

2020 N3

# SPECIALE ALLEGRAMENTE

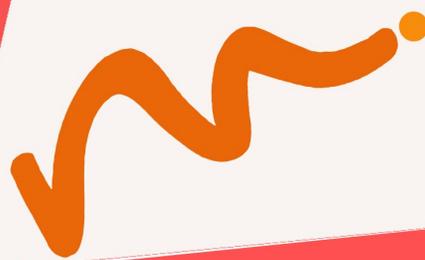


**LAVORETTI DI PASQUA**

**POESIE E RACCONTI**

**SPAZIO CINEMA**

**ALLENA-MENTE**



**WWW.MUOVERSIALLEGRAMENTE.ORG**

# SALUTO DEL PRESIDENTE

BUONGIORNO A TUTTI.

ED ECCO UNA NUOVA SORPRESA. UN'INIZIATIVA, PENSATA DA ALCUNI DI NOI QUALCHE TEMPO FA, CHE CON I SOLITI MILLE IMPEGNI ORGANIZZATIVI ERA STATA TEMPORANEAMENTE MESSA NEL CASSETTO, È STATA ORA TIRATA FUORI, PROPRIO IN QUESTO PERIODO SURREALE IN CUI IL TEMPO HA ASSUNTO NELLA NOSTRA PERCEZIONE UN'ALTRA DIMENSIONE, PIÙ RIFLESSIVA.

QUI OGNUNO PUÒ TROVARE UN MODO PER ESPRIMERSI, PER MOSTRARE LE SUE ATTITUDINI, CON CONTENUTI CHE, DI VOLTA IN VOLTA, IN REDAZIONE SARANNO ASSEMBLATI LASCIANDO SPAZIO ALLE PAROLE, AI PENSIERI, AI GESTI E AI SOGNI DI TUTTI.

QUESTO GIORNALINO RICONOSCE IN SÉ IL GRANDE VALORE DELLE COSE SEMPLICI CHE IN PERIODI COME QUESTO VENGONO SEMPRE PIÙ RISCOPERTE. E QUINDI BUONA LETTURA E UN GRAZIE SPECIALE ALLA NOSTRA REDATTRICE MATILDE

*Nat*

---

*IL*  
*CANTASTORIE*

---



*IO NON SO COME SI CHIAMANO GLI SPAZI  
TRA UN SECONDO E L'ALTRO. MA SO CHE  
IN QUEGLI ISTANTI, IN CUI  
IL TEMPO SI FERMA, IN QUEI PICCOLI  
SPAZI DI ETERNO, IO TI PENSO SEMPRE,  
SEMPRE, SEMPRE*

*Luca Gratti*



*HAI MAI PROVATO A  
PENSARE CHE FORSE TENGO A TE PIU' DI  
QUANTO TU POSSA IMMAGINARE?  
PERCHE'?*

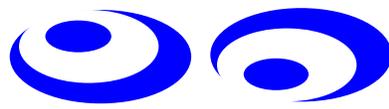
*PER IL TUO SORRISO, CHE RIESCI A FARMI  
SORRIDERRE ANCHE SE LA MIA TESTA E'  
AVVOLTA DA PROBLEMI, MI BASTA  
GUARDARTI E CAMBIO DI UMORE E MI  
RASSERENO. NON PERDERE MAI IL TUO  
SORRISO, E' LA DOTE PIU' GRANDE CHE TU  
HAI E NON PERMETTERE MAI A NESSUNO  
DI TOGLIERLO DAL TUO VISO.*



*Luca Gratti*

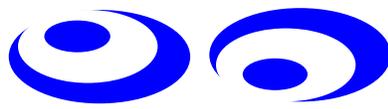
# ***AMELIA SI INNAMORA DI LORIS***





C'ERA UNA VOLTA, NEL 2020, UN VOLONTARIO DELLA C.R.I. DI FIANO CHE SI CHIAMAVA LORIS E UNA RAGAZZA CHE SI CHIAMAVA AMELIA, MORA, ALTA E MAGRA, CON I CAPELLI LISCI E LUNGHI NERI. LA RAGAZZA FACEVA LA BIDECCA ALLE SCUOLE MEDIE DI NOLE. UN GIORNO ALL'IMPROVISO DECISERO CHE TUTTE LE SCUOLE DOVEVANO ESSERE CHIUSE PER IL CORONAVIRUS; UNA MALATTIA CHE NON SI CONOSCEVA ANCORA, PURTROPPO. AMELIA SI AMMALO' CON LA FEBBRE E TANTA TOSSE E DECISE DI TELEFONARE ALLA CROCE ROSSA. CINQUE MINUTI DOPO ARRIVO' LORIS CON LA SUA SQUADRA IN AMBULANZA CON LE SIRENE SPIEGATE. LORIS ERA ALTO, MAGRO, CON I CAPELLI MARRONE SCURO CORTI E CON IL GEL; AVEVA 20 ANNI, STUDIAVA ALL'UNIVERSITA PER DIVENTARE MEDICO.

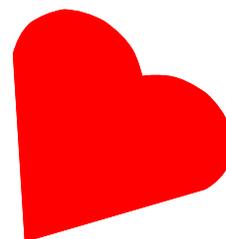
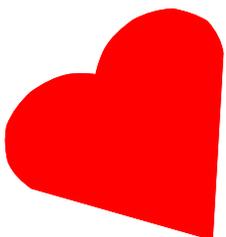




I VOLONTARI PORTARONO AMELIA IN OSPEDALE A CIRIE' E LEI RIMASE AFFASCINATA DAI CAPELLI DI LORIS. VENNE RICOVERATA NEL REPARTO SPECIALE PER IL CORONAVIRUS E LORIS ANDAVA A TROVARLA TUTTI I GIORNI PER SAPERE SE STAVA MEGLIO. PER FORTUNA AMELIA GUARI' IN 20 GIORNI E POTE' RITORNARE A CASA SUA A NOLE. NEL GIORNO DELLE DIMISSIONI AD ASPETTARE AMELIA FUORI DALL'OSPEDALE C'ERA LORIS. AMELIA ERA CONTENTA E STUPITA PERCHE ANCHE QUANDO ERA A CASA LORIS TUTTI I GIORNI LE PORTAVA UN REGALO. DOPO UN MESE SI FIDANZARONO PER POI SPOSARSI IN ESTATE DOPO L'EMERGENZA DEL CORONAVIRUS: IL MATRIMONIO VENIVA CELEBRATO IN UNA CHIESA DI FIANO DOVE CI FU UNA GRANDE FESTA.



*Diksha Pieri*



# FILASTROCCA DI PASQUA

È GIUNTA L'ORA DELLA FILASTROCCA  
APRITE GLI OCCHI, CHIUDETE LA BOCCA

1, 2, 3...LA FILASTROCCA CHE PIACE A TE  
CHE PIACE A TE PERCHÉ PUOI DIRE  
QUELLO CHE GLI ALTRI VOGLIONO SENTIRE

CANTI, CANZONI O FILASTROCCHES  
PURCHÈ SIANO ALQUANTO SCIOCCHES  
COME QUESTA SCRITTA ORA  
IN UN MOMENTO DI FELICITÀ  
VUOL FAR RIDERE TUTTI ANCORA  
POVERI, RICCHI ED I PASCIA

RIDETE TANTO, SERENI SIATE  
TANTI AUGURI VI FACCIAMO  
MOLTE UOVA VOI MANGIATE  
BUONA PASQUA VI AUGURIAMO

# ALLENAMENTO-MENTE



TENIAMO ALLENATA LA MENTE CON  
QUESTO GIOCO....SEGUI LE ISTRUZIONI...

RIEMPI OGNI CASELLA CON LA LETTERA  
INIZIALE DELL'OGGETTO  
CORRISPONDENTE.  
IL PRIMO CHE INVIA LA RISPOSTA  
CORRETTA ALLA MAIL DEL GIORNALINO  
RICEVERÀ UNA MEDAGLIA VIRTUALE!!!!!!  
TUTTINELPALLONE@TISCALI.IT  
0 3388348732

## ESEMPIO



È UNA PALLA

1
2
3

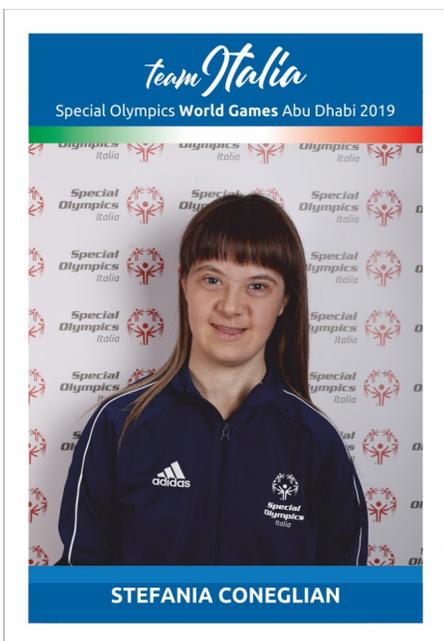
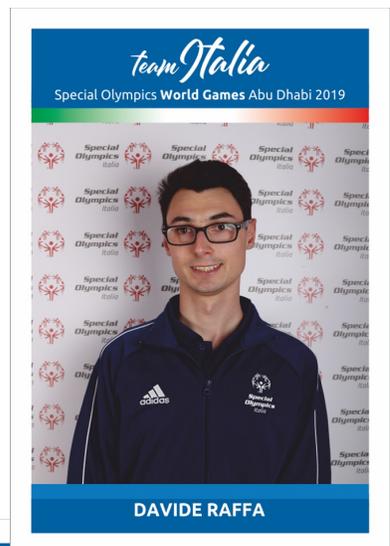
P



SCRIVO LA  
LETTERA  
INIZIALE,  
QUINDI LA "P"

1
2
3
4
5
6
7
8

9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20





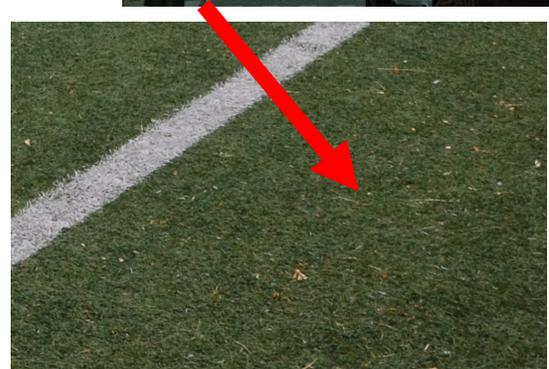
9



10



11



12



13



14

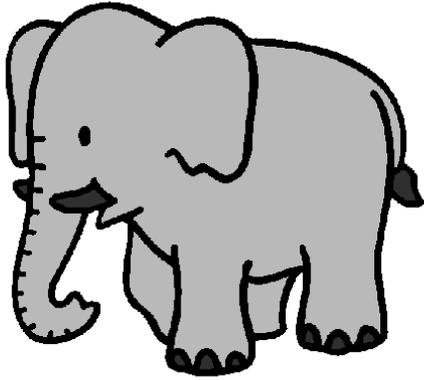


15

SPECIAL OLYMPICS  
**WORLD  
GAMES**  
ABU DHABI 2019



16



17



18



19



20

# LAVORETTI PER TUTTI

---

LAVORETTI A TEMA

PASQUA E PRIMAVERA





# LA PRIMAVERA

CHIARA HA FATTO QUESTO SPLENDIDO LAVORETTO CON LA PASTA COLORATA.

# BUNNY BASKET

DEBORA CI SUGGERISCE QUESTO  
LAVORETTO PER PASQUA.

È MOLTO SEMPLICE DA FARE, BASTA  
SEGUIRE LE ISTRUZIONI PASSO PER PASSO...

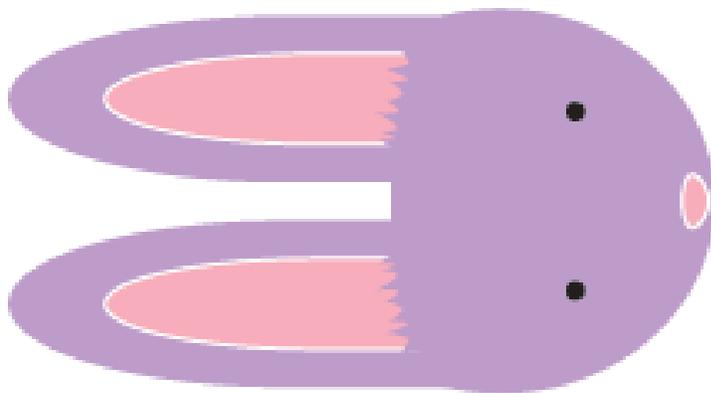
PIEGA IL FOGLIO LUNGO LA LINEA PUNTINATA

PIEGA QUESTA PARTE IN AVANTI E METTI LA COLLA

PIEGA QUESTA PARTE E METTI LA COLLA PER FARLO DIVENTARE UNA SCATOLA

RITAGLIA QUESTA PARTE CHE DIVENTERA' IL MANICO

PIEGALO A META', UNA PARTE SI INCOLLA AL CONIGLIO COSI' DIVENTA LA SUA CODINA



INCOLLA I PIEDI DI FRONTE AL CESTINO





# I DISEGNI DI DIKSHA

DISEGNI SCELTI E COLORATI DA DIKSHA





**SPAZIO  
CINEMA**

**RIFLESSIONI SUL FILM "MAMMA HO VISTO GLI GNOMI"**

**A: QUALE DIVERTENTE MONDO MAGICO.  
CONTINUA**

**A: OSO DIRE CHE QUESTO FILM REGALA  
DOLCEZZA.**

**CONTINUA**

**A: LA STORIA MAGICA SI LEGA  
PERFETTAMENTE ALLA VIVA REALTA'.**

**CONTINUA**

**A: UMILMENTE DICO CHE LA FORZA DELL'A-  
MICIZIA PUO' MERAVIGLIOSAMENTE VINCE-  
RE SUI TRISTI OSTACOLI.**

**HO FINITO**

**RIFLESSIONI SUL FILM "IL CUORE RIVELATORE"**

**LEGGIAMO IL BRANO DI EDGAR ALLAN POE:**

**IL CUORE RIVELATORE**

**ASCOLTIAMO LO RECITATO DA GIANCARLO**

**GIANNINI**

**SEI RIUSCITO A SEGUIRE?**

**A: PERFETTAMENTE.**

**BENE. INIZIA PURE LA RIFLESSIONE**

**A: RACCONTO INCREDIBILE.**

**OSO DIRE CHE L'AUTORE HA CREATO UN**

**GENIALE FILM CARICO DI TENSIONE.**

**VIVE SCENE CUPE E TORMENTATE.**

**LA FORZA DI QUESTO RACCONTO E'**

**INCREDIBILMENTE VIVA.**

**UMILMENTE DICO CHE SI RESPIRA**

**TRISTEMENTE IL CUPO DRAMMA DI UN**

**UOMO.**

**A: HO FINITO.**



**AL CINEMA CON DEBBY**

**DEBORA CI CONSIGLIA DEI  
FILM DA  
VEDERE CON  
NICOLAS CAGE**

**NICOLAS CAGE**, CHE IN REALTÀ SI CHIAMA **NICOLAS KIM COPPOLA**, HA 56 ANNI ED È UN ATTORE, PRODUTTORE CINEMATOGRAFICO E DOPPIATORE STATUNITENSE.

CAGE È APPARSO IN OLTRE SETTANTA FILM, TRA CUI *FACE/OFF - DUE FACCE DI UN ASSASSINO*, *THE FAMILY MAN*, *IL MISTERO DEI TEMPLARI*, *GHOST RIDER 1 E 2*, *IL CATTIVO TENENTE...* ALL'ETÀ DI TRENTADUE ANNI È DIVENTATO IL QUINTO ATTORE PIÙ GIOVANE DI SEMPRE A VINCERE IL PREMIO OSCAR COME MIGLIOR ATTORE PER LA SUA INTERPRETAZIONE NEL FILM *VIA DA LAS VEGAS*.

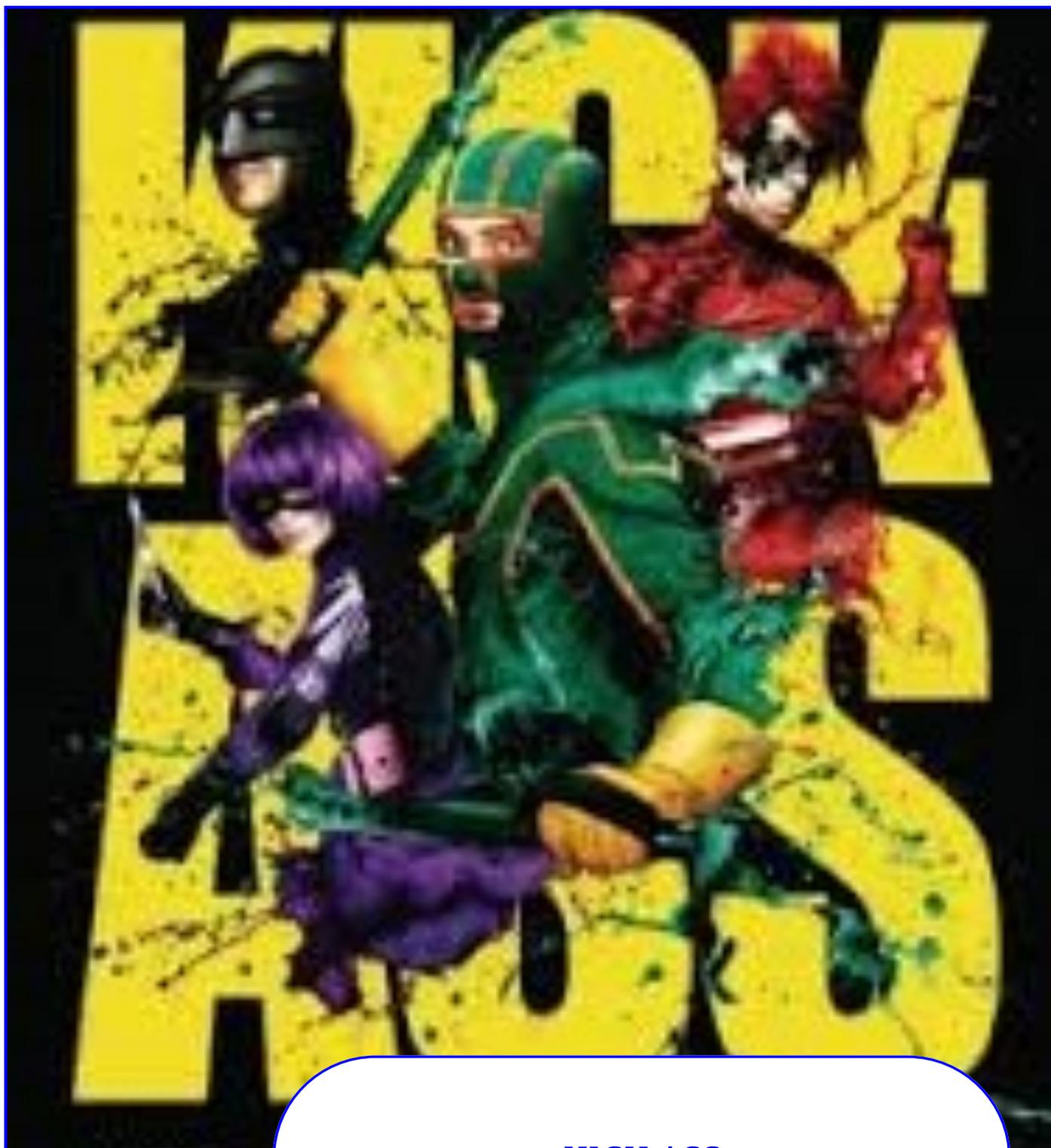
DI ORIGINI ITALIANE DA PARTE DI PADRE (IL SUO BISNONNO ERA DI BERNALDA, IN PROVINCIA DI MATERA, E LA SUA BISNONNA DI NAPOLI), TEDESCHE E POLACCHE DA PARTE DI MADRE, NICOLAS È NIPOTE DEL REGISTA FRANCIS FORD COPPOLA E DELL'ATTRICE TALIA ROSE COPPOLA (IN ARTE TALIA SHIRE), NONCHÉ CUGINO DI SOFIA COPPOLA, JASON SCHWARTZMAN, ROBERT CARMINE E ROMAN COPPOLA E NIPOTE DEL COMPOSITORE CARMINE COPPOLA.

NICOLAS DECISE DI CAMBIARE IL SUO COGNOME PER AFFRANCARSI DALLA REPUTAZIONE DELLO ZIO E TENTARE DI SFONDARE COME ATTORE INDIPENDENTEMENTE DALLA CELEBRITÀ DEI PARENTI.

NEL 1990 HA AVUTO IL SUO PRIMO FIGLIO, WESTON CAGE, NATO DA UNA RELAZIONE CON LA MODELLA CHRISTINA FULTON.

NEL 1995 SI SPOSA CON PATRICIA ARQUETTE, CON LA QUALE RECITA NEL FILM *AL DI LÀ DELLA VITA* E DA CUI DIVORZIA DOPO 5 ANNI. DOPO DUE ANNI SPOSA LISA MARIE PRESLEY, MA I DUE SI LASCIANO GIÀ DOPO UN MESE E MEZZO DI MATRIMONIO. NEL 2004, DUE MESI DOPO IL DIVORZIO DALLA PRESLEY, SPOSA LA CAMERIERA ASIATICA ALICE KIM, DALLA QUALE HA IL SUO SECONDO FIGLIO, KAL-EL, E DALLA QUALE SI SEPARA NEL 2016. IN SEGUITO HA UNA RELAZIONE ANCHE CON LA MODELLA KRISTEN ZANG. NEL 2019 SPOSA LA MAKEUP ARTIST ERIKA KOIKE, CHIEDENDO PERÒ L'ANNULLAMENTO DELLE NOZZE APPENA QUATTRO GIORNI DOPO. A 50 ANNI, È DIVENUTO NONNO PER LA PRIMA VOLTA. UNA VITA SENTIMENTALE BURRASCOSA, DEGNA DI UNA TELENOVELA!

NICOLAS CAGE HA RECITATO IN TANTISSIMI FILM, MA ECCO QUELLI CHE HO SCELTO DI CONSIGLIARVI:



## KICK ASS

NONOSTANTE LA TOTALE MANCANZA DI POTERI STRAORDINARI, UN ADOLESCENTE SI REINVENTA COME SUPEREROE E INSIEME A UNA FAMIGLIA DI "VIGILANTI" - PADRE (NICOLAS CAGE) E FIGLIA -, COMBATTE UN BOSS DELLA MAFIA.



## L'APPRENDISTA STREGONE

BARUCHEL, GIOVANE STUDENTE DI NEW YORK, ACCETTA UN LAVORO DA APPRENDISTA DA BALTHAZAR BLAKE (N. CAGE), UNO STREGONE ALLE DIPENDENZE DEL QUALE IL RAGAZZO SARÀ ADDESTRATO A COMBATTERE CONTRO LE FORZE DEL MALE.



## IL MISTERO DEI TEMPLARI 1 E 2

1: GRAZIE AD UN'ENIGMATICA INDICAZIONE, SCRITTA SU UN FOGLIETTO AFFIDATOGGI DALL'ANZIANO NONNO, BEN (N. CAGE) CAPISCE CHE UN IMPORTANTE SEGRETO È CUSTODITO NELL'ANTICA NAVE, CHIAMATA CHARLOTTE, NASCOSTA SOTTO I GHIACCIAI DELL'ARTIDE.

2: BEN GATES, INSIEME AI SUOI DUE AMICI, CERCA DI TROVARE LE PROVE CHE SCAGIONINO IL TRISAVOLO, SOSPETTATO DI AVER ORDITO IL COMLOTTO PER UCCIDERE IL PRESIDENTE LINCOLN.



## GHOST RIDER 1 E 2

1: JOHNNY BLAZE È UN MOTOCICLISTA CHE FA UN PATTO CON IL DIAVOLO, RINUNCIANDO ALLA PROPRIA ANIMA, PER DIVENTARE UN GIUSTIZIERE. VA IN GIRO SCORAZZANDO SULLE DUE RUOTE ED INCUTENDO TIMORE CON UN TESCHIO FIAMMEGGIANTE. IL SUO SCOPO È UCCIDERE IL CRUDELE BLACKHEART, EGLI STESSO FIGLIO DEL DEMONIO.

2: CONTATTATO DA UNA SETTA, JOHNNY BLAZE È COSTRETTO A FAR RICORSO ALL'INCONTROLLABILE POTERE DEL SUO ALTER EGO GHOST RIDER PER SALVARE LA VITA A DANNY, FIGLIO DI UNA SUA AMICA.



**PROVERBI**



**BARZELLETTE**



**FOTO DIVERTENTI**





# PROVERBIO



**UNA MELA AL GIORNO TOGLIE IL MEDICO  
DI TORNO**

SI SA CHE LA MELA E' UN ALIMENTO MOLTO  
SANO. MANGIARNE UNA LA GIORNO CI FA  
STARE BENE...E QUANDO SI STA BENE NON SI  
HA BISOGNO DEL DOTTORE!



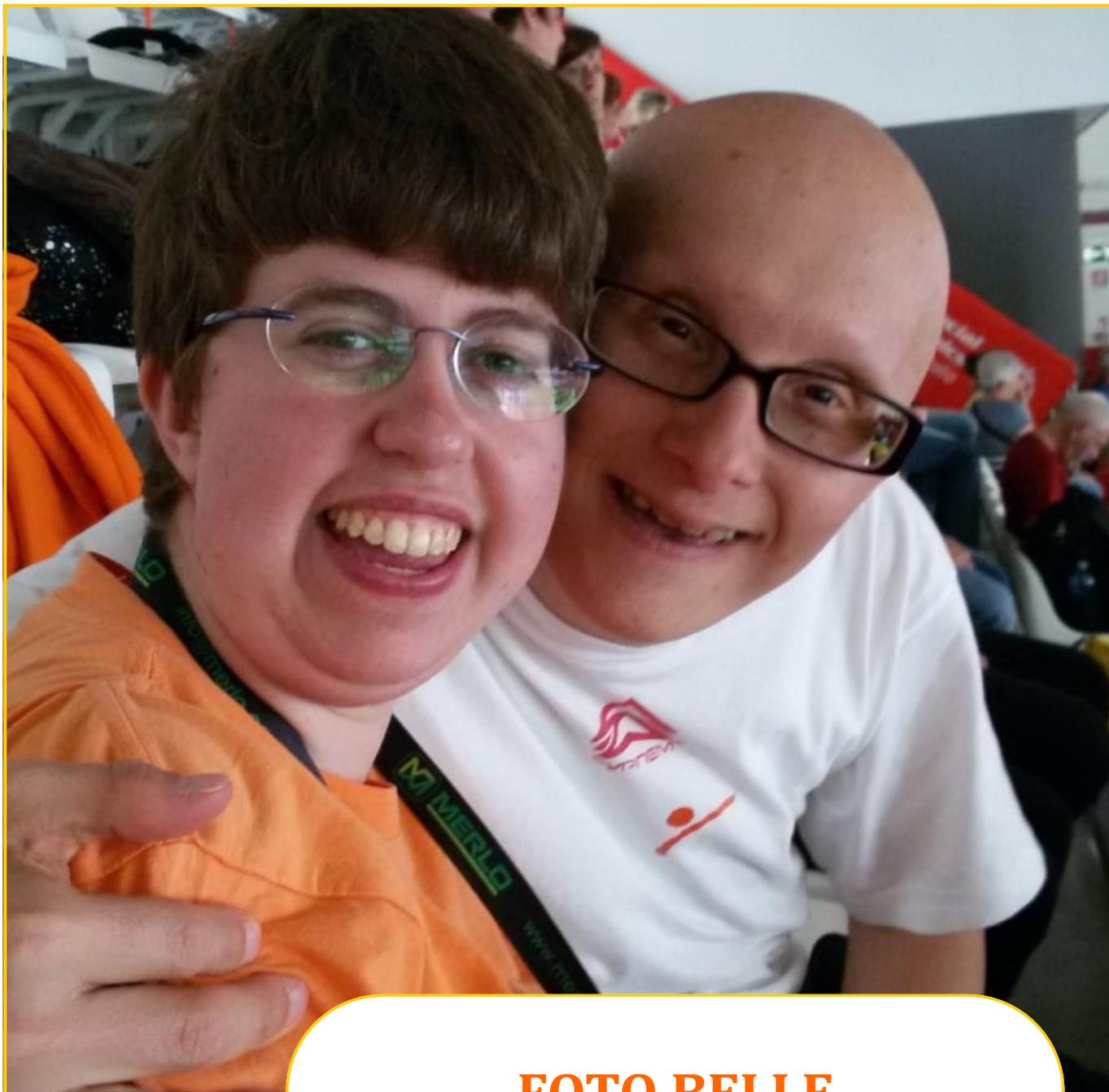
# BARZELLETTE



PERCHE' LE GIRAFFE HANNO IL COLLO  
LUNGO?

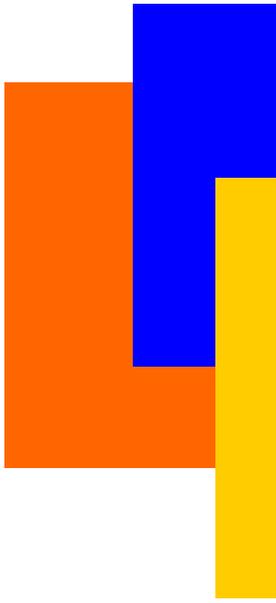
PERCHE' NON SOPPORTANO LA PUZZA DEI  
PIEDI!!

MIRIAM DANTE



**FOTO BELLE**

**MANDACI LE TUE FOTO BELLE E  
DIVERTENTI!!!!**



MANDACI FOTO, PENSIERI,  
RIFLESSIONI, PROVERBI, STORIE,  
BARZELLETTE, RICETTE E TUTTO  
QUELLO CHE VORRESTI  
CONDIVIDERE CON NOI DI  
**MUOVERSI ALLEGRAMENTE**

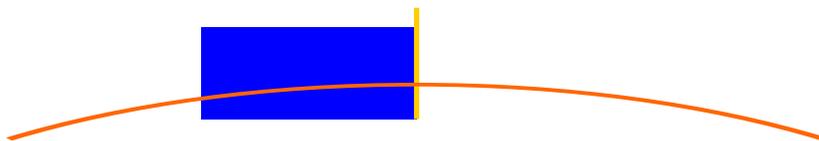


TUTTINELPALLONE@TISCALI.IT



WHATSAPP 3388348732





[WWW.MUOVERSIALLEGAMENTE.ORG](http://WWW.MUOVERSIALLEGAMENTE.ORG)



Muoversi Allegramente



[muoversi.allegamente](https://www.instagram.com/muoversi.allegamente)