

Dopolavoro ATAC



la Circolare

Bimestrale - Anno XVII N. 98 - Aprile - Maggio 2014

Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in Abbonamento Postale - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n° 46 art. 1 comma 1 - DCB Roma - Filiale di Roma -
*In caso di mancato recapito inviare al CMP ROMANINA per la restituzione al mittente previo pagamento re.



Vacanze
e soggiorni
tutti per voi

all'interno inserto soggiorni estivi 2014

www.dopolavoroatac.it



LA CIRCOLARE

Bimestrale del Dopolavoro ATAC

PRESIDENTE

Giancarlo Abrizi

DIRETTORE RESPONSABILE

Benedetto Dionisi

EDIZIONE E REDAZIONE

Edizioni Welcome srl - welcomegrafica@yahoo.it

HANNO COLLABORATO

G. Abrizi, M. Scalise, R. Grassi, O. Zannoni, M. Rosania, A. Circiello, Sz. Podismo, Sez. Pallavolo, Sez. Mototurismo, Sez. Teatro, Sez. Cinefoto, Sez. Equitazione, Sez. Camperisti, Sez. Sub, Sez. Tennis.

PROGETTO GRAFICO

Stefania Galuppi

STAMPA

Edizioni Welcome srl

Autorizzazione del Tribunale di Roma
n. 00071/97 del 14/02/1997

© Tutti i diritti riservati. La Redazione non
si assume alcuna responsabilità per notizie,
foto, marchi, slogan utilizzati dagli inserzionisti.

Dopolavoro ATAC

SEDE SOCIALE

Via Prenestina, 41/C - 00176 Roma
tel. 06.7022637/06.4695430
fax 06.7022902

www.dopolavoroatac.it

ORARIO UFFICI Lunedì - Venerdì

9.00 - 12.45 - 13.30 - 17.30

IMPIANTI SPORTIVI

Lungotevere Thaon di Revel, 11/13
tel. 06-3227608

STABILIMENTO BALNEARE OSTIA

Lungomare Amerigo Vespucci, 34
tel. 06.56470222

ALBERGO CONCA D'ORO

Viott. degli Sciatori, 32 - 67037 Roccaraso
AQ - tel./fax 0864-62131

BILANCONI

V. Passo della Sentinella, Fiumicino

eventi
viaggi
news
sezioni
provincia

SOMMARIO

3 1° Maggio

3 Carnevale Speciale

4 Maratona di Roma

5 Nozze d'Argento Basilicata

6 Sezione Pallavolo

7 Sezione Mototurismo

7 Festa del papà

8 Sezione Teatro

8 Sezione Cinefoto

9 Sezione Equitazione

9 Sezione Camperisti

9 Rubrica Cucina

11 Finestra sul Trasporto

12 Anzio

13 Sezione Sub, Sezione Tennis

14 Rubrica Scientifica

15 Il Commercialista



Sezioni Attive

Arti marziali Gianluigi Petrossi

Artistica Daniele Monni

Ballo Alfredo Volpe

Bocce Raffaele Boccia

Bridge Maurizio Scalise

Caccia e Tiro Antonio Angelelli

Calcio Marcello De Blasio

Camperisti Biagio Mengarelli

Canoa Marcello Bacchi

Ciclismo Valter D'aiuto

Cine-Foto Maurizio Baldazzi

Equitazione Luigi Palmerini

Escursionismo/Sci Claudio Guatieri

Fitness Gino Di Clemente

Informatica Mauro Baiocco

Musica Mauro Restivo

Mototurismo Antonio Sozio

Pallavolo Giovanni Ferrera

Pesca Sivio Turella

Podismo Alberto Pellliccia

Subacquea Claudio Zughetti

Teatro Claudio Maggiolini

Tennis Luigi Mauriello

Tiro Sportivo Marco Proietti

Vela Giuseppe Noia

1° MAGGIO: FESTA DEI LAVORATORI

In occasione della Festa dei Lavoratori, come di consueto ormai da anni, il Dopolavoro organizza presso il Circolo sportivo sito in Lungotevere Thaon di Revel 11/13, una manifestazione dedicata alla cultura in collaborazione con la sezione artistica. Nel corso della giornata

si svolgerà la premiazione del concorso letterario con una giuria di esperti capitanati dal devoto Claudio Maggiolini e la mostra d'arte di vario genere, allestita e presentata dalla sezione artistica, aperta a tutti i soci. Con l'occasione si ricorda che tutti coloro che volessero partecipare ed esporre le proprie opere possono rivolgersi agli uffici del Dopolavoro oppure ai

responsabili della sezione artistica. Vi aspettiamo quindi numerosi a questo appuntamento per vivere insieme le molte attività della giornata, per degustare un ottimo pranzo, e per deliziarci con la musica dal vivo. Per maggiori informazioni su costi e modi di prenotazione seguirà comunicato.



Si è dimostrata realmente una giornata speciale. Protagonisti, come spesso accade, sono i bambini che per fantasia ed esuberanza non sono secondi a nessuno. Quest'esuberanza si è riscontrata già nell'accesso presso la sala mensa di Prenestina, molti colleghi, non sapendo, si sono presentati in portineria con i bambini mascherati i quali con coriandoli e trombette hanno di fatto trasformato un'area sempre molto formale in un parco giochi, saltando da un tornello all'altro, con non poca preoccupazione dei presenti. In sala mensa la collaborazione delle nostre maestranze è stata determinante, pulizia della mensa, allestimento della sala con sedie per l'area musicale, percorsi prestabiliti e quant'altro hanno determinato una location degna di questo nome. L'area riservata ai musicisti è stata adattata per il concerto di chitarre; la manifestazione si è aperta con la performance di due ragazzi diversamente abili, alunni della scuola musicale Associazione Euterpe - Musicoterapia Metodo Disabili, capaci di interpretare brani famosi suonando con pianola e clarinetto. I **Clown dottori** hanno fatto il resto coinvolgendo grandi e piccoli con

scherzi, giochi, caroselli, bolle di sapone e presentando tutte le maschere presenti. Queste magnifiche persone riescono in momenti veramente difficili a tirar fuori un sorriso dai bambini e ai loro famigliari, e attraverso la loro presenza in ambito ospedaliero riescono a intervenire sull'emozione dei bambini e a facilitare il loro percorso di cura, trasformando le emozioni negative come ansia, paura e stress, tipiche del ricovero, in emozioni positive. Un ringraziamento particolare va all'associazione Roma con rappresentata dal presidente Sig. Antonio Liani il quale ha reso possibile la sinergia tra la sua l'associazione il Dopolavoro e la Onlus "Casa di Andrea" al fine della realizzazione della manifestazione; al maestro Mauro Restivo che ha curato la rappresentazione del gruppo dei chitarristi, dell'orchestra giovanile "Carlo Carfagna". Nell'occasione è stata fatta una raccolta fondi in favore della "**CASA di ANDREA**" per l'associazione **Andrea Tudisco Onlus**, facendo ottenere all'incirca €2.000.00, il Dopolavoro oltre ad offrire bevande e dolci tipici di carnevale donerà ulteriori €500.00. Con l'occasione ho il piacere di ringraziare il Presidente di Atac l'Ing. Roberto Grappelli, il capo del personale

Dott. Giuseppe Depaoli i quali hanno distribuito a tutti i musicisti presenti pergamene ricordo. Un ringraziamento va anche al Direttore della Comunicazione Giuseppe Noia e al suo staff. A fine serata negli occhi di ogni uno di noi, anche se un pò stanchi, c'era la soddisfazione di aver fatto qualcosa di buono, consapevoli di continuare su questa strada.

Giancarlo Abrizi





Maratona di Roma 2014,

tredici atleti in corsa con il Dopolavoro Atac Marathon Club

Bellissimo evento, atmosfera festosa ed elettrizzante, tanti colori, persone vestite da senatori romani, legionari e migliaia di partecipanti al via, ben al di sopra delle previsioni degli organizzatori.

Con il grande afflusso di persone, si è creato un po' di caos e confusione per depositare gli zainetti con i cambi e, al momento partenza, alcuni dei 13 atleti del Dopolavoro Atac Marathon Club non sono riusciti a posizionarsi nelle griglie assegnate e, quando lo start ha dato il via, sono partiti dieci minuti dopo. Il brutto tempo, che fin dall'inizio ha condizionato la gara, con temporali e pioggerellina fine, ha bagnato e infreddolito i partecipanti, formando grandi pozzanghere nelle buche delle strade di Roma.

Per alcuni dei nostri atleti è stata la

prima maratona e tutti gli amici veterani, avvezzi a questa distanza, avvertivano: "Percorrere 42,195 km è tutta un'altra cosa".

Ed è proprio vero! La maratona è una gara che sembra non finire mai, mette in gioco tutto il corpo, testa e muscoli. Ai 30 km circa, in viale della Moschea, alcuni hanno cominciato ad accusare pesantemente dolori alla schiena e ai muscoli delle gambe, che si sono fatti più pesanti, mentre i pensieri più strani affollano la mente prendendo il sopravvento: "Ma chi te lo fa fare?" pensa il podista in corsa, vorrebbe mollare ma poi reagisce e continua. Il pubblico dietro le transenne incita a proseguire, anche se non ti conosce, band musicali che suonano lungo il percorso rallegrano l'atmosfera e incoraggiano la corsa.

Alla fine si apre alla vista del podista la

solennità di viale dei Fori Imperiali e la maestosità del Colosseo sullo sfondo, l'arrivo è raggiunto ed è commovente.

I tredici atleti del Dopolavoro Atac Marathon Club che hanno partecipato alla XX edizione della Maratona di Roma sono: Antonio TRASTULLI (Impiegato Atac), Giuseppe RIOSA (Impiegato Atac) Pietro MELA MASSABO' (Autista Tram - prima Maratona), Giuseppe DI GENNARO (Centrale Operativa Prenestina), Donato GASBARRO (Impiegato Atac), Roberta RUIU (Impiegata Atac), Antonio FORNARI (Autista autobus), Marcello SACCHI (Impiegato Atac Patrimonio), Maurizio GIORGINI (Autista autobus), Silvio MASSIDDA (Autista autobus), Nando CARFAGNA (Pensionato Atac), Francesca LENTO (Aggregata esterna), Stefano BEN TANFOUS (Aggregato esterno).

Sez. Podismo

Donazione del Sangue

Domenica 2 febbraio 2014 a Piglio presso la sala polivalente dalle ore 8.00 alle 11.30 si è svolta la 37^a donazione di sangue. Era presente alla raccolta l'equipe dell'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù di Roma con 5 medici 2 infermieri ed un tecnico di laboratorio i quali con la loro indiscutibile professionalità hanno:

ACCOLTO 170 PERSONE
VISITATO 156 DONATORI E
PRELEVATO 136 UNITA' DI SANGUE

Un grazie di cuore a tutti i donatori e a tutti i collaboratori. Cogliamo l'occasione per invitare tutti alla prossima donazione fissata in due giorni:

SABATO 2 E DOMENICA 3 AGOSTO 2014

NOZZE D'ARGENTO 2014 - UN VIAGGIO FRA MARE E CULTURA

La Basilicata &... la sua Terra di emozioni

“Un soggiorno in un Villaggio Vacanze 4 stelle sul mare con formula “tutto incluso” e tante visite guidate per immergersi nella magia del vasto territorio della Magna Graecia; dai Sassi di Matera, ad Alberobello, da Metaponto, Policoro, Locorotondo e Martinafranca al Castello di Rocca Imperiale.”

Date di Partenza: 30 MAGGIO * 07 - 14 GIUGNO

1° Giorno ROMA/MARINA DI NOVA SIRI: Appuntamento con i partecipanti in luogo e ora da convenire, sistemazione in autopullman G/T e partenza. Pranzo libero lungo la percorrenza autostradale. Nel primo pomeriggio arrivo al Villaggio **GIARDINI D'ORIENTE a Marina di Nova Siri**. Cocktail di benvenuto. Sistemazione nelle camere riservate, cena. A seguire serata animazione. **2° Giorno MATERA:** Pensione completa al Villaggio. In mattina partenza in Autopullman G.T. per **Matera**, incontro con la guida locale per la visita dei famosi “Sassi e le chiese Rupestri” raggiungeremo il Sasso Caveoso, percorrendo strade dove registi, del calibro di Pasolini e Mel Gibson, hanno girato rispettivamente “Il Vangelo secondo Matteo” e “La passione di Cristo”. Potremo visitare la **Casa Grotta** dove scopriremo come era organizzata la vita contadina nelle case dei Sassi. Possibilità di visitare la **Chiesa Rupestre di Santa Maria de Idris**. **San Giovanni in Monterrone** e la **Chiesa Rupestre di Santa Lucia alle Malve**, primo insediamento monastico femminile dell'Ordine benedettino. A fine passeggiata è prevista una **degustazione di prodotti tipici** della città di Matera. Rientro al Villaggio per il pranzo. Il pomeriggio sarà dedicato alle attività balneari e

di animazione con tornei, sport, e tutto quanto offre il Villaggio. Cena, a seguire serata con animazione, musica e balli.

3° Giorno METAPONTO/ POLICORO: Pensione completa al Villaggio. La mattina sarà dedicata alle attività balneari e ricreative nel Villaggio. Nel primo pomeriggio partenza in Autopullman G.T. per la visita di **Metaponto & Policoro** e del **Castello di Isabella Morra a Valsinni**. Rientro al Villaggio per la cena. A seguire serata con animazione, musica e balli.

4° Giorno LOCOROTONDO / MARTINAFRANCA: Pensione completa al Villaggio. La mattina sarà dedicata alle attività balneari e ricreative nel Villaggio. Nel primo pomeriggio partenza in Autopullman G.T. per la visita di **Locorotondo & Martinafranca**. Rientro al Villaggio per la cena. A seguire serata con animazione, musica e balli.

5° Giorno ALBEROBELLO: Pensione completa al Villaggio. La mattina sarà dedicata alle attività balneari e ricreative nel Villaggio. Nel primo pomeriggio partenza in Autopullman G.T. per la visita di **Alberobello** e dei suoi magnifici Trulli. Si visiterà l'interno di una di queste tipiche costruzioni. Al termine della visita avremo una **degustazione di prodotti tipici**. Rientro al Villaggio per la cena. A seguire serata con animazione, musica e balli.

6° giorno TARANTO: Pensione completa al Villaggio. La mattina sarà dedicata alle attività balneari e ricreative nel Villaggio. Nel primo pomeriggio partenza in Autopullman G.T. per la visita della città di **Taranto**. Passeggiata in compagnia della guida alla scoperta di una città tanto chiacchierata quanto suggestiva. Rientro al Villaggio per la cena. A seguire serata con animazione, musica e balli.

7° Giorno RABATANA/TURSI/ROCCA IMPERIALE: La mattina sarà dedicata alle attività balneari e ricreative nel Villaggio. Nel primo pomeriggio partenza in Autopullman G.T. per la visita di **Rabatana, Tursi** ed il suo **Palazzo Doria Tursi**, e per finire il **Castello Svevo di Rocca Imperiale**. Prima del rientro sosta all'Agriturismo “Taverna” per una **degustazione di prodotti tipici locali**. Rientro al Villaggio per la **Cena di Arrivederci**. A seguire serata animazione con premiazione dei Tornei settimanali, spettacolo di fine soggiorno, musica e balli.

8° Giorno NOVA SIRI/ROMA: Dopo la prima colazione, la mattina sarà dedicata al relax ed agli ultimi tuffi prima della partenza. Pranzo. Nel primo pomeriggio partenza in Autopullman G.T. per il rientro a Roma via autostrada. Arrivo previsto in serata.

QUOTE DI PARTECIPAZIONE A PERSONA

Partenze	Soci in Servizio e Pensionati	Aggregati	3° letto 0/12 n.c.	3°/4° letto adulti
30 maggio	600,00	610,00	- 240,00	- 120,00
07 - 14 giugno	650,00	660,00	- 240,00	- 120,00

PAGAMENTI: acconto di € 150,00 alla prenotazione per tutti i partecipanti.

Soci in servizio, **rimanenza pagabile in 10 rate**; - Pensionati e Aggregati, **saldo 30 giorni prima della partenza**.

N.B. - Per i **Soci pensionati e gli Aggregati** possibilità di usufruire del pagamento dilazionato, a tassi agevolati senza costi istituzione pratica, con la DEUTSHE BANK presso gli Uffici del Dopolavoro il lunedì e il giovedì orario finanziaria

IL SOCIO CHE FESTEGGIA LE NOZZE D'ARGENTO/D'ORO CONTRIBUTO DOPOLAVORO: € 600,00.

IL SOCIO CHE FESTEGGIA 15 ANNI DI MATRIMONIO CONTRIBUTO DOPOLAVORO: € 150,00.

Il Socio che festeggia le Nozze d'Argento, dovrà corrispondere l'intero importo all'atto della prenotazione.

SUPPLEMENTI: camera singola €175,00 (disponibilità limitata) **LA QUOTA COMPRENDE:** Autopullman G.T. per tutta la durata del viaggio con partenza da Roma; Sistemazione al Villaggio GIARDINI D'ORIENTE (4 stelle) in camere riservate con servizi privati; Trattamento di **PENSIONE COMPLETA** dalla cena del 1° giorno al pranzo dell'8° giorno; Bevande incluse ai pasti a volontà (acqua mineralizzata + vino locale) e Cocktail di benvenuto; Animazione diurna con Tornei, Sport, corsi collettivi, e serate con spettacoli, musica e balli tutte le sere; Degustazione di prodotti tipici a Matera, ad Alberobello ed all'agriturismo Taverna; Visite guidate in tutte le escursioni come da programma; Parcheggio Pullman ed **ingressi** a Musei e/o siti storico/culturali inseriti in programma; **Cena di Arrivederci**; Polizza Europ Assistance medico + bagaglio. **LA QUOTA NON COMPRENDE:** Polizza annullamento viaggio **facoltativa € 28,00** per persona; Ingressi a musei e/o siti storici non menzionati in programma; Il facchinaggio e i pasti non menzionati; Extra di natura personale e tutto quanto non indicato alla voce la “quota comprende”; **Tassa di Soggiorno** del Comune di competenza, **da pagare direttamente in Hotel a carico dei partecipanti dai 14 anni in poi.** **PRENOTAZIONI:** Si ricevono presso gli uffici del Dopolavoro - Via Prenestina, 41/c - fino al termine dei posti disponibili. Successivamente con riserva. Il Socio che festeggia le Nozze d'Oro, le Nozze d'Argento o i 15 anni di matrimonio, dovrà consegnare il certificato di matrimonio, rilasciato dal Comune, il quale attesti che lo stesso sia **avvenuto rispettivamente nel 1964, 1989 o nel 1999.** **La sistemazione in pullman sarà assegnata secondo l'ordine di prenotazione. PARTENZE: 30 maggio; 07 - 14 giugno. Nel caso non si raggiunga il minimo di 40 partecipanti per singolo viaggio, si provvederà all'accorpamento delle partenze equiparando il costo. DISDETTE/RINUNCE:** in caso di disdetta o rinuncia al viaggio saranno applicate le penali richieste dall'agenzia in base alla normativa vigente. **N.B.** Per motivi organizzativi, l'ordine delle visite potrebbe essere modificato in loco, mantenendo inalterato il contenuto del viaggio.

Gran Gala del Volley di Roma

21 febbraio 2014 ore 22.15

Scuola G. Belli
Via d. Venezia Giulia, 50

DOPOLAVORO ATAC vs FREETIME

«**C**redevamo di essere seppelliti e invece abbiamo fatto una buona partita».

Questo è il commento a caldo che racchiude in sé ciò che si è visto e che si è fatto quella sera in palestra durante la partita di pallavolo che vedeva scontrarsi in campo il Freetime (squadra amatoriale misto di un certo "rilievo" avendo vinto il titolo di campione nazionale in AICS) e la squadra del Dopolavoro Atac.. fresca di nomina.. e piena di entusiasmo. La voglia di giocare e la trepidazione dell'attesa era palpabile già appena entrati in palestra.. grandi abbracci, sorrisi, battute, scaramanzie.. ma negli occhi si intravedeva l'emozione dell'esordio in campo, alcuni per la prima volta, altri dopo anni e anni di "stasi".. tornare a giocare.. e avere ancora qualcosa "da dire"..

«Ci alleniamo una volta a settimana.. solo 7 hanno calcato i campi di gioco e questa è la prima occasione che si trovano "insieme"; fanno parte della squadra alcuni atleti che non sapevano neanche che nella pallavolo il campo fosse diviso in 6 zone...»: tutto questo può sembrare una giustificazione.. visto che tra gli sfottò c'era chi aveva sostenuto che non ci sarebbe stata storia.. Da alcune indiscrezioni si parla di grandi abbuffate alla fine degli allenamenti.. dolci a non finire.. e quindi già si pensava "chissà se riusciranno a saltare a muro"! [per dovere di cronaca basta guardare le foto scattate dove si vince decisamente il contrario.. magari dovrebbero soltanto "inquadralo" meglio.. ndr]. Ma questi sono dettagli.. I ragazzi sono stati veramente "grandiosi".. hanno giocato con umiltà e compostezza rimanendo concentrati e sostenendosi a vicenda e hanno fatto vedere anche delle belle cose tanto da "spiazzare" in più di un'occasione gli avversari! Vogliamo parlare dei lungolinea di Marco? Oppure dello stampo di Cecco? Oppure del "sollievo" degli avversari quando pensavano che ad Andrea facesse male qualcosa e quindi non rendesse meglio di quello che già stava facendo? Per non parlare delle donne che si sa, sono sempre le colonne di una squadra di misto amatoriale, de... Torniamo a noi, all'inizio.. tasto rewind.

Spettacolare foto di gruppo attorno allo striscione appositamente creato per l'occasione e si riponevano grandi speranze nella mascotte, un cinghiale di peluche a suo tempo regalato a Costantino, che veniva ora posizionato in mezzo al campo a scacciare via definitivamente le influenze negative.. E in effetti, a ripensarci bene non c'è stata nessuna ripercussione anche indossando le maglie n. 13 o n. 17, né per aver giocato di venerdì. Inizia il riscaldamento: tutti concentrati (o quasi) decisamente imbarazzati nel voler mettere in mostra le loro qualità fisiche.. ma si sa, nella pallavolo tutto svanisce nel momento stesso in cui si prende tra le mani il pallone e si comincia a palleggiare.. schiacciare.. poi ecco il fischio dell'arbitro.. si inizia! Fare una cronaca di una partita "a freddo" fa perdere il pathos del momento, non si riesce a descrivere appieno i visi concentrati nel momento della battuta come nella ricezione, quegli stessi visi che si trasformano in un'esplosione di gioia nel momento di un punto conquistato o di grande delusione (ma mai di abbattimento) quando la palla (ahimé) veniva messa a terra dall'avversario. Al di là delle prestazioni più o meno tecniche della partita va considerata una cosa che è la punta di diamante di una Squadra con la s maiuscola: il piacere di stare insieme, di giocare divertendosi.. questo è già di per sé un successo.... I commenti a caldo, le battute nel dopopartita, quando l'adrenalina che si ha in corpo ti farebbe di nuovo entrare in campo per provare a ribaltare il risultato.. sono queste le cose che contano, riconoscere che si è fatto il proprio meglio, perché ci si è resi conto che se "loro" erano dei mostri, noi siamo stati "superlativi".. partiamo sì da una sconfitta ma questa è già una vittoria anche



se morale.. Per la vittoria "fisica" ci saranno altre occasioni.. perché noi siamo uno squadrone! Forza ragazzi, lottiamo e non lottiamo.. ormai non ci ferma più nessuno!

Un ringraziamento

particolare va ad Angelo che, con la sua calma (serafica?) e pazienza ha permesso tutto questo ed ecco le sue parole a riprova del grande "amore" che mette nell'allenare il Dopolavoro Atac.. Bastava vederlo in panchina, in piedi, fremente, prodigo di consigli tattici e tecnici... «La mia squadra, ragazzi e ragazze che muovono il mondo. A loro, grazie per tutte le cose che facciamo in palestra».. Che altro si può aggiungere? Forse i nomi che fanno parte di questo gruppo.. memorizzatevi attentamente, continuerete a sentirne parlare!!!

Sez. Pallavolo

GLI ATLETI DELLA SQUADRA DI PALLAVOLO DOPOLAVORO ATAC

- 7 - Bonanni Paola
- 9 - Cascioli Valerio
- 5 - Cecchetti Andrea
- 72 - Colarossi Costantino
- 20 - Conforti Emanuela
- 82 - Croce Simone
- 26 - Delli Carri Raffaele
- 1 - De Luca Marco
- 10 - Ferrera Giovanni
- 8 - Iapichino Danilo
- 17 - Limongelli Valentina
- 40 - Mastrantonio Antonio
- 22 - Misuraca Lucia
- 37 - Perin Debora
- 3 - Piacentini Roberta
- 76 - Proietti Mirko
- 71 - Renzetti Simona
- 6 - Ricci Letizia
- 11 - Restante Luca
- 73 - Rustichelli Massimiliano
- 13 - Salerno Francesco

Angelo Ponzo allenatore
Angela Mancini dirigente

Sezione Mototurismo

Finalmente è partita la bella stagione e il gruppo dei motociclisti della Sezione Mototurismo del Dopolavoro Atac si è messo in "moto". Domenica 30 marzo 2014, nonostante il clima ancora rigido, eravamo presenti all'appuntamento con 25 moto per il primo raduno. Ci siamo riuniti sulla via Appia e siamo partiti attraversando Albano, Ariccia, Genzano, Velletri, Cisterna e Terracina per raggiungere Gaeta. Il percorso in moto è stato impostato per dare a tutti la possibilità di riprendere la

mano dopo la pausa invernale. Arrivati sul

lungomare di Gaeta lo spettacolo è stato emozionante, con la costa in roccia a strapiombo sul mare, seguita dalla passeggiata al porto. Non poteva mancare la classica sosta in un buon ristorante per degustare i piatti tipici del posto e nel pomeriggio visita alla Montagna Spaccata di Gaeta. Durante il percorso di ritorno abbiamo fatto una sosta sulla piazza principale di Sperlonga, per poi salutarci tutti a Genzano. L'appuntamento è per prossima uscita!



La sezione mototurismo



FESTA DEL PAPÀ



La festa del papà per il nostro Dopolavoro è sinonimo di 'BIGNE', ed anche quest'anno nella location della mensa di Prenestina il giorno giovedì 13 Marzo si è svolta la tradizionale degustazione gratuita. La riuscita della manifestazione, ormai tradizione attesa dai nostri soci, è da attribuirsi all'Associazione Pasticceri capitanata dal maestro pasticcere Giulio Cimatorini di Genzano di Roma ed al personale della mensa di Prenestina prodigatosi egregiamente affinché tutto funzioni al meglio. A conti fatti a fine giornata sono stati preparati più di 2000 'BIGNE' ed il ricavato delle vendite è stato devoluto in beneficenza. Vi assicuro che questa manifestazione nata in sordina, anno dopo anno con piena soddisfazione di tutti sta riscuotendo successo, crescendo sia in termini di aspettativa sia nei numeri... che dire di più? Vi aspettiamo sempre più numerosi il prossimo anno.

Maurizio Scalise

MUTUI AGEVOLATI

IN CONVENZIONE CON PRIMARI ISTITUTI di CREDITO

ACQUISTO
SOSTITUZIONE MUTUI in CORSO

*Anche con erogazione ulteriore liquidità

RISTRUTTURAZIONE
1° e 2° ipoteca

LIQUIDITA' ed ALTRE ESIGENZE

TASSI FISSI - MISTI - VARIABILI

(FOGLI ANALITICI IN LOCO - SALVO APPROVAZIONE ISTITUTI EROGANTI)

<< CESSIONE DEL V° >>

NESSUNA SPESA DI COMMISSIONE

A CARICO DEI DIPENDENTI E SOCI

DOPOLAVORO ATAC

ASSISTENZA TECNICA BANCARIA NOTARILE

dal lunedì al venerdì 9,00/13,00 - 14,00/18,00

DIESSE

Consulente del credito
suffraganea

AUXILIA

06.8840398

Roma: Via Salaria, 19 (P.zza Fiume) M Termini

SPREAD

in
convenzione

MUTUO

PROTEZIONE
CON CAP

Anche con:

- Redditi bassi
- Donazione
- Prestiti in corso

Sezione Equitazione

La sezione equitazione saluta tutti i soci del dopolavoro ATAC ed è lieta di informare i lettori della rivista "La circolare", delle recenti attività svolte dalla stessa.

Il 20 gennaio si è tenuta la benedizione degli animali, in occasione del giorno in cui si ricorda S. Antonio Abate (17 gennaio). Nonostante il tempo poco clemente la partecipazione è stata cospicua, chi ama i propri animali non rinuncia a questo appuntamento, nemmeno sotto la pioggia.... Erano presenti animali di ogni tipo, oltre a cani e gatti, anche coniglietti, tartarughe e gli immancabili cavalli del Centro Ippico Ranch S. Marco.

Il 25 aprile 2014 si terrà la consueta giornata a cavallo organizzata, ormai da qualche anno, presso il CENTRO IPPICO SAN MARCO RANCH S.R.L., Via San Marco 10 - 00044 Frascati (RM), per tutti coloro che desiderano trascorrere

questa festività nella natura, a contatto con i cavalli, provare a cavalcare, in un ambiente accogliente. Naturalmente si potrà anche pranzare nel club house del centro, il costo del pasto è di 15 euro per gli adulti e 7,50 euro per i bambini. In questa giornata il centro ippico Ranch S. Marco mette a disposizione un cavallo per chi vuole cimentarsi nell'arte equestre. Vi anticipiamo che è necessario effettuare una prenotazione almeno 3 giorni prima dell'evento con un acconto.

La sezione equitazione informa i sigg. soci del Dopolavoro ATAC, interessati alla frequenza della scuola di equitazione presso Il Centro Ippico Ranch S. Marco, che quest'anno viene offerta una promozione davvero vantaggiosa, non si corrisponderà l'importo relativo



all'iscrizione (100 euro) ma solo quello dell'assicurazione obbligatoria (50 euro) ed i costi delle lezioni sono rimasti invariati, rispetto allo scorso anno, 20 euro per un'ora e 13 euro per 30 minuti. Ci saranno successive iniziative nei mesi prossimi, che comunicheremo in seguito. Cordiali saluti.

**Il presidente della sezione equitazione
Luigi Palmerini**



SEZIONE CAMPERISTI - PROGRAMMA DI MASSIMA

Carissimi soci camperisti, come di consueto ogni anno in questo periodo ci troviamo a fornirvi un programma di "bozza" per le nostre ben amate uscite. La prima uscita è prevista per le festività pasquali da svolgere presso "L'oasi di Giulia" vicino b.go Sabotino (LT). La seconda è prevista per il 1° maggio uscita di un giorno, locazione da decidere, e con l'occasione ci sarà l'opportunità di visionare e all'occorrenza acquistare prodotti e accessori inerenti ai nostri mezzi. Da quest'anno ci sarà una novità riguardante la consegna dei buoni, visto anche il consiglio da parte di alcuni di voi, gradiremmo fare la consegna in occasione di una delle due uscite sopra elencate, e non in occasione della classica cena in modo da abbinare le due cose e soprattutto stare più insieme, confrontarci, proporre nuove uscite e sentire le varie opinioni inerenti l'andamento della sezione in tutti questi anni insieme. In seguito con data e periodo da definire vorremmo fare di nuovo un gran bel raduno, con la speranza di ritrovarci tutti insieme sotto i nostri tendalini e raccontarci le nostre avventure in giro con il camper. Teniamo a precisare che in seguito vi informeremo con date e luoghi. Quanto prima vi informeremo di nuove convenzioni che stiamo concludendo con vari villaggi della costiera laziale. Con l'occasione vi raccomando: per gli amici camperisti che usano il camper anche nei mesi invernali è fondamentale per la messa in sicurezza della nostra salute e quella dei nostri cari, la revisione o comunque il controllo dell'impianto di riscaldamento della cellula, la parte più importante e pericolosa del camper. Come in ogni occasione...buoni km a tutti.

Il presidente della sezione Biagio Mengarelli

RUBRICA CUCINA

ALESSANDRO CIRCIELLO



Insalata di Baccalà



PROCEDIMENTO
cuocere il trancio di baccalà con poco olio, aneto sotto vuoto in forno a vapore temperato a 65°C. abbattere in positivo dopo la cottura e stemperare in acqua tiepida prima del servizio. A parte preparare un centrifugato di melagrana, e un'insalata con tutti i restanti ingredienti.

COMPOSIZIONE disporre sulla base del piatto l'insalatina, unire il baccalà tiepido o freddo, ultimare con un'emulsione di centrifugato di melagrana, olio e poco sale facoltativo.

SUGGERIMENTO
a cura della S.I.S.A. Società Italiana Scienza dell'Alimentazione, su questa tecnica di cottura tratta da "la salute vien mangiando®" "La cottura sotto vuoto è eccellente per preservare i valori nutrizionali non disperdendo le albumine, i sali minerali, il fosforo, il sodio che contiene questo pesce povero, ottimo anche per la conservazione dato che il prodotto è pastorizzato nello stesso involucro senza attacco di carica batterica, con l'aggiunta dell'insalatina può essere considerato un ottimo piatto unico, interessante l'abbinamento al posto del vino di un centrifugato di melagrana e finocchi."

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

baccalà g. 400
arance 4
melagrana 2
olive nere Gaeta g. 100
aneto q.b.
olio extra vergine d'oliva q.b.
finocchi 2

ProFamily, in esclusiva per i dipendenti e soci del Dopolavoro Atac

ProDipendenti Aziende Convenzionate.

È il prestito a condizioni privilegiate riservato ai lavoratori dipendenti di aziende parapubbliche o private convenzionate con ProFamily

- Fino a 30.000 euro rimborsabili fino a 120 mesi.
- Tasso fisso per tutta la durata del finanziamento.
- A condizioni riservate alla tua azienda.

Ecco alcuni esempi:

Importo del credito	Importo totale dovuto	Interessi	Numero Rate	Importo Rate	TAN	TAEG
10.000,00€	11.963,40€	1.833,40€	60	199,39€	fisso 6,75%	7,62%
<small>Spese incluse nell'importo totale dovuto: imposta di bollo 16,00 euro, spese di istruttoria pari a 130,00 euro. Offerta valida fino al 31/03/2014</small>						
Importo del credito	Importo totale dovuto	Interessi	Numero Rate	Importo Rate	TAN	TAEG
15.000,00€	19.026,84€	3.896,84€	84	226,51€	fisso 6,75%	7,29%
<small>Spese incluse nell'importo totale dovuto: imposta di bollo 16,00 euro, spese di istruttoria pari a 130,00 euro. Offerta valida fino al 31/03/2014</small>						



ProFamily è la società di credito al consumo pensata per soddisfare le diverse esigenze di tutte le famiglie. Nata dall'esperienza, dalla serietà e dalla professionalità di Banca Popolare di Milano, ti offre un nuovo modo di pagare: chiaro, semplice e flessibile.

Per una consulenza personalizzata e gratuita, rivolgiti alla nostra filiale di:

ROMA - GARBATELLA: Via A.Macchini Strozzi, 28a/30 - Tel. 06/5138051 - 06/5134467

Siamo presenti presso il Dopolavoro Atac tutti i Martedì dalle ore 9,00 alle ore 12,30



ProFamily 
Il Credito Genuino

Gruppo Banca Popolare di Milano



Dal racconto del giornale "L'Artigianello" del 1845 abbiamo appreso che in questo anno già esisteva a Roma un servizio di trasporto pubblico; probabilmente era la prima linea effettiva e collegava piazza Venezia con la basilica di San Paolo fuori le mura, sulla via Ostiense; la gestione dell'esercizio era affidata ad

una società privata, l'Impresa Generale delle Diligenze Pontificie. Private saranno anche le altre ditte che negli anni, anzi decenni successivi, effettueranno trasporto pubblico in città. Nel 1856 inizia l'esercizio di una seconda linea di omnibus, gestita dalla società Pio-Latina, che collega piazza di Montecitorio con la neonata stazione di Porta Maggiore, realizzata lontana dal centro della città al di fuori delle mura Aureliane. Negli anni successivi vengono esercite due altre linee di omnibus a cavalli, nel 1856 quella che sempre da Montecitorio porta alla neonata stazione di Porta Portese, dove giunge il treno proveniente da Civitavecchia e nel 1862 quella che, sempre dal centro di Roma, porta alla stazione della Ferrovia, che poi sarà chiamata Termini. È del 1866 la linea che collega piazza del Popolo con piazza San Pietro; è di proprietà di Francesco Marini, un imprenditore che avrà rilevante importanza nella storia del trasporto romano di fine Ottocento. Alcuni gestori degli omnibus, che sono concessionari privati, per far fronte alle nuove esigenze di trasporto di persone si raggruppano in aziende, come la Società Romana degli Omnibus che nasce dall'unione di quattro esercenti di trasporto; Francesco Marini costituisce l'Impresa Romana degli Omnibus che

IL TRASPORTO PUBBLICO ROMANO DI FINE OTTOCENTO; DAI PICCOLI IMPRENDITORI ALLA SRTO

nel 1871 stipula una convenzione con il Comune per nuove linee. Il 1 agosto del 1877 l'Impresa Tramways inaugura la prima tramvia a trazione animale che da

Piazza del Popolo giunge fino a Ponte Milvio. Due anni dopo la stessa società ottiene anche una seconda concessione per una tranvia a cavalli che va da Termini al Cimitero del Verano; praticamente questa linea, in funzione dal 1 novembre del 1879, diviene il proseguimento urbano della tranvia a vapore, inaugurata quattro mesi prima dalla TFE (detta la Belga), che dall'inizio di via Tiburtina, presso l'Arco di Santa Bibiana giunge fino a Tivoli Il tram a cavalli percorrerà poi anche la neonata via Nazionale. Nel 1880 Francesco Marini, acquista la Società Anonima degli Omnibus e forma la Società Romana Omnibus

(SRO); quest'ultima nel 1884, sotto il controllo e l'interessamento del Banco di Roma che vuole entrare nel campo del trasporto urbano, si fonde con l'Impresa dei Tramways e con l'Impresa dei Tramways di San Paolo di Marotti e Frontini. Nel 1885 viene perfezionato l'accordo e dopo la registrazione alla Camera di Commercio del 1 gennaio del 1886 cambia ancora denominazione in Società Romana Tramways e Omnibus (SRTO); i suoi colori sociali sono il bianco ed il rosso, gli stessi che distingueranno i suoi veicoli; sarà per decenni l'azienda principale e simbolo del trasporto cittadino. Per i cittadini romani e per il suo stornellatore ufficiale dell'epoca, "er sor Capanna", sarà semplicemente "la romana". La nuova società fissa la sede della Direzione in via Flaminia, presso lo stabilimento della ditta Marini, poco distante da Porta del Popolo, davanti a villa Strohl lungo la via Flaminia; negli Ordini di Servizio della SRTO del 1910 è denominato "Popolo". Successivamente diverrà il "Flaminio", un deposito storico che nel corso della sua vita aziendale con la società municipalizzata ospiterà i tram elettrici, sarà utilizzato come officina e deposito di gomme per autobus. Tutt'oggi è possibile visitare la struttura ma ora si chiama "Explora" ed è il "Museo dei bambini".

Oswaldo Zannoni





Altitudine 3 m s.l.m.
Abitanti 49.731 detti: anziani
Distanza da roma 52 km



LA PROVINCIA **ANZIO**

Anzio, piccola cittadina in provincia di Roma, dalla quale dista pochi chilometri, sorge su di un promontorio del litorale a Sud del Tevere. Apprezzata per le innumerevoli testimonianze del passato che conserva, è una delle più frequentate stazioni balneari dell'intera provincia. Fu fondata da genti Volse, e divenne un porto importante in epoca imperiale, infatti fu proprio ad Anzio che nacquero i due grandi imperatori romani Caligola e Nerone. Fino al X secolo della città non si sa più nulla. Dopo questo periodo, il porto diventerà molto famoso, tanto che vi sbarcherà anche Riccardo Cuor di Leone nel 1190, oltretutto se lo contenderanno pisani e genovesi.

Nel Medioevo purtroppo, per l'invasione dei Saraceni, la cittadina si spopolerà, per poi ritornare alle sue antiche origini nel XVII secolo, grazie ad Innocenzo XII che la rifornirà di un nuovo porto e di un castello, ubicati proprio vicino alla struttura della vecchia Antium. Fu proprio qui, con lo 'Sbarco di Anzio' che cominciò la fase della liberazione dell'Italia durante la Seconda

Guerra Mondiale. Durante questo periodo, la cittadina subì molti danni, ma venne ricostruita nel dopoguerra, diven-

tando una fantastica località turistica ed espandendosi notevolmente. Oggi Anzio oltre al centro storico offre al turista la sua costa che corre per dodici Km dalla villa di Nerone fino alla pineta di Lido dei pini. Le condizioni climatiche, gli alberghi, i camping, le ville sul mare, la rinomata e delicata cucina del pesce fresco, i parchi per trascorrere fresche serate, le pinete per passeggiare vivendo dei momenti indimenticabili di tranquillità con la natura, le discoteche, le escursioni alla riserva di Tor Caldara e alle Isole Pontine, la chiarezza e la bellezza delle acque e la vicinanza a Roma, fanno di Anzio il luogo ideale per trascorrere serenamente le proprie vacanze durante tutto l'anno. Da vedere assolutamente, ci sono i bellissimi reperti archeologici, come la Villa di Nerone, o la Biblioteca, con i suoi favolosi affreschi, da poco restaurati.

Bellissima è anche la visita alle Mura antiche, che vanno dalla strada fino alla spiaggia.

DA NON PERDERE

**Festa del Patrono, Sant'Antonio da Padova
fine giugno**

La festa del Patrono, Sant'Antonio da Padova, viene celebrata il 13 giugno ed è seguita da una manifestazione folcloristica di grande richiamo: i festeggiamenti popolari, infatti, hanno luogo durante il fine settimana più vicino a questa data e cominciano al tramonto del sabato, con una processione sul mare illuminata dalle torce dei fedeli; il mattino successivo vengono benedetti i pani tradizionali e nel pomeriggio si organizza una grande frittura di pesce in piazza; al calare delle tenebre ha luogo un fantasmagorico spettacolo di fuochi d'artificio sul mare.

NOTAIO a ROMA.com PER ...

Studio di Consulenze

www.NotaioaRoma.com

✓ DONAZIONE ✓ COMPRAVENDITA ✓ MUTUO ✓ DIVISIONE A SEGUITO DI SUCCESSIONE

LA RISPOSTA AI TUOI BISOGNI... DALLA TUA PARTE, SOPRA LE PARTI

Tutti i soci e familiari del DOPOLAVORO ATAC potranno usufruire GRATUITAMENTE del servizio "TUTELA IL TUO ACQUISTO" che consiste nell'accertamento delle credenziali del venditore dell'appartamento che si vuole acquistare.

**CHIAMA IL NUMERO 06.89.68.18.46 PER FISSARE IL TUO APPUNTAMENTO GRATUITO
info@notaioaroma.com - www.notaioaroma.com**

Dopo tanti anni alla guida della sezione subacquea, Stefano Marsella, per motivi personali, ha lasciato l'incarico di presidente della sezione. Il sottoscritto, in qualità di nuovo presidente della sezione sub, insieme a tutti i soci, intende ringraziare Stefano per tutto il lavoro fin qui svolto nell'esclusivo interesse e a favore di tutti i soci della sezione subacquea, a Lui va il merito di aver fatto crescere questa sezione sempre di più. Spero di essere capace di proseguire questo cammino che ha per obiettivo la crescita e la diffusione di questa disciplina sportivo-ricreativa. In tutte le rimesse tro-



verete affisso il programma immersioni 2014, come di consueto per ulteriori informazioni sia sul programma che sui singoli eventi in esso contenuti potete contattare il sottoscritto oppure il segretario della sezione Sig. Cimarelli Giancarlo, i numeri di telefono sono riportati nella locandina.

Come potrete vedere, nel programma 2014 sono state inserite alcune novità che vanno dalle immersioni notturne alla formula week-end. Per conoscersi e far conoscere iniziative della sezione subacquea, a breve, organizzerò delle visite presso tutte le rimesse, sarà una simpatica occasione per incontrarci e dare eventuali informazioni sul "mondo sommerso".
Buone bolle a tutti.

**Il presidente della sezione sub
Claudio Zughetti**

Sezione Tennis

ATTENZIONE ALLE VARIAZIONI TROPPO BRUSCHE

Vorrei dare una risposta alle sempre maggiori richieste di chiarimenti da parte di molti tennisti, suggerita, oramai, dalla mia più che trentennale esperienza in campo tennistico (come giocatore ex-agonista e come appassionato di materiali ed innovazioni tecnologiche).

Spesso si associa ogni piccolo fastidio del braccio (epicondilita-epitrocleite), della spalla e in maniera minore del polso, alla scarsa qualità dei materiali. Nulla di più sbagliato secondo me!!

Il problema risiede invece nel fatto che la "macchina umana" spesso non reagisce in maniera ottimale e con la stessa tempistica alla variazione delle sollecitazioni esterne. Spesso per i tennisti, le variazioni dei valori dei parametri dinamici del corpo 'corde-racchetta', possono portare piccoli o grandi fastidi; tutto dipende dall'entità della variazione! Questo non implica però l'uso di materiale di più scarsa qualità rispetto ai precedenti.

Per farvi capire il problema, personalmente anni fa, ho subito l'infiammazione del tunnel carpale per il solo fatto di aver comprato un nuovo mouse super tecnologico, di forma ergonomica, e molto più grande rispetto al precedente. Nulla di questo implica che il nuovo mouse sia di scarsa qualità, ma sicuramente il fenomeno osservato conferma che il segmen-

to mano-polso-braccio ha subito una variazione di sollecitazione troppo brusca rispetto a quella a cui era abituata da diversi anni. Pensate anche che ho avuto, e come me tanti altri tennisti, per due mesi l'epicondilita per il solo fatto di aver aumentato la tensione delle corde di 1.5 Kg, in vista della stagione estiva; cioè per una piccolissima se non minima variazione di sollecitazione. Attenzione quindi a fare cambiamenti bruschi nell'utilizzo delle attrezzature, se non si conoscono esattamente le caratteristiche dei nuovi strumenti.

A parte comunque questi piccoli chiarimenti, anticipo a tutti gli appassionati che oramai le moderne racchette, con l'evoluzione dei materiali, hanno acquistato, chi più chi meno, una elevata rigidità!! Come spiegheremo magari in altri articoli più specifici sull'argomento, sembrerebbe un controsenso, sono addirittura più rigidi gli attrezzi progettati per un livello principiante-medio (con PROFILO $\geq 24/25$ mm), rispetto a quelle riservate ad un uso prettamente agonistico (con PROFILO ≤ 22 mm). Con questo non si vuole assolutamente consigliare racchette agonistiche a tutti, perché per altri motivi queste ultime sono adatte solo a tipologie di giocatori in possesso di biomeccanica evoluta. A questo punto, per chi ha problemi di epicondilita, o comunque vuole prevenirla, è consigliabile evitare i monofili in poliestere o misto poliestere, corda rigida nata

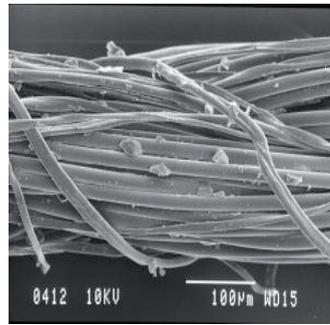
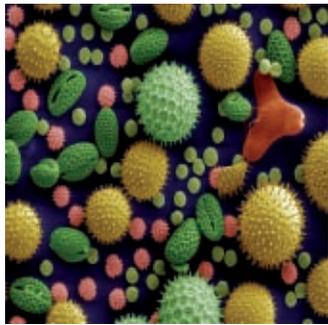
per i professionisti che richiedono elevato controllo, e adatta solo ad atleti allenati in grado di sopportare l'elevato stress subito. Sarebbe consigliabile l'insuperabile 'budello' per l'elevata elasticità; ma i costi e la delicatezza dell'intreccio naturale, sono attualmente causa di sostituzione con molti validi multifilamenti alternativi presenti sul mercato, che sicuramente i vostri negozianti di fiducia sapranno consigliare. Sarebbe opportuno anche associare alla corda tensioni medio-basse!! Alcune famose case costruttrici di racchette, adottano perfino elastomeri o microsferi di piombo per l'assorbimento delle vibrazioni nocive, a favore di chi sta curando o vuole prevenire l'infiammazione del gomito! Per ultimo una raccomandazione. Spesso seguire il proprio campione utilizzando la stessa racchetta agonistica, con parametri fisici come inerzia e peso elevati (scarsa maneggevolezza), uniti ad un piatto corde e quindi ad uno sweetspot piccolo, può voler dire arrecare sforzi e sollecitazioni dannose a tutto il segmento mano/polso/braccio/spalla; soprattutto nell'abilità tecnica di tipo chiuso come il servizio, riscontrando spesso dolori e infiammazioni!!!

gio.gabr@libero.it

per inviare i Vostri interrogativi.

**G.Gabriele
L.Mauriello**

La vista, tra i cinque sensi che possiede l'uomo, è quello più importante per conoscere il mondo che ci circonda. Per mezzo di tale senso, riusciamo a distinguere gli oggetti con la loro posizione, misura, figura e colore. Il processo fisiologico alla base della vista è molto complesso e gli organi che lo realizzano sono gli occhi: eccezionali e raffinatissimi strumenti dell'evoluzione del mondo vivente. L'occhio è sensibile alla radiazione elettromagnetica nel campo di lunghezze d'onda⁽¹⁾ comprese tra i 390 e i 760 nm⁽²⁾. La principale abilità visiva è l'acutezza visiva, o visus. In altri termini il potere risolutivo dell'occhio umano è dato dalla minima distanza tra due punti distinti al di sotto della quale essi sono percepiti come un unico punto; tale distanza minima è di circa 0,1 mm che corrispondono a 100 μm ⁽³⁾, a parità delle molte variabili fisiologiche. Il mondo che ci circonda, però, non è fatto solo di oggetti macroscopici, quali,

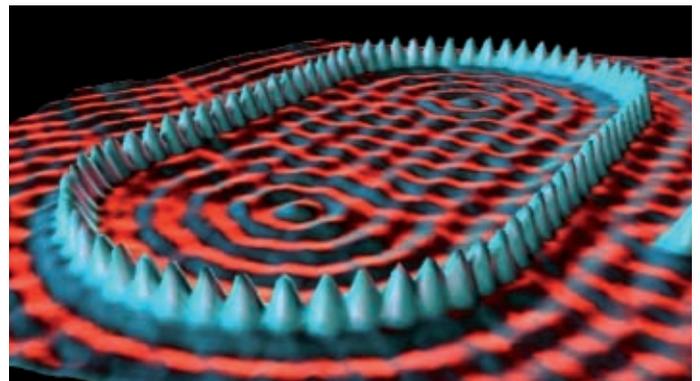
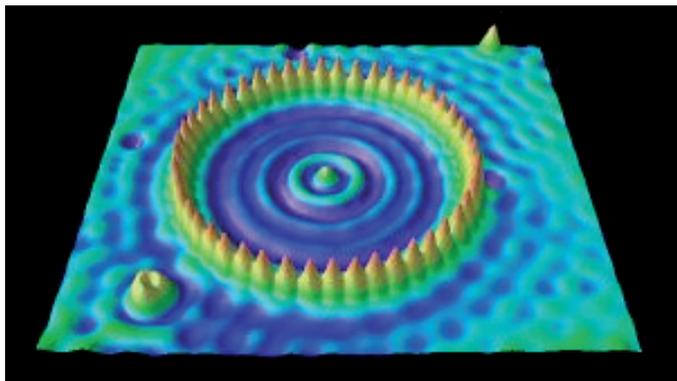


piante, animali, nuvole, montagne, ecc. ma anche di oggetti microscopici, che non riusciamo a vedere con gli occhi, neanche a distanze ravvicinate. Per superare questo limite dobbiamo avvalerci di strumenti che consentono di ottenere poteri risolutivi più grandi. Uno di questi strumenti è il microscopio ottico che ha un potere di risoluzione di 0,2 μm . La cosa importante da capire è che questo limite non è di natura tecnico-costruttiva, ma dipende essenzialmente dalla lunghezza d'onda della luce visibile. Per vedere un oggetto noi dobbiamo infatti "illuminarlo", inviargli cioè una radiazione luminosa, la quale deve essere riflessa dall'oggetto e quindi colpire il nostro occhio. D'altra parte un oggetto, investito da un'onda, la riflette solo se le sue dimensioni sono maggiori della lunghezza d'onda utilizzata per illuminarlo. Questo è il motivo per il quale il microscopio ottico non ci permette di vedere oggetti più piccoli della lunghezza



d'onda della luce visibile. Uno strumento più moderno che consente di superare questo limite della luce visibile è il microscopio elettronico. Questo strumento si basa essenzialmente sugli stessi principi di quello ottico, ma fornisce ingrandimenti maggiori, perché accelerando elettroni ad alta velocità⁽⁴⁾ si possono però ottenere lunghezze d'onda molto minori di quelle luminose e quindi, per quanto abbiamo detto prima, un potere risolutivo maggiore. Sono stati ideati e realizzati vari tipi di microscopio elettronico. Con il microscopio elettronico a trasmissione (TEM), che ricava l'immagine illuminando l'oggetto con un fascio di elettroni e rilevando gli elettroni secondari riflessi, il potere risolutivo è di 0,2 nm. Il microscopio elettronico a scansione (SEM), che invece fa attraversare un campione molto sottile da un fascio di elettroni, ha un potere risolutivo di 10 nm, quindi viene in superato dal TEM, ma riesce a fornire delle immagini tridimensionali. È affascinante osservare il segreto mondo microscopico illustrato nelle figure riportate (nell'ordine: grani di polline, un filo di cotone, un pelo, globuli rossi). Il microscopio a effetto tunnel⁽⁵⁾ (STM) è uno strumento in grado di rilevare superfici a livello atomico e manipolare gli atomi! Nel 1993 Eigler con Mike Crommie e Chris Lutz, due ricercatori IBM, realizzò un anello formato da 48 atomi di ferro (coni gialli- vedi figura) sopra una superficie di rame. Allo stesso modo si vede in un'altra figura un recinto quantistico fatto da atomi di cobalto (coni celesti) disposti a ellisse su una superficie di rame, con due ulteriori atomi di cobalto posti nei fuochi dell'ellisse. Questa possibilità di costruire circuiti di atomi rappresenta la frontiera attuale della atomtronica⁽⁶⁾ Chissà cosa ci direbbe oggi Democrito⁽⁷⁾ nel vedere gli atomi che per lui erano solo il frutto della sua ricerca filosofica.

ing. Roberto Grassi _ 2014_02



(1) Una generica onda è formata da dei punti di massimo, chiamati creste e dei punti di minimo chiamati avvallamenti, e la lunghezza d'onda è la distanza tra due creste successive; **(2)** nm=nanometro è pari a un miliardesimo di metro, in simboli matematici $10^{-9}\text{m}=0,000000001\text{ m}$; **(3)** μm =micrometro è pari a un milionesimo di metro, in simboli matematici $10^{-6}\text{m}=0,000001\text{ m}$; **(4)** Il fisico francese Louis De Broglie formulò l'ipotesi che la lunghezza d'onda associata a un elettrone è inversamente proporzionale alla velocità dell'elettrone, ipotesi poi confermata dagli esperimenti sulla diffrazione degli elettroni di Davisson, Germer e Thomson; **(5)** L'effetto tunnel fu utilizzato per la prima volta nel 1928 dal fisico ucraino George Gamow ed è un effetto previsto dalla meccanica quantistica grazie al quale una particella ha una probabilità diversa da zero di attraversare spontaneamente una barriera arbitrariamente alta, insuperabile secondo la meccanica classica; **(6)** Elettronica fondata sugli atomi, dove gli atomi hanno un ruolo analogo a quello degli elettroni nei circuiti elettronici; **(7)** È stato un filosofo greco antico, allievo di Leucippo, cofondatore dell'atomismo, pensiero ripreso non solo da altri pensatori greci, come Epicuro, ma anche da filosofi e poeti romani come Lucrezio.

Contratto
a tempo
determinato
acausale

Novità dopo il
Decreto Lavoro

I NUOVI CONTRATTI «ACAUSALI»

Il Ministero del Lavoro ha affrontato il tema dei nuovi contratti a termine. Il DL per il rilancio dell'occupazione, approvato dal Consiglio dei Ministri dello scorso 12 marzo, è ancora in attesa di pubblicazione sulla Gazzetta Ufficiale, ma il Ministero ha ritenuto utile iniziare a precisare il tenore delle sue previsioni. Ci si riferisce, nel particolare, al comunicato stampa del 14 marzo 2014, per cui si è cercato di dare alcune prime risposte ai numerosi dubbi interpretativi ed alle prime critiche sulla convenienza di tali novità, specie con riguardo alle misure in materia di contratto a tempo determinato.

In primo luogo vengono affrontate le disposizioni concernenti il contratto "acausale" (art. 1, comma 1-bis del DLgs. 368/2001) che si sostanzia in un contratto a tempo determinato stipulabile senza la necessaria specificazione delle motivazioni di carattere tecnico - organizzativo, che di norma ne devono giustificare l'esistenza.

Questa novità è stata introdotta allo scopo di aumentare il grado di flessibilità del nostro mercato del lavoro, operando allo stesso tempo un reale superamento del possibile con-

Il Commercialista **RISPONDE**

tenzioso datore/lavoratore (contenzioso spesso basato proprio sulla causa sottostante il contratto).

Con il DL approvato il 12 marzo si prevede, infatti, il superamento dei limiti precedenti: non solo viene estesa a 36 mesi la durata massima del contratto "acausale", ma, secondo quanto chiarito dal Ministero del Lavoro, nel rispetto di tale limite viene "sempre" data al datore di lavoro la possibilità di instaurare rapporti di lavoro a tempo determinato senza doverne specificare le ragioni giustificative.

E' utile ricordare che la disciplina attuale circoscrive la possibilità di tali contratti solo al primo rapporto di lavoro a termine o alle ipotesi individuate dalla contrattazione collettiva. Per gli stessi motivi si è proceduto alla modifica del regime della proroga: ad oggi la possibilità di prorogare un contratto a termine in corso di svolgimento è ammessa, ma per una durata massima del rapporto pari a 36 mesi ed al ricorrere di certe condizioni, per una sola volta.

Anche tale limite viene superato, in quanto la possibilità di proroga **"è sempre ammessa, fino ad un massimo di 8 volte nei trentasei mesi. Rimane, quale unica condizione per le proroghe, il fatto che si riferiscano alla stessa attività lavorativa per la quale il contratto è stato inizialmente stipulato"**.

Il Ministero precisa inoltre che il nuovo DL, pur introducendo un limite massimo di rapporti a termine per singola azienda (il 20% dell'organico complessivo), riconosce alla contrattazione collettiva la facoltà di modificare tale limite; da ultimo, le limitazioni quantitative anzidette sono di diritto escluse per i contratti a tempo determinato stipulati per esigenze di "sostituzioni" e/o "stagionalità".

Dott. Massimiliano Rosania

Centro Odontoiatrico CLOR

PATOLOGIA ORALE E COMPENSATIVA - ENDODONZIA - PROTESI
ESTETICA DELLA BOCCA - IMPLANTOLOGIA - CHIRURGIA ORALE - ORTODONZIA

Via Tuscolana, 741 - 00174 Roma Tel. 06/764320 cell. 327/0825874
PARCHEGGIO GRATUITO: Via Tuscolana 739bis
Metro Linea A fermata Numidio Quadrato o Lucio Sestio - Bus: 558

VISITA DI PREVENZIONE GRATUITA

Solo per le strutture convenzionate, visita gratuita
RX controllo e 1° seduta di pulizia denti

Il centro effettua per i soci del dopolavoro ATAC
uno sconto del 25% che può essere esteso anche ai familiari

Il centro è anche convenzionato con:

Dipendenti Presidenza del Consiglio dei Ministri - Dopolavoro Dipendenti Regione Lazio - Unicredit Circolo - Cral ACI - Cral Municipio X
Banca Fideuram - Vigili del Fuoco Roma



Deutsche Bank Easy
presenta

DELEGAZIONE DI PAGAMENTO

finanziamenti fino a 30.000 € rimborsabili anche in 120 mesi!

prestito personale riservato al
DOPOLAVORO ATAC

Ottenibile subito: erogazione in sole 24 ore dalla ricezione del benestare

TAN 5,80%* **TAEG 6,45%** da 24 a 60 mesi

TAN 6,20%* **TAEG 6,75%** da 61 a 120 mesi

- ▶ Addebito mensile della rata sullo stipendio
- ▶ Possibilità di stipulare contratto di assicurazione

Esempio di finanziamento

Rata da € 288,60 ***

€ 15.000 in 60 mesi

TAN 6,00%* **TAEG 6,45%** (riferiti all' esempio)

Importo richiesto	€ 15.000,00	Assicurazione facoltativa	€ 0
Importo totale del credito	€ 14.833,50	Spese Imposta di bollo**	€ 37,50
Costo totale del finanziamento	€ 2.482,50	Spese Istruttoria	€ 129,00
Interessi	€ 2.482,50	Spese incasso rata	€ 0
Importo totale dovuto	€ 17.316,00	Spese comunicazione periodica	€ 0

* Il tasso è da considerarsi fisso per tutta la durata del finanziamento

** Imposta di bollo pari a 16,00 € per durate fino a 18 mesi, 0,25% dell'importo finanziato come imposta sostitutiva per durate superiori a 18 mesi

*** Esempio calcolato con spese di istruttoria non finanziate

Chiedi subito una consulenza personalizzata e gratuita. ti aspettiamo!

Semplice e veloce proprio come desideri!

ROMA

Largo Tritone, 161

Via Benedetto Croce, 75

Tel. 06.6718.4336

Cell. 335.1930674 - Cell. 338.6576278

Deutsche Bank
Easy

