

DA FARE

Roller Tour:
domenica
sulle ruote
al Poetto

Vietato l'accesso ai motoristi. Per il resto, ogni mezzo è concesso al "Roller Tour, quattro passi sulle ruote", l'iniziativa organizzata da Us Acli appripista della "Settimana europea di mobilità sostenibile". L'appuntamento è per domenica 16 alle 9 a Marina Piccola, prima fermata di fronte al distributore.

Pattini, monopattini, biciclette e persino cittadini a piedi potranno prendere parte alla passeggiata nel lungomare Poetto fino alla Bussola, per dimostrare che «senza auto e moto si può». Ideatore dell'iniziativa, Maurizio Fanzeco, neopresidente della Us Acli: «Saranno presenti anche gli Amici della bicicletta (l'appuntamento per loro è mezz'ora prima in piazza Giovanni) - spiega - anche se l'iniziativa intende promuovere il pattinaggio, sport poco diffuso eppure fiero di numerose medaglie». Il riferimento va dritto a Maria Laura Orrù di Elmas, campionessa di pattini in linea ai Mondiali del 2005 in Cina, mascotte del Roller Tour, presente domenica alla passeggiata insieme ad altri campioni sardi. Info 070/7549959. (mi.se.)

Da osservare. Dal 26 settembre al Planetario in piazza L'Unione Sarda

Noi siamo i figli delle stelle

Imparare a leggere il cielo col corso principianti

Per curiosità o per passione, il cielo e le stelle ispirano poeti e scrittori, viaggiatori e navigatori. La più sublime e nobile fra le fisiche scienze per Leopardi, l'astronomia affascina anche chi a stento riesce a infocare un binocolo per il verso giusto. Per gli appassionati che non hanno difficoltà ad individuare l'Orsa Maggiore e per chi vuole solo saperne un po' di più su pianeti, nebulose e galassie, il 26 settembre al Planetario di L'Unione Sarda comincia il corso di avvicinamento all'osservazione del cielo e all'astronomia.

PLANETARIO. Quattro tappe per iniziare a prendere confidenza con le costellazioni, scoprire quali sono gli strumenti più adatti per conoscere il cielo, ma anche e soprattutto l'osservazione diretta e quindi esterna al Planetario di piazza L'Unione Sarda. Il grande interesse suscitato dagli appuntamenti estivi da parte di adulti e ragazzi, ha spinto gli organizzatori ad aprire le iscrizioni al nuovo corso. Requisito indispensabile è aver compiuto i 13 anni e alle quattro lezioni (teoriche e pratiche) della durata di due ore ciascuna, saranno ammesse 25-30 persone al massimo. I costi: 100 euro per gli adulti e 60 per i minori di 18 anni.

IL CORSO. «Si parte dal riconoscimento delle principali costellazioni e dall'individuazione gli oggetti astronomici visibili a occhio nudo, come la Luna e i pianeti e riusciremo a vedere come cambia il cielo notturno con il susseguirsi delle stagioni». Manuel Floris, astrofisico e ricercatore del Crs4 accompagnerà gli allievi in questo viaggio. «Amare l'astronomia significa essere pronti a uscire di notte, spesso al freddo, por-



tandosi dietro uno apparecchio il più delle volte pesante e forse inadatto, per questo il corso vuole affrontare tutti i temi che ruotano intorno all'osservazione del cielo. Partendo proprio dagli strumenti». Una passione che, consigliano gli esperti, va affrontata per gradi. Per avvicinarsi all'osservazione basta un binocolo da 40-50 euro, se poi l'interesse dovesse aumentare si può passare a un buon telescopio (la spesa si aggira intorno ai 150-200 euro) e solo se la passione cresce si dovrebbe passare apparecchiature professionali e quindi più costose.

TELESCOPI. Se con la prima lezione (alle 19) si inizierà a studiare le stelle, con la seconda



Due momenti delle serate di osservazione estive notturne

(fissata per il 3 ottobre, alla stessa ora), verranno presentate le differenze sostanziali tra l'utilizzo di un binocolo e un telescopio in determinate situazioni «compresi consigli molto pratici sulle regole da seguire perché gli oggetti devono essere diversi a seconda dei luoghi in cui si sceglie di osservare», sottolinea Floris. Così se per i pianeti si può stare comodi sul balcone della propria casa, per alcune costellazioni è necessaria una situazione e una attrezzatura ad hoc. Il 10 ottobre ancora un po' di teoria: si parlerà di pianeti anche attraverso la proiezione di video, di oggetti osservabili al telescopio, ammassi stellari aperti e globulari, nebulose e galassie e si affronteranno le tecniche di ripresa di tali oggetti.

CON LA LUNA. Per la quarta fase si dovrà attendere il 22 ottobre quando la Luna si troverà nelle vicinanze del Primo Quarto, a metà strada tra la Luna nuova e la Luna piena e asarà il momento migliore per l'osservazione diretta. Saranno gli stessi partecipanti a decidere se spostarsi dalla piazza antistante il Planetario verso un luogo meno illuminato. Cominceremo con il riconoscimento delle costellazioni, si osserverà la Luna con il telescopio e, se le condizioni meteorologiche lo permetteranno, si potrà scoprire qualche oggetto dal cielo profondo». **Grazia Pili**

Da cucinare. A Villanova Giochi e cibo: i laboratori multiculturali

Un mini corso di cucina internazionale e svariate attività ludiche per bambini: ecco cosa propone l'associazione Don Chisciotte per favorire l'incontro tra piccoli e adulti di Paesi diversi. L'appuntamento è per il 23 settembre in piazza San Giacomo e via San Domenico con il festival "La villa dei giochi e del cibo" (il progetto è finanziato dal Comune e l'iscrizione è gratuita).

Si parte alle 10:30 con il laboratorio culinario multiculturale: i partecipanti, con l'aiuto di esperti, prepareranno svariati piatti tipici: dal ceebu dieune senegalese ai malloreddus. Mentre i genitori spronano ingredienti e segreti per la preparazione del cibo, i bambini si divertono nelle postazioni dei giochi con gli animatori. All'una tutti a tavola per assaporare e conoscere le pietanze preparate durante la mattinata. Il festival prosegue il pomeriggio con le mostre dei laboratori "Facciamo fagotto", "Un Diavolo per capello", "Tra fiaba e sogno": «Diversi bambini in questo periodo hanno partecipato ai nostri corsi e finalmente esporranno i loro lavori», spiega Susanna Sanna, dell'associazione Don Chisciotte. «Hanno creato strumenti musicali, quadri, disegni. Fingeranno di essere dei giocolieri e si esibiranno con una breve recita». I piccoli che non hanno preso parte ai laboratori, ma saranno in piazza San Domenico domenica 23 settembre, potranno comunque unirsi ai loro nuovi amici. La Compagnia dei ragazzini, guidata da Monica Zuncheddu, porta in piazza lo spettacolo "La macchina del tempo". Dalle 19.30, tutti in pista con con dj Trasloco che metterà musiche per far scatenare i ballerini. Per informazioni 347/5009132 o inviare mail all'indirizzo info@donchisciotteagliari.it. (fr.gh.)



Piazza San Giacomo

Da gustare. Piccola trattoria in via Pergolesi Il pesce castagna alla "Tana del gusto"

Se vogliamo scoprire una pietanza di mare insolita ma che non si allontani troppo dalle nostre abitudini culinarie possiamo assaggiare un trancio di pesce castagna cucinato con pomodori e zafferano. Chi lo consiglia è Leonardo che da un anno gestisce la "Tana del Gusto", una piccola trattoria nel pieno centro commerciale della città, via Pergolesi.

Semplice fin dal primo impatto, per accedere alla piccola sala occorre scendere alcuni gradini posti all'ingresso. Lo stile riporta ad una sobria tradizione sarda: Maschere di boes e merdules alle pareti, cestini, tovagliato con pavoncelle e piatti che non si discostano troppo dalla nostra cultura gastronomica. Ad accogliere i clienti c'è Leonardo Diana, giovane autodidatta della cucina, diviso tra gli studi di informatica e l'amore per i fornelli. È lui a scegliere il menù del ri-

storante, ma a giudicare dal successo ottenuto nel suo primo anno di attività sembra che abbia saputo cogliere il gusto dei consumatori cagliaritari. I suoi piatti sono semplici e genuini anche se ben serviti. Come il trancio di pesce castagna, scaloppato in una padella e bagnato con il Nuragus. Solo quando i pomodorini freschi, sono appassiti insieme allo zafferano e il basilico saranno pronti per essere uniti al pesce e terminare così la cottura della pietanza. Il piatto è pronto, il pesce castagna è davvero saporito e seguendo i consigli di Leonardo lo si può gustare con un buon vermentino di Oliena S'Incantu profumato e non troppo secco. (al.ad.)



Leonardo Diana, giovane autodidatta della cucina, diviso tra gli studi di informatica e i fornelli

Da dipingere. Oggi al castello di San Michele Il "dripping" su tela per bambini e ragazzi

È un castello a misura di bambino quello presente al colle San Michele, almeno sino al prossimo fine settimana. Fino a quando, cioè, resterà allestita "Jeux de Klee", la mostra-laboratorio su Paul Klee dedicata ai bambini dai 5 ai 12 anni: nove bauli ricchi di giochi compongono l'allestimento, con puzzle, penne magiche, quadri musicali e labirinti. Non solo. A legare il Castello ai più piccoli sono anche i laboratori didattici organizzati dal Consorzio Camù e da Laboratorio Scienza.

Uno di questi è "Dripping", ispirato all'omonima tecnica pittorica inventata da Jackson Pollock e previsto per questa sera dalle 18 alle 20. «Il laboratorio si sviluppa in due parti», spiega la storica dell'arte Ivana Salis. «Un primo momento è incentrato sull'opera collettiva, in cui i partecipanti sono invitati a drippare in-

sieme su un telo bianco; la seconda fase prevede una trasposizione individuale, in immagini o parole, della propria lettura dell'immagine astratta in senso emozionale».

Ma non è tutto. Per i bambini ci sono anche i due laboratori di Laboratorio Scienza, sempre al Castello, previsti per sabato prossimo (ma proseguono fino a ottobre). Sono "Il laboratorio dei colori" e "Il laboratorio delle illusioni": dimostreranno quanta scienza si nasconde nei colori e quanto, talvolta, gli effetti delle immagini siano ingannevoli (info e prenotazioni: telefono 070/500656. (mi.se.)



"Dripping": è ispirato all'omonima tecnica pittorica inventata da Jackson Pollock

E' disponibile anche la terrazza all'aperto

Ristorante Pizzeria

Le primavere di Amelia

Aperto tutti i giorni a pranzo e a cena con animazione, musica e spettacoli dal vivo

Pranzo del sabato e della domenica

Antipasti
Zuppa di cozze
Cozze gratinate
Ins. di tonno alla carlofortina
Melanzane al funghetto

Primi piatti
Risotto alla pescatora
Linguine al granchione

Secondo
Fritto misto

Pinzimonio
Sorbetto al limone
1 bevanda, caffè, mirto o limoncello

€ 25,00
a persona

Menù bambini

pennette al pomodoro
o malloreddus alla campidanese
cotoletta alla milanese con patatine fritte
1 bevanda, gelato

€ 10,00

Siamo a disposizione per l'organizzazione di Banchetti nuziali, Comunioni, Cresime, Battesimi, feste di Compleanno e di Laurea

* AMPIO PARCHEGGIO * PARCO GIOCHI PER BAMBINI

CAGLIARI - VIALE MONASTIR 219 secondo ingresso Via Laconi (strada Bruno Aceto) • È gradita la prenotazione allo 070.7548992