



Numero 1 Gennaio - Febbraio 2010 - Distribuzione in abbonamento postale -
le. In caso di mancato recapito rinviare al CMP di Cagliari - Elmas
Sped. in A.P. - 45% art.2 comma 20/B Legge 622/96 - Filiale di Cagliari

Speciale Vacanze

Pasqua al Forte Village

Settimana Bianca a Madonna di Campiglio

Primavera al Villaggio Antichi Ovili di Orroli

Focus

Il futuro dell'auto

[affiliati]

Comuni

Albagiara	Elmas	Olbia	San Giovanni Suergiu	Sorso
Arborea	Fluminimaggiore	Oristano	S. Andrea Frius	Telti
Arbus	Furtei	Orotelli	Sant'Antioco	Terralba
Assemini	Gonnesa	Ortacesus	San Vero Milis	Tratalias
Assolo	Guasila	Ovodda	Santadi	Tuili
Busachi	Guspini	Ozieri	Sardara	Usini
Cagliari	Iglesias	Paulilatino	Sarroch	Villacidro
Capoterra	La Maddalena	Perdaxius	Sassari	Villagrande Strisaili
Carbonia	Lula	Portoscuso	Selargius	Villamar
Carloforte	Mara	Pula	Seneghe	Villanovafranca
Decimoputzu	Maracalagonis	Quartucciu	Serramanna	Villasimius
Decimomannu	Mon serrato	Quartu Sant'Elena	Sestu	Villasor
Dolianova	Morgongiori	Samassi	Settimo San Pietro	Villa Sant'Antonio
Domusnovas	Narcao	Samatzai	Simaxis	Zerfaliu
Dorgali	Nuoro	San basilio	Sinnai	

Enti Nazionali - Consorzi - Istituzioni Locali

- Anas
- ATA - Azienda Trasporti Pubblici Nuoro
- CIAA Nuoro
- CIAA Oristano
- CIAA Sassari
- Consorzio 21
- Consorzio di Bonifica della Sardegna Meridionale
- Consorzio per il Nucleo Industriale del Sulcis Iglesiente
- Consorzio di Bonifica della Nurra
- Consorzio Interprovinciale per la Frutticoltura di Cagliari
- Ferrovie della Sardegna
- CTM
- Istituzione dei concerti "Pierluigi da Palestrina"
- Istituto Zooprofilattico della Sardegna
- Poste Italiane
- Università degli studi di Sassari
- **Consorzio ASI Area Sviluppo Industriale**

Ministeri

- Arma dei Carabinieri
- Aeronautica Militare
- Cortei dei conti
- Esercito italiano
- Guardia di Finanza
- Agenzia delle Entrate
- Agenzia delle Dogane
- Ministero della Salute
- Ministero della Difesa - Civili
- Ministero del Lavoro e Prev. Sociale
- Ministero dell'Istruzione
- Ministero del Tesoro D.C. Uff. Locali
- Ministero dell'Economia e Finanza.
- Ministero Giustizia
- Amm.ne Polizia penitenziaria
- Ministero Trasporti e Navigazione
- Ministero Giustizia Org. Giudiziaria
- Ministero delle Attività Produttive
- Ministero della Difesa Marina Militare
- Ministero della Giustizia
- Ministero delle Finanze
- Ministero delle Risorse Agricole
- Ministero del Commercio con l'estero
- Ragioneria Generale della Sardegna

Aziende Sanitarie

- Asl 1 Sassari
- Asl 2 Olbia
- Asl 3 Nuoro
- Asl 4 Lanusei
- Asl 5 Oristano
- Asl 6 Sanluri
- Asl 7 Carbonia
- Asl 8 Cagliari
- Azienda Ospedaliera Brotzu
- **Azienda Ospedaliero Universitaria di Cagliari**

Province e Comunità Montane

- Cagliari
- Nuoro
- Oristano
- Sassari
- **Carbonia - Iglesias**
- Comunità Montana del Barigadu
- Comunità Montana del Monte Linas
- XIII Comunità Montana "Sarcidano Barbagia di Seulo" - Isili

Regioni ed Enti Strumentali

- Consiglio Regionale della Sardegna
- Cras
- Regione Autonoma della Sardegna
- Ersu Cagliari
- Ersat
- Istituto di incremento ippico
- Esaf
- Istituto zootecnico caseario per la Sardegna
- Esit
- Ept



ASSOCIAZIONE DI MUTUO SOCCORSO FRA I LAVORATORI DIPENDENTI

IN NERETTO I NUOVI ENTI AFFILIATI

Come fare per convenzionarsi con la CMS

Per poter far parte degli Enti convenzionati con la CMS è necessario che la Pubblica Amministrazione rilasci il nulla osta con il quale si impegna ad operare le ritenute in busta paga, nei confronti di quei dipendenti che ritenessero di dover aderire all'associazione. Sarà questo l'unico obbligo a carico dell'ente per tutta la durata del rapporto di lavoro. normalmente l'iniziativa è assunta da un dipendente. Se interessato ad associarsi, acquisire il materiale informativo presso la CMS e proporre al suo ente la stipula della convenzione, per la quale non è necessaria nessuna particolare formalità.

4 [**focus**]
Il futuro dell'auto



8 [**CMS informa**]
A tutto GAS

9 [**turismo**]
Madonna di Campiglio
Pasqua al Forte Village
Primavera: Villaggio Antichi Ovili



14 [**pagina economica**]
Se la prudenza non è mai troppa...

16 [**il parere dello Psichiatra**]
Yoga. Lo spirito personale e universale



18 [**il parere dell'assicuratore**]
Rassicuriamoci - Pronti? Si parte



19 [**società**]
Il bacio come difesa

20 [**cultura**]
Massimo Carlotto. L'amore e il bandito.
Il ritorno dell'Alligatore



21 [**spettacolo**]
Baciami ancora. I quarantenni visti da Mucino

22 [**cinema**]
I Film in uscita da Gennaio 2010

Direttore responsabile Pietro Satta

Coordinatore Editoriale Massimo Sainas

Staff Editoriale Claudio Cadeddu
Roberto Bianchi,
Massimo Sainas,
Luisa Guidi

Progetto grafico Massimo Sainas

Foto Foto di copertina:
per gentile concessione Grand Hotel Smeraldo Beach
Fotoarchivio "I Sardi",
Massimo Sainas, Francesco Nonnoi, Alessandro Cani

Prestampa e Stampa Sainas Industrie Grafiche
Italy - Cagliari

Redazione, Pubblicità, Amministrazione

Via del Fangario, 27 - 09122 Cagliari - Tel. 070 275121 Fax 070 252048
www.ciemmeesse.it
e-mail: ciemmeesse@ciemmeesse.it

Ufficio CMS Cagliari Via del Fangario, 27 - 09122 Cagliari
Tel. 070 275121 Fax 070 252048

Ufficio CMS Oristano Via Segni, 3 - 09170 Oristano
Tel./Fax 0783 300541

Tel./Fax 0784 36168

Editore Biesse Servizi srl

Via del Fangario, 27 - 09122 Cagliari
Tel. 070 275121 Fax 070 252048
Reg. Trib. Cagliari n.40 del 19/11/1995
N.2 - Marzo Aprile 2009

Come sarà l'auto del futuro?

Si ricarica attaccandosi con la spina attaccata alla corrente di casa

di Claudio Cadeddu e Roberto Bianchi



Per moda, per coscienza ecologica o per necessità?. Le ragioni dell'auto elettrica sono tante, così come i modelli che cominciano a spuntare alle più importanti rassegne internazionali. Cambia l'aria, o almeno speriamo, e cambiano i tempi. Quelli dell'auto, soprattutto in un momento di crisi del settore come questo, impongono una svolta: meno petrolio e più energia

pulita. Ma siccome l'auto elettrica non è proprio dietro l'angolo nemmeno per i più ottimisti, ecco spiegata la crescita del settore dedicato alle auto ibride. L'ultima tendenza prevede l'uso della spina, ovvero un'auto ricaricabile dalla normale presa di corrente casalinga. Dal punto di vista tecnico si chiamano modelli "Plug-in", e la Toyota, per esempio, leader nel settore delle ibri-

de, è già pronta a lanciare, entro la fine del prossimo anno la nuova Prius proprio in questa versione.

La casa giapponese, primo produttore mondiale di auto, ha annunciato inoltre, l'avvio immediato del programma sperimentale per circa seicento vetture speciali, che verranno consegnate in leasing su alcuni mercati internazionali (tra cui 200 in Europa) ad enti pubblici



e privati. L'obiettivo è quello di commercializzare il modello nell'ordine di svariate decine di migliaia di unità.

Secondo la casa, pur senza parlare apertamente di cifre, ha dichiarato che si tratterà di un prezzo alla portata dell'acquirente medio, e inferiore al prezzo delle auto elettriche.





Il modello di partenza sarà in ogni caso la terza serie della Prius.

Come tutte le vetture Full-Hybrid utilizzerà un motore a batteria e un motore a benzina, una tecnologia che permette di abbattere sia i consumi che le emissioni. La versione Plug-In, aggiunge a tutto questo ulteriori miglioramenti. A cominciare dall'autonomia di marcia molto più alta dovuta proprio alla possibilità di ricaricare la batteria elettrica mediante la comune spina presente nelle case.

E non solo, grazie a queste caratteristiche consuma meno carburante rispetto ai modelli ibridi tradizionali, prestandosi a utilizzi misti che possono prevedere ad esempio di viaggiare al 100% con il motore elettrico per brevi tragitti urbani con un'autonomia massima di 24 km, per

poi tornare a casa a ricaricare l'auto comodamente nel proprio posteggio.

Ma nel mercato non si muove solo la Toyota sul segmento medio, è infatti recente e per certi versi sorprendente l'annuncio della BMW, la casa tedesca ha infatti deciso di sospendere per il momento la sperimentazione sull'auto ad idrogeno, tecnologia di cui la casa di Monaco aveva fatto una vera bandiera. Quali sono i motivi?

La verità pare sia l'incapacità di recu-

perare, a lungo termine, gli investimenti necessari, senza contare poi i problemi legati alle infrastrutture, al momento, nella sola Germania, ci sono solo 30 colonnine di rifornimento ad idrogeno. Bisogna sapere che l'idrogeno, per poter restare allo stato liquido deve essere raffreddato a 253 gradi sotto zero, con tutti i problemi che questo comporta.

Queste sono invece problematiche che non esistono per le auto ibride, scelta





che ha quindi sedotto la BMW, se non altro proprio per non restare tecnologicamente indietro proprio alla Toyota di cui sopra abbiamo parlato ed alla Honda, altra casa che ha puntato da tempo sulla doppia alimentazione. E per non essere da meno anche la rivale storica Mercedes ha da poco presentato la sua S400 Hybrid.

motori elettrici che producono rispettivamente 91 e 86 Cv, che permettono una riduzione del 20% del consumo di carburante e delle emissioni.

Anche la X6, come la Prius può essere guidata esclusivamente con il solo motore elettrico, con il solo motore a benzina o con la combinazione dei due propulsori. L'altro modello, anch'esso

Il fatto comunque che anche i grandi marchi si stiano posizionando con



diversi modelli nel settore ibrido va preso come un fatto positivo, è infatti indubbio che questo possa far da traino anche alle case "minori", permettendo uno sviluppo omogeneo della tecnologia a vantaggio dei consumatori che potranno usufruirne anche su macchinari di fascia media e si spera in un futuro molto prossimo anche sul segmento delle utilitarie.

In ogni caso gli scenari sembrano decisamente aperti e più rosei nei tempi, rispetto all'idea dell'auto completamente elettrica o la speranza dell'auto ad idrogeno.



Ecco allora quali sono le novità presentate da BMW, si tratta di due modelli non certo alla portata di tutti, la X6 ActiveHybrid, che pare sarà in vendita da aprile al prezzo non proprio economico di 107 mila euro. Questa vettura è equipaggiata con la combinazione di un motore a benzina da 407Cv e due

non decisamente economico è la storica Serie 7, che però rispetto alla X6 sarà MildHybrid, cioè non avrà la possibilità di essere alimentata esclusivamente dal motore elettrico, ma solo in combinata o solo a benzina, questo per non snaturare la potenza dell'auto ammiraglia della casa di Monaco.

A tutto GAS

Continua il successo del GAS (Gruppo di Acquisto Solidale) della CMS!!

a cura della CMS



Subito dopo l'uscita del ns. giornale abbiamo ricevuto numerose richieste di iscrizione da parte dei soci, che ci hanno dimostrato di accogliere con molto interesse l'iniziativa.

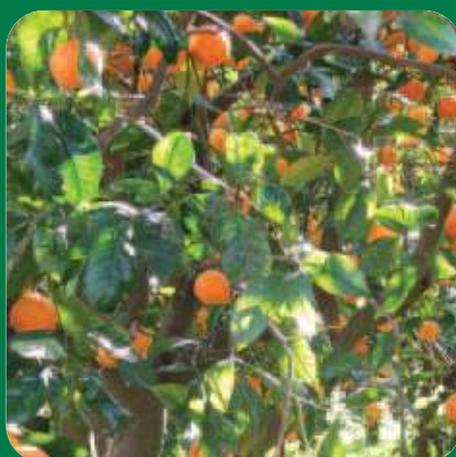


Ricordiamo a tutti che partecipare al GAS è estremamente facile: basta chiamare, mandare un fax o una mail entro il martedì per prenotare la cassetta nel formato piccolo (da 10,00 €) o grande (da 15,00 €).

La cassetta scelta potrà essere ritirata a partire dalle ore 17,00 del giovedì successivo, sino alle ore 19,00 del venerdì. Si tratta di prodotti biologici certificati, perlopiù raccolti direttamente dall'orto o dalla pianta nelle ore immediatamente precedenti la consegna.

Apprezzerete il piacere di gustare nuovamente sapori che credevate dimenticati, e scoprirete quanto possa rimanere fresca e saporita la verdura appena tagliata!

PROVARE PER CREDERE !!!



Madonna di Campiglio

Settimana Bianca - 7/14 Marzo 2010

a cura della CMS



La CMS settore Sport e Turismo anche quest'anno, per soddisfare le numerose richieste dei soci, organizza una settimana bianca a Madonna di Campiglio, perla delle Dolomiti del Brenta, con due date diverse. La prima tra le stazioni sciistiche italiane, Madonna di Campiglio vanta 57 impianti di risalita e si sviluppa lungo 150 km di piste. La CMS propone una settimana



presso il rinomato HOTEL MIRAMONTI **** situato in posizione centrale all'arrivo della pista 3TRE "Coppa del Mondo" e a poche centinaia di metri dai principali impianti di risalita con la seguente quota:

€ 710,00 per i soci

La quota per persona, comprende volo a/r Cagliari/Verona, transfer a/r Verona aeroporto/Madonna di Campiglio, 7 gg in mezza pensione bevande incluse, serata con musica e Vin Brulè davanti al caminetto, cena tipica trentina a lume di candela. Sauna e zona fitness gratuita!

Riduzioni in 3°/4° letto: infant 1/23 mesi Gratis (solo tasse aeroportuali);

2/6 anni non compiuti € **610,00** in 3° letto, euro 510 in 4° letto.

6/12 anni non compiuti € **640,00** in 3° letto, euro 540 in 4° letto.

Per meglio comprendere i vantaggi dell'offerta CMS vi segnaliamo che il prezzo di listino dell'albergo nella settimana di nostro interesse è di € **770,00/840,00**. La CMS con 60,00/130,00 € in MENO offre anche il volo a/r, il transfer in bus da/per aeroporto, le bevande e l'assicurazione!



OFFERTA VALIDA PER MINIMO 20 PERSONE

Per informazioni e/o prenotazioni (si consiglia una tempestiva prenotazione in quanto i posti sono limitati) rivolgersi alla CMS dal lunedì al venerdì, dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 19.00, tel. 070275121 e www.ciemmeesse.it.

Pasqua al Forte Village Resort

È sempre una pasqua da VIP

a cura della CMS



La CMS Turismo propone anche quest'anno la Pasqua al Forte Village, uno dei più rinomati Resort del mondo, con un giardino di 25 ettari, l'eleganza di 7 raffinatissimi alberghi e 20 suites.

I nostri soci potranno godere le bellezze del villaggio, meta esclusiva di Vip e Personalità, alloggiando nell'esclusivo hotel Le Palme, a pochi passi dal mare in Bungalow dotati di tutti i comfort. Inoltre, tempo permettendo, il lunedì di Pasquetta potranno partecipare all'esclusiva gita alla diga con pranzo all'aperto, vera "chicca" dell'iniziativa.

L'offerta per i nostri soci è la seguente:



265,00 euro

in pensione completa dalla cena
di sabato 3 aprile al pranzo di lunedì 5 aprile 2010
(eventuale pranzo di sabato euro 45,00 adulti e 20,00 bimbi sotto 12 anni).

Inoltre per i nostri soci l'ingresso giornaliero
presso il centro Thaermae è di 40,00 euro per persona
(previa prenotazione sul posto e include:
vasche di talassoterapia, sauna, bagno turco e palestra.



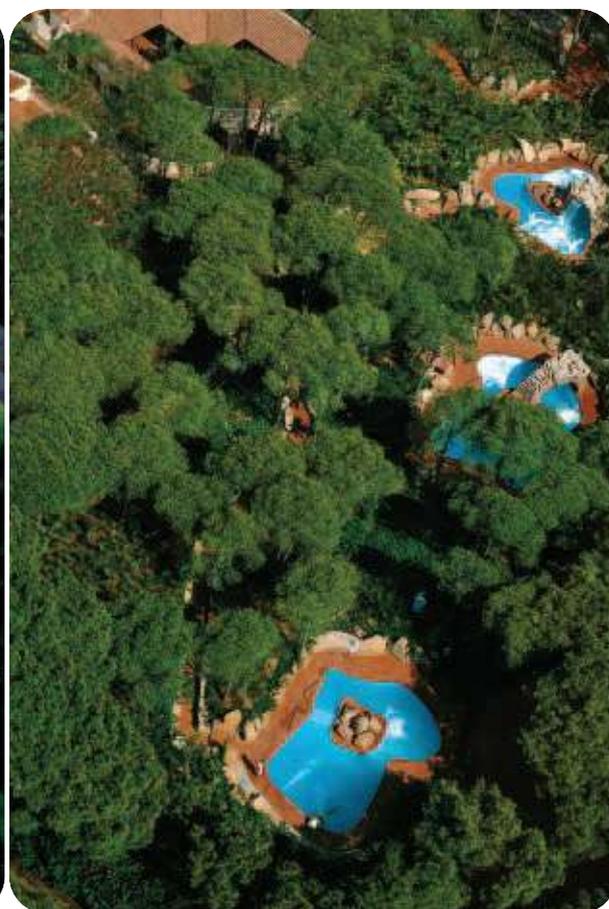
Riduzioni:

Bimbi 0/2 anni non compiuti in camera con due adulti sconto 90%;

Bimbi 2/12 anni non compiuti in camera con due adulti sconto 50%.

Bimbi in camera da soli (minimo due per camera) sconto 50% sino ai 12 anni non compiuti.

Supplemento uso singola euro 40,00 al giorno.



Lo stesso pacchetto presso l'Hotel Castello a euro 315,00 a persona

Possiamo già anticiparvi che le giornate trascorreranno all'insegna del divertimento e dello sport con animazione e musica.



Per informazioni e/o prenotazioni
rivolgersi alla CMS dal lunedì al venerdì, dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 15.00 alle 19.00, tel. 070275121 e www.ciemmeesse.it.

Villaggio Antichi Ovili di Orroli

A Marzo in gita sulle pendici dell'antico vulcano Pizziogu

a cura della CMS



La CMS Sport e Turismo organizza per l'inizio della primavera una gita presso il Villaggio Antichi Ovili di Orroli, che sorge sulle pendici dell'antico vulcano Pizziogu, a 700 m d'altezza, e gode di una stupenda vista sul parco e sull'area della necropoli neolitica di "Su Motti".

Nato dall'originale interpretazione architettonica delle tipiche dimore dei pastori, e immerso tra i profumi della macchia mediterranea, è luogo speciale per un soggiorno rilassante ma anche punto di partenza ideale per un itinerario alla scoperta di un inedito angolo di Sardegna.



Il programma prevede
2 possibilità:

La prima

arrivo il Sabato 20 Marzo
un giorno di pensione
completa, escursione
domenicale all'area
archeologica Su Motti
e pranzo tipico

ATTENZIONE
SONO DISPONIBILI SOLO
8 CAMERE PER UN TOTALE
DI 20 POSTI LETTO



La seconda

arrivo Domenica 21 Marzo
alle ore 10,00 escursione
e pranzo tipico.

La quota di partecipazione
per un giorno di pensione
completa è di

€ 80,00 per i soci
€ 51,00 bambini 6/10 anni
€ 33,00 bimbi 0/5 anni.



La quota di partecipazione
per l'arrivo del 21
con escursione
e pranzo tipico è di

€ 25,00 per i soci
€ 15,00 bambini 5/10 anni
Gratis bimbi 0/5 anni



*Per le prenotazioni contattare gli uffici
della CMS al numero 070/275121, si
consiglia una tempestiva prenotazione
in quanto i posti sono limitati*

Se la prudenza non è mai troppa...

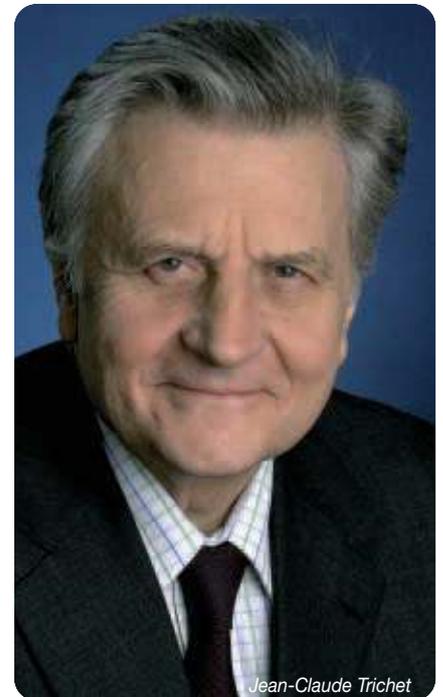
Da anni i Banchieri centrali predicano oculatezza

a cura di Pietro Satta



È oramai da anni che seguiamo le mosse dei banchieri Centrali e certamente avremmo notato come il tratto comune che caratterizza, sempre e comunque, il loro comportamento sia essenzialmente uno: la prudenza. "Wait and see", aspetta e osserva, diceva e faceva Wim Duisenberg, il predecessore di Trichet alla guida della Banca Centrale Europea, e colui che ha pilotato la prestigiosa Istituzione proprio nella fase delicatissima dell'avvento dell'euro. Trichet, da buon francese, immagino non ami usare espressioni anglofone, ma certamente se non nelle parole perlomeno nei comportamenti egli ricalca fedelmente le orme del suo illustre collega, adottando un atteggiamento estremamente prudente. Che la prudenza sia una virtù è fuori discussione, però è anche vero che talvolta anch'essa può rivelarsi nociva, come infatti è avvenuto nell'estate di due

anni fa quando la BCE, timorosa di aprire le porte all'inflazione, procedeva all'ennesimo aumento del costo del denaro senza avvertire i segnali della tempesta che di lì a poco la crisi dei mutui "subprime" avrebbe scatenato sui mercati finanziari di tutto il mondo, costringendola a tornare precipitosamente sui suoi passi, e ad arrivare così alla situazione attuale, col tasso di riferimento al 1%, il valore più basso degli ultimi 60 anni. Ora sembra che perlomeno il peggio della crisi sia già passato, per cui tutti un pò si chiedono quando la BCE comincerà a cambiare rotta, ma la prudenza di cui dicevamo continua a rappresentare l'ago della bussola, per cui l'impressione è che la Banca Centrale continuerà a muoversi



Jean-Claude Trichet

l'impressione è che la Banca Centrale continuerà a muoversi (per la fortuna di noi debitori) con la massima cautela; certo, da un lato la situazione sul fronte macroeconomico è in lento ma in progressivo miglioramento, ma dall'altro elementi di preoccupazione restano vivi

(per la fortuna di noi debitori) con la massima cautela; certo, da un lato la situazione sul fronte macroeconomico è in lento ma in progressivo miglioramento, ma dall'altro elementi di preoccupazione restano vivi, come quello della crisi finanziaria di Dubai, o del nuovo salvataggio in extremis di altre banche resosi necessario di recente in Germania.

Insomma, diverse sembrano ancora le incognite sulle prospettive future, con la disoccupazione che continua ad aumentare e l'inflazione che rimane a valori ben al disotto della soglia obiettivo stabilita dalla BCE.

Tutto ciò insomma lascia pensare che

probabilmente bisognerà arrivare almeno alla fine del primo semestre del 2010 per cominciare a vedere i primi, e comunque di certo contenuti, aumenti dei tassi.



I mutui della CMS

In attesa di vedere quello che accadrà, concentriamoci come sempre per ora sui mutui CMS.

Per quanto attiene ai tassi fissi diciamo subito che rispetto allo scorso bimestre si rilevano differenze significative, dal momento che gli scostamenti vanno addirittura dal -0,20% -0,30% fino ai 15 anni al -0,10% sulle restanti durate.

Risultano perciò, come potete vedere dalla solita tabella, tassi fissi estremamente interessanti anche sulle lunghe durate, col mutuo trentennale ad esempio che si ferma al 5,15%.

Per quanto attiene i variabili invece la situazione permane stazionaria, con piccoli aggiustamenti dell'ordine di due o tre centesimi di punto rispetto allo scorso bimestre del tutto insignificanti.

In ogni caso i tassi finiti, sia quelli fissi che i variabili, restano decisamente competitivi.

Vi attendiamo come sempre nei ns. uffici per esaminare caso per caso le vs. esigenze.



MUTUI A TASSO FISSO RATA MESE			MUTUI A TASSO VARIABILE RATA MESE		
ANNI	IMPORTO EURO		ANNI	IMPORTO EURO	
TASSO	1.000	50.000	TASSO	1.000	50.000
$\frac{10}{4,75\%}$	10,485	524,24	$\frac{10}{1,82\%}$	9,122	456,11
$\frac{15}{5,05\%}$	7,934	396,70	$\frac{15}{1,82\%}$	6,354	317,695
$\frac{20}{5,15\%}$	6,683	334,14	$\frac{20}{1,92\%}$	5,022	251,122
$\frac{25}{5,15\%}$	5,934	296,681	$\frac{25}{1,97\%}$	4,225	211,271
$\frac{30}{5,15\%}$	5,460	273,013	$\frac{30}{2,07\%}$	3,733	186,640
			$\frac{35}{2,07\%}$	3,350	167,511
			$\frac{40}{2,07\%}$	3,067	153,340



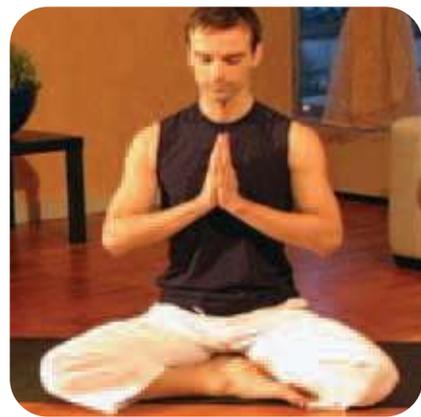
mutui
LE PERCENTUALI
i mutui in euro
Tasso variabile, tasso fisso

dati al 29/10/2009

Lo spirito personale e universale

Yoga...meditazione e filosofia applicata al benessere psicofisico

Dr. Luca Carcassi - Psichiatra-Psicoterapeuta Centro San Michele Cagliari



Per mantenere un buon equilibrio psicofisico si possono utilizzare e praticare varie discipline come una buona attività fisica, una corretta alimentazione, tecniche di rilassamento e altro tra cui lo yoga.

La parola yoga deriva dal vocabolo sanscrito yui che significa "unione" (con il Divino) ed è connessa con il latino jugum che significa "giogo". Si tratta di una corrente filosofica nata in India volta a realizzare l'unione tra lo spirito personale (jivatman) e quello universale (brahaman), che utilizza una serie di tecniche corporee che portano al controllo del respiro, della muscolatura volontaria e del battito cardiaco.

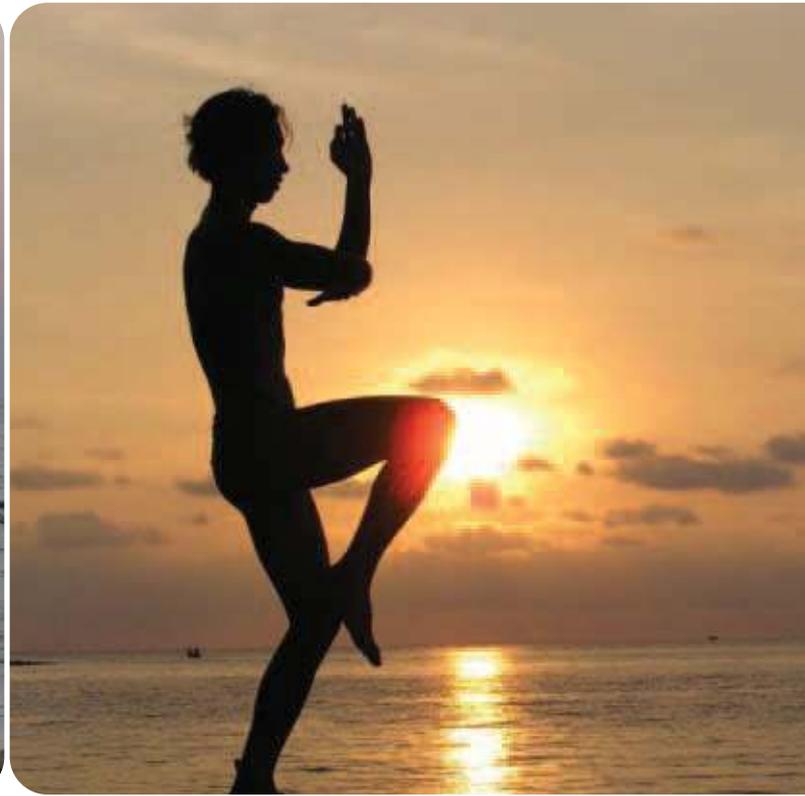
Lo yoga è un ottimo sistema per riprendere il contatto con la propria corporeità e se svolto in solitudine pone la persona in contatto con il se, mentre se praticato in compagnia aumenta la socializzazione aiutando a

conoscere meglio la propria e l'altrui corporeità. Gli esercizi fisici dello yoga sono compiuti applicando delle posizioni o Asana che in sanscrito significa "facile/comodo " e implica il restare immobili a lungo. L'origine delle varie posizioni yoga è sconosciuta ma secondo la tradizione induista il Dio Brahma aveva assunto la posizione creatrice di ogni essere vivente, numerose quanto gli esseri viventi; la tradizione vuole che ce ne siano 8.400.00 e che ciascuna porti il nome di una pianta, di un insetto o di un animale. Oltre a

queste ve ne sono altre che portano il nome di saggi, di eroi leggendari o di dei, altre posizioni infine richiamano nel loro nome il gesto da compiere o l'azione che è loro propria.

Nella pratica dello yoga si possono applicare tutte le posizioni tante quante il corpo umano è in grado di assumere. La pratica delle asana non è un semplice esercizio fisico ma si tratta di un complesso esercizio che si svolge secondo un certo ritmo e che mette in azione i diversi livelli della personalità dell'esecutore, richiede





inoltre una particolare concentrazione necessaria per coordinare i movimenti fisici con la respirazione.

Come in tutti i metodi esistono delle posizioni da compiere in piedi seduti, in ginocchio, sulla schiena, bocconi; delle torsioni, allungamenti, contrazioni. Non importa la difficoltà o la banalità della posizione da assumere e da mantenere ma la determinazione e la costanza con cui si praticano, aiu-

tando così ad un potenziamento e mantenimento di una buona forma fisica e riducendo le tensioni psichiche.

Esempio dei nomi delle posizioni che si praticano con lo yoga sono: - posizione dell'albero; - posizione dell'aquila; - posizione dell'aratro; - posizione dell'arco; - posizione del bastone; - posizione del cobra; - posizione del diamante; - posizione dell'eroe; - posizione del sigillo; - posizione del loto; - posizione del signore dei pesci; - posizione testa-ginocchio; - posizione del triangolo; - torsione del

coccodrillo; - saluto al sole; etc., esiste un programma di riscaldamento e una serie di programmi adatti a principianti, esperti, gestanti, bambini e per la terza età.

I vantaggi dello yoga portano a un rafforzamento dei distretti muscolari impegnati negli esercizi, agiscono sulla circolazione sanguigna, sugli organi interni e sul sistema nervoso sia centrale che periferico.

Presenta anche degli svantaggi o comunque delle controindicazioni, infatti, alcune posizioni non possono essere effettuate o possono risultare dannose alle persone che sono affette da patologie croniche riguardanti la colonna vertebrale, es. ernie discali o sciatalgie, patologie cardiovascolari come ipertensione arteriosa etc., o patologie acute quali infezioni o nelle donne il periodo mestruale.

Rassicuriamoci

Pronti? Si parte



Il 2010 è iniziato, e come ogni anno dobbiamo riprendere la nostra marcia. Gli auguri di rito sono impliciti. Dicono che sarà un altro anno di transizione, e che l'economia ripartirà a pieno ritmo solo nel 2011.

Non baderei più agli analisti, ci azzeccano quanto i chiromanti, speriamo solo in un anno migliore del precedente, meglio non allargarsi troppo.

Visto che ci auguriamo delle buone novità per il nuovo anno, in campo assicurativo una "novità" certa ci sarebbe, anche se novità non lo è proprio. Esiste da anni, ma ne fa uso una piccola parte degli assicurati r.c. auto, quindi sarà una novità per tanti di voi. Parliamo dei sistemi di sicurezza satellitari, i quali garantiscono una serie di vantaggi per la nostra sicurezza.

Alcuni importanti gruppi assicurativi propongono da tempo di installare sulla vettura l'impianto collegato al satellite; i vantaggi sono davvero tanti, vi citerò i più importanti. Immaginate di essere costantemente collegati con un vostro custode, che veglia su di voi, non vi perde mai d'occhio.

Potrete sapere da lui, in qualsiasi momento, col vostro cellulare, dove si trova la vostra auto. In caso di furto capite bene, è un impagabile strumento, ma anche per una banale dimenticanza, non ricordate più dove avete parcheggiato, potete contattarlo e vi guiderà. Se malauguratamente dovete avere un incidente, lo strumento rileverà la gravità del sinistro; infatti in virtù dei dati registrati, conosce la velocità d'impatto. Se rilevasse un urto violento a forte velocità, i dati relativi all'evento, vengono istantaneamente trasmessi ad una centrale, operativa 24 ore su 24, la quale contatta telefonicamente l'assicurato, e se la situazione lo richiede, informa dell'ac-

Carlo Pais - Agente Generale Milano Assicurazioni

caduto le forze dell'ordine e il 118. Sempre in caso di sinistro, il servizio è utilissimo, ed è determinante anche per la legge. Ci sono sentenze, in cui grazie al satellite, si è potuta svelare la dinamica di un incidente, segnalando la posizione e la velocità della vettura, e in molti casi, sbugiardando tanti testimoni, a dir poco dubbi. Altro importante vantaggio riguarda le frodi, infatti (solo su invito dell'assicurato), in caso di richieste danni ingiustificate, clonazione di targhe, o errori per multe inesatte, tale strumento ci permette di dimostrare a chi ce ne chiedesse ragione, dove si trovava la vostra auto, nel momento in cui vi viene contestato l'evento, evitando seccature, e in molti casi avvocati. La privacy è tutelata dall'esclusivo accesso ai dati da parte dell'assicurato, solo in caso di sinistro la società che offre il servizio, è tenuta a fornire al giudice i dati richiesti.

Quanti vantaggi, ma quanto costa? vi chiederete voi.

Vi sembrerà strano, ma in molti casi non ci sono costi, o sono irrisori, ampiamente compensati dallo sconto in polizza. Chi decide di farsi installare l'impianto, risparmia fino al 20% sulla r.c. se è un giovane al di sotto dei 25 anni; e la tariffa relativa al furto può arrivare al 50% di sconto.

Non c'è trucco tranquillizzatevi, le compagnie non sono opere pie, ma imprese che devono fare utili.

Stanno investendo su queste tecnologie, che hanno dei costi importanti, ma ammortizzabili, su cui hanno deciso di scommettere. Se le auto col dispositivo satellitare fossero molte di più di quelle



attuali, le compagnie risparmierebbero dei capitali, evitando truffe, e accertando con molta precisione le dinamiche dei sinistri, evitando così, costi legali e di perizie, che spesso sono superiori al sinistro stesso.

A quel punto i costi saranno ampiamente compensati. Vi sembrerà assurdo, come io spero, ma una delle difficoltà di diffusione di tale strumento, spesso è la diffidenza nei confronti dello strumento stesso, non per la sua attendibilità ma proprio per la sua precisione. Il motivo è semplice, questi signori, immaginano il caso in cui, loro avessero torto, con tale strumento non avrebbero scampo.

Bel ragionamento, non c'è che dire, per una volta che si trova un modo veloce e chiaro, di rendere giustizia a chi ha ragione, si guarda con diffidenza tale traguardo.

Spero di sbagliarmi, ma a volte ho una sinistra sensazione. Ma noi, siamo un popolo di "colpevoli"?



Il bacio come difesa

Il bacio fra genitori protegge il nascituro

di Luisa Guidi



Bando ai romanticismi, il bacio sulla bocca è una forma di difesa per la prole. Lo dimostra lo studio *Il bacio come forma di protezione contro il citomegalovirus*, pubblicato da Colin Hendrie dell'Istituto di scienze psicologiche dell'università di Leeds, Inghilterra, nella rivista *Medical Hypothesis*. Il bacio comune a tutte le latitudini (è presente nel 90% delle culture), secondo l'esperto, aiuta le donne a sviluppare gli anticorpi necessari a combattere un virus detto citomegalovirus (CMV), che appartiene alla stessa famiglia dell'herpes, ed è asintomatico, ma particolarmente pericoloso durante la gravidanza. L'infezione materna primaria da CMV (cioè molto acuta) provoca nel 40% dei casi lo sviluppo anormale del feto con conseguenze gravi per il bambino che rischia difetti congeniti dalla nascita (teratogenesi).



Il virus, presente soprattutto nelle ghiandole salivari dei maschi, viene trasmesso tramite il bacio alla compagna proprio per "immunizzarla" gradualmente, permettendole dopo alcuni mesi una copertura immunitaria completa anche in caso di gravidanza. Secondo il co-autore dello studio, la migliore "cura profilattica" è baciare lo

stesso uomo per almeno sei mesi, perché i primi baci non garantiscono una difesa totale (la quantità di virus inoculata sarebbe poca). È stato stimato che in Italia il 30% delle donne in età feconda è a rischio di contrarre un'infezione primaria durante la gravidanza. Quindi, l'invito è quello baciarsi di più e sempre con lo stesso partner.

I bimbi allattati al seno sono meno ansiosi o depressi



I neonati allattati al seno per oltre sei mesi potrebbero essere meno a rischio di sviluppare problemi di salute mentale. È quanto è emerso da uno studio condotto a Perth, nell'Australia occi-

dentale, e pubblicato sul *Journal of Pediatrics*. Il progetto, sviluppato dal Telethon Institute for Child Health Research, ha esaminato 2.366 bambini per una durata di 16 anni, con controlli rituali all'età di 2, 5, 8, 10 e 14 anni. Secondo i ricercatori, i bambini allattati al seno per meno di sei mesi presentavano il 52% di rischio in più di sviluppare problemi mentali all'età di due anni, per poi passare al 55% di rischio a sei anni, al 61% a otto anni, per poi scendere al

37% a 10 anni. La ricerca australiana suggerisce che l'allattamento al seno, oltre a creare un legame più forte con la madre, aiuta i bambini ad affrontare meglio lo stress. "Anche prendendo in considerazione fattori come la situazione economica dei genitori, la loro educazione e la situazione familiare in generale, abbiamo notato che i bambini che avevano beneficiato dell'allattamento più lungo, presentavano minori rischi di problemi mentali", ha scritto il dottor Wendy Oddy nel *Journal of Pediatrics*. Secondo i ricercatori, i bambini allattati per periodi più brevi presentavano comportamenti associabili a depressione o aggressione.

Il passato chiede sempre il conto

Il ritorno dell'Alligatore in una storia di malavita tra vecchi e nuovi gangster

di Massimo Sainas



2004.

Dall'Istituto di medicina legale di Padova spariscono 44 chili di sostanze stupefacenti. Criminalità organizzata da un lato e forze dell'ordine dall'altro

si scatenano. L'Alligatore riceve pressioni per indagare e scoprire l'identità dei responsabili del furto. L'investigatore senza licenza non ci sta ma a certa gente non basta dire di no...

2006. Due anni più tardi scompare Sylvie, la donna di Beniamino Rossini, la ballerina di danza del ventre franco-algerina conosciuta anni prima in un night del Nordest. Il vecchio gangster non si dà pace e la cerca ovunque. Ben presto l'Alligatore, Beniamino Rossini e Max la Memoria si ritrovano braccati da un nemico misterioso che li ricatta e li costringe a entrare in un gioco mortale...

2009. La storia non è ancora finita. L'Alligatore e i suoi amici sono ancora in pericolo e attendono la prossima mossa del loro temibile avversario. Una storia di malavita, un noir dove si intrecciano i destini di vecchi e nuovi gangster in un mondo dove le regole di un tempo non esistono più. Solo il passato torna sempre a chiedere il conto.

Buoni o cattivi, mafiosi o onesti lavoratori, fedeli madri di famiglia o puttane, poliziotti o terroristi, tutti amano. Tutti. L'amore non si può rinnegare. Quando lo si sente dentro non lo si può ignorare. E l'amore può portare a fare cose incredibili, anche uccidere. Trasformare l'uomo in una bestia. Portarlo sull'orlo della pazzia per il dolore e la rabbia, ed è questo il rischio che corre Beniamino Rossini, bandito gentiluomo compagno di tante avventure

dell'Alligatore che torna dopo otto anni in questo romanzo. Rossini, è un criminale d'altri tempi che con i suoi comportamenti e la sua personalissima etica delinquenziale ha sempre espresso una ribellione, una rottura con la nuova criminalità globalizzata senza regole né codici comportamentali, non avrebbe mai rapito o fatto del male a una donna. Ma le cose sono cambiate. Ora più che mai il vecchio gangster deve affrontare la dura realtà: la criminalità si è evoluta. E si è evoluta maledettamente in peggio. Ha allargato il suo raggio d'azione sull'economia legale, ha esteso i tentacoli sulle istituzioni, ha contagiato come un virus inarrestabile porzioni sane di società, infettandole e ammorbando. Risultato: l'infiltrazione è stata così pervasiva che è quasi impossibile distinguere o delimitare i confini precisi della malavita. Non ci sono più il bianco o il nero, il criminale da una parte e il poliziotto dall'altra, il magistrato integerrimo e il terrorista senza scrupoli. No. Tutto è avvolto da una pesante coltre grigia che rende indistinguibili i contorni e i colori delle cose.

Il criminale spesso fa affari col poliziotto, e il terrorista agisce indisturbato, appoggiato dal magistrato. In qualsiasi verso giriamo questo caleidoscopio, otterremo soltanto una sequela pressoché infinita di tonalità di grigio. E il reagente che annacqua i colori rendendoli tutti uguali è formato dai soldi. Tutto nella nuova criminalità ha un prezzo. Le distinzioni nette appartengono al passato. Massimo Carlotto ha fatto una scelta molto coraggiosa a far attendere i suoi lettori per così tanto tempo. Ma il risultato di questa lunga attesa non poteva essere migliore.

Questa è proprio la storia giusta per restituire ai lettori il protagonista della serie, invecchiato e reso più cinico dalle avversità e gli sgambetti della vita. Carlotto ci regala dei personaggi che la vita e la crisi d'identità che la globalizzazione ha portato, hanno costretto a cambiare. L'amore del bandito è la naturale prosecuzione del lavoro iniziato dal maestro del noir mediterraneo col romanzo Nessuna Cortesia all'Uscita. In quella storia Carlotto — profondo studioso del mondo criminale oltre che scrittore onesto e attento — poneva

in risalto il crollo dell'impero della Mafia del Brenta nel Nordest, svenduta dal padrino veneto Felice Maniero alla malavita straniera. Terra di crimine diffuso e di profonde contraddizioni il Nordest di Carlotto, soltanto una delle location di questo bel romanzo, dove comunque è la storia a farla da padrona, perché la travagliata vicenda personale di Rossini prende da subito il sopravvento della narrazione, costringendo il lettore a seguire i tre soci nella ricerca della donna, che li porterà a scontrarsi contro il perverso traffico di esseri umani e della riduzione in schiavitù di donne ridotte a essere giocattoli sessuali in affitto. Ed è anche la struttura del romanzo a intrappolare il lettore nelle sue maglie: disponendo con maestria la storia su piani narrativi cronologicamente diversi, Carlotto crea una continua fuga tra passato e presente, che aumenta esponenzialmente la curiosità del lettore man mano che viene a conoscenza di elementi del passato che vanno a inserirsi nel puzzle del presente. Tutto con una precisione impressionante.

Come capita sempre con i romanzi dell'autore padovano, la storia narrata può essere letta attraverso due livelli: un puro livello di intrattenimento, con meccanismi oliati alla perfezione dalla consumata esperienza del maestro del noir mediterraneo, oppure si può usare il romanzo come chiave di interpretazione della realtà. Comunque si voglia affrontare la lettura, resta assodato che questa è una storia che pretende di essere letta trattenendo il respiro. Ed è uno di quei noir che riesce a colpirti nello stomaco, contorcerti dalle risate, strizzarti il cuore e far lacrimare gli occhi; spesso tutto nella stessa pagina. L'alligatore e i suoi soci non potevano tornare in scena in modo migliore.



I quarantenni di Baciarsi ancora

Confusi, caotici, meno nevrotici, più sentimentali. E soprattutto padri...

di Massimo Sainas



Li avevamo lasciati, nell'Ultimo bacio, trentenni, confusi, depressi, incerti sul tipo di vita "adulta" da scegliere. Li ritroviamo adesso, nove anni dopo, in Baciarsi ancora: stesso caos sentimentale, identica inquietudine, i nostri quarantenni - diventati quasi tutti genitori, o aspiranti tali - appaiono meno platealmente nevrotici, rispetto al passato, ma sempre, irrimediabilmente, immaturi. Sequel di uno dei film nostrani più amati, pronto a sbarcare nelle sale italiane, l'ultima fatica di Gabriele Muccino - dopo due pellicole hollywoodiane - gioca tutto sull'affetto del pubblico per i suoi personaggi.

E in ben 140 minuti, ne racconta le evoluzioni e i tormenti: indugiando, soprattutto, sulle loro vicissitudini amorose, con spirito un pò melò e qualche parentesi ironica. Incontrando i cronisti, Muccino - che tornerà negli Usa per girare un film di fantascienza con Keanu Reeves - nega che il suo ritorno agli eroi dell'Ultimo bacio sia una soluzione, diciamo così, comoda.

"Per anni - dice - la stampa italiana ha scritto che io sono furbo. Ci sono moltissimi articoli in cui si dice questo dei miei film. Se fare film buoni e che la gente va a vedere vuol dire essere furbo, allora io sono furbo e James Cameron che ha diretto Avatar è il più furbo dei furbi".

E chissà se questo connubio tra mainstream e qualità, in Baciarsi ancora, risulterà ancora vincente: in attesa del responso del pubblico, il film sicuramente divide platea di cronisti. Ad alcuni piace, altri ne sottolineano la minore compattezza e autenticità, rispetto all'Ultimo bacio.

Sullo schermo, anche stavolta, la storia

è raccontata da Carlo (Stefano Accorsi), che dalla ex compagna Giulia (interpretata da Vittoria Puccini dopo il "no" di Giovanna Mezzogiorno a riprendere il ruolo) ha avuto una bimba, ma poi si è separato. Ma lui continua ad amare la madre di sua figlia, e per questo decide di tentare di riconquistarla.

Non ci sono però solo le dinamiche di questa coppia. Perché se Giulia convive con un nuovo compagno (Adriano Giannini), vicino a Carlo, oltre a una fidanzata più giovane, ci sono i suoi amici storici: Marco (Pierfrancesco Favino), in crisi nera con sua moglie Veronica (Daniela Piazza) a causa della mancanza di figli; Paolo (Claudio Santamaria), fragile e depresso, che tira avanti a psicofarmaci; il Casanova inquieto Alberto (Marco Cocci), che sogna di andare in Brasile; l'irriconsociabile Adriano (un Giorgio Pasotti imbruttito da un'orrenda parrucca), che da dieci anni non vede il figlio avuto con la ex, Livia (Sabrina Impacciatore). E che incontra un'altra madre (Valeria Bruni Tedeschi)...

Questi i temi e i personaggi di un film che, secondo il suo autore, non è affatto un affresco generazionale: "Non volevo fare un film sui quarantenni - dichiara - così come L'ultimo bacio non voleva essere un film sui trentenni.

Vero è che alla mia età vedo tanti uomini disorientati, spesso a causa di un rapporto troppo complesso di coppia. Anche perché le grandissime aspettative della società rendono i legami tra uomo e donna difficili. Ma non ho una conoscenza della vita tale da poter



essere identificato come uno che può addirittura essere il portavoce di una generazione, se no non avrei fatto tutti gli errori che ho fatto". Muccino poi sottolinea una differenza importante, rispetto all'Ultimo bacio, è la presenza importante dei figli: "I collassi familiari ovviamente si riverberano su di loro - dice - è un fenomeno recente, questo: solo quando i bambini di adesso cresceranno, potremo capire la portata dei danni. Ma io, come padre e come cineasta, sento molto questa responsabilità". Gli attori, invece, hanno sentito un altro tipo di responsabilità: far rivivere personaggi molto amati. "Carlo vive una maturazione, è più sincero con se stesso agli altri", dice Accorsi.

Pasotti sottolinea la sua "incredibile tenerezza" per Adriano. Favino si compiace del fatto che Muccino abbia "intuito le possibilità brillanti del ruolo che interpreto". Valeria Bruna Tedeschi, uno dei volti nuovi del film, ammette di essersi sentita, sul set, "una marziana". Ma la prova più difficile era quella di Vittoria Puccini, che ha ereditato la Giulia di Giovanna Mezzogiorno: "Non è stato facile - confessa - ho dovuto vedere l'Ultimo bacio una quindicina di volte, per farmi entrare il personaggio dentro". Con che risultati, sarà il pubblico stabilirlo.

I Film in uscita da Gennaio

In evidenza il ciclone Avatar e il nostrano Baciarsi ancora, ritorna Alvin Superstar

di Massimo Sainas



Io, loro e Lara

nazione Italia
 anno 2009
 regia Carlo Verdone
 genere Commedia
 cast C. Verdone • L. Chiatti
 A. Bonaiuto • M. Giallini
 S. Fiorentini • A. Finocchiaro

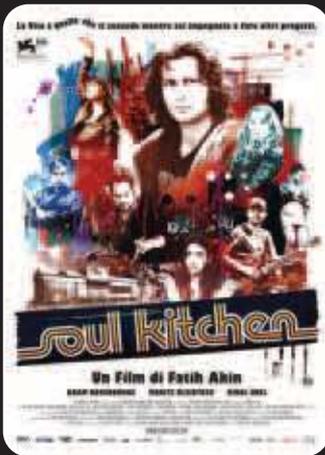
"Io, loro e Lara" racconta la crisi mistica del missionario Carlo Mascolo che torna a Roma, dopo l'ultima missione in Africa, ritrovando una famiglia complicata: il padre Alberto che vuole tornare giovane, si tinge i capelli e si comporta come un ventenne, il fratello Luigi broker con la passione per le donne e la sorella Beatrice psicologa ma che proprio non lo capisce. La situazione precipita quando appare Lara, una ragazza che lo metterà profondamente in crisi...

Soul Kitchen

Soul Kitchen
 nazione Germania
 anno 2009
 regia Fatih Akin
 genere Commedia
 cast M. Bleibtreu • B. Unel
 A. Bousdoukos • A. Bederke

Il giovane Zinos, proprietario di un

ristorante, non naviga in buone acque. La fidanzata, Nadine, si è trasferita a Shanghai, i clienti del suo "Soul Kitchen" stanno boicottando la cucina del nuovo cuoco e Zinos so-



fre anche di mal di schiena. Per il locale, le cose iniziano a girare nel verso giusto quando l'innovativo stile culinario comincia a venire apprezzato da un pubblico alla moda, Zinos, invece, continua a soffrire per amore. Decide quindi di andare a trovare Nadine in Cina, lasciando il ristorante in mano all'inaffidabile fratello Ilias, ex-detenuto...

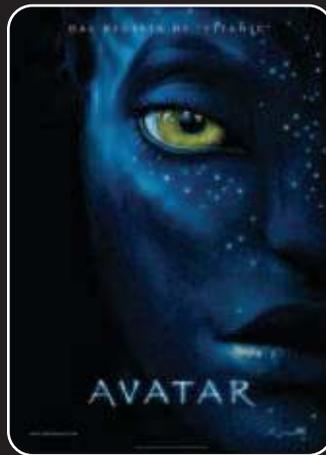
Dopo l'Orso d'oro per "La sposa turca" e il premio alla sceneggiatura a Cannes per "Ai confini del paradiso", Fatih Akin conquista anche la giuria veneziana con "Soul Kitchen", vincitore del Premio Speciale.

Avatar

nazione U.S.A.
 anno 2009
 regia James Cameron
 genere Fantascienza / Azione / Thriller
 cast Z. Saldana • S. Worthington
 M. Rodriguez • S. Weaver
 G. Ribisi • C. Pounder
 S. Lang • J. Moore

Nella distante luna chiamata Pandora, un riluttante eroe si imbarca in un viaggio di redenzione, scoperte e troverà un inaspettato amore, mentre guiderà un'eroica battaglia per salvare una civilizzazio-

ne. Esperienza forse unica per gli occhi, a tratti anche per la mente. Capolavoro di tecnica e non solo, il film più costoso della storia del cinema è anche quello che incasserà di



più, proiettando Cameron tra i grandi. Non c'è solo tecnica, ma anche recitazione e idee (poche quelle originali). 300.000.000 \$ ben spesi, con buona pace di chi ne spende meno ma meno persone soddisfa. Da vedere in 3D, anche se negli interni non convince del tutto.

La prima cosa bella

nazione Italia
 anno 2009
 regia Paolo Virzì
 genere Commedia
 cast S. Sandrelli • V. Mastandrea
 C. Pandolfi • P. Ruffini
 M. Messeri • S. Albelli



Con "La prima cosa bella" Virzì racconta la sua città, Livorno, riproponendo scorci e atmosfere che ormai appartengono al passato, attraverso le storie di un'amicizia in un gruppo di ragazzini che, dagli anni '70 ad oggi, viaggiano verso l'età adulta. Commedia intima e delicata, elegantemente ironica e molto autobiografica: Virzì torna a casa e si commuove, mostrandoci il suo lato più dolce e gentile. Probabilmente dedicato alla Vita, sicuramente dedicato alla moglie.

A Single Man

nazione U.S.A.
 anno 2009
 regia Tom Ford
 genere Drammatico
 cast C. Firth • J. Moore
 M. Goode • G. Goodwin

Ambientato a Los Angeles nel 1962 durante la crisi dei missili successiva all'invasione USA a Cuba, "A Single Man" è la storia di George Falconer, un professore inglese di 52 anni che cerca di dare un senso alla propria vita dopo la morte del suo compagno Jim. George indugia nel passato e non riesce a immaginarsi un futuro, ma una serie di eventi e di incontri lo porteranno a decidere se ci sia o no un significato nel vivere senza Jim. George viene confortato da una cara amica, Charley, una bella donna di 48 anni a sua volta assalita da dubbi sul futuro. Kenny,



un giovane studente di George alla ricerca di una ragione che giustifichi la sua natura omosessuale, perseguita il professore identificandolo come anima gemella.

Esordio alla regia per Tom Ford, ex direttore creativo di Gucci e creatore del marchio che porta il suo nome. "



L'uomo che verrà

nazione Italia
anno 2009
regia Giorgio Diritti
genere Drammatico
cast A. Rohrwacher • M. Sansa

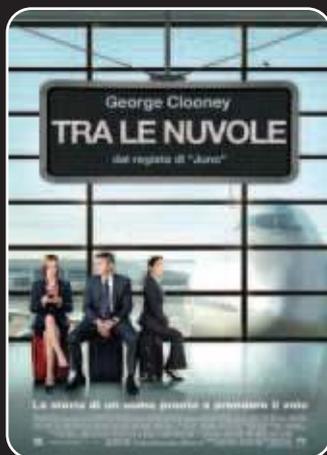
Inverno, 1943. Martina ha 8 anni, vive alle pendici di Monte Sole, non lontano da Bologna, è l'unica figlia di una famiglia di contadini che, come tante, fatica a sopravvivere. Anni prima ha perso un fratellino di pochi giorni e da allora ha smesso di parlare. Nel dicembre la mamma rimane nuovamente incinta. I mesi passano, il bambino cresce nella pancia della madre e Martina vive nell'attesa del bimbo che nascerà mentre la guerra man mano si avvicina e la vita diventa sempre più difficile. Nella notte tra il 28 e il 29 settembre 1944 il piccolo viene finalmente alla luce. Quasi contemporaneamente le SS scatenano nella zona un rastrellamento senza precedenti, che passerà alla storia come la strage di Marzabotto.

Tra le nuvole

nazione U.S.A.
anno 2009
regia Jason Reitman
genere Commedia
cast G. Clooney • V. Farmiga

Sarebbe meglio la vita senza lega-

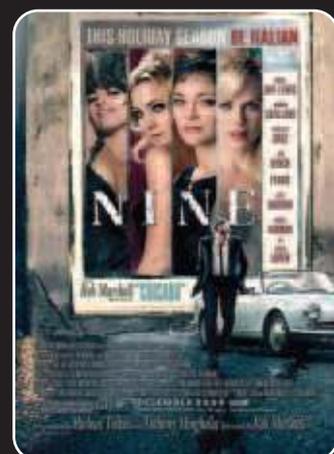
mi? Chi non ha mai pensato a fuggire o semplicemente di abbandonare tutto e tutti per vivere in libertà? Ryan Bingham, un esperto tagliatore di teste, in superlavoro e superstress per via della crisi, è riuscito a prendere questa decisione vitale. Si è staccato da tutti e da tutto. La sua agognata vita on the road, aeroporto



dopo aeroporto, mille miglia dopo mille miglia, è però minacciata proprio quando sta per ottenere da una compagnia aerea il premio fedeltà, un superbingo da un milione di miglia e subito dopo aver incontrato la donna dei suoi sogni, appassionata di viaggi e alberghi.

Nine

nazione U.S.A.
anno 2009
regia Rob Marshall
genere Musical
cast D. Day-Lewis • M. Cotillard
P. Cruz • N. Kidman
J. Dench • K. Hudson
S. Loren • S. Ferguson
R. Tognazzi • G. Cederna
E. Germano • A. Di Stefano
R. Nobile • F. De Vito
E. Cilenti • V. Mastandrea
R. Remotti • M. Alhaique
M. Stella • M. Scattini



Guido Contini è un regista di fama mondiale che sta attraversando una crisi professionale e psicologica. Intento a preparare le riprese del suo prossimo film, si ritrova ad affrontare tutte le donne protagoniste della sua vita: la moglie, l'amante, la musa ispiratrice, la confidente, una giornalista di moda, la prostituta che ha segnato la sua giovinezza e la sua defunta madre. Versione cinematografica del musical di Broadway "Nine", a sua volta ispirato ad "8 1/2"; fedele al musical nella parte onirica, si rifà ampiamente al film di Fellini nelle scene recitate e nei ricordi d'infanzia. Ma la bravura di Daniel Day-Lewis non basta, perché il suo Guido - così come il film - ha ben poco dell'atmosfera originale. Classica operazione americana, semplificazione e linearità al servizio di un pubblico di poche pretese.



Cuccioli Il Codice di Marco Polo

nazione Italia
anno 2009
regia Sergio Manfio
genere Animazione

I Cuccioli, protagonisti di una delle serie televisive di animazione più amate dai bambini di 40 paesi nel mondo, passano dal piccolo schermo a quello del cinema. Riuscirà il gruppo dei sei simpatici e scatenati cuccioli a contrastare i diabolici piani della Maga Cornacchia che vuole trasformare i canali di Venezia in strade asfaltate?

Alvin Superstar 2

nazione U.S.A.
anno 2009
regia Betty Thomas
genere Commedia
cast J. Lee • Z. Levi



Le famose popstar Alvin, Simon e Theodore vengono affidate alle cure di Toby, il nipote ventenne di Dave Seville. I ragazzi, per il momento, devono mettere da parte i sogni di successo per tornare a studiare, e hanno il compito di salvare il programma di musica della scuola vincendo il premio di 25.000 dollari messo in palio in un concorso per band musicali. ..

Baciami ancora

nazione Italia
anno 2009
regia Gabriele Muccino
genere Sentimentale / Drammatico
cast S. Accorsi • V. Puccini
P. Favino • V. Bruni Tedeschi
A. Giannini • C. Santamaria
G. Pasotti • S. Impacciatore



"Baciami ancora" è il sequel del fortunato "L'ultimo bacio": dieci anni dopo ritroviamo Carlo e Giulia...

A dieci anni dal successo de "L'ultimo Bacio", il film che nel 2001 ha appassionato il pubblico di ogni età, Gabriele Muccino torna sul set con "Baciami ancora" per raccontare il seguito delle storie dei protagonisti Carlo e Giulia e dei loro amici.

CLASSIC, GOLD, REVOLVING E BUSINESS. BPERCARD QUADRUPLICA I VANTAGGI.



Sommate la **praticità** di poter prelevare e fare acquisti in tutto il mondo, il **risparmio** sulle commissioni del carburante, le **coperture assicurative gratuite**,

Aggiungete la **chiarezza sulle spese** offerta dall'estratto conto mensile e dal Servizio Clienti, la **consultazione on-line**, il **servizio blocchi** attivo 24 ore su 24 e, riservati alle carte personali, i **vantaggi gratuiti** del Club BperCard.

Moltiplicate tutto per il sistema Classic, Gold, Revolving e Business: avete ottenuto la **formula BperCard**, il sistema di carte di credito a saldo e rateali che il Gruppo Bancario Banca Popolare dell'Emilia Romagna ha creato per i clienti che ogni giorno scelgono i 1.200 sportelli delle sue 12 Banche.

BperCard. Pensata in grande, creata per te.

BPER
CARD
CREATA PER TE.



Servizio Clienti

Numero Verde
800 440650



BANCA DI SASSARI

GRUPPO BANCARIO Banca popolare dell'Emilia Romagna

www.bpercard.it