma è più che mai impegnata in un progetto di promozione e commercializzare del nostro patrimonio di tradizioni, di espressioni artistiche e di sapori, in una sintesi emozionante all'insegna del Made in Calabria. www.ventunovu.com

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

Ferramenta
Colori Gamba

LED PRIME

PROGETTAZIONE E FORNITURE IMPIANTI
DI ILLUMINAZIONE - ILLUMINOTECNICA

Viale Michelangelo 51 - SCALEA (Cs)
INFO: 0985 972038 - www.ledprime.it
ledprime2014@gmail.com

NCC ALBERTO DITO

NOLEGGIO CON CONDUCENTE

TAXI COLLETTIVO (max 8 persone)
PER TUTTE LE DESTINAZIONI
Tariffa Oraria e Chilometrica

+39 349 0596145

Alberto Dito NCC dito.alb@libero.it

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

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*.



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

C.so Mediterraneo 201/203/205 - SCALEA (Cs)
Info: **366 9505646** - 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



**Produzione Artistica di
CAMINETTI - BARBECUES
FORNI - ARREDO ESTERNO**



Località Foresta - Scalea (Cs)
Tel: **0985 20538**
Info: **338 3974769 - 338 6528630**
www.calabriafire.it - info@calabriafire.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 arrusculati”*, 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.



NATURA s.a.s.

Fiori e Piante

Giardinaggio - Oggettistica



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



Azienda Agricola Lentino Vincenzo



Ortaggi e Olio extravergine
con certificazione biologica
Legna da ardere



*La natura
a portata
di mano*

Aderente al bio-distretto **BATICÒS**

C.da Feliceta - Santa Domenica Talao (Cs)
Info e Ordini: **349 5587309**



CASE VACANZE

SERVIZI IMMOBILIARI sr1

Consulenza e assistenza completa per la vendita e l'affitto di immobili residenziali, commerciali, stabili, terreni edificabili e attività commerciali.

Corso Mediterraneo angolo Viale Europa - SCALEA (Cs)

Tel. e Fax: **0985 91462** - Info: +39 **334 6763329** - +39 **334 6763333**

www.servizimmobiliarisrl.com - leo2244@libero.it



RICETTE TIPICHE



BUCATINI E CAVOLFIORE

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.

Rotondaro

Costruzioni

SCALEA (Cs)

Corso

Mediterraneo

Tel. 0985 20537

Cell. 339 6463917



L'AZIENDA AGRITURISTICA LA RONDINELLA sorge sulle colline di Scalea a poca distanza dal mare e a ridosso del **Parco Nazionale del Pollino**. Un posto incantevole e panoramico immerso in una natura dalla selvaggia bellezza.

L'oasi perfetta dove gustare i piatti più tradizionali della cucina calabrese cucinati con sapienza e maestria, utilizzando esclusivamente prodotti genuini e locali.



Ettari di vigneti, coltivazioni, allevamenti e un'ampia **Sala Ristorante** dove toccare con mano il Km 0. Il progetto è in evoluzione e prevede alloggi e miniappartamenti.



Contrada Piano dell'Acqua 6

SCALEA (Cs) - Tel. 0985 90518

www.la-rondinella.it

Per conoscere e farsi conoscere



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.



INFO: 338 2213926

SCALEA (Cs) - www.chikkonero.it

LINEA BAR - CIALDE - CAPSULE
MACCHINE IN COMODATO
D'USO

Chikkonero



generaloffice
SISTEMI E SOLUZIONI PER L'UFFICIO

C.so Mediterraneo 429 - 87029 Scalea (Cs)

Tel e Fax 0985 90069

scalea@generaloffice.it

www.generaloffice.it

AUTOFFICINA
De Franco Vincenzo

NUOVA
SEDE



C. da San Giorgio - S. NICOLA ARCELLA (Cs)

Info: 338 5298265



ASSICURAZIONI

POLIZZE RC AUTO - MOTO - AUTOCARRI - INFORTUNI
ATTIVITA' COMMERCIALI - CONDOMINI - RC PROFESSIONALI
SUPPORTO LEGALE SINISTRI

VALERIA NOCITO
Sub Agente Assicurativo

Via A. Gramsci 7 - SCALEA (Cs) - INFO: 320 5394864
assicurazioni.valerianocito@gmail.com

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 resta accerchiati nella danza.

LA BOUTIQUE DEL SOUVENIR

GRUPPO EROARTIGIANATO SAMUELE MELISSARI

Vendita di
CERAMICHE ARTISTICHE
SOUVENIR TIPICI CALABRESI
CONCHIGLIE NATURALI
TERRECOTTE DA GIARDINO
PIANTE E FIORI



Via Fiume Lao 279 SCALEA (Cs)
Via Gebbione 31 - REGGIO CALABRIA

Il Girasole

STABILIMENTO BALNEARE



Il Lido Il Girasole è adatto a giovani coppie, famiglie o a chiunque desidera trascorrere una vacanza con amici in totale relax e godendo dello splendido mare della Riviera dei Cedri. A disposizione degli ospiti un'area gioco, area ristoro con zona bar e cabine private dotate di doccia calda.

C.so Mediterraneo C.da fiume Lao - SCALEA (Cs)
INFO E PRENOTAZIONI: 342 6744672

Per conoscere e farsi conoscere



Il Metamare Ristorante

feste e banchetti disponibile tutto l'anno. La cucina, curata e fantasiosa, prende spunto dalla tradizione mediterranea per essere poi rivisitata dall'estro creativo dello chef. Il menu' è vario: oltre alle tantissime specialità di pesce rigorosamente freschissimo, il ristorante propone anche prelibate pietanze di carni speciali a base di carne italiana.

Situato ai piedi del *Centro Storico* in centro città, **IL METAMARE** è il posto ideale per trascorrere una serata piacevolissima in un ambiente assolutamente particolare, raffinato e accogliente, dall'atmosfera sobria e vitale, dove si possono gustare prodotti di qualità sorseggiando vini pregiati. **Accogliente sala ricevimenti** per



Menu' fissi per pranzo di Carne e Pesce
Menu' Fissi disponibili anche per cena nel periodo invernale
Menu' personalizzati - Ideale per banchetti, cerimonie e ricevimenti



Via Rimoli 3 - Scalea (Cs) - INFO: **0985 806915**

TENDE DA SOLE

SOLUX



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



Via Lauro 116
SCALEA (Cs)
Info: **349 5607844**
340 0961064
www.soluxtende.it
info@soluxtende.it
lgtendaggi@gmail.com



Per conoscere e farsi conoscere

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, gra-



zie 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 piroscavo che si staglia nel blu a una profondità di 36 metri, completamente avvolta da una grossa nuvola di coloratissimi *anthias*.

Info immersioni: **349 1050578 - 335 6723591**
Presso LIDO "IL BILIONAIRE" - Scalea (Cs)
www.centrosubscalea.it - info@centrosubscalea.it

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



RIMESSAGGIO E CUSTODIA
BARCHE - ALAGGIO E VARO
NOLEGGIO BARCHE
RISTORANTE - BAR
Punto Ristoro - Piatti da Asporto



Il rimessaggio *Embarcadero* da oltre 30 anni offre, a chi ama vivere il mare, tanta cortesia, professionalità e **numerosi servizi**. Custodia imbarcazioni anche nel periodo invernale, alaggio, varo, attracco alla boa lungo il corridoio di lancio, pontile galleggiante, parcheggio auto, vigilanza notturna e diurna, servizio di ristorazione e piatti da asporto, organizzazione feste private.



Corso Mediterraneo (km 262 lato sud)
SCALEA (Cs) - embarcaderovacanze@alice.it
INFO: **338 1327342**

Per conoscere e farsi conoscere



Vigri Restaurant è situato nel cuore della splendida cittadina di Scalea. Affacciato direttamente sul mare, gode di una vista splendida verso la scogliera di Scalea e la famosa Torre Talao simbolo del paese. Arredato con gusto e classe nella **nuova location** vi dominano colori che ben si abbinano alla sua cucina: il bianco della genuinità e della qualità, il rosso della buona cucina calabrese e mediterranea capace di conquistare il cuore della cucina internazionale. **Work Menu** giornaliero con prodotti di origine locale e regionale.



Lungomare Ruggiero di Lauria - SCALEA (Cs)

Tel. **0985 270235** Cell. **393 9520143**

www.vigri.it - vigrisolia@hotmail.com

E a S. DOMENICA TALAO (Cs) l'Azienda Agricola **Vigreen**

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 - dakartende@gmail.com

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®

Per conoscere... e farsi conoscere



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
www.pianetasud.it

TERMIDRAULICA 2000



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

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

EDICOLA IL SOLE
di Giuseppe Vitale & c.



CARTOLIBRERIA
GIORNALI
RIVISTE
ARTICOLI
DA REGALO

Via Michelangelo 69 - Scalea (Cs)
Info: **345 6101816**

Per conoscere e farsi conoscere



• **SCALEA**

Via N. Sauro, 32/34 -SCALEA- Tel. 0985 272101

• **SAPRI**

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

• **CASTROVILLARI**

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

unieurocalabria.it

FAHD

FASHION ARTS

AND

HOME DESIGN

COMPLEMENTI D'ARREDO

LISTA NOZZE

PAGAMENTI RATEALI A TASSO ZERO

CONSEGNA A DOMICILIO

fahd.it

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



DOIMO
Salotti

BONTEMPI

**cattelan
italia**

modb10



naturedesign

CASA SI
abitare creativo

Arrediamo



Illuminiamo

Progettiamo



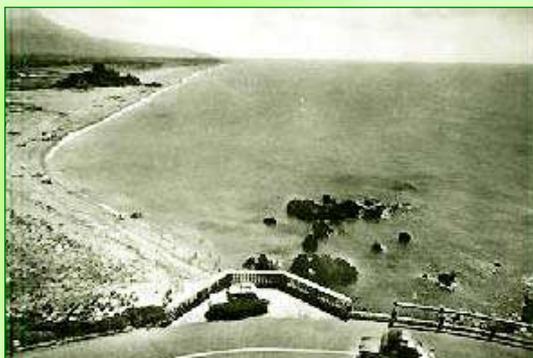
CASA SI by Mobili Sarubbi
Corso Mediterraneo 465/7
87029 Scalea (Cs)
Telefono: 0985 920845
E-mail: info@mobiliarubbi.it



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



Via T. Campanella - anni '60



Calicella - Torre Talao



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



Qualita' e convenienza a portata di mano



Via Nazario Sauro - SCALEA (Cs)
INFO: 329 8883985 - leaderportetheone@libero.it

AMARCORD

AMARCORD

SCALEA: non solo mare!

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.



Petrosa

Per conoscere e farsi conoscere

COMAIL

www.edifix.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



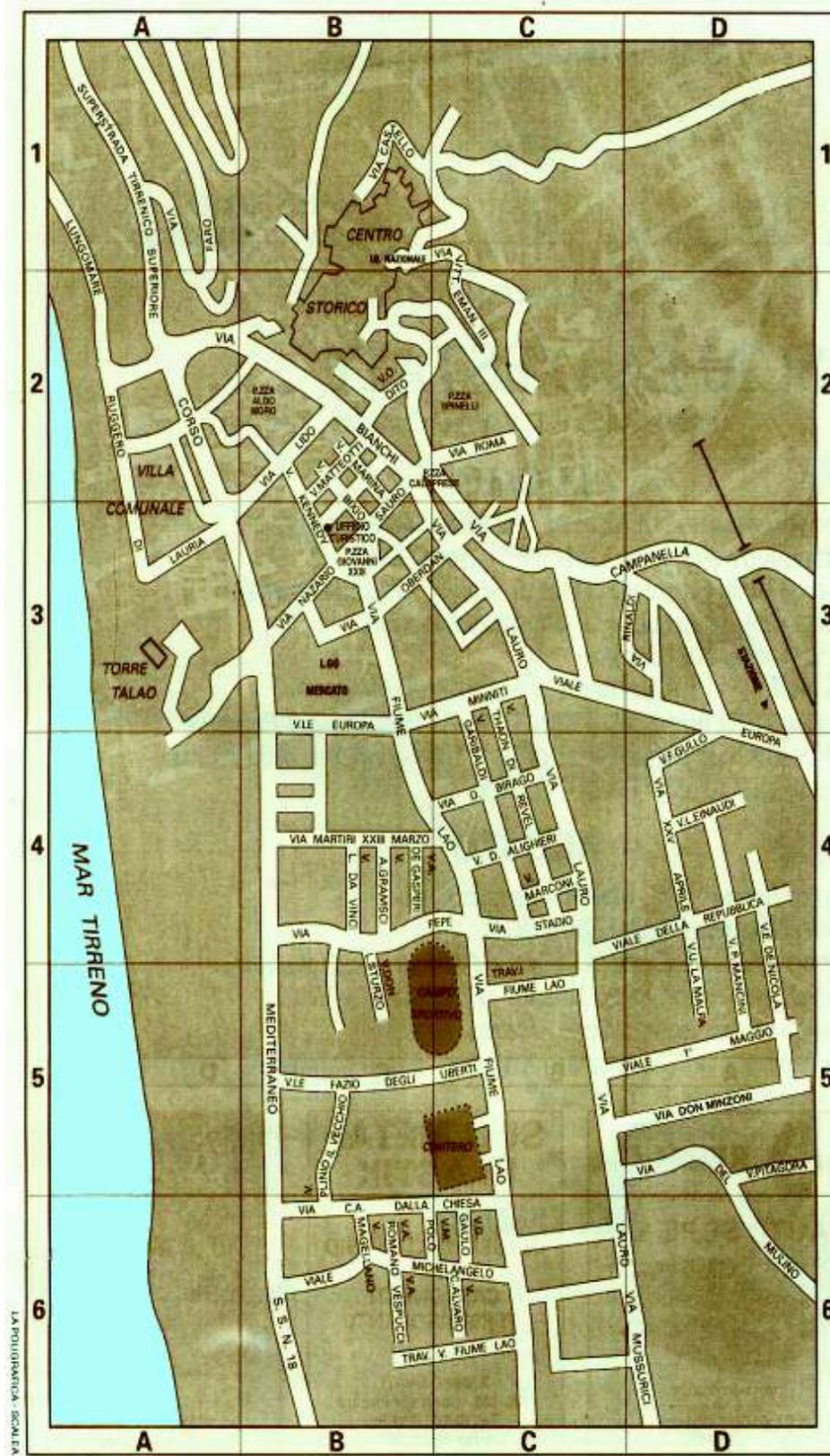
QUALITÀ/PREZZO IMBATTIBILE
Solo prodotti Made in Italy o prodotti in Europa



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

COMAIL - Via Tommaso Campanella - SCALEA (Cs)
INFO: 0985 91330 - 329 2250965 - info@edifix.com

Per conoscere e farsi conoscere
CARTINA SCALEA



SCALEA

- Alghieri (v.) C4
- Alvaro (v.) C6
- Bianchi (v.) B2
- Birago (v.) C4
- Bixio (v.) B3
- Caroprese (p.) C2
- Campanella (v.) D3
- Castello (v.) B1
- Dalla Chiesa (v.) C6
- De Gasperi (v.) B4
- De Nicola (v.) D5
- Dito (v.) B2
- Einaudi (v.) D4
- Europa (v.le) B3 - D4
- Faro (v.) A1
- Fazio degli Uberti (v.le) B5
- Fiume Lao (trav.) C6
- Fiume Lao (II trav.) C5
- Fiume Lao (v.) B3
- Garibaldi (v.) C4
- Gaulo (v.) C6
- Giovanni XXIII (p.) B3
- Gramsci (v.) B4
- Gullo (v.) D4
- Kennedy (v.) B3
- La Malfa (v.) D5
- Lauro (v.) C3 - C6
- Leonardo Da Vinci (v.) B4
- Lido (v.) B2
- Magellano (v.) B6
- Mancini (v.) D5
- Marconi (v.) C4
- Marina (v.) B2
- Matteotti (v.) B2
- Mediterranea (c.so) A2 - B5
- Mercato (l.go) B3
- Michelangelo (v.le) C6
- Minniti (v.) C3
- Minzoni Don D5
- Moro (p.) B2
- Mulino (v.) B6
- Mussurici (v.) D6
- Nazionale (l.go) B1
- Oberdan (v.) B3
- Pepe (v.) B4
- Pitagora (v.) D5
- Plinio Il vecchio (v.) B5
- Polo (v.) B6
- 1° Maggio (v.le) D5
- Repubblica (v.le) D4
- Rinaldi (v.) D3
- Roma (v.) C2
- Romano (v.) B6
- Ruggiero di Lauria (L.mare) A2
- Sauro (v.) B3
- Spinelli (p.) C2
- Stadio (v.) C4
- SS. 18 B6
- Sturzo Don (v.) B5
- Thaon di Revel (v.) C4
- XXV Aprile (v.) D4
- XXIII Marzo (v.) B4
- Vespucci (v.) B6
- Vittorio Eman. III C2

UFFICIO TURISTICO B3
Telefono 0985 / 90679

Per conoscere e farsi conoscere



RICERCA SVILUPPO ABILITA' ATLETICHE



PROGRAMMI PERSONALIZZATI

CORSI DI KUNG FU - WUSHU - TAI CHI dai 10 anni in su



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.

D.T. CARLO CANDIA

NUOVA SEDE - Viale Caravaggio - Località Petrosa - SCALEA (Cs)

INFO: 328 1295795 - okinawascalea@virgilio.it

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



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.



Per conoscere e farsi conoscere



Samacar

REVISIONI
Autoveicoli
e Motoveicoli



AUTORIPARAZIONI



Efficienza e professionalita' al servizio del cliente

Via delle Viole 12 - SANTA MARIA DEL CEDRO (Cs)
Info: 0985 801310 - 348 5323642

Per conoscere e farsi conoscere



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 Be-



nedettino. 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**.



ADDUCI

autonoleggio

**NOLEGGIO AUTO - RENT A CAR
VENDITA AUTO - AUTOLAVAGGIO**

Via Gregorio Caloprese 9 - Marcellina (Cs)
Info: 327 9058475 - saverioauto25@gmail.com

FastCell

Assistenza Tecnica

WIND Telefonia Cellulare
di tutte le marche

Via Verbicaro - MARCELLINA (Cs)
Info: 0985 42233 - 339 7429552
www.fastcell.it - info@fastcell.it

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, associazione ONLUS, No Profit, con Presidente **Franco Galiano**, che si fregge lo scopo di promuoverne la coltivazione e diffonderne la conoscenza, in quanto il *sacro agrume* e' ormai universalmente ritenuto il frutto simbolo della Calabria, 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, scrittore amico degli ebrei ed intellettuale innamorato del Cedro, ha vinto la sfida che si era proposto: rilanciare questo splendido simbolico



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

Cedro e prelibatezze

Coppa Variegato Fior di cedro

Ingredienti

Gelato fior di latte
Pan di spagna
Liquore al cedro
Marmellata di cedro

Esecuzione

Sbriciolare il pan di spagna e bagnarlo con liquore di cedro, amalgamare con marmellata di cedro, lasciare riposare qualche minuto e variegare a strati il gelato al fior di latte



fior di Cedro
il gelato dal gusto unico!



Apericena - Happy Hour Compleanni e piccoli Ricevimenti

Via degli Ulivi - Santa Maria del Cedro (Cs)

Info e Contatti: **320 7260111**



Franco Picerno.

Docente presso L'Ipsar di Sapri (Sa), da oltre vent'anni è impegnato in un percorso scolastico vario e dinamico, ha anche conseguito una laurea in operatore giuridico d'impresa, che gli ha consentito di maturare esperienze in ambiti e contesti di natura diversa, sempre però legati al mondo del turismo e

dell'enogastronomia.

È stato ideatore e curatore del progetto *"Scuola lavoro e territorio si incontrano"* presso l'Ipsar di Sapri e vanta una profonda esperienza maturata come consulente in materia di direzione d'albergo in strutture alberghiere a quattro stelle.

Nel 2005 dà vita all'attività di Gelateria artigianale denominata **"Il Melograno"** nella quale si propone un prodotto tradizionale di ottima gelateria con alcune importanti novità che riguardano preparazioni a base di cedro, tra le quali il prelibato e originale **"Fior di Cedro"**.

Per conoscere e farsi conoscere

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'onere 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.



STABILIMENTO BALNEARE con tutti i Comfort

Lungomare Perlasca - S. MARIA DEL CEDRO (CS)
Info: 389 2462033 - blueice.calabria@hotmail.it



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

Dolce Vita
Stabilimento Balneare

Dolce Vita
Area Camper Attrezzata

Corso Mediterraneo 5, 75 - Scalea (CS)

Corso Mediterraneo 5, 75 - Scalea (CS)

f Dolce Vita Area Camper Attrezzata/Stabilimento Balneare
INFO: 339 2485844 - 333 7078336 - russosarasostacamper@gmail.com

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.



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

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.



Il Ristorante di *Aligia*



C.da Magrio - MAIERA' (Cs)

INFO: 0985 876609 - 340 2286545

Mail: angelo.aligia@libero.it

Curiosita'

UN PO' DI STORIA

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 Vituli (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.

LA "GROTTA DEL ROMITO"

E' situata nella localita' omonima a 13 km dal centro urbano di **Papasidero (Cs)**. 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 può 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.

Per conoscere e farsi conoscere



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.

Monte *La Mula* innevato da Grisolia



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.

**Lanificio
Tiore**
dal 1986



*Sapori e Tradizioni
di un tempo*

Da oltre 30 anni
Prodotti Artigianali
di alta qualità

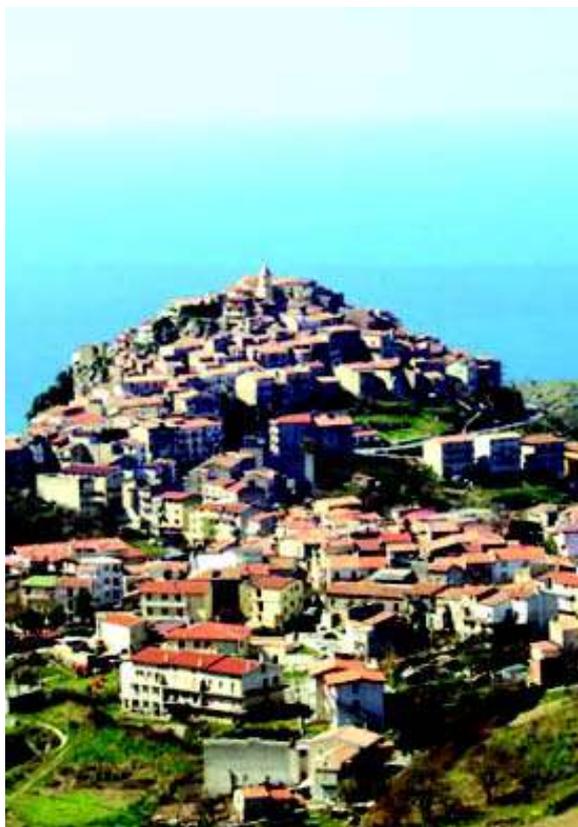


Via Fiumicello 8 - GRISOLIA LIDO (Cs)

INFO: 338 2841620 - 327 7326961

Orario: Mattino dalle 7.00 alle 14.30

Pomeriggio dalle 16.00 alle 22.00



NOVITA'

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
www.acidiamante.it



Per conoscere e farsi conoscere



Foto Cioffi - valentinocioffi@tiscali.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 Salerno 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 iso-

la. 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 prove-

niente 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.



GOLOSITA' A PICCO SUL MARE



Il **CAFFE' NINI'**, nel cuore del lungomare di Diamante, è il punto di riferimento per chi ama qualità e novità e offre alla sua clientela una vasta e prelibata gamma di prodotti.

I profumatissimi caffè e cappuccini da accompagnare con brioche e graffe; i rinomati caffè alla nocciola e al gianduiotto, da gustare caldi o freddi; la torta gelato al peperoncino, la "*Palla di Eros*" al peperoncino, i prelibati tartufi *Nero Diamante* al cioccolato fondente e *ET* alle mandorle e pistacchio. In un'atmosfera sempre cordiale e rilassante.



Lungomare S. Lucia 42
DIAMANTE (CS) - INFO: 327 5977644
Mail: alessiobelcastro@gmail.com

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 abitanti 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.



OFFICINA MECCANICA
DIAGNOSI
COMPUTERIZZATA
RICARICA
ARIA CONDIZIONATA

Franco Ricca

L'OFFICINA VICINO A TE

Via Europa 2 - DIAMANTE (Cs)
INFO: 0985 876737 - 349 1786236

**Stabilimento
Balneare
Bar
Ristorante**

Noleggio barche

Viale Glauco - DIAMANTE (Cs)

INFO: 366 2647449 - lidoipanema@libero.it
www.ipanemabeachdiamante.it

Radici di Calabria
PRODOTTI TIPICI

Via M. Pagano 1 - Diamante (Cs)
Info: 0985 274946 - 345 3034055
www.prodotti-tipici-calabresi.net

**I migliori Prodotti
Tipici Calabresi
Spedizioni in tutta Italia**

DE PATTO
CENTRO OTTICO
DAL 1979

Corso Vittorio Emanuele - DIAMANTE (Cs)
Info: 0985 81124

www.opticadepatto.it - o.vision@alice.it

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.

LIDO Posidonia
Bar - Ristorante
Viale Glauco - DIAMANTE (Cs)
INFO: 331 9750009

B&B
a casa di luca
Via Caravaggio 2
Diamante (Cs)
Cell. 340 6167867
Tel. 0985 81588
www.casadiluca.com
casadiluca1978@libero.it

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

I ♥ FRANCESCO
di Alessandro Marra
FRUTTA E VERDURA
Ingrosso e Dettaglio
Via Amendola - Diamante (Cs)
INFO: 340 1477854 - 342 3358523

FAMILY SHOES
CALZATURE PELLETERIA ABBIGLIAMENTO
Via Pietro Mancini 4 - Diamante (Cs) - Info: 0985 877312 - 345 5844939

Per conoscere e farsi conoscere

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.



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

Lido IL TRAMONTO

STABILIMENTO BALNEARE - RISTOBAR



C.da Riviera Cirella - DIAMANTE (Cs)
INFO: 338 7495878

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

CENTRUFFICIO® TUTTO PER L'UFFICIO



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

Banchetti

Feste di compleanno

Serate di ballo

*Aperto anche a pranzo
su prenotazione*

Pizze anche da asporto



Ristorante - Pizzeria

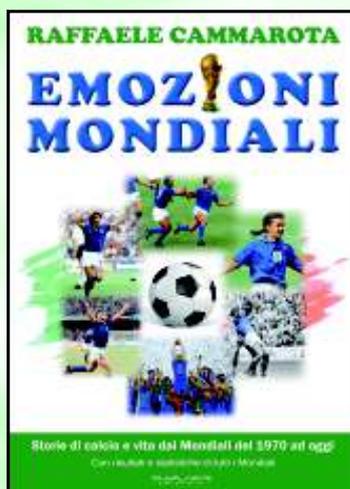
NUOVA SEDE



da Filippo - Via Ibico 2 - DIAMANTE (Cs) - Info: 328 9641596

“EMOZIONI MONDIALI”

Il nuovo Libro di Raffaele Cammarota



“In fin dei conti se si vuol percepire il senso profondo e vero della felicità basta lanciare un pallone a un bimbo e guardare la luce che si accende nei suoi occhi. Lì si scorgerà la gioia pura. Questo è il calcio. E i Mondiali sono l'apoteosi del calcio.”

Storie di calcio e vita dai Mondiali del 1970 ad oggi. CON STATISTICHE E RISULTATI DI TUTTI I MONDIALI



Dall'autore della “Trilogia del Viaggio”
Raffaele Cammarota

“Le meraviglie di Pianeta SUD”



“Questo libro è 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 più belli del mondo.”

In libreria e online, anche ebook
www.raffaelecammarota.it

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 - www.clubautostop.it

Per conoscere e farsi conoscere



BELVEDERE MARITTIMO

...citta' 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.

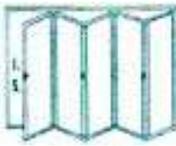


SOLUZIONI PER IL PUNTO VENDITA



**Computers - Fotocopiatrici
Registratori di cassa
Creazione siti web
Arredo ufficio e negozi
Bilance - Software
Assistenza tecnica**

Via G. Grossi 10 Belvedere Marittimo (Cs)
Tel. e Fax **0985 849495**
Cell. **335 342180** - damicosa@libero.it



**INFISSI
SPECIALI SNC**
di Giuseppe Cirimele & C.

www.infissispeciali.it
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**

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**.



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

"Sculture Naturali" a BELVEDERE

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 co-

sta 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.



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 - www.lidodiamante.it

Vivaio Edilflora di Grosso Lavallo Mario

Event Designer, Piante e Fiori, Addobbi floreali, Impianti per Parchi, Ville e Giardini, Bomboniere, Articoli da Regalo, Lista Nozze



Via Giuseppe Fiorillo
BELVEDERE MARITTIMO (CS)

Info: 360 644995 - 331 7367951
0985 849854 - www.edilflorabelvedere.it
edilflorabelvedere@libero.it



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



Via Michelangelo 75
Scalea (Cs)

L'informazione
locale
provinciale
e regionale



Telefono e Fax:
0985 90218

radioonescalea@libero.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

Bellezze di Calabria

Tropea

*fascino e splendori
di una terra antica*



La morfologia di **Tropea** è molto particolare, si divide infatti in due parti: la parte superiore, dove si trova la maggior parte degli abitanti e dove si svolge quindi la vita quotidiana del paese e una parte inferiore chiamata "La marina" che si trova a ridosso del mare e del porto di Tropea. La città, la parte superiore, si presenta co-



struita su una roccia a picco sul mare ad un'altezza di circa 50 metri, dal livello del mare, nel punto più basso e di 61 metri nel punto più alto. La storia di Tropea inizia in

epoca romana quando lungo la costa Sesto Pompeo sconfisse Cesare Ottaviano. A sud di Tropea i Romani avevano costruito un porto commerciale, vicino S.Domenica, a Formicoli (cioè corruzione di Foro di Ercole), di cui parlano *Plinio* e *Strabone*. Si vuole che il fondatore sia stato Ercole che, di ritorno dalla Spagna (Colonne d'Ercole), si fermò sulla Costa degli Dei e secondo questa leggenda, Tropea divenne uno dei Porti di Ercole. Per la sua caratteristica posizione di terrazzo sul mare, Tropea ebbe un ruolo importante, sia in epoca romana sia sotto i Normanni e gli Aragonesi. Nelle zone limitrofe sono state invece rinvenute tombe di origine magno-greca. Di notevole interesse il centro storico, con i palazzi nobiliari del '700 e dell'800 arroccati sulla rupe a strapiombo con la spiaggia sottostante. Interessanti sono i "portali" dei palazzi che rappresentavano le famiglie nobiliari. I negozi di Tropea vendono tantissimi prodotti tipici e artigianali dei comuni limitrofi. Tropea è dotata di un porto turistico di recente costruzione, da dove è possibile raggiungere le vicine Isole Eolie in particolare il vulcano Stromboli, quasi sempre visibile dalla costa calabrese tirrenica meridionale. Secondo la versione on line del *Sunday Times* (14 gennaio 2007), Tropea è tra le 20 più belle spiagge d'Europa.

GASTRONOMIA

La 'Nduja

Insaccato tipico del comprensorio di Tropea. Le sue origini sono umili e risalgono alla tradizione contadina di Spilinga, un paese limitrofo di Tropea sulle alture del Monte Poro. L'etimologia del suo nome la lega al salame di trippa francese (andouille), ma probabilmente la 'nduja fu introdotta dagli Spagnoli all'inizio del '600. La si consuma spalmata sul pane tostato, sulla tipica "pitta", sugli spaghetti, sulla pizza, addirittura c'è chi la mette sulle uova al tegamino. La sua preparazione avviene di norma nel mese di Agosto, e - a differenza delle imitazioni prodotte in barattoli o tubetti ormai un po' dappertutto sul territorio



regionale e nazionale - si basa ancora sull'utilizzo di pochi, semplici ingredienti: ben 200 grammi di peperoncino per ogni chilo tritato di carni di scarto scelte di maiale, olio, sale e un budello adeguatamente trattato per insaccare la mistura ottenuta.

La Cipolla Rossa di Tropea

La regina dei prodotti tipici locali, alla base della cucina meridionale, è la "Cipolla Rossa di Tropea", che si contraddistingue dalle altre varietà di liliacee per il fatto di essere composta da più tuniche concentriche di polpa bianca dentro involucri rossi. E' coltivata nelle zone vicino Tropea da oltre duemila anni e si racconta fosse importata addirittura dai Fenici. Oggi è abbinata al turismo della zona, con il quale contribuisce allo sviluppo socio-economico. La dolcezza della "rossa di tropea" dipende dal microclima particolarmente stabile nel periodo invernale, senza sbalzi di temperatura per l'azione di mitezza esercitata dalla vicinanza del mare, e dei terreni freschi e limosi, che determinano le caratteristiche pregiate del prodotto.

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, è consigliabile il regolare consumo di yogurt, assunto al mattino a digiuno.

LE VERDURE DISINTOSSICANTI

Una dieta che lasci molto spazio alle verdure è indicata sempre, ma soprattutto in primavera ed estate. Infatti non solo è 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. È 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 è basso, cioè più alta è 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 è 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	Programma 1	Programma 2
	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

- HG Uomo, Praia a Mare (Cs).....37
- Family Shoes, Diamante (Cs).....99

AGRITURISMO - AZIENDE AGRICOLE

- FattoriaBio, Satriano di L. (Pz).....10/15
- Agriturismo Mararanch, Maratea (Pz).....28
- La Rondinella, Scalea (Cs).....60/69
- Azienda Lentino, S. Domenica Talao (Cs).....68

ALIMENTARI - PRODOTTI TIPICI - PANIFICI

MACELLERIE

- Ciococrusco, Satriano di Lucania.....16
- Terra del Sasso, Sasso di Castalda (Pz).....19
- Da Mimi', Scalea (Cs).....49
- Franfornaio, Scalea (Cs).....53
- Il Macellaio, Scalea (Cs).....55
- GS Carni, Scalea (Cs).....56
- Delizie di Calabria, Scalea (Cs).....61
- Alimentari La Badessa, Scalea (Cs).....62
- Panificio Fiore, Grisolia (Cs).....95
- Radici di Calabria, Diamante (Cs).....98
- I Love Francesco, Diamante (Cs).....99

AMBULANZE

- Croce Azzurra, Scalea (Cs).....53

ANIMALI

- Animania, Praia a Mare (Cs).....32/39
- L'Acquario, Scalea (Cs).....63
- Bau Miao Ciao, Scalea.....67

ARREDAMENTO - ARREDO E ATTREZZATURE

NEGOZI

- Mondial Food, Scalea (Cs).....1
- Michele Satriano, Arredo negozi, Tito (Pz).....8
- ArtArredo, Satriano di Lucania. (Pz).....17
- Fahd, Scalea (Cs).....76
- Casa Si', Scalea (Cs).....78

ASSICURAZIONI - CONSULENZE

- R.B Consulenze, Scalea (Cs).....49
- Assicurazioni Nocito, Scalea (Cs).....70

AUTO - MOTO - AGENZIE

- Vetrocar, Potenza.....10
- Soccorso Stradale Salerno, Tortora (Cs).....31
- Punto Zero Carrozzeria, S. Nicola Arcella (Cs).....47
- Autofficina De Franco, Scalea (Cs).....43/70
- De Paola, Scalea (Cs).....61
- Samacar Revisioni, S.Maria del Cedro (Cs).....88
- ACI Diamante, Diamante (Cs).....96
- Officina Franco Ricca,, Diamante (Cs).....98
- Autostop, Belvedere M.mo (Cs).....102

BAR - CAFFE' - GELATERIE - CREPERIE

- Bar Umberto I, Satriano di Lucania (Pz).....14
- Pit Stop Cafe', Satriano di Lucania (Pz).....16
- La Bodeguita, Praia a Mare(Cs).....35
- Caffè Le Mele, S. Nicola Arcella (Cs).....42
- Escobar, S. Nicola Arcella (Cs).....43
- Da Vittorio, Scalea (Cs).....56
- Blue Garden, Scalea (Cs).....58
- Fahd Sushi Bar, Scalea (Cs).....63

- Gelateria Il Melograno, S. Maria del Cedro (Cs).....90
- Caffè Nini', Diamante (Cs).....97

BED & BREAKFAST

- A Casa di Luca, Diamante (Cs).....54/101

BICI

- Tutto Bici, Tortora.....32

CAFFE'

- Chicco Nero, Scalea (Cs).....70

CARTOLIBRERIE - EDICOLE

- Book Store, Paterno (Pz).....20
- Cartoleria Licursi, Scalea (Cs).....51
- Edicola Il Sole, Scalea (Cs).....75

CASA - BIANCHERIA - INTIMO

- Miranda, Praia a Mare (Cs).....37
- Dal Biondo, S. Nicola Arcella (Cs).....44

CLIMATIZZAZIONE - TERMOIDRAULICA

- Valerio Caruso, Scalea (Cs).....52
- Termoidraulica 2000, Scalea (Cs).....75

COLORIFICI

- Splendor, Scalea (Cs).....54

DENTISTI

- Dott. Cantisani, Scalea (Cs).....58

ECOLOGIA - AMBIENTE

- P.i.l.e.d. Lampo, Avigliano (Pz).....11

EDILIZIA - CARPENTERIA - CAMINETTI

- Calabriafire, Scalea (Cs).....67
- Comail, Scalea (Cs).....82

ELETTRICITA' - IMPIANTISTICA - ENERGIA

- Elettric Impianti, Scalea (Cs).....30
- Forestieri Assistenza, Praia a Mare (Cs).....38

ELETRONICA - CELLULARI - SERVIZI

- Elettronica Store, Satriano di L. (Pz).....15
- FastCell, S. Maria del Cedro (Cs).....36/89
- WindTre, Scalea (Cs).....47
- Electronic Center, Scalea (Cs).....58
- Unieuro, Scalea (Cs).....76

ESTETICA - NAILS

- NAILS Concept, Potenza.....6

FERRAMENTA - COLORI - BRICOLAGE

- Ferramenta, Scalea (Cs).....64
- Gamba, Scalea (Cs).....68

FIORI - PIANTE

- Natura sas, Scalea (Cs).....63
- Edilflora, Belvedere M.mo (Cs).....104

FISIOTERAPIA - OSTEOPATIA

- Osteopatia SudEst, Scalea (Cs).....63

FORMAZIONE

- Confesercenti - Formazione, Scalea (Cs).....Controcop.

GIOIELLERIE - ORO - OROLOGI

- Gioielleria Amoroso, Scalea (Cs).....52
- Elite, Belvedere M.mo (Cs).....112

HOTEL - VILLAGGI - RESORT

- Kristall Palace, Atena Lucana (Sa).....26
- Acteon Palace, Atena Lucana (Sa).....26
- New Hotel Blu Eden, Praia a Mare (Cs).....35

Per conoscere e farsi conoscere

ILLUMINOTECNICA		PIZZERIE - ROSTICCERIE - TAVOLE CALDE	
- Led Prime, Scalea (Cs).....	66	- Pizz Stop, Praia a Mare (Cs).....	4
IMMOBILIARI - CASA		- Pizzeria Il Giardino, Tortora (Cs).....	31
- Veromare, S. Nicola Arcella (Cs).....	41	- Anima e Core, Tortora (Cs).....	32
- Euroimmobiliare/Gabetti, Scalea (Cs)	43/51	- Piu' che un vizio uno sfizio, Praia Mare (Cs).....	34
- Abitare Italia, Scalea (Cs)	63	- Charlot, Praia a Mare (Cs).....	39
- A&M, Scalea (Cs).....	49	- Nre York, Scalea (Cs).....	48
- Servizi Immobiliari, Scalea (Cs).....	68	- Pizzeria I Portici, Scalea (Cs).....	53
- Rotondaro, Scalea (Cs).....	69	- Dagosti', Scalea (Cs).....	61
INFISSI - FERRO - PORTE		- Pizza Hot, Diamante (Cs).....	62/100
- Infissi Speciali, Praia a Mare (Cs).....	36/103	- Doppio Zero, Scalea (Cs).....	55
- Leader Porte, Scalea (Cs).....	80	PSICOLOGI	
INFORMATICA		- D.ssa Salvia, Satriano di L. (Pz).....	14
- Errelle Consulting, Scalea (Cs).....	66	PUB - PANINOTECHE - BRACERIE	
INGEGNERI		- La Casetta, S. Nicola Arcella (Cs).....	44
- Ing. Amato, Scalea (Cs).....	52	- Stuzzicante, Scalea (Cs).....	46
LIBRI		- Prodotti Tipici Calabresi, Scalea (Cs).....	51
- La "Trilogia del Viaggio".....	21	- Caracas, Scalea (Cs).....	59
- "Emozioni Mondiali".....	33	- Jack's Rock Pub, Grisolia (Cs).....	95
- "Le meraviglie di Pianeta SUD".....	33	PUBBLICITA'	
LIDI - RIMESSAGGI - AREA CAMPER		- Pianeta SUD.....	75
- Macarro, Maratea (Pz).....	42	RADIO	
- Azzurro, Praia a Mare (Cs).....	42	- Radio One, Scalea (Cs).....	105
- Roxy, Praia a Mare (Cs).....	38	RISTORANTI - TRATTORIE	
- Le Dune, S. Nicola Arcella (Cs).....	40	- 85, Sasso di Castalda (Pz).....	18
- Nettuno, S. Nicola Arcella (Cs).....	40	- Le Fiamme, Pignola (Pz).....	11
- La Scogliera, Scalea (Cs).....	50	- Lanterna Rossa, Maratea (Pz).....	23
- Azzurro 2, Scalea (Cs).....	52	- Pinocchio, Salerno.....	25
- Il Vip, Scalea (Cs).....	54	- Chiaia, Praia a Mare (Cs).....	36
- Dolce Vita, Scalea (Cs).....	56/91	- La Piedigrotta, Praia a Mare (Cs).....	36
- Francesco Alessia e Chiara, Scalea (Cs).....	65	- Ndujamo, Praia a Mare (Cs).....	37
- Hermitage, Scalea (Cs).....	60	- Ticcibbaca, Praia a Mare (Cs).....	38
- Il Girasole, Scalea (Cs).....	71	- Serpente Rosso, S. Nicola Arcella (Cs).....	40
- Embarcadero, Scalea (Cs).....	73	- Le Terrazze, S. Nicola Arcella (Cs).....	41
- Blue Ice, S. Maria del Cedro (Cs).....	91	- Vularie Siciliane, Scalea (Cs).....	57
- Mirko 83, S. Maria del Cedro (Cs).....	91	- Il Gallo Bianco, Scalea (Cs).....	64
- Ipanema, Diamante (Cs).....	98	- Il Metamare, Scalea (Cs).....	72
- Posidonia, Diamante (Cs).....	99	- Vigri', Scalea (Cs).....	74
- Il Tramonto, Diamante (Cs).....	100	- Golden Park, Orsomarso (Cs).....	86
- Manuel's Beach, Belvedere M.mo (Cs).....	104	- Aligia, Maiera' (Cs).....	93
MUSICA - SPETTACOLI		- Pietra D'oro, Grisolia (Cs).....	94
- Corrado De Paola, Scalea (Cs).....	73	- Da Lucio, Diamante (Cs).....	100
NOLEGGIO CON CONDUCENTE - TAXI		- A Cucchiarella, Diamante (Cs).....	100
- Noleggio Alberto Dito, Scalea (Cs).....	66	- Manuel's Beach, Belvedere M.mo (Cs).....	104
- Adduci Autonoleggio, S. Maria del Cedro (Cs).....	89	SPEDIZIONI	
OGGETTISTICA - BOMBONIERE - SOUVENIR		- Punto Servizi, Scalea (Cs).....	64
- Cristian Lay, Satriano di Lucania (Pz).....	17	TABACCHI	
- Hama Artigiani, Scalea (Cs).....	61	- Riv. Tabacchi 5, Scalea (Cs).....	55
- Boutique del Souvenir, Scalea (Cs).....	71	TATUAGGI	
OTTICA		- Gigi's Tattoo, S. Nicola Arcella (Cs).....	36
- De Patto, Diamante (Cs).....	98	TENDAGGI - TAPPEZZERIE	
PALESTRE		- Real Tenda, S. Maria del Cedro (Cs).....	30
- Okinawa, Scalea (Cs).....	84	- Colitti, Praia a Mare (Cs).....	34
PARRUCCHIERI - SCUOLE		- Tappezzeria Russo, Scalea (Cs).....	58
- Emodiva, Potenza.....	7	- LG Tendaggi, Scalea (Cs).....	72
PASTICCERIE		- Dakar Tenda, Scalea (Cs).....	74
- General Dolce, Potenza.....	9	TIPOGRAFIE - STAMPA	
- Daniela, Scalea (Cs).....	2° Cop.	- La Poligrafica, Scalea (Cs).....	105
PATRONATI CAF		TRASPORTI - TRASLOCHI	
- Tutelaziende, Scalea (Cs).....	56	- Antonio Salemme, S. Nicola Arcella (Cs).....	44
		UFFICIO	
		- Centrufficio, Scalea (Cs).....	3
		- General Office, Scalea (Cs).....	3° Cop
		- Tecnoufficio, Belvedere M.mo (Cs).....	103
		VETERINARI	
		- Dott. Colantonio, Scalea (Cs).....	71

Per conoscere e farsi conoscere

Élite Gioielli 
BELVEDERE M.

CITIZEN


Miluna

GIOVANNI RASPINI

 GERARDO
SACCO

BOCCADAMO

Jewels

CC IL TIRRENO / SS18
BELVEDERE MARITTIMO CS



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**

ATTIVITA' di PATRONATO E CAF:

NASPI e Indennità di disoccupazione, Invalidità Civile, Pensioni e Contributi, Assegno Nucleo Familiare, Assegno di Natalità, Bonus Infanzia. 730, RED, Isee, Bonus (Energia, Gas, Luce) Redditi Personali.

SERVIZI CONFESERCENTI:

- Rilascio Firme Digitali (Smart Card e Token)
- Finanziamenti agevolati per aziende (COSVIG)

CORSO PER CERTIFICAZIONE INFORMATICA (MIUR)

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

CORSI PER LICENZE COMMERCIALI

- Somministrazione Alimenti e Bevande - (Ex REC)

CORSI PER ABILITAZIONI PROFESSIONALI

- Agente Affari in Mediazione Immobiliare
- Agente e Rappresentante di Commercio
- IAP (Imprenditore Agricolo Professionale)

CORSI PER ABILITAZIONI SANITARI

- 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)

I 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