

Dopolavoro ATAC



la Circolare

Bimestrale - Anno XVIII N. 102 Dicembre 2014 - Gennaio 2015

Il Dopolavoro
Augura a tutti
Buone Feste

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, W. Conti, Sez. Sub, Sez. Sci, Sez. Tennis, Sez. Bocce, Sez. Ballo

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. 06.7022637/06.46955430 - fax 06.7022902
dopolavoroatac@fiscali.it

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

BILANCI

V. Passo della Sentinella, Fiumicino

eventi
viaggi
news
sezioni
provincia



SOMMARIO

3 Concorso Migliori Pagelle

3 Augurio del Presidente

4 Nozze d'Argento Crociera 2015

5 Nozze d'Argento Crociera 2015

6 Il Tram del Cuore

6 Donare il sangue

7 Finestra sul trasporto

8 Sezione Bocce

8 Sezione Calcio

9 Sezione Sub

10 Sezione Tennis

10 Sezione Sci - Sez. Ballo

13 Sambuci

14 Rubrica Cucina

14 Rubrica Scientifica

15 Il Commercialista

Felicitazioni

Il 10 ottobre 2014, per la gioia di mamma **Marta** e papà **Alberto**, è venuto al mondo il piccolo **Giordano Abrizi**. Ai neo genitori ed ai nonni, le più sincere felicitazioni da parte di tutti i colleghi del Dopolavoro. Al nuovo arrivato tantissimi auguri di una felice vita!

Gli amici della sezione delle Bocce e colleghi di Grottarossa fanno i migliori auguri a papà **Giorgio Mazzoni**, ed a mamma **Roberta**, per la nascita del piccolo **Giulio**, nato il 02 Novembre 2014 alle 00:32, lungo 51 cm per Kg 3.220 di peso. Evviva la nuova mascotte del Bowling!

I colleghi di Prenestina ed il gruppo sportivo delle Bocce, fanno le migliori auguri a papà **Giuseppe** ed a mamma **Anna**, per la nascita del piccolo **Alessandro**. Nato il 28 Luglio 2014 alle ore 19:00 e con il peso di 3,00Kg. Complimenti alla nuova mascotte del calcio balilla!

Con grande gioia, i colleghi di Collatina e il direttivo della sezione Bocce, fanno i migliori auguri al papà **Daniele Battistelli** ed alla mamma Immacolata per la nascita della piccola **Chiara**. La cicogna è arrivata il 31 Ottobre 2014, alle ore 12:10 e consegnando un fagottino di 3,269 kg. Evviva la nuova mascotte del Beach volley!

Felicitazioni al collega di Tor Pagnotta **Daniele Covino** ed alla mamma **Silvia** per la nascita della piccola **Alessia**, colombina del 31 Agosto 2014, alle ore 10:45, con il peso di 2,340 kg. Congratulazioni dai colleghi e dagli amici della sezione bocce del Dopolavoro.

Il 30 ottobre 2014, **Chantal Federici** ha brillantemente conseguito la laurea in "Economia e Management" presso l'Università di Tor Vergata. A lei giungano gli auguri dei genitori **Piero e Maria Grazia** e della sorella Miriana, per un promettente futuro.

Congratulazioni a **Reali Giuliano**! Il giorno 24 ottobre 2014, presso l'Università Luiss - **Guido Carli**, ha conseguito la laurea in "Economia e Management - Direzione delle Imprese" con votazione di 110 e lode. Con immensa soddisfazione e stima, il papà **Alessandro**, la mamma **Sonia** e il fratello **Valerio**, gli augurano un brillante futuro.

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 Silvio Turella

Podismo Alberto Pelliccia

Subacquea Claudio Zughetti

Teatro Claudio Maggiolini

Tennis Luigi Mauriello

Tiro Sportivo Marco Proietti

Vela Giuseppe Noia

UN AUGURIO DI SPERANZA



Andiamo a trascorrere le feste natalizie in un clima non certo dei migliori. I fatti che si susseguono ci spingono a perdere l'entusiasmo, anche in questi giorni di festa. Questa situazione si prolunga ormai da troppo tempo e pur avendo l'ottimismo e la volontà per superare ostacoli di diversa natura, l'evidenza della crisi ci attanaglia tutti, dandoci un senso di pessimismo che in tanti anni della mia vita non ho mai ravvisato. Noi comunque andiamo avanti per la nostra strada con il programma di sempre, convinti che anche questa volta ce la faremo. Nell'anno 2015 organizzeremo per festeggiare le nozze d'argento, una magnifica crociera. Vi comunico anche la notizia di un restyling fatto nell'albergo Conca d'Oro di Roccaraso, funzionale al servizio ristorante: frequentatelo, sarete soddisfatti ed orgogliosi di avere questa struttura quale nostra proprietà. Vi informo inoltre che nonostante le difficoltà si sta procedendo verso l'unificazione dei Dopolavori con la speranza che nel 2015 si risolva l'ormai annosa vicenda. Voglio esprimere un sincero ringraziamento a tutto il Consiglio di Amministrazione, ai Sindaci revisori dei conti e al personale che con fattiva collaborazione ha portato avanti in questo periodo il proprio lavoro. A voi soci del Dopolavoro, a nome di tutti noi, faccio i migliori auguri con la speranza di ritrovarci in un contesto più positivo di quello attuale.

Il Presidente Giancarlo Abrizi

319 PREMIATI
137 MASCHI
182 FEMMINE
112 ELEMENTARI
72 MEDIE
70 DIPLOMI
39 LAUREE BREVI
15 LAUREE CICLO UNICO
11 MAGISTRALI

La manifestazione delle migliori pagelle è da sempre la punta di diamante ed il fiore all'occhiello del Dopolavoro Atac che, grazie al gioco di squadra ed al lavoro dei propri dipendenti, da anni crea una grande aspettativa e partecipazione tra i soci. Quindi sicuramente non si esagera se si parla di un vero e proprio evento, dove si celebra la premiazione dei figli dei nostri soci e dei soci stessi, sempre più numerosi. Questo fatto non può che riempirci di orgoglio, poiché constatiamo che anno dopo anno aumentano i premiati nella categoria soci in servizio, per i quali il raggiungimento dell'obiettivo dello studio è ben più difficile. Quest'anno la manifestazione si è svolta il 30 Novembre, presso il Teatro Italia, come sempre gremito in ogni ordine di posti, grazie allo spettacolo presentato egregiamente da Matteo Montalto, che ha visto protagonisti "GLI EFFERVESCENTI NATURALI" e l'i-

CONCORSO MIGLIORI PAGELLE



nossidabile re del Bagaglino "MARTUFELLO". Ospiti d'onore l'Assessore alla Mobilità Guido Improta, per Atac il Presidente Ing. Roberto Grappelli, il Dir. Risorse umane e relazioni industriali Dott. Giuseppe De Paoli ed il Dir. alla Comunicazione Dott. Giuseppe Noia, che con i loro interventi hanno evidenziato le problematiche del TPL romano e le soluzioni messe in campo per il rilancio di ATAC e di tutta la città di Roma, per poi premiare direttamente i soci lavoratori complimentandosi con loro. Inoltre nei loro brevi interventi gli stessi hanno sottolineato il valore di

questa manifestazione, che rende onore non solo al Dopolavoro, ma anche alle Aziende che rappresentano. Infine un ringraziamento doveroso allo sponsor Deutsche Bank per aver messo a disposizione n° 6 carte pre pagate da 200 Euro, che sono state sorteggiate tra tutti i presenti. Alle Organizzazioni Sindacali sempre presenti e vicine a noi. Alla sezione cinefoto e al suo presidente Maurizio Baldazzi per aver immortalato l'evento. A tutti i partecipanti premiati e alle loro famiglie! Vi aspettiamo alla prossima manifestazione o magari al prossimo viaggio... seguitemi sempre sul nostro sito www.dopolavoroatac.it.

Maurizio Scalise



Una Crociera da Soc



Come sapete, è consuetudine del Dopolavoro, prevedere nel corso degli anni, un avvicendamento tra viaggi itineranti e Crociere che, normalmente, avviene ogni 4 anni. Per l'anno prossimo, le turbolenze politiche in molte aree geografiche ed i timori generati dai ben noti problemi sanitari connessi all'ebola, hanno indotto il Dopolavoro ad anticipare di un anno questo avvicendamento, prevedendo la nostra tradizionale iniziativa delle "Nozze d'Argento" in crociera a bordo della Costa Mediterranea.

Il nostro obiettivo è stato quello di coniugare la sicurezza con un itinerario che desti l'interesse dei nostri Iscritti e che, quindi, non risulti ripetitivo rispetto ad altre Crociere già effettuate.

Per questa ragione, l'itinerario prescelto è "**Adriatico e Isole nel Blu**" che, al di là di Dubrovnik che alcuni di voi hanno avuto occasione di visitare con altre crociere, le altre località sono per lo più delle novità.

Un itinerario meraviglioso e pressoché inedito, che si snoda dalle coste dell'Adriatico fino allo Ionio, con angoli di rara bellezza, suggestivi e affascinanti, con magnifiche città di mare ricche di storia e lussureggianti isole da sogno. Il fascino del Mediterraneo più autentico che ammalia per la sua unicità:

Spalato – ricca di storia e di antiche vestigia romane come il Palazzo di Diocleziano, la Porta Aurea e la cattedrale con il suo celebre campanile – simbolo della città.

Kotor - recentemente dichiarata Patrimonio Mondiale dell'Umanità dall'Unesco. La città circondata da una im-

nente cinta muraria si specchia nelle meravigliose Bocche di Cattaro che ricordano per la loro forma frastagliata i fiordi norvegesi offrendo meravigliosi paesaggi.

Corfù - isola da favola, ultima tappa di Ulisse prima del ritorno a Itaca, perla delle isole Ioniche che conserva il bellissimo Palazzo Achilleion che fu residenza della Principessa Sissi.

Cefalonia – isola romana, veneziana, bizantina e nello stesso tempo un patrimonio di bellissime spiagge famose in tutto il mondo.

Dubrovnik - l'antica Ragusa, con il suo centro storico di rara bellezza che le è valso il riconoscimento dall'Unesco di città Patrimonio Mondiale dell'Umanità.

Trieste - affascinante città mitteleuropea, ricca di angoli unici quali la Piazza Unità d'Italia, la piazza più estesa di Europa che si affaccia sul mare conosciuta anche come il "salotto della città"; il suggestivo Castello di Miramare, proteso sul mare, la Cattedrale di S. Giusto e tanto altro ancora. Trieste offre inoltre la possibilità di raggiungere facilmente **Venezia** l'altra meravigliosa perla dell'Adriatico. Non a caso, in questo scalo, Costa ha previsto una sosta più lunga con il pernottamento.

Inoltre il Dopolavoro ha inteso personalizzare, per i propri Soci, questa Crociera attraverso due importanti iniziative: Il viaggio a bordo di confortevoli **Pullman Gran Turismo Roma / Trieste / Roma** incluso nel prezzo. Una interessantissima ed esclusiva escursione, facoltativa, a **Medjugorje** con sbarco il 2° giorno a Spalato, pernottamento in Hotel a Medjugorje, e imbarco il 3° giorno a Kotor.



ogni!



IL 2015 SARÀ L'ANNO DELLA CROCIERA

QUOTE DI PARTECIPAZIONE A PERSONA IN CABINA DOPPIA

QUOTE PER I SOCI					
Interna Classic	Interna Premium	Esterna Classic s.v.	Esterna Premium	Balcone Classic	Balcone Premium
890,00	950,00	1125,00	1190,00	1390,00	1460,00
QUOTE PER GLI AGGREGATI					
Interna Classic	Interna Premium	Esterna Classic s.v.	Esterna Premium	Balcone Classic	Balcone Premium
900,00	960,00	1135,00	1200,00	1400,00	1470,00

QUOTE RIDOTTE: bambini 0/4 anni in 3°/4° letto 280; bambini 4/18 anni in 3°/4° letto 390; adulti in 3°/4° letto 660. Cabine singole e suite su richiesta.

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.

La quota comprende: viaggio in pullman G.T. Roma/Trieste/Roma; sistemazione nella cabina di categoria prescelta; trattamento di pensione completa, snack pomeridiani, sorprese gastronomiche; bevande ai pasti al rhabocco (acqua minerale, vino, bevande analcoliche); cocktail di benvenuto con il comandante; cocktail in sala riservata per cerimonia premiazione Nozze d'Argento; cena di gala; utilizzo di tutte le attrezzature della nave: piscine, vasche idromassaggio, lettini, palestra, discoteca, biblioteca; attività di animazione e intrattenimento; quote di servizio (mance); tasse portuali; assicurazione sanitaria, bagaglio e annullamento.

La quota non comprende: escursioni e tour organizzati (escursione facoltativa a Spalato/Medjugorje/Kotor € 145, comprende trasferimenti a/r pernottamento e cena in hotel 4 stelle - minimo 40 partecipanti - prenotabile insieme al viaggio); trattamenti estetici; eventuale adeguamento carburante; extra personali in genere; non espressamente indicato.

PAGAMENTI:

SOCI Acconto € 300,00 alla prenotazione, la rimanenza pagabile in 10 rate mensili.

SOCI PENSIONATI E AGGREGATI acconto € 400,00 all'atto della prenotazione, la rimanenza 30 giorni prima della partenza, pena l'annullamento della prenotazione e la perdita di quanto versato.

SOCIO CHE FESTEGGIA LE NOZZE D'ARGENTO l'intero importo all'atto della prenotazione.

DOCUMENTI:

ADULTI - Passaporto o Carta di identità (non rinnovata in ultima pagina).

RAGAZZI DI ETÀ INFERIORE AI 15 ANNI Passaporto proprio oppure Carta di identità (non rinnovata in ultima pagina) con attestato di paternità o con indicazione in ultima pagina dei nomi e cognomi dei genitori.

In considerazione della continua evoluzione delle norme legate ai documenti per l'espatrio si invitano i partecipanti a verificare con la Questura o altro ufficio di Polizia la validità del documento. (sito Polizia di Stato: www.poliziadistato.it)

PRENOTAZIONI

Si ricevono presso gli uffici del Dopolavoro 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 1965, 1990 o nel 2000.

PARTENZE

27 Giugno; 04 - 11 - 18 Luglio. Si può scegliere la data di partenza ma, se non si raggiunge minimo 40 partecipanti, il viaggio sarà annullato o accorpato ad altra data.

La sistemazione in pullman sarà assegnata secondo l'ordine di prenotazione.

DISDETTE/RINUNCE

in caso di disdetta o rinuncia al viaggio saranno applicate le penali richieste dall'agenzia in base alle normative previste dalla Costa Crociere per i gruppi.

CROCIERA ADRIATICO

e Isole nel Blu con Costa Mediterranea

• ROMA • SPALATO • KOTOR •
• CORFÙ • CEFALONIA • DUBROVNIK •
• TRIESTE • ROMA •

PARTENZE

27 Giugno 04-11-18 Luglio

1° giorno - ROMA/TRIESTE

ritrovo dei sigg. partecipanti in orario e luogo da stabilire, sistemazione in pullman e partenza per Trieste. Arrivo e imbarco con partenza alle ore 19:00

2° giorno - SPALATO (Croazia)

Arrivo 13.00 Partenza 19:00

3° giorno - KOTOR (Montenegro)

Arrivo 8.00 Partenza 13:00

4° giorno - CEFALONIA (Grecia)

Arrivo 9.00 Partenza 19:00

5° giorno - CORFÙ (Grecia)

Arrivo 7.00 Partenza 16:00

6° giorno - DUBROVNIK (Croazia)

Arrivo 7.00 Partenza 13:00

7° giorno - TRIESTE

Arrivo 9.00

8° giorno - TRIESTE

Sbarco - sistemazione il pullman e partenza per Roma



Il Tram del Cuore

Il 31 ottobre scorso, dopo una lunga ed attenta organizzazione, si è svolto l'evento "Il tram del cuore", un progetto che ha visto la collaborazione tra il Dopolavoro Atac, l'azienda Atac SpA e Ares Agenzia di Ricerca e di Educazione Sanitaria. Il tram del cuore, così chiamato, ha affrontato un piccolo ma significativo itinerario tra le strade della città con l'obiettivo di sensibilizzare i cittadini alla prevenzione delle patologie cardiovascolari, ed al primo intervento. Presso la sala mensa della sede Atac di Pretestina, si è tenuta la cerimonia di accoglienza ed il dibattito moderato dalla giornalista RAI Maria Concetta Mattei sul tema "Il ruolo del cittadino nella prevenzione cardiovascolare e nella lotta alla morte improvvisa".



Il Tram, con a bordo le autorità presenti ed testimonial dell'evento, l'attore Giorgio Marchesi, è poi partito alla volta del capolinea di via Palmiro Togliatti, effettuando una breve sosta al gazebo allestito presso il capolinea della linea 14, per dare dimostrazione di alcune simulazioni di primo soccorso.

A seguire una piccola sosta sui binari del parco del Celio, dove sono stati illustrati dettagli e aneddoti sulla medicina nella Roma Antica. Il tram ha concluso la sua corsa a Piramide dove la cittadinanza ha potuto ricevere informazioni utili sui temi della prevenzione e primo intervento.

Donare il sangue: un gesto di solidarietà

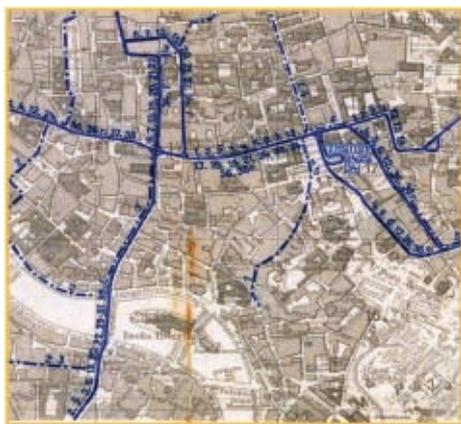
Il Gruppo Donatori di Sangue di Piglio organizza un incontro per la donazione e raccolta di sangue in favore dell'Ospedale Bambino Gesù di Roma: domenica 01 febbraio 2015, presso la sala Polivalente del Comune di Piglio (FR) - Via Umberto I° - dalle ore 08:00 alle ore 11:00 dove sarà presente l'equipe del centro trasfusionale dell'Ospedale Bambino Gesù.

Siamo tutti invitati a partecipare numerosi a questa nobile causa
Per informazioni Gianni Pizzale tel. 347/7276813 - Federici Piero tel. 328/7645006

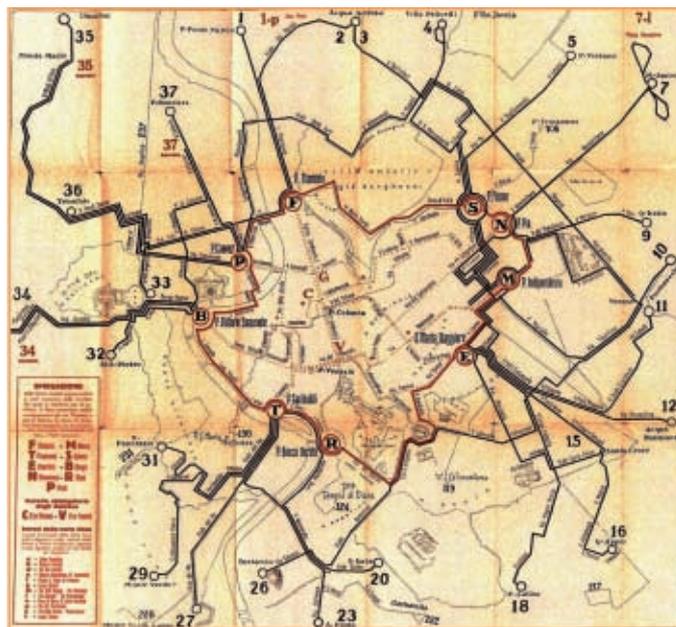
La Riforma del 1930: il trasporto in un biglietto

Ascolate cosa si dice di Roma: “Il sistema vascolare romano è del tutto insufficiente alle esigenze di una metropoli contemporanea! Basta considerare un po’ la forma dell’Urbe, la sua tormentata e tortuosa topografia, la movimentata altimetria, per rendersi conto delle difficoltà. Vie e piazze strette, collegamenti tortuosi e spezzati, direttive di traffico intasate o strozzate o troncate da sbarramenti di colli e zone di rispetto, archeologiche o parchi...”. Potrebbe essere una considerazione fatta oggi da un qualunque cittadino invece è quanto esterna il Segretario dell’Azienda delle Tranvie e Autobus del Governatorato di Roma,

nel 1929, nel presentare la riforma del trasporto pubblico del 1930. Ancora si legge in questa dichiarazione rilasciate alle pagine della rivista mensile del Touring Club Italiano “Le vie d’Italia”: “...come circolare nelle



strette del Babuino o del Plebiscito? Si pensi che nel 1928 passavano per questa via circa 24 linee con una media di 360 vetture all’ora, cioè una vettura ogni 10 secondi.” In effetti guardando questo ritaglio della mappa del trasporto del 1925 si nota un certo intasamento di linee nel centro della città! Tutte queste considerazioni portarono allora ad un generale rifacimento della mappa del trasporto pubblico urbano romano. La città viene divisa in tre zone: una centrale con servizio prevalente fatto dagli autobus, una esterna con servizio solo di “tramways” ed una ultraperiferica con linee esercite da tram ed autobus. La parte centrale è circoscritta da due linee circolari di tram che intersecano alcuni punti particolari della città, detti nodi, da dove partono linee radiali tramviarie verso l’esterno e linee autobus diametrali verso l’interno; sono la Circolare Destra CD e la Circolare Sinistra CS. Ci sono poi tre circolari



esterne, nucleo delle future circolari esterne, la F.33 da Piazzale Flaminio a Piazza San Pietro, la N.26 da Piazzale Porta Pia a Testaccio e la P.11 da Piazza Cavour a Piazzale Verano. Le linee periferiche tranviarie sono la 1p da Piazzale Ponte Milvio a Due Ponti e la 7 l che percorre il quartiere di Monte Sacro con capolinea a Piazza Sempione. La rete centrale autobus è costituita da otto linee diametrali, denominate con le iniziali dei nodi di partenza e di arrivo (per esempio la NB va da Porta Pia, Nomentano, a Ponte Vittorio Emanuele, Borgo, e da tre linee di penetrazione. I nodi, come si può vedere nella mappa del trasporto successiva, sono: F Flaminio, S Salaria, N Nomentano, M Macao (dal precedente nome del quartiere), E Esquilino, R Ripa, T Trastevere, B Borgo, P Prati. Con gli autobus vengono anche esercite le undici linee periferiche, la linea speciale per l’Aeroporto del Littorio e la linea radiale 106 da Piazza Fiume a Piazza Trastimeno.

Ma a questo punto vi chiederete: ma che c’entra il biglietto! Lo vedremo nella prossima puntata.

Oswaldo Zannoni



Finanziamenti & prestiti

Set Service

per dipendenti e famiglie

www.setservicefinanziamenti.com

setservice@virgilio.it

Via Appia Nuova, 470

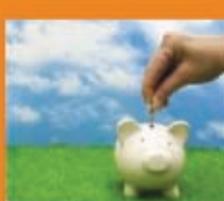
00181 Roma

Tel 06.78.79.54

fax 06.78.77.29

Numero Verde

800145211



CESSIONI DEL QUINTO

PRESTITO CON DELEGA

PRESTITI PERSONALI

MUTUI

Set Service è un servizio di consulenza finanziaria e di intermediazione finanziaria. Le attività di Set Service sono svolte in conformità con le disposizioni della legge n. 30 del 28/2/1998 e con le disposizioni della legge n. 108 del 28/2/2003. Set Service è un servizio di consulenza finanziaria e di intermediazione finanziaria. Le attività di Set Service sono svolte in conformità con le disposizioni della legge n. 30 del 28/2/1998 e con le disposizioni della legge n. 108 del 28/2/2003.

DALL' XI° EDIZIONE DI "GIOCHI DI STRADA" ALLA VI° EDIZIONE DELLA SERATA FAMILY BOWLING



Ebbene si, domenica 19 ottobre 2014, dalle 10.00 alle 17.00 presso Via dei Fori Imperiali, un'altra grande manifestazione interattiva di sport, gioco e cultura organizzata dall'ASD Torre Angela con il Patrocinio della Regione Lazio, del Comune di Roma e del nostro Dopolavoro Atac. Il programma dell'evento è rimasto quello di sempre, ovvero la possibilità per tutti i visitatori di cimentarsi interattivamente nei seguenti giochi e divertirsi con semplici gesti quotidiani insieme ai propri cari, menziono: tiro alla fune, corsa dei carrettini, lancio della ruzzola, lancio della forma di formaggio, calcio balilla, birilli, freccette, campana da tavolo, ciclotappo, bocce (nell'area curata dal nostro Dopolavoro Atac) corsa dei sacchi, scacchi con scacchiera umana, braccio di ferro, tamburello, salto della corda, palo della cuccagna, pignatta, scherma antica, Nizza o lippa, come i giochi di ruolo, trottola, cerchio, indoboard, tennistranier, rollerblade, pat-

tini acrobatico, monopattino e tamburello, biliardo, caccia tesoro; ancora con i giochi di ruolo, come; trottola, cerchio, corsa dei tappi, morra, mazza fionda, caccia al tesoro, piastrelle, trampoli, e altro. Quindi una nuova nostra vittoria all'insegna e al richiamo di quei valori di solidarietà e convivenza sportiva, nonché del bene socio comune. Solo per dirne una, i bimbi dicevano: "papà - nonno- ziaaaa, voglio giocare anch'io con altri bimbi, daiiii!! è più divertente della play station!". A seguire, dopo qualche mesata, precisamente il 10 ottobre eravamo in family Bowling. Qui, allo stesso modo, i nostri bambini, oltre alla gara del taglio della pizza, hanno nuovamente rallegrato la serata dietro la maestosa organizzazione dei propri cari, e dei nostri amici di gruppo sportivo Bowling. Sempre tra risate, chiacchiere, fotografie e divertimento anche tra le corsie baby bowling, abbiamo nuovamente condiviso il senso del piacere di stare insieme anche scambiandoci piccoli gadget e premi per tutti, donne e



bambini. Ricordiamo il prosciutto Collatina, impastatrice a Collatina, fono e kit da viaggio Portonaccio. Alle Donne bei quadri in 3/D per la rimessa Montesacro, Portonaccio e Tor Vergata, infine ai fanciullotti, 1° orologio per Montesacro, 2° sveglia per Grottarossa, 3° orologio da polso per il Centro Controllo, e tanti giochi di intrattenimento.

Vi aspettiamo più belli che mai, alla prossima manifestazione. Dimenticavo... un grazie al coordinamento della sezione!

Il Presidente della Sezione
Raffaele Boccia

SEZIONE CALCIO



54 volte il fischio di inizio!

Siamo all'apertura di un nuovo Torneo aziendale di Calcio, che quest'anno vede in lizza le rimesse di: Acilia, Collatina, Portonaccio, Magliana, Monte Sacro, Tor Pagnotta, Tor Vergata, Grottarossa. La competizione si aprirà con la 5^a Coppa Dopolavoro ATAC, con partite ad eliminazione diretta, per

un totale di 3 giornate, dal 24 novembre al 15 dicembre. Il 12 gennaio 2015 inizierà il Torneo, con partite di andata e ritorno, che si concluderà con la finale il 18 maggio 2015.

Augurando i migliori successi a tutte le compagini partecipanti, auspichiamo, come sempre, che il comportamento dentro e fuori del campo rispecchi i canoni di correttezza sportiva e sociale, ricordando che il nostro Torneo è un momento di incontro e divertimento tra colleghi.

Walter Conti



...SEMPRE SOTTO PRESSIONE!

L'anno sta per concludersi e colgo l'occasione per tirare un bilancio sull'attività della sezione. A Febbraio è stato redatto un programma di immersioni sulla falsa riga di quelli degli anni precedenti, proprio per dare continuità al "modus operandi" della sezione sub che, purtroppo, ha registrato una scarsissima partecipazione da parte degli iscritti. Di rilievo è stata l'iniziativa "SONO COME UN PESCE" che ha avuto un successo, devo dire, inaspettato, reso possibile grazie al C.d.A. del Dopolavoro che ci ha dato la possibilità dell'uso della piscina dello stabilimento di Ostia per tutta la durata degli eventi, al Direttore dello stabilimen-

to Walter e all'assistente bagnanti Andrea, e alla partecipazione della scuola sub "DOLPHINS OSTIA SUB" che ha messo a disposizione, gratuitamente tutta l'attrezzatura, ed infine agli istruttori e al personale altamente qualificato che ha accompagnato in immersione tutti ragazzi che hanno partecipato. Alcuni dati, significativi, vanno detti: nelle due giornate dedicate all'evento, il 22 Giugno ed il 18 Luglio, hanno partecipato rispettivamente dodici e diciotto ragazzi, senza contare la partecipazione di persone adulte che per la prima volta hanno respiratosott'acqua. Altro evento da ricordare è il WE a Giannutri organizzato il 28 e 29 Giugno. Questa nuova formula, due full day e un pernottato, ha riscosso un discreto successo e non escludia-

mo che l'evento possa essere ripetuto nel programma del 2015. Anche il tuffo, infrasettimanale, alle secche di Tor Paterno ha riscosso interesse tra i sub della sezione: il mare calmo, l'incontro di numerosi pesci ecrostacei, sommati a una visibilità spettacolare, hanno contribuito a rendere entusiasmante l'immersione. Degno di nota è l'inserimento, in qualità di consigliere, di Fabio Fasoli della Rimessa di Grottarossa, al quale il sottoscritto e il consigliere Giancarlo Cimarelli formulano i migliori auguri di buon lavoro. Per chiudere degnamente l'anno è stata organizzata una "pizzata no stop" e con l'occasione a tutti i soci della sezione sub verrà distribuito un simpatico gadget. Unitamente ai consiglieri della sezione sub, auguro a tutti i soci, simpatizzanti e famiglie, un Buon Natale e Felice Anno Nuovo. Buone bolle a tutti!

*Il presidente della sezione sub
Claudio Zughetti*

ASSICURAZIONI

Studio SCAMPORLINO & Co.



Lo Studio di Intermediazione Assicurativa **SCAMPORLINO & Co.** ricerca per Te **POLIZZE ASSICURATIVE VANTAGGIOSE ED ECONOMICHE** attraverso primarie Compagnie tradizionali e/o Telefoniche (vedi sopra elenco parziale).

TRATTENUTA IN BUSTA PAGA

Avrai inoltre a disposizione un interlocutore diretto per avere gratuitamente la necessaria assistenza Tecnica, Legale, Medico-legale in caso di incidente stradale nel risarcimento dei danni sia materiali che fisici.

Vieni a trovarci oppure contattaci per un preventivo al seguente indirizzo:

Sede: Viale Tito Labieno 100 - 00174 Roma (Metro Subaugusta) nei seguenti giorni:
dal Lunedì al Venerdì 09:30/13:30 - Martedì e Giovedì dalle 15:00/18:00
Tel./Fax 06.94534122 - Mail: sandroscamporlino@hotmail.com

L'ANGOLO DEL TECNICO

ANCORA SULLE CAUSE DEI DOLORI AL GOMITO

L. Mauriello - G. Gabriele

Abbiamo individuato, nel precedente articolo, come causa ai problemi dell'epicondilitis/epitrocleeite e di ogni piccolo fastidio del segmento braccio-spalla-polso, le brusche variazioni nell'utilizzo dei materiali, l'aumento del livello di stress e l'utilizzo di materiali non idonei al proprio livello di gioco e di preparazione. Rispetto a quest'ultima concausa vorremmo aggiungere il parere di alcuni esperti. Come precisato la volta scorsa, spesso si vuole seguire il proprio campione utilizzando la stessa racchetta agonistica, con inerzia e peso elevati (scarsa maneggevolezza). Questo porta inevitabilmente, al giocatore non adeguatamente preparato fisicamente e con gesti tecnici poco evoluti, ad importanti difetti nell'esecuzione dei colpi! Proprio dovuti alla difficoltà di maneggiare attrezzi troppo "impegnativi"! Il risultato è l'insorgere di dolori localizzati di origine tecnica.

Paul Roetert e Todd Ellenbecker della United Tennis Association, nel loro libro 'Complete Conditioning for tennis', associano più in dettaglio il problema dell'epicondilitis a difetti di esecuzione del rovescio; mentre sarebbero i problemi legati al diritto ed al servizio le cause di insorgenza dell'epitrocleeite (parte interna del gomito).

Paul Roeters e Mark Kovacs, nella pubblicazione 'tennis anatomy', ribadiscono che il dolore dovuto all'epicondilitis dipende da errori tecnici nell'esecuzione del rovescio, qualora ci fosse un ritardo cronico nel contatto con la pallina, rispetto al punto ideale d'impatto. Gli stessi autori affermano che anche alcuni giocatori di buon livello tecnico possono soffrire di epitrocleeite a causa delle violente pronazioni del polso, che si generano nel servizio e nel diritto.

Nel prossimo articolo vi indicheremo alcuni semplici esercizi, sia per prevenire la fastidiosa tendinite, sia per effettuare il riscaldamento dei muscoli che controllano polso e avambraccio prima di entrare in campo.

Di seguito riportiamo la risposta data ad un nostro caro lettore.

gio.gabr@libero.it per inviare i Vostri interrogativi.

Caro Gabriele

Sono un collega A.A.

Ti chiedo gentilmente alcuni consigli, ho letto con attenzione quello che hai pubblicato sulla rivista del Dopolavoro Atac sul Tennis, io gioco a tennis livello medio-alto ma è da un paio di mesi che soffro di EPITROCLEEITE il tipico dolore dei tennisti. Io ho sempre giocato a tennis con una BABOLAT PURE DRIVE accordata a 23-22 kg corde monofilamento marca Hyperium, ma da circa tre mesi i miei maestri di tennis mi hanno consigliato una racchetta che ci ho giocato per un periodo esattamente una PRINCE REBEL 98 piatto corde 98 peso 300 g profilo 21 ma non so se è una coincidenza ma da quando ho giocato con questa racchetta mi è comparso dopo un pò il dolore al gomito (epitrocleeite) così mi è stato diagnosticato da un ortopedico tieni presente che questa racchetta è accordata con corde monofilamento 25 kg marca prince tour. Adesso è da circa 20 giorni che sono tornato a giocare con la mia BABOLAT PURE DRIVE piatto 100 peso 300g profilo 26 e accordata a 23/22 kg monofilamento e sto giocando con un bracciale proprio per il dolore al gomito del Dott. Gibuot. Sembra che il dolore va un pò meglio. Ti chiedo un consiglio ma questo dolore è da attribuire solo alla racchetta o allo sforzo che ho avuto incrementando il gioco 3 volte a settimana e qualche torneo amatoriale una volta al mese? I miei maestri non me la vogliono dare vinta e insistono a dire che non è la Prince Rebel che mi ha fatto venire il dolore al gomito ma è l'attività più frequente e anche un pò l'età (45 anni), io mi trovo un pò in confusione e ti chiedo questo consiglio.

Grazie Un caro saluto A.

Gentile lettore e collega, grazie per l'interrogativo che ci hai inviato e per l'attenzione che rivolgi all'**Angolo del tecnico** della Sezione Tennis. Purtroppo il tuo fastidio è abbastanza frequente nel mondo del tennis. L'epitrocleeite o "gomito del golfista" è l'infiammazione dei tendini dei muscoli flessori delle dita, e provoca dolore nella parte interna del gomito, a differenza dell'epicondilitis omerale esterna (classica) che è una forma di tendinite che colpisce la zona di inserzione dei muscoli che agiscono sui movimenti del polso e dell'avambraccio. E' un infortunio da stress ripetuto del gruppo di muscoli del grande estensore nell'avambraccio. Con l'uso eccessivo, piccoli micro-strappi si sviluppano nel tendine del muscolo. Quando i micro-strappi guariscono, succede che la cicatrizzazione porti a una diminuzione di flusso sanguigno e a tessuto irrigidito. Facciamo ora un'analisi tecnica sulla base dei dettagli che ci riferisci. Dall'esame delle racchette si vede che tutte e due hanno stesso peso e bilanciamento al cuore (32cm), quindi hanno la stessa maneggevolezza, cioè la stessa inerzia; da questo punto di vista le sollecitazioni che provocano sono uguali (la prince è lunga 1 mm in più ma la differenza è abbastanza ininfluente). C'è da tenere in conto però, che il piatto corde più piccolo della stessa prince con un pattern 16x20, contro i 16x19 della babolat, rendono il piatto corde della prima un poco più rigido, con inevitabile perdita di potenza;

il tutto amplificato anche dal fatto che la prince ha il profilo notevolmente più fino rispetto alla babolat. Questo implica che, in tutto il periodo di utilizzo della prince, la sollecitazione è stata maggiore, per il solo fatto che sicuramente è stato necessario 'spingere' di più per avere le stesse prestazioni rispetto al secondo attrezzo. Anche l'analisi della corda è importante, nel tuo caso soprattutto il calibro, dato che sono comunque due monofilamenti. Considera che la corda prince ss tour 17 è un poliestere puro di calibro 1,25 (unica versione), sicuramente più rigida rispetto alla sorella hyperion in co-poliestere, e classificata tra le più potenti del mercato, disponibile per di più anche in versione più fina (1,24 e 1,18). Tutto questo potrebbe aver peggiorato ulteriormente l'utilizzo della prince, sperando che nel cambiamento non ci sia stata anche la variazione del manico. E' da tenere conto che i manici più piccoli rispetto alla giusta misura, obbligano a stringere troppo la racchetta, sollecitando in maniera elevata i muscoli dell'avambraccio! Il contrario è meno incisivo. Tutto questo, unito sicuramente all'aumento della sollecitazione collegato al maggior allenamento, potrebbe essere stata una significativa variazione causa del problema. In allegato troverai dei validi esercizi per prevenire il fastidioso dolore. Sperando che l'angolo del tecnico sia stato di valuto aiuto, inviamo un cordiale saluto.

I tecnici



SEZIONE SCI

Eccoci qui! L'anno 2014 sta finendo ed è il momento per fare un bilancio sulla stagione passata

Che dire! Il 2014 è stato, nonostante le difficoltà derivanti della ormai famosa e interminabile "crisi del paese", sotto il profilo organizzativo molto intenso ma altrettanto avvincente per la partecipazione di tutti Voi: Soci, Familiari e amici. Abbiamo iniziato con il XXII Campionato Nazionale Ancam a S. Martino di Castrozza, che ci ha visto per la 12° volta campioni d'Italia degli Autoferrotramvieri. Manifestazione che a malincuore per l'anno 2015 non avrà seguito per le difficoltà di carattere economico e organizzativo incontrate da altri CRAL e l'organigramma sta lavorando affinché

questo meeting possa avere proseguimento.

L'inverno 2014 sarà ricordato per l'assenza di neve e nessuno avrebbe scommesso che la prima settimana di marzo un'abbondante nevicata avrebbe ricoperto Roccaraso rendendolo tanto caratteristico, e facendo felice il gruppo della Sezione che pernottava presso l'hotel Conca D'Oro. Cinque giorni tra sciate su neve fresca, escursioni con le ciaspole e la sera tornei, karaoke e balli in maschera. Anche la gita di Perugia ha avuto tanto successo, la richiesta è stata superiore al numero dei posti stabiliti e a tal proposito, il Direttivo sta lavorando affinché la prossima possa

accogliere un numero maggiore di partecipanti. Per il 2015 vista la cancellazione dei campionati Ancam, nel nostro programma è stata inserita una settimana dal 25/01 al 01/02/2015 a Pozza di Fassa presso l'hotel Alaska e inoltre, daremo seguito alla forte richiesta dei Soci di riorganizzare i cinque giorni presso il nostro hotel Conca D'Oro. A gli interessati a prenderne parte chiediamo di contattare i consiglieri della Sezione. Infine si approfitta dell'opportunità che ci è data dalla "Circolare" per rivolgerci a tutti ed augurare un Buon Natale e un 2015 pieno di Salute e Serenità.

Claudio Guattieri

SEZIONE BALLO

Dopo un lungo periodo di inattività si è rimessa in moto la macchina della sezione ballo: la sera del 09 novembre scorso, grazie all'impegno del nuovo direttivo, insediato da poco, siamo riusciti a catalizzare un bel gruppo di soci e non, presso i locali "Laghi del Salice" zona Boccea. La serata allietata da musica dal vivo è stata molto gradita e ci ha visti scatenati nelle discipline standard, latini americani e vari balli di gruppo, il tutto condito da un ricco buffet. Questo è solo l'inizio di una serie di eventi, quindi seguitemi tramite il sito del Dopolavoro o contattateci direttamente per saperne di più, vogliamo crescere per voi ed insieme a voi...

**Il presidente della sezione
Alfredo Volpe**



SERATA DANZANTE

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%

Spese incluse nell'importo totale dovuto: imposta di bollo 16,00 euro, spese di istruttoria pari a 130,00 euro. Offerta valida fino al 31/12/2014

Importo del credito	Importo totale dovuto	Interessi	Numero Rate	Importo Rate	TAN	TAEG
20.000,00€	27.736,80€	7.606,80€	120	231,14€	fisso 6,75%	7,14%

Spese incluse nell'importo totale dovuto: imposta di bollo 16,00 euro, spese di istruttoria pari a 130,00 euro. Offerta valida fino al 31/12/2014



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 e Venerdì dalle ore 9,00 alle ore 12,30



ProFamily 
Il Credito Genuino

Gruppo Banca Popolare di Milano



Altitudine 434 m s.l.m.

Abitanti 966 detti: sambuciani

Distanza da roma 47 km



LA PROVINCIA SAMBUCCI

L'origine di Sambuci è legata, all'affermarsi dell'ordine Benedettino nel Lazio in particolare alla storia dell'abbazia Sublacense. La prima notizia documentata di un insediamento nella zona in cui oggi sorge Sambuci è il General Privilegio con cui il Papa Nicolò I confermava all'abate Leone di Subiaco tutti i beni del monastero e tra questi anche "Sambucicum ecclesia sancti thomae.in desertis posita". Tra il XII e XIII sec. la valle dell'Aniene venne segnata dalle incursioni dei Tiburtini, Campani, e dalle truppe di Federico Barbarossa (1174 distruzione di Agosta, Canterano e Rocca di Mezzo) e di Corrado di Antiochia (fine del XIII sec.) impegnato nelle guerre contro lo stato Pontificio. E' probabile che per scopi difensivi gli antichi edifici di Sambuci assunsero l'aspetto di un nucleo fortificato, inseguito a una di queste incursioni, il casale-fortezza e il feudo passarono sotto la dominazione della casa di Antiochia. A testimonianza di ciò rimangono una lapide, conservata nell'atrio del castello che fa menzione

della sepoltura di alcuni esponenti della famiglia e un documento degli archivi Vaticani dal quale si apprende che nel 1466 i castelli di Sambuci e Saracinesco passarono ancora in eredità rispettivamente a Giovan Francesco e Mattia, figli del nobile Pietruccio di Antiochia. Nel corso degli anni, mentre il feudo passava di mano in mano, il paese si ampliava e la popolazione continuava a vivere di agricoltura e pastorizia, appena sufficienti a coprire il suo fabbisogno e a pagare quanto dovuto ai signori di turno. Tra il primo e il secondo conflitto iniziò così il fenomeno dell'emigrazione che vide molte famiglie trasferirsi a Roma in cerca di occupazioni più sicure e case più confortevoli, per fare ritorno in paese solo d'estate. Tra il 1943 e il 1944 Sambuci subì l'occupazione delle truppe Tedesche che si stanziarono nel castello, nascondendo nel parco i carri armati provenienti dal fronte di Montecassino. Nel dopo guerra Sambuci si avviò lentamente verso una moderna vita comunale, l'emigrazione rallentò per cedere il posto al pendolarismo. Negli anni 60 le proprietà dei Theodoli

furono vendute da Nicolò a una società immobiliare per essere riacquistate dall'amministrazione comunale solo trenta anni dopo nel 1991.

La Fonte

Salendo per via Alberto Theodoli, passando davanti agli edifici comunali e al monumento ai caduti, si giunge alla fonte, restaurata da pochi anni che risale al XVII sec. la duplice funzione di elemento d'arredo e di luogo di approvvigionamento è chiaramente riscontrabile nell'impianto architettonico tripartito: al centro l'elegante corpo a due vasche circolari unite dal motivo naturalistico della finta roccia con muschi e felci selvatiche, e ai lati due semplici vasconi rettangolari con cannello per bere, anticamente anche abbeveratoi per animali. L'acqua potabile della fonte è quella della sorgente detta delle "Vigne". La fonte, come si è detto, era anticamente il mezzo di approvvigionamento primario dal quale dipendeva tutto il paese, che era delimitato da due archi che sorreggevano due antichi portoni che servivano per proteggere gli abitanti dai briganti.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Per la cioccolata in tazza

80 cl di latte intero fresco
75 g di cacao amaro in polvere
100 g di zucchero semolato
8 g di amido di mais
1 g di cannella in polvere
0,5 g di peperoncino secco in polvere

Per la finitura

200 g di cioccolato fondente
250 g di panna fresca
1 g pepe nero macinato al momento
10 g di zucchero semolato

Per il gelato alla vaniglia

28 cl di latte intero fresco
80 g di panna fresca - 50 g di tuorli
95 g di zucchero semolato
un baccello di vaniglia - ghiaccio

Per il croccante

100 g di zucchero semolato
80 g nocciole in granella grossolana

RUBRICA CUCINA ALESSANDRO CIRCIELLO

CIOCCOLATO IN TAZZA CON SORPRESA

PREPARARE IL GELATO

ALLA VANIGLIA incidere il baccello di vaniglia nel senso della lunghezza, asportare la polpa e disperderla nello zucchero semolato; bollire il latte con la panna e la parte esterna del baccello, unire i tuorli miscelati allo zucchero, portare tutta la massa a 85° e versare in una bacinella. Raffreddare il più velocemente possibile, immergendo la bacinella che contiene la base per il gelato in una più grande con del ghiaccio e acqua. Mantecare la base; ottenuto il gelato, formare delle palline con lo spallinatore e conservare in congelatore.

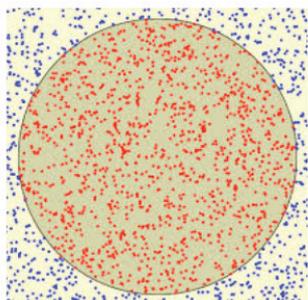
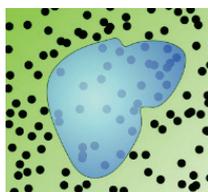
PER IL CROCCANTE, cuocere lo zucchero con 2,5 cl di acqua fino a che non raggiunge un colore caramello bruno; togliere dal fuoco, unire le nocciole e caramellare i cucchiaini che verranno utilizzati per il servizio della cioccolata.



PER LA CIOCCOLATA

miscelare il cacao con lo zucchero semolato, l'amido di mais, la cannella in polvere e il peperoncino; scaldare il latte a 50°, con una parte stemperare le polveri miscelate in precedenza, unire il tutto nella pentola e portare a ebollizione. Cuocere per 3 minuti continuando a mescolare, togliere dal fuoco, coprire con la pellicola e mantenere al caldo. Montare la panna, mantenendola semiliquida, con il pepe e lo zucchero e conservare in frigorifero. Glassare le palline di gelato con il cioccolato fuso a bagnomaria a 35° e adagiarle velocemente sul fondo della tazzina dove verrà servita la cioccolata, prima che il cioccolato si rapprenda totalmente e rende la consistenza delissimo.

Vuoi diventare matematico?



Impara a tirare sassi, freccette, numeri della tombola o a guardare il tuo pollice

Il lettore intento a leggere queste righe, probabilmente, apparterrà alla classe di persone che si ritengono digiune di matematica e incapaci di eseguire calcoli. Poco male, la matematica non serve e si può vivere senza di essa. siamo sicuri? Proviamo a scoprirlo. Supponiamo di trovarci in montagna a fare un'escursione e dopo aver camminato per alcune ore decidiamo di tornare indietro. Proprio in quel momento incontriamo una persona che ci dice che nella direzione opposta a quella del sentiero che ci riporta a casa, proprio di fronte a noi, c'è un posto con una veduta mozzafiato della vallata. La cosa naturalmente ci attira e chiediamo subito a questa persona quanto dista questo posto, per decidere se possiamo raggiungerlo. Purtroppo la persona incontrata non ci sa dare questa informazione, ci sa solo indicare che tale posto è vicino a un grande casolare, con un fienile accanto, che si vede in lontananza. Cosa facciamo? Raggiungiamo il posto indicato o torniamo indietro? A questo punto ci viene incontro per risolvere il dilemma la matematica! Come? Semplicissimo, stendiamo il braccio con il pollice alzato davanti agli occhi e guardiamo il casolare e supponiamo che il pollice copra interamente il casolare con il fienile e il piazzale tra essi. A questo punto basta stimare quanto è la distanza dal casolare al fienile, supponiamo 80m (15m il casale, 30 il fienile e 35m)⁽¹⁾. Bene, per ottenere la distanza in linea d'aria tra noi e il casolare, basta moltiplicare per 25⁽²⁾ la distanza coperta dal pollice, ovvero gli 80m. Otteniamo dunque $80 \times 25 = 2000\text{m} = 2\text{km}$ e sapendo che una persona che cammina passeggiando percorre 4 km/h, troviamo

che per raggiungere il casolare e tornare indietro impiegheremo non meno di un'ora. Quindi fermandoci ad ammirare il panorama mezz'ora, in totale ci servirà un tempo di circa un'ora e mezza. Questo metodo è applicabile per distanze fino a circa 3 km, oltre si stende sempre il braccio con il pollice alzato davanti agli occhi, traguardando, questa volta, 2 punti a distanza nota, prima con l'occhio destro, poi con il sinistro sempre tenendo immobile la mano e la distanza, tra noi e i punti traguardati, si ottiene moltiplicando la distanza nota per 9(3). Supponiamo, ora, che un annuncio sul giornale riporti un potenziale affare legato ad una vendita di un appezzamento piano di terreno, di forma quadrata, con al centro un laghetto di forma irregolare. Contattiamo il venditore, il quale ci porta sul posto per mostrarci la bellezza del luogo e convincerci della convenienza economica dell'affare, soprattutto legata al fatto che nel lotto di terreno di 10.000mq (quadrato di 100m di lato), si trova un laghetto con superficie di circa 4.000mq. Come facciamo ad essere sicuri che il lago ha la superficie dichiarata dal venditore? Il metodo per stimare la superficie del laghetto può essere questo. Prendiamo una bella scorta di sassi, non troppo grandi, e diciamo al venditore di accompagnarci lungo il perimetro del lotto, bendati, consentendoci di lanciare via via i sassi all'interno del lotto medesimo. Il venditore ci asseconda, e dopo aver lanciato casualmente i sassi in tutte le direzioni all'interno del lotto di terreno, gli chiediamo di raccogliere tutti i sassi che non sono caduti nel laghetto. Bene, che ci crediate o no, (ma potete sperimentare) per avere una stima della superficie del laghetto basta moltiplicare la superficie del lotto per il rapporto tra il numero di sassi

caduti nel laghetto e il numero totale di sassi. Supponiamo di aver lanciato in totale 100 sassi e di averne raccolti sul terreno 61, quindi nel laghetto ne sono cascati 39 e la superficie del laghetto è di circa $(39/100) \times 10.000 = 3900\text{mq}$. Consideriamo un ultimo esempio apparentemente molto più difficile. Proponiamoci di calcolare il valore di uno dei più famosi numeri della matematica: il pi greco, indicato con la lettera greca π ⁽⁴⁾. Prendiamo un pannello quadrato su cui è inscritto un cerchio e poi divertiamoci a lanciare verso di esso, sempre bendati, affinché il tiro sia il più possibile casuale, una serie di freccette e contiamo le freccette cadute nel cerchio.

Anche qui per avere una stima di π basta moltiplicare per 4 il rapporto tra il numero di freccette cadute nel cerchio e il numero totale di freccette. Se questo metodo è troppo impegnativo, si possono usare i numeri di una tombola e un foglio a quadretti con 90 righe e 90 colonne in modo da individuare $90 \times 90 = 1800$ quadratini. Si decide il numero di quadratini totale che si vuole marcare, poi si estrae il primo numero che individua la posizione sulle righe del foglio, si rimette nel sacchetto il numero estratto, si mescolano i numeri e si estrae il 2° numero, che individua la posizione sulle colonne del foglio e si marca con la matita il quadratino individuato dai 2 numeri estratti. Si rimette nel sacchetto il 2° numero estratto e si procede ripetitivamente fino a riempire il numero di quadratini totale che si è stabilito di marcare. Bene, il rapporto tra il numero di quadratini dentro il cerchio e il numero totale di quadratini approssima il valore di π . Come vedete anche voi potete essere matematici e la matematica può essere utile.

ing. Roberto Grassi _ 2014_05

(1) Basta avere una stima di un casolare tipo, le altre misure si ricavano per confronto; in questo caso il fienile è lungo il doppio e il piazzale tra di loro e poco più grande del fienile;

(2) 25 è circa il rapporto tra la lunghezza del braccio disteso e la larghezza del pollice ($60\text{cm}/2,4\text{cm}=25$);

(3) 9 è circa il rapporto tra la lunghezza del braccio disteso e i due occhi ($60\text{cm}/6,67\text{cm}=9$); anche se ogni persona ha una taglia diversa, le proporzioni del corpo umano sono in media piuttosto costanti.

(4) Questo numero rappresenta il rapporto tra il perimetro di una circonferenza e il suo diametro ed è un numero con infinite cifre dopo la virgola 3,141592.....

Il nuovo 730 2015 e la certificazione Unica



In questi giorni è stata pubblicata sul sito dell'Agenzia delle Entrate una bozza della "Certificazione Unica", il nuovo documento "unico" per tutti i sostituti d'imposta. In attesa del decreto in materia di semplificazioni fiscali l'Agenzia delle Entrate sta lavorando per consentire, già nel 2015, l'utilizzo del modello 730 precompilato. Tale modello scaturisce dall'insieme dei dati contenuti proprio nelle certificazioni uniche trasmesse dai sostituti d'imposta, insieme alle altre informazioni già disponibili nel data base dell'Anagrafe tributaria, a cui si aggiungono i dati trasmessi da parte di banche, assicurazioni, enti previdenziali, ecc..

La procedura che permetterà l'utilizzo del 730 precompilato, dunque, si fonda sulla tempestività e precisione nella trasmissione di dati reddituali da parte dei sostituti d'imposta (datori di lavoro persone fisiche e giuridiche) che dovranno trasmettere in via telematica all'Agenzia delle Entrate tali certificazioni entro il 7 marzo dell'anno successivo a quello di riferimento (es: 7 marzo 2015 per l'anno fiscale 2014).

Nel dettaglio, è previsto che tutti i sostituti d'imposta, entro

il 28 febbraio 2015 consegnino ai propri sostituti (dipendenti, collaboratori, ecc..) la certificazione dei redditi relativa al 2014: ciò vale per redditi di lavoro dipendente e assimilati (gli stessi redditi che erano riportati nel modello CUD), i redditi di lavoro autonomo, le provvigioni, ad alcuni redditi diversi (come i compensi per lavoro autonomo occasionale); nonché i corrispettivi per contratti di appalto soggetti a ritenuta ex art. 25-ter del DPR 600/73.

Tutte queste fattispecie reddituali erano state fino ad ora riportate su una certificazione elaborata in modo soggettivo, senza alcuna formalità specifica, e venivano esclusivamente riportate sui modelli 770 annuali. Successivamente alla consegna della certificazione, entro il 7 marzo 2015, i sostituti d'imposta dovranno trasmettere telematicamente le predette certificazioni all'Agenzia delle Entrate, usando il modello, le istruzioni e le specifiche tecniche che saranno rese definitive nei prossimi mesi.

La vera differenza formale, rispetto al modello CUD, riguarda il quadro "CT", con il quale i sostituti d'imposta dovranno comunicare la "sede telematica", ossia il domicilio incaricato per la ricezione dei modelli 730/4, contenente le comunicazioni relative ai conguagli a credito o a debito di imposta di ciascun percipiente.

Non resta che attendere, dunque, la definizione della procedura e delle istruzioni, augurandosi che tale novità corrisponda ad una effettiva semplificazione per i contribuenti, sebbene comporti in ogni caso un'ulteriore onere di comunicazione a carico delle aziende/titolari sostituti d'imposta.

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

Prestito personale riservato
agli iscritti Dopolavoro ATAC

dbEasy Delega

Nessuna scadenza da ricordare,
tutto il tempo per i tuoi progetti.



Sei un iscritto Dopolavoro ATAC?

Allora con Deutsche Bank Easy hai diritto a una procedura snella e veloce per richiedere un prestito molto vantaggioso, rimborsabile anche in 10 anni!

TAN 5,80% e TAEG massimo 7,12% per durate da 24 a 60 mesi
TAN 6,50% e TAEG massimo 7,19% per durate da 61 a 120 mesi

In più...

- **rata trattenuta direttamente** sulla busta paga, fino a un massimo di un quinto dello stipendio
- **ottenibile subito**: erogazione immediata alla ricezione del benessere
- **assicurazione vita e perdita d'impiego** facoltativa
- **addebito mensile** della rata fino ad un quinto dello stipendio netto.

Esempio di prestito:

15.000 euro in 60 mesi - Rata da 288,60 euro
TAN¹ 5,80% TAEG² 6,45%

■ Importo totale del credito	14.833,50 euro
■ Importo rata mensile ³	288,60 euro
■ Durata del finanziamento	60 mesi
■ Importo totale dovuto dal consumatore	17.316 euro
■ Costo totale del credito	2.482,50 euro
■ Imposta di bollo	37,50 euro
■ Assicurazione facoltativa	0 euro
■ Spese di istruttoria ⁴	129 euro
■ Oneri di gestione incasso	0 euro
■ Spese per comunicazioni periodiche	0 euro

Chiedi subito una consulenza personalizzata e gratuita.
Ti aspettiamo!

Roma
Largo Tritone, 161
Tel. 06 67184336
Referente: Luca Santopadre
Cell. 338 6576278

Roma
Via Benedetto Croce, 75
Tel. 06 5947541
Referente: Gregory Vatrella
Cell. 335 1930677

In 10 rate, la polizza Auto
è ancora più leggera.

Vuoi rendere più leggeri i costi di gestione della tua auto? Scopri la polizza Auto Zuritel S.p.A. che fa per te e paga in 10 comode rate mensili*. Tutta la sicurezza di cui hai bisogno, con la convenienza che cerchi.

Offerta valida fino al 31/12/2014



Scopri di più su www.dbeasy.it

Passion to Perform



¹ Il tasso è da considerarsi fisso per tutta la durata del finanziamento.

² Costi compresi nel Taeg relativo all'esempio: oneri di gestione incasso 0 euro (2,50 euro mensili con addebito in conto corrente o tramite bollettino postale). Imposta di bollo 37,50 euro. Spese invio comunicazioni e/o rendicontazioni periodiche 0 euro (2 euro la prima comunicazione annua, 1 euro le successive per un importo massimo complessivo di 8 euro per tutta la durata del finanziamento).

³ Importo prima rata: 288,60 euro (importo rata 288,60 euro + spese di rendicontazione 0 euro + oneri di gestione incasso 0 euro).

⁴ Esempio finanziario comprensivo di Spese Istruttoria non finanziate.

* La rateizzazione della polizza Auto sarà effettuata tramite un finanziamento Deutsche Bank Easy.

Messaggio pubblicitario con finalità promozionale. Prima dell'adesione leggere attentamente le condizioni contrattuali e il documento denominato Informazioni Europee di Base sul Credito ai Consumatori disponibili presso i Punti Vendita Deutsche Bank Easy e sul sito www.dbeasy.it, nonché il Fascicolo Informativo relativo al prodotto assicurativo presso i Punti Vendita Deutsche Bank Easy e sui siti www.dbeasy.it e, per il finanziamento della polizza Auto, anche www.zurich-connect.it. L'adesione è soggetta all'approvazione di Deutsche Bank S.p.A.

Zurich Connect è un marchio in uso a Zuritel S.p.A.

Deutsche Bank S.p.A. Sede Sociale e Direzione Generale: Piazza del Calendario, 3 - 20126 Milano - Telefono: 02.4024.1 - P.IVA e iscritta al Registro Imprese di Milano con numero 01340740156 - Capitale Sociale € 412.153.993,80 soggetta all'attività di direzione e coordinamento di Deutsche Bank AG.