



SOGNA* il Cilento Quarterly

Voce della Diaspora Gioiese e Cilentana!



ANNO 16—SETTEMBRE 2017

www.gioi.com



Le mie Avventure nella Sierra Nevada

Narrato da Michele Lancaster, ex-giornalista, vi garantisco che troverete l'articolo interessante.

Incomincia a pagina 2.



My adventures in the Sierra Nevada

Written by Michael Lancaster who used to work as a journalist, I can guarantee you will enjoy reading this story starting with page 2.

E' l'Italia la nazione più salutare del Mondo?

L'indice **Bloomberg Global Health**, afferma così.

Vedete i dati a pagina 9.

Are Italians the Healthiest People in the World?

According to Bloomberg Global Health Index, we are.

See the chart on page 9.

Per filmare l' **'Isola Paradiso'** nel film **Wonder Woman**, Warren Brothers di Hollywood, trova il posto ideale a Palinuro e Camerota nel Cilento.

Leggete tutto a pagina 5



To film the **'Island Paradise'** in the movie **Wonder Women**, the producer, Warren Brothers finds the right location in Palinuro and Camerota in the Cilento.

Real all about it on page 5

Pagina della Cultura

In questo numero, Giacomo Di Matteo ci parla dell'italo-americano Franco Salati che e' vissuto a Jersey City, NJ per circa cinquant'anni dopo aver dipinto numerose chiese nel Cilento negli anni precedenti.

L'articolo e' a pagina 8

Pagina della Cultura

In this issue, Giacomo Di Matteo discusses Frank Salati, the Italian-American who lived in Jersey City, NJ for about 50 years after having painted several church in the Cilento prior to coming to America.

See the article on page 8

Cavalieri del Casato Cardone

Paolo Bechly e' un ricercatore meticoloso e focalizzato su quello che cerca. Riesce a trovare informazioni tanto oscure che neppure gli storici sanno che esistano.

*Leggete le sue scoperte e sarete d'accordo.
Andate a pagina 6 e 7*



Knights of the Thistle

Paul Bechly is a meticulous focused researcher. He finds source for his research that not even historians would know that they existed.

*You will be impressed reading his findings
on page 6 and 7*



Il mio Sentiero JMT

SEVERINO D'ANGELO

My Annual JMT Hike

By SEVERINO D'ANGELO

La JMT e' un sentiero nella Sierra Nevada catena di montagne nella California centrale. Si estende dalla cima del Mt. Whitney alla base della Valle Yosemite per 360 km. Dipendendo da come si arrivare alla vetta del Whitney, bisogna aggiungere 15 o 30 km al percorso. Non e' il più lungo ne il più duro sentiero nel mondo, ma e' considerato da molti come il più spettacolare. Non alterato dall'uomo, ti ispira. Rinvigorisce lo spirito, ringiovanisce il corpo e illumina la mente. La Sierra Nevada e' dove si trovano i Sequoie Giganti, gli alberi più grandi e più antichi nel mondo. Composta da granito impermeabile, forma un arazzo di laghi e corsi d'acqua piccoli e grandi. Acqua limpida e chiara come un cristallo e' dappertutto. E' un vero Paradiso Terrestre!

Ogni anno, cammino l'intero sentiero in meno di due settimane portando con me tenda, sacco a pelo, cibo e tutt'altro che mi serve per l'intero percorso. Non filtro l'acqua, non cucino. Quando e' tardi, dormo nella tenda ovunque trovo un posto pianeggiante. Nel 2016 andai un po' più a lungo per 450 km in 14 giorni. Quattro anni prima, decisi di andare andata e ritorno per 700 km in 20 giorni, da Yosemite a Whitney and di nuovo a Yosemite, come sempre portando tutto con me senza dover rifornire.

Non e' il più duro cammino, ma con uno zaino da 16 a 18 kili e 30 km al giorno, superando nove valichi, non e' proprio facile. Il Mt. Whitney e' 4.400 metri, seguito dal valico Forrester, 4.000 metri. Continuando verso nord, vengo i valichi, Glen, Pinchot, Mather e Muir ciascuno di 3.600 metri, seguiti a 3.400 metri dal Seldon, Silver e Donahue. I valichi più bassi sono preceduti e seguiti da valli più basse e non sono meno faticosi a superare. Normalmente, bisogna scalare mille o più metri per raggiungere un valico e poi discendere la stessa altezza verso la valle seguente.

Ho camminato la JMT 14 volte di solito da solo. Quest'anno, il 2017, e' venuto con me Michele Lancaster di 44 anni, giovane ed energetico. Per la prima volta sono andato con uno più veloce di me. A 73 anni deve essere, l'età! Quest'ultima JMT e' stata una vera avventura con un finale sorprendente.

Leggete il racconto di Michele nella pagina seguente.



SEVERINO D'ANGELO-MICHAEL LANCASTER
MT. WHITNEY (14,500 FEET-4,400 METRI)



SHELTER ON MUIR PASS RESEMBLING
THE TRULLI IN APULIA, ITALY



RIFUGIO SUL VALICO MUIR SIMILE AI
TRULLI DI ALBEROBELLO IN PUGLIA

The JMT or John Muir Trail stretches from the top of Mount Whitney to the bottom of the Yosemite Valley in the California mountain chain of the Sierra Nevada. It is officially 223 miles, but then depending how you finds your way to the top of Whitney where the JMT starts, it can add 10 to 20 miles to the backpacking adventure. It is neither the longest nor the toughest hike in the world, but it is considered by many as the must spectacular. Unspoiled by men, it is inspiring. It reinvigorates my spirit, it rejuvenates my body while enlightening my mind. The Sierra Nevada is the home of the Giant Sequoias, the largest and oldest trees in the world. Composed of granite rocks smoothed down by glaciers, it forms an impermeable tapestry of lakes and streams large and small. Pristine, crystal clean water is everywhere. It is paradise on earth!

I hike the entire JMT in less than two weeks carrying all my food, tent, sleeping bag and everything else I may need for the duration. I don't cook and drink directly from the lakes and streams without filtering the water. I sleep in my tent whenever it gets late, where I can find a flat spot. In 2016, I hiked an extended version of 280 miles in 14 days. In 2012 I walked the 440 miles JMT round trip, Yosemite to Whitney and back to Yosemite in 20 days and as always carrying all my food with me without having to re-supply.

It is not the toughest hike in the world, but hiking about 20 miles a day, carrying a 35 to 40 pounds backpack over nine passes, it is not exactly easy. Whitney is 14,500 feet high, followed by Forrester Pass 13,200. Next in the northern directions are Glen, Pinchot, Mather and Muir Pass, all with an elevation of 12,000 feet, followed by three more peaking at 11,000 feet: Seldon, Silver and Donahue. As the passes get lower, the valleys in between them get lower with them and the climbing does not get easier. In fact, on most days, I climb to the top of the pass 3,000 to 4,000 feet from the valley below and descent the same elevation to the next valley.

Since 2001, I have hiked the JMT 14 times usually alone. This year, 2017, Michael Lancaster a 44 year-old energetic young man came along and for the first time I hiked with someone faster than me. At 73, I must be getting old! This latest JMT hike turned out more of an adventure that I expected with an unpredictable finish from Tuolumne Meadows to the Yosemite Valley.

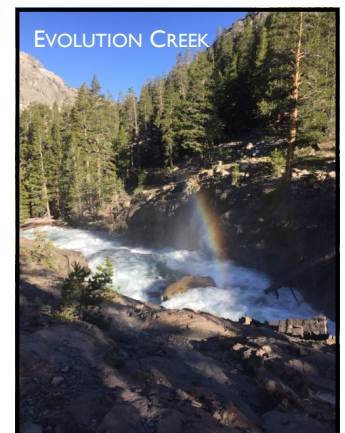
Read Michael's account on the next page.



SAN JOAQUIN RIVER



THOUSAND ISLAND LAKE



EVOLUTION CREEK



Severino sulla JMT

MICHELE LANCASTER

In un certo qual modo, tra gli anni, Severino ha tentato ogni modo possibile per camminare il sentiero John Muir Trail (JMT), ma è stato solo quest'anno che ha scoperto il modo preferito a ritornare alla civilizzazione: *l'elicottero di soccorso!* Chi conosce Severino indubbiamente saprà dei suoi exploit della JMT e sa che non gli piace niente di più di trascorrere settimane intere esplorando le montagne della Sierra Nevada. Dagli anni ottanta in poi, ha percorso gl'innomerevoli sentieri e ha esplorato zone nuove prive di tracce umane. Fu nel 2001 quando completò la prima volta l'intera JMT di circa 380 km. Da allora in poi, l'ha percorsa 14 volte. Entusiastico, dice che riesce a pensare più chiaramente lungo la JMT e ed stato lì che ha concepito le sue invenzioni migliori. Sostiene che la tenda è il suo alloggio preferito e che ritorna a casa, in miglior forma, felice e lodevole dell'esperienza vissuta pronto a far piani per il ritorno. Preferisce camminare da solo, ma gli amici sono sempre benvenuti ad accompagnarlo. Quest'anno sono stato io ad andare con lui e ho potuto costatare personalmente le sue incredibili esperienze. Si alza all'alba, riorganizza lo zaino, si lega le scarpe da tennis e si avvia per le 10 o 12 ore di marcia su e giù tra le montagne più alte e maestose nei 48 stati contigui. Trionfante si arranca tra campi e ponti di neve e attraverso fiumi profondi che superano le ginocchia. Non si ferma ad odorare i fiori; il sentiero è il suo fiore. Non dove fermarsi e assorbire le vedute, il panorama gli si gira continuo davanti mentre cammina. Pranza con barrette energetiche, noccioline e fiocchi d'avena mentre beve acqua da laghi e ruscelli senza filtrarla. Alla sera cerca dello spazio più o meno pianeggiante dove piantare la tenda. La cena consiste di avena in acqua fredda, si lava i denti per due minuti minimo prima di andare a letto nel sacco a piume. Per divertimento serale, schiaccia zanzare che hanno osato entrare la sua tenda. Non va nelle montagne per allontanarsi da tutti ma per ristorarsi la mente, il corpo e l'anima, dice lui. Anzi, lungo il sentiero, è piuttosto estroverso. Saluta tutti quelli che incontra, spesso conversando a lungo. È felice ad informare sui posti migliori per campeggiare e dove attraversare i fiumi. Parla degli anni più freddi o più caldi, quelli con meno o più neve, con fumo e senza. Sa che spesso le cartine e le indicazioni ufficiali sono in errore. Deride il filtrare dell'acqua che è purissima. Conosce molte guardie forestali sul luogo e loro conoscono lui. Almeno un altro JMT escursionista che abbiamo incontrato, lo ha riconosciuto dagli anni precedenti ricordandosi della sua dieta unica di noccioline e barre energetiche. Nonostante i più di 14 mila metri di scalo verticale e più di 30 km al giorno di cammino, anche se a volte per la pioggia o la neve si fa di meno, Severino mantiene un'attitudine positiva. Ogni mattina è un vero 'buon giorno', ogni tratto è una nuova prova da superare con coraggio ed entusiasmo. Rimanendo umile sapendo bene che ci sono altri in miglior forma di lui, Severino è fiero dei suoi 73 anni. E ha ragione di esserlo. Questa non è un'impresa leggera.

Dopo 14 giorni insieme e 8 giorni da solo e più di 500 km su e giù migliaia di metri di altitudine e senza cartina perché Severino conosce la Sierra Nevada come la palma delle mani, quest'anno verso la fine del percorso, Severino decise di prendere la scorciatoia per il traguardo nella valle Yosemite. Per me, essendo questa la prima volta ho preferito continuare la JMT ufficiale. E così ci siamo separati. Per ora, conoscendo bene il sentiero, ero confidente di farcela da solo. Così da Tuolumne dopo un saluto affrettato, Severino si avviò per scorciatoia *Snow Trail* mentre io proseguì verso gli ultimi 36 km. Come il primo volo di un uccellino, mi avviai da solo e senza guida a vivere l'esperienza della JMT nel maestoso Yosemite. Ho nuotato nel lago *Cathedral* e trovato da solo la sera un luogo per campeggiare. La mattina dopo, immaginai Severino già sul treno verso casa e pensa-

Severino's JMT

BY MICHAEL LANCASTER

Severino had pretty much explored every way on and off of the John Muir Trail over the years, but it was just this year that he discovered his favorite way back to civilization: *a rescue helicopter!* Anyone who knows Severino is probably at least somewhat familiar with his JMT exploits. Among many other accomplishments, he loves little more than to spend weeks at a time traversing the Sierra Nevada mountains. Since the 1980s, he's taken many of the countless side trails, loops, and cross-country options. It was in 2001 that he first completed the 240-or-so-mile JMT. Since then, he's completed it 14 times, and he's been raving about it endlessly. He's said he does his best thinking and inventing along the trail. He's claimed that his favorite house is his tent. He's come back to civilization fitter, happier, and full of praise about the experience--and already planning the next one. He prefers hiking alone, but he welcomes anyone to join him. This year, I was able to accompany him and finally see first-hand that Severino walks his talk.

He rises before the sun, organizes his gear into his external frame pack, laces his Kirkland tennis shoes, and sets out for 10-12 hours of walking up and down some of the tallest and most majestic mountains in the lower 48 states. He triumphantly trudges across snow fields, over snow bridges, and usually right through ankle-, knee-, and hip-deep rivers. He doesn't stop and smell the flowers; the trail is his flower. He doesn't have to soak up any one view; the views just roll out before him each day. He "dines" on power bars, oatmeal, trail mix, and unfiltered stream, lake, or snowmelt water.

When evening nears, he finds a patch of level-ish ground where he pitches his tent, soaks and eats his oats, brushes his teeth for at least two minutes, and bundles into his down mummy bag. For evening entertainment, he swats any mosquitoes that dared enter his tent. He doesn't get out to get away from it all, but to restore his mind, body, and soul. He isn't escaping society; in fact, he's quite social on the trail. He greets every passerby, often striking lengthier conversations. He lets people know what's up: where the campsites and river crossings are, how many times he's done the trail, and on how little food and how fast. He remembers which year was colder/warmer, wetter/drier, snowier/balmier or more smoky. He questions maps and mile markers. He boasts about not filtering his water, decrying giardia as an industry-led hoax. He knows many of the rangers by name, and some know him. At least one JMT hiker we met remembered him from years prior primarily based on his exceptional diet of trail mix and energy bars.

Throughout, Severino maintains a positive outlook, even with 47,000 feet of overall elevation gain and 20-plus-mile days (though admittedly less so when it's raining night after night). Every morning is a "buon giorno," every segment a new test of mettle. He's very supportive and encouraging. While trying to stay humble and recognizing that there are always faster and fitter hikers, you can tell he's quite proud of his 73-year-old self. And he should be. It's no small accomplishment.

For fourteen days and about 240 miles of hiking thousands of feet up and down Sierra Nevada mountain passes with him, we carried no map as Severino knew the trail "like the back of (his) hand." In fact, Severino had done the trail so often that he didn't want to finish the actual JMT this time around. On what should have been our next to last day, he decided he wanted to descend into Yosemite Valley on a different route. At that point, he had spent three weeks on the trail (including a week doing a section on his own before our trip), and he was looking for a more direct route down and out. As it was my first JMT outing, I was determined to finish what I'd started. Severino had groomed me well, and I was confident to fly solo. So at Tuolumne Meadows, we hastily said our goodbyes. He

vo di scherzare con lui per avermi abbandonato. Invece, trovata ricezione cellulare e mandando una foto della famosa roccia Mezza Cupola (*Half Dome*) a mia moglie Daniele, la figlia di Severino, lei mi ha richiamato urgentemente preoccupata avendo saputo che eravamo pericolosamente bloccati su un precipizio e in bisogno di salvataggio.

Daniela non sapeva che il giorno prima ci eravamo separati.

Severino dopo aver preso la navetta all'inizio della *Snow Trail*, credeva di aver scoperto un'altra scorciatoia ancora più breve. Invece, le nuove indicazioni che seguiva lo portarono giù nel *Tenaya Canyon* profondo e precipitoso. Una volta sapendosi perduto, invece di tornare indietro, continuò a scendere sperando di raggiungere la valle al di sotto, dimenticandosi che Yosemite è una valle con mura di granito verticale. Così scivolò ripetutamente su rocce in pendenza

lisce e scivolose, attraversò boschi impenetrabili solo per trovarsi in cima ad una cascata insormontabile. Ad un punto, la boscaglia gli fece cadere gli occhiali, senza dei quali è quasi cieco. "No, non gli occhiali!" esclamò in disperazione. "Prendi le scarpe, qualunque cosa, ma non gli occhiali!" Brancolò per dieci minuti prima di ritrovarli.

Quella sera trovò un posto per reggere la tenda, dormì bene sperando che il domani avrebbe avuto più fortuna. La fortuna fu che aveva ricezione cellulare che gli permise di chiamare per soccorso. Avvertì sua figlia Sandra e la moglie Marcia che subito riuscì a localizzarlo tramite *find my iPhone*. Si trovava su delle rocce su uno scoglio isolato impossibile a continuare da solo.

Da parte mia, avevo altri 12 km da fare tra splendidi giganti di granito e cascate spettacolari prima di raggiungere la valle giù. Confidente, mi sentii come il maestro e non più l'apprendista. Corsi giù con la speranza di essere d'aiuto a Severino. Una volta arrivato, fui diretto alla clinica da dove parlai con i forestali. Subito un agente mi diede i dettagli. Severino era infatti, su un davanzale roccioso, in buona salute ma bloccato. "Questo succede spesso" mi disse. Ma non a Severino, pensai. Le sue abilità e fiera non gli permettono di chiedere assistenza. Le condizioni devono essere veramente serie e dovrà essere veramente disperato. Nelle prossime ore fui tenuto informato: Cercavano di localizzare il luogo esatto e dove poter atterrare un elicottero...l'elicottero era sul luogo...lo avrebbero trasportato in volo al campo d'atterraggio *Crane Flats* e poi in macchina da me.

Stava bene e non aveva bisogno di soccorso medico.

Due membri di *Friends of Yosemite Search and Rescue (YOSAR)* lo consegnarono graffiato ma in buone condizioni.

Avevano atterrato l'elicottero il più vicino possibile, ma non meno di un'ora e mezza di cammino da dove si trovava. Non riuscivano a credere come Severino sarebbe stato capace di andare la giù da solo.

boarded a shuttle to his short cut and I traipsed down the last 22.5-mile segment liberatingly alone. I felt like a fledgling, spreading my new wings, and soaring into my own JMT experience, in majestic Yosemite of all places. I went out of my way to swim in Cathedral Lake, and camped, for the first time, where I chose.

It was late morning the next day, when I got cell reception. I imagined him on his homeward-bound train. I half-drafted a text, teasing him for bailing out on me. Instead, I sent a picture of Half Dome to my wife, Danielle, Severino's daughter. She immediately called me with worry. She heard we were stranded on a precipice and were in need of rescue. She didn't know we had separated, and her grief was half-replaced with relief.

Turns out, Severino had ridden the shuttle to a trailhead, started down the Snow Trail when he thought he saw a short-cut to his short-cut. He followed some cairns deep down a steep canyon, the Tenaya Creek canyon, hoping and assuming it was going to lead him directly to the valley floor, apparently forgetting that Yosemite is a land of granite perpendicularity.

He slid over rocks and whacked through bushes to reach a dead-end of a waterfall that fell off a cliff. At one point, the bushes brushed off his glasses, leaving him nearly blind. "No! Not my glasses," he pleaded. "Take my shoes, anything, but not my glasses," he later said. He groped for 10 minutes before finding them. He was too far down to go back up. He found a spot to camp and reported a good night's sleep, assuming he'd figure it out the next morning.

Luckily, he had cell reception, albeit spotty reception. It was about 8:30 the next morning when he called 911.

Severino had alerted his other daughter, Sandra, and his wife, Marcia, who soon had his location on lock via *findaphone*. She said he was "on boulders over a cliff" and couldn't get himself back to safety.

I had about 8 miles to go, past gorgeous granite giants, awesome waterfalls, and throngs of tourists out for day hikes. Suddenly, I felt like the master and no longer the apprentice. I sailed down in hopes of somehow being of service to Severino. Once down, I was directed to the medical clinic where I called park dispatch. Soon a ranger called me back with the low-down. Severino had "ledged out." He was physically fine but couldn't go anywhere without greater risk. "Happens all the time," she said. Not to Severino, I thought. His abilities and pride prevent him from asking for assistance out there. It must be very bad, and he must be pretty desperate to call for help. Over the next few hours, the ranger gave me updates: They were sorting out conflicting pings and trying to get a copter close. They were rope-rescuing him. They were loading him into the helicopter. They would fly him to Crane Flats. They would bring him to me, though he did not need treatment.

Two members of Friends of Yosemite Search and Rescue (YOSAR) delivered him scraped but sound. They had flown in as close to his location as possible, gotten dropped off, and hacked their way to Severino. They became astounded at what he had gotten himself into, then guided him an hour and a half back to where the copter picked them up. He was excited he had to/got to wear a flight suit and helmet

to the helipad. Then they drove him down the valley to me. Severino was very appreciative and impressed by the rescuers' fitness and know-how. "Let me tell you, those guys were amazing!" He later

LAST CAMPING SITE ALONG THE TENAYA CREEK



ULTIMO LUOGO DI CAMPEGGIO LUNGO IL FIUME TENAYA

RESCUE RANGER PREPARING FOR HELICOPTER BOARDING



VIGILE DI SOCCORSO IN PREPARAZIONE A IMBARCARE L'ELICOTTERO



Severino fu molto riconoscente e ammirevole dell'abilità e la forma dei *rangers* venuti al suo soccorso. "Devo dirti che questi ragazzi sono incredibili!"

Le gambe di Severino erano coperte più graffi che da pelle normale. Lo stesso si può dire delle braccia e torso. Aveva una ferita sulla faccia sinistra e una mano gonfiata. Brevemente, apparve di aver dimostrato un po' d'umiltà, ma non per lungo. "Sto benissimo. Anzi, meglio che mai!" aggiungendo: "Ciò che non ti uccide, ti fa diventare più forte." Nelle prossime 24 ore, l'episodio era al centro di ogni conversazione, alla pizzeria del villaggio *Half Dome*; alle fermate dell'autobus e al campeggio a Yosemite prima di tornare a casa. Fu il culmine di tutte le sue esperienze nella Sierra Nevada; la su esperienza favorita sulla JMT che certamente non sarà dimenticata e preferibilmente ripetuta. "Non vorrei farla di nuovo, ma sono lieto di averla vissuta." Ha detto.

L'ITALIA e' il Paese più salutare del Mondo

DA L'INDICE BLOOMBERG

Mangiare bene: Dimentica di poter mangiare escludendo i carboidrati. Gli Italiani vivono con la nozione "Tutto in moderazione". Non si contano le calorie: mangiare bene, ma non in eccesso è la chiave. S'incomincia con la pasta, non più di 100g— e le salse sono fatte a casa invece di comprare atrocità ricolme di creme, sale e zucchero. Poi viene la carne con vegetali coperti generosamente da olio d'oliva.

Bilanciare lavoro e vita: La prima cosa che gli Italiani domandano agli Americani è "E' vero che ricevete solo due settimane di vacanza all'anno?!" In media, gli Italiani hanno 4 settimane e si prendono liberi tutti i giorni possibili. Non rispondono alle e-mail da casa: il tempo libero è preso con serietà.

Muovetevi: Gli Italiani non saranno topi di palestra, ma quasi tutti vanno a farsi una passeggiata giornaliera prima di pranzare. E una pausa tra il lavoro e il divertimento, è l'opportunità per incontrare gli amici e vicini ed è una buona scusa per un po' d'esercizio fisico.

Indulgi un poco: La vita italiana è per il piacere non per l'eccesso. Quando si tratta di bere, gli Italiani aprono una bottiglia di vino e senza esitare se ne godono un bicchiere, ma non troppo.

Famiglia e Amici: Tutti abbiamo bisogno di un po' di solitudine ma non vogliamo sentirci isolati. Gli Italiani si affidano agli amici e alla famiglia e hanno una grande rete sociale.

Assistenza Sanitaria: Gli Italiani hanno perfezionato il modo di vivere: il cibo e il bere giusto, l'esercizio fisico giusto, e le giuste amicizie. Però, la buona salute ha bisogno anche della giusta assistenza sanitaria. Forse, a volte bisogna attendere per vedere un medico, ma in generale, l'assistenza sanitaria italiana è stupenda e gratis. (In altre parole, essenzialmente è l'opposto di quello che adesso vogliono fare a Washington cercando di annullare l'*Affordable Care Act*).

exclaimed. "Wow, were those guys in great shape!"

Severino's lower legs were more scratches and scabs than skin. His arms and torso were abraded. His left cheek had about a 2-inch slash, and his left hand was swollen. There seemed to be a flash of humility, but it was fleeting. "I'm fine. In fact, I'm better than ever!" he boasted. "What doesn't kill you makes you better."

Over the course of the next 24 hours or so, that episode was the fodder of every conversation: at Half Dome Village's Pizza Patio, at the shuttle stops, and at the campground. It became the climax of all his Sierra experiences. It became his very favorite JMT experience ever, one that is certainly unforgettable and hopefully not repeatable or beatable.

"I wouldn't want to do that again, but I'm glad it happened," he said.

ITALY is the Healthiest Country in the World

BY BLOOMBERG INDEX

Eating well: Forget carb-free diets, Italians live by the notion of "Everything in moderation." There is no counting calories or any concept of free days – simply eating well (but not too much) is key. Italians start with pasta, but serving sizes are small – about 100g – and the sauces tend to be homemade rather than canned atrocities loaded with cream, salt and/or sugar. Next comes meat, and a side of fresh vegetables with plenty of olive oil.

Italians are masters of work-life balance: The first thing Italians like to ask Americans is "Is it true you only get two weeks of vacation a year?!" Italians get 4 weeks on average, and take every single day afforded to them. Don't expect email replies after working hours either – leisure time is taken seriously.

Keep it moving: Italians might not be gym rats, but almost everyone takes a *passaggiata* – a daily walk before dinner. It is the break between work and play, a chance to catch up with friends and neighbors, and a good excuse for a bit of exercise.

Indulge a little: Italian living is about enjoyment, not excess. When it comes to drinking, Italians will pop open a bottle of wine and enjoy a glass with dinner without a batting an eye. However, binge drinking is virtually unheard of.

Family and Friends: Everyone needs some alone time but nothing can bum you out faster than feeling isolated. Italians rely upon friends and family, and have large social networks.

Health care: Yes, we can talk about lifestyle for ages because the Italians have that completely down: the right food, the right amount of wine, the right exercise and the right relationships. However, keeping healthy requires the right health care as well. Perhaps there are waits to see some doctors, but overall the national health care is amazing and free. (In other words, essentially the opposite of what the US is currently proposing with the changes to the *Affordable Care Act*).

Bloomberg 2017 Healthiest Country Index

Rank	Country	Health grade	Health score	Health risk penalties	Rank	Country	Health grade	Health score	Health risk penalties
1	Italy	93.11	97.44	-4.33	26	Belgium	80.96	86.03	-5.07
2	Iceland	91.21	96.20	-4.99	27	Slovenia	80.81	86.65	-5.83
3	Switzerland	90.75	94.96	-4.21	28	Denmark	80.36	85.02	-4.66
4	Singapore	90.23	94.11	-3.88	29	Chile	77.18	82.53	-5.35
5	Australia	89.24	93.88	-4.64	30	Czech Rep.	75.76	81.82	-6.06
6	Spain	89.19	94.14	-4.95	31	Cuba	74.23	79.13	-4.90
7	Japan	89.15	93.69	-4.54	32	Lebanon	74.03	79.55	-5.51
8	Sweden	88.92	93.78	-4.85	33	Costa Rica	73.14	77.16	-4.01
9	Israel	88.14	92.47	-4.33	34	U.S.	73.05	78.25	-5.21
10	Luxembourg	87.87	92.90	-5.03	35	Croatia	72.88	78.16	-5.28
11	Norway	86.81	91.61	-4.81	36	Qatar	71.78	77.33	-5.55
12	Austria	86.34	90.78	-4.44	37	Brunei	70.21	75.14	-4.92
13	Netherlands	85.83	89.94	-4.11	38	Estonia	69.24	75.67	-6.43
14	France	85.59	90.93	-5.34	39	Poland	68.92	75.34	-6.42
15	Finland	84.80	89.58	-4.78	40	Bahrain	68.73	74.20	-5.46
16	Germany	84.78	89.40	-4.62	41	Maldives	67.90	71.82	-3.92
17	Canada	84.57	89.53	-4.96	42	Bosnia & H.	67.83	72.91	-5.08
18	Cyprus	84.52	89.17	-4.65	43	U.A.E.	67.30	73.56	-6.26
19	New Zealand	84.48	89.95	-5.47	44	Macedonia	65.64	69.96	-4.32
20	Greece	84.28	88.17	-3.89	45	Uruguay	65.40	70.86	-5.45
21	Portugal	82.97	88.24	-5.27	46	Slovakia	65.10	70.54	-5.44
22	Ireland	82.52	88.53	-6.01	47	Barbados	64.14	68.55	-4.41
23	U.K.	82.28	87.21	-4.94	48	Oman	62.89	67.79	-4.90
24	S. Korea	82.06	87.67	-5.61	49	Panama	62.39	67.13	-4.73
25	Malta	81.27	86.42	-5.15	50	Albania	62.01	66.72	-4.71

I Cavalieri del Casato Cardone

Seconda Parte
PAOLO BECHLY

Nella prima parte de I Cavalieri del Casato Cardone pubblicata nell'edizione di SOGNA Estate 2017, ricercando il passato della famiglia Salati, ho scoperto per puro caso nel *Lexicon Tetraglotton*, che "I Cavalieri del Casato Cardone" esistevano prima del 1687 quando il prestigioso *Order of the Thistle* fu stabilito in Scozia. *Thistle* in Inglese significa Cardone. Questo è rilevante perché la madre di Giuseppe Salati, autore dell'Antica Gioi, era la marchese Giuditta Cardone di Prignano Cilento. Il *Lexicon Tetraglotton*, pubblicato nel 1660, è un dizionario in quattro lingue, Italiano, Spagnolo, Francese e Inglese. L'ordine dei *Knights of the Thistle* fa parte della Casa dei Borboni. La domanda rimane: L'ordine dei *Thistle* e i *Knights of the Thistle* hanno origini in comune alla Casa dei Borboni? Sembra che debbano averle dovuto al fatto che i due ordini hanno lo stesso motto in latino *Nemo Me Impune Lacessit*.

La Festa della Madonna del Sacro Monte in Clifton, New Jersey, il maggio scorso, fu onorata dalla presenza di guardie d'onore di cavalieri Borboni, dell'ordine sacro militare Costantino di San Giorgio. Uno dei cavalieri era John Viola, presidente della Fondazione Italo-Americana di Washington. Viola è anche il capo della delegazione americana dell'Ordine di San Giorgio, mentre Patrick O'Boyle, l'organizzatore della festa della Madonna del Sacro Monte in America, è il vice cancelliere della delegazione. Avendo partecipato anch'io alla festa, ebbi l'opportunità di parlare con Sua Eccellenza John Viola e chiedergli dell'origine dell'ordine di San Giorgio.

Mr. Viola mi disse che l'ordine Sacro Militare di San Giorgio ebbe origine con l'imperatore bizantino Isaac IV Angelo Flavio Comneno nel 1190. Quattro secoli dopo, nel 1698, la famiglia Comneno trasferì l'ordine a Francesco Farnese, duca di Parma (1678-1727). Successivamente, la casa Farnese assegnò l'ordine al duca di Parma, Carlo I (1716-1788) che divenne re del regno delle Due Sicilie nel 1735. Fu così che l'ordine arrivò a Napoli con la Casa dei Borboni. Attualmente, il capo dell'ordine è il principe Carlo dei Borboni delle due Sicilie e duca di Castro.

Mentre tutto questo è interessante, il legame tra i cavalieri di San Giorgio e la casa dei Borboni, non occorre prima del 18mo secolo, molto dopo la pubblicazione del *Lexicon Tetraglotton*. Allora ci dev'essere un'altra spiegazione che ho trovato fortunatamente in un altro libro antico *La Historie Cronologiche dell'origine Degli Ordini Militari*, pubblicato a Venezia il 1692. Infatti, la storia dei Cavalieri di Cardone è descritta in un capitolo di questo testo antico. Il capitolo è intitolato *La Storia di S. Maria del Cardo, o Cardone in Francia*. Quest'ordine di cavalieri fu stabilito nel 1370 da Luigi II, duca dei Borboni (1337-1410) e fu ereditato da tutti i duchi successivi fino al regno di Luigi XIV re di Francia (1638-1715). Però, nell'intero capitolo del libro Veneziano del 1691 non c'è riferimento al motto latino *Nemo Me*

The Knights of Cardone

Part 2
By PAUL BECHLY

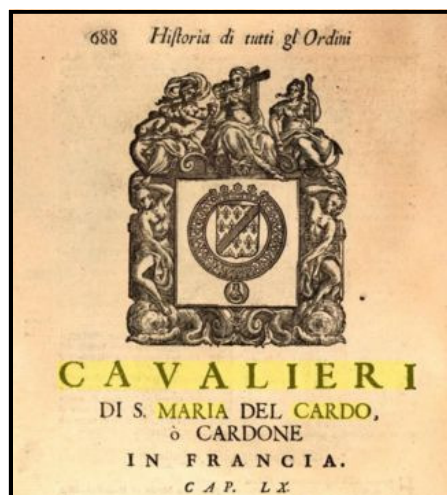
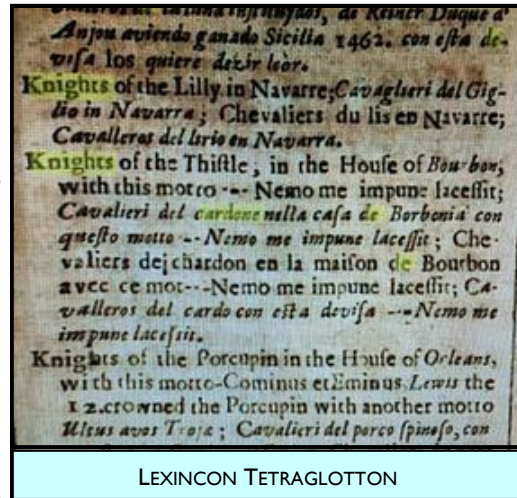
In the *Knights of Cardone - Part One*, which was published in the Estate 2017 issue of SOGNA, a family history search resulted in the serendipitous find of an entry in the *Lexicon Tetraglotton*. The *Lexicon Tetraglotton*, published in 1660, is an English, French, Italian, Spanish dictionary; which was only recently digitalized by Google Books. The entry in this dictionary for "Knights of the Thistle" predates the 1687 establishment of Scotland's prestigious *Order of the Thistle*, and refers to the knights as being part of the House of Bourbon. Part one left an important question unanswered: are the Knights of Cardone of the House of Bourbon related to Scotland's *Order of the Thistle*? Cardone or cardo in Italian translates to thistle in English. If these are two unrelated chivalric orders, why would they share the exact same motto: "*Nemo Me Impune Lacessit*"?

In search of clues, I noted that the recent Festa of the Madonna del Sacro Monte in Clifton, New Jersey was attended by an honor guard of Bourbon Knights from the Sacred Military Constantinian Order of Saint George. One of these knights, John Viola, provided me with background on this organization. Mr. Viola is the leader of the United States delegation of the Sacred Military Constantinian Order of Saint George, and Patrick O'Boyle (who was key to the success of the Fest of the Madonna del Sacro Monte) is the vice chancellor of the delegation.

The Sacred Military Constantinian Order of Saint George originates with Byzantine Emperor Isaac IV Angelo Flavio Comneno in 1190. The Comneno family transferred the order in 1698 to Francesco Farnese, Duke of Parma (1678 – 1727). The House of Farnese subsequently transferred the order to Charles I, Duke of Parma (1716-1788), who became King of Naples and Sicily in 1735. As such, the order became seated in Naples as part of the House of Bourbon. The current Grand Master of the order is Prince Charles of Bourbon Two Sicilies, Duke of Castro.

While the Bourbon Knights and this chivalric order would have been an intriguing connection to the Knights of Cardone, once again the *Lexicon Tetraglotton* creates a problem with the timeline. The association between the Sacred Military Constantinian Order of Saint George and the House of Bourbon did not occur until the 18th century, long after the 1660 publication of the *Lexicon Tetraglotton*. There must be another answer.

Fortunately, another ancient Italian text has been recently digitalized by Google Books. The *Historie Cronologiche dell' origine Degli Ordini Militari* was published in Venice in 1692. Within a chapter of this ancient text, the story of the Knights of Cardone is revealed. The chapter is titled "Cavalieri di S. Maria del Cardo, o Cardone in Francia" (Knights of Saint Mary of the Thistle in France). This chivalric order was established in 1370 by Louis II, Duke of Bourbon (1337-1410); and continued through successor Dukes of the House of





Impune Lacessit. Appare così che la storia dei cavalieri di Cardone termini con il regno di Luigi XIV, ma non esattamente.

Il motto delle Guardie Scozzesi del Regno Unito è *Nemo Me Impune Lacessit*. Le Guardie Scozzesi furono stabilite nel 1642 dal re d'Inghilterra Carlo Primo (1600-1649) come guardie del corpo della famiglia reale. Carlo sposò nel 1625, Henrietta Maria di Francia. (1609-1669) a scopo di stabilire un'alleanza con i Borboni. Durante la guerra civile Inglese, nel 1644, Errietta Maria e sua figlia, Henrietta Anna, conosciuta in Francia come Minette (1644-1670), cercarono

rifugio in Francia nel *Château Saint Germain*. Le due donne portarono con loro per protezione le guardie Scozzesi di Carlo I. Possibilmente, le guardie scozzesi collaborando con i cavalieri del Cardone della casa dei Borboni per proteggere la famiglia reale nel *Château Saint Germain*, avranno portato il loro motto in Francia e ai Borboni. Quando Carlo I fu ucciso nel 1649, Henrietta Maria rimase impoverita e le guardie Scozzesi senza paga, non ebbero più scopo di rimanere. Dopo di che, una nuova organizzazione fu stabilita per la protezione della famiglia Stuart in esilio. Fu la *Lodge Saint Germain* che diede origine alla leggendaria Massoneria Libera Scozzese in Francia. Minette fu presidente della *Lodge* dal 1660 al 1670. Anche Giacomo II, secondo figlio di Carlo I, visse in esilio in Francia dopo l'esecuzione di suo padre. Il quale dopo la morte di suo fratello Carlo II (1630-1685), ascese al trono d'Inghilterra e della Scozia dal 1685 al 1688 dal nome Giacomo VII. Come re della Scozia, Giacomo VII fondò l'ordine dei *Thistle* (Cardone) nel 1687 sostituendo un altro ordine precedente che non è più conosciuto. L'ordine dei *Thistle* continua ad esistere oggi la società onoraria più eminente scozzese col motto *Nemo Me Impune Lacessit*.

Mentre il predecessore del notevole ordine scozzese *Knights of the Thistle* rimane ufficialmente sconosciuto, il *Lexicon Tetraglotton* ha provveduto un indizio importante. Sarebbe logico che Giacomo VII avrebbe voluto ristabilire l'ordine fondato dal padre Carlo I. I *Knights of the Thistle* della casa dei Borboni, essendo stati guardie del corpo della famiglia reale in esilio a *Saint Germain* in Francia, prima in collaborazione con le guardie scozzesi di Carlo I e poi come la *Lodge Saint Germain*, avranno ispirato Giacomo VII a fondare l'ordine dei *Thistle* quando divenne re della Scozia. Questo è speculativo, ma è anche una deduzione logica che spiega i legami tra l'ordine dei *Thistle* scozzese e i Cavalieri di Cardone dei Borboni e la ragione per cui i due ordini usano lo stesso motto latino *Nemo Me Impune Lacessit*.

Mentre il predecessore del notevole ordine scozzese *Knights of the Thistle* rimane ufficialmente sconosciuto, il *Lexicon Tetraglotton* ha provveduto un indizio importante. Sarebbe logico che Giacomo VII avrebbe voluto ristabilire l'ordine fondato dal padre Carlo I. I *Knights of the Thistle* della casa dei Borboni, essendo stati guardie del corpo della famiglia reale in esilio a *Saint Germain* in Francia, prima in collaborazione con le guardie scozzesi di Carlo I e poi come la *Lodge Saint Germain*, avranno ispirato Giacomo VII a fondare l'ordine dei *Thistle* quando divenne re della Scozia. Questo è speculativo, ma è anche una deduzione logica che spiega i legami tra l'ordine dei *Thistle* scozzese e i Cavalieri di Cardone dei Borboni e la ragione per cui i due ordini usano lo stesso motto latino *Nemo Me Impune Lacessit*.

DISTINTIVO DELLE GUARDIE SCOZZESI



SCOT GARDS BADGE



HENRIETTA MARIA



GIACOMO VII

JAMES VII

Bourbon until the reign of Louis XIV of France (1638-1715).

But within the seven pages of the chapter, there is not a single reference to the motto "*Nemo Me Impune Lacessit*". And the history of the Knights of Cardone appears to end during the reign of Louis XIV of France. Are there any historical events that occurred during the reign of Louis XIV that could provide linkage between the Knights of Cardone, the House of Bourbon, the motto, and Scotland? Perhaps such a scenario can indeed be constructed.

The motto of the Scots Guards of the United Kingdom is "*Nemo Me Impune Lacessit*". The Scots Guards were established in 1642 by King Charles I of England (1600-1649) as the bodyguards for his royal family. Charles married Henrietta Maria of France (1609-1669) in 1625, as a means to build an alliance with the House of Bourbon. Henrietta Maria sought refuge in France during the English Civil War, relocating to Chateau Saint Germain in 1644 with her youngest daughter, Henrietta Anne (1644-1670) who was known in France as Minette.

I admit that this is speculative, but perhaps security for the royal family at Chateau Saint Germain was provided by the Scots Guards of Charles I. Working with the Knights of the Thistle (of the House of Bourbon), the Scots Guards could be the connection to the use of the motto in France. Unfortunately, when King Charles was executed in 1649, Henrietta Maria was left impoverished, and the Scots Guards in France lost both funding and purpose. Subsequently, a new organization was established for the protection of the Stuart family in exile. The Lodge Saint Germain became the legendary origin of Scottish Freemasonry in France, and Minette held chair to this lodge from 1660 to 1670.

James II of England (1633-1701) was the second son of Charles I, who also lived in exile in France following the death of his father. James subsequently ascended to the throne of England upon the death of his brother Charles II (1630-1685). James also was King of Scotland from 1685 to 1688 as James VII. As King of Scotland, James VII founded the Order of the Thistle in 1687 based upon an **unknown** prior order. This Order of the Thistle continues to exist today as Scotland's highest honorary society, and the motto of the order is "*Nemo Me Impune Lacessit*".

While the forerunner to Scotland's prestigious Order of the Thistle is still officially unknown, the *Lexicon Tetraglotton* has provided an important clue. It would be logical that James VII would want to restore the order that had been established by his father Charles I. The Knights of the Thistle (of the House of Bourbon) may

have been bodyguards for the royal family in exile at Chateau Saint Germain; first in association with the Scots Guards of Charles I, and later the Lodge Saint Germain. Is it possible that James was inspired by the history of the Knights of Cardone during his exile in France, and this inspiration led to his founding of the Order of the Thistle when he became King of Scotland? This is a speculative, yet possible, answer to the question: are the Knights of Cardone of the House of Bourbon related to the Scotland's Order of the Thistle? This also could possibly explain why both organizations share the same motto: "*Nemo Me Impune Lacessit*".



LA PAGINA DELLA CULTURA

A cura di Giacomo DI MATTEO

GRANDI PITTORI DEL PASSATO

Enzo Infante (1909-2000); **Raffaele Di Matteo** (1907-1983); **Francesco Salati** (1915-2004).

Tra i grandi Pittori di Gioi del passato un riconoscimento dovuto spetta a Francesco SALATI. La sua arte è poco conosciuta dai gioiesi, poiché emigrò negli Stati Uniti negli anni Cinquanta dove restano le sue numerose opere. Oltre a quelle citate nella "vita", che segue, altre sono custodite dal nipote, dott. Andrea Salati. Tantissime ancora fanno bella mostra di sé in collezioni pubbliche o private del New Jersey. La sua pittura è molto caratteristica sia per lo stile originale che per la delicatezza dei colori. E' stato molto apprezzato dalla Critica italiana e americana.

Con il Salati concludo la pagina dedicata ai più famosi pittori gioiesi del passato. Per ognuno si sarebbe potuto scrivere molto di più e presentare più opere, ma lo spazio è poco e chiunque, dopo questo mio "input", può fare delle ricerche più approfondite.

GREAT PAINTERS FROM THE PAST

Enzo Infante (1909-2000); **Raffaele Di Matteo** (1907-1983); **Frank Salati** (1915-2004).

Among the great painters Gioiesi from the past, we must recognize Frank SALATI. His art is not well known in Gioi, because he emigrated to the United States during the fifties where many of his creations remain. In addition to his work mentioned in the article below, other paintings are kept in Gioi, belonging to his nephew, Dr. Andrea Salati. Many others are found in private and public collection in New Jersey and elsewhere in America. His paintings feature an original style and delicate colors. Frank Salati has received praise for his work by both Italian and American critics.

GIOI: IL PAESE DEI PITTORI

SALATI FRANCESCO (Pittore): Gioi 1915 – Jersey City, NJ 2004.

Era un fratello del Rev.do Mons. don Alessandro Salati, stimatissimo parroco di Gioi dal 1947 al 1967 nonché Rettore dell'antichissimo Santuario di Novi Velia, chiamato "Sacro Monte" dai pellegrini. Nel paese di origine ha dipinto soffitti e ambienti del Palazzo De Marco – Salati, nel quale sono conservati diversi suoi dipinti. Altre decorazioni e opere sono presenti in vari palazzi gentilizi del Cilento.

Da giovanetto fu allievo del grande Maestro Domenico Pennino, il quale nel 1933 decorò il soffitto della chiesa parrocchiale di S. Eustachio e nel 1950 decorò il soffitto della chiesa parrocchiale di S. Nicola. Nel 1948 fu incaricato dal fratello don Alessandro per restaurare la Chiesa del Santuario di Novi Velia, per decorare il soffitto della navata principale con tele o affreschi e per dipingere ornamenti a carattere sacro nelle piccole navate laterali. Attualmente si possono ammirare nella loro delicata composizione, dopo vari restauri effettuati in seguito dal pittore gioiese Antonio Di Matteo.

La chiesa principale di Cardile (fraz. di Gioi), dedicata a S. Giovanni Battista, è stata affrescata, intorno al 1974, dal Salati. Anche la chiesa principale di Laurito fu restaurata e affrescata dal Salati, pochi anni prima della Seconda Guerra Mondiale, chiamato dal Parroco che allora era suo fratello don Alessandro Salati.

Nel 1952 si trasferì nel New Jersey dove continuò la sua attività di pittore e decoratore. Ha esposto in famose Gallerie d'Arte di Jersey City e di New York.

Sue importanti opere sono state esposte a Gioi in diverse edizioni della Sagra del Fusillo. In una di queste, nel 1998, fu premiato per la sua brillante, intensa e variegata attività artistica.

Morì a Jersey City (U.S.A.) il 20 aprile del 2004.

I dipinti di Francesco Salati in questa pagina, fanno parte della collezione di Andrea Salati a Gioi.

FRANK SALATI (Painter): Gioi 1915-Jersey City, NJ 2004.

He was the brother of Don Alessandro Salati, respected parish priest in Gioi from 1947 to 1967 and director of the Madonna del Monte Sanctuary in Novi Velia known by the pilgrims as *Sacro Monte*.

Salati painted walls and ceilings in the De Marco/Salati mansion in his home town of Gioi where today many of his framed paintings are housed. Additional paintings and art work of his can be found in various medieval palaces in Gioi.

As a young man, he studied art from the great Domenico Pennino, who in 1933 decorated the parish church of San Eustachio and in 1950, Pennino painted the ceiling of the other parish church in Gioi, San Nicola. Salati, in 1948 was commissioned by his brother don Alessandro, to restore the church of the Novi Velia sanctuary, where he served as director.

He decorated the church ceiling with canvases and frescos. He also painted sacred ornaments in the smaller lateral naves. Still today, it is possible to admire his work and its delicate composition, having been restored various times by another painter from Gioi, Antonio Di Matteo. Salati also added frescos around 1974 to San Giovanni Battista, the main church in Cardile, a smaller town near Gioi. A few years before WWII, Salati restored and added frescos to the main church of Laurito, again commissioned by his brother don Alessandro.

In 1952, he emigrated to New Jersey where he continued as a painter and decorator. He has exhibited in art galleries in both New Jersey and New York. His work has also been exhibited in Gioi in various editions of the Sagra del Fusillo, where in 1998 he won an award for his brilliant, intense and diversified artistic life. He died in Jersey City, NJ April 20, 2004.

The three paintings by Frank Salati seen here, are from the Andrea Salati collection in Gioi.



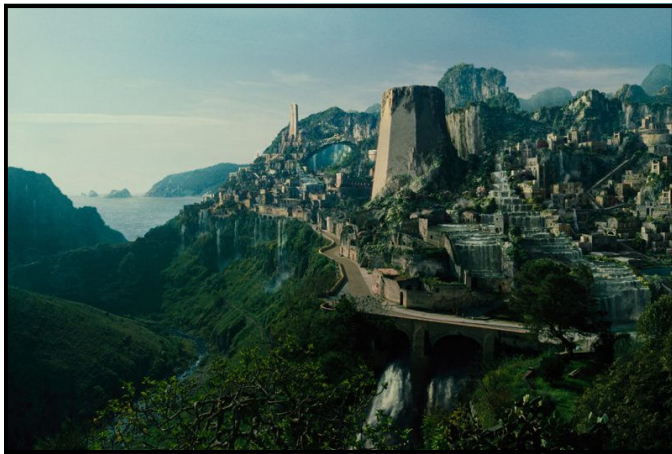


Il Film Block Buster Film del 2017 Wonder Woman Girato nel Cilento

Prima di essere Wonder Woman (Gail Gadot), lei era Diana, principessa dell' Amazon, addestrata ad essere un guerriero inconfondibile.

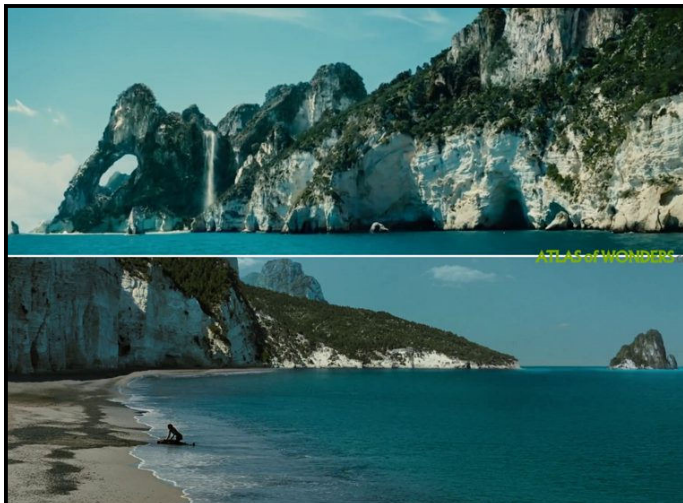
Cresciuta in un'isola paradiso, Diana...

Scene di quell' **isola paradiso** sono state filmate a Palinuro e Camerota nel Cilento.



Camerota, Italy: This commune is home to a hilltop village, and three hamlets including the port town Marina di Camerota. The rugged but lush surrounds of the hilltop combined with the picturesque blue waters will be familiar to fans of the film.

Camerota: Questo comune di collina e tre frazioni include Marina di Camerota. I dintorni irsuti e lussureggianti assieme alle acque azzurre e pittoresche sono ben conosciute dai tifosi del film.



Palinuro, Italy: The beautiful waters of Palinuro are known for their cleanliness, and the scenes on the beach in *Wonder Woman* were shot near this town, including places such as Spiaggia di Capogrosso and Cala

Palinuro: Le Bellissime acque di Palinuro sono notorie per la loro limpidezza. Per questo che le scene sulla spiaggia in *Wonder Woman*, sono state filmate vicino a Palinuro sulla spiaggia di Capogrosso e Cala d'Arconte.

Incominciammo a filmare *Wonder Woman* nel sud Italia, dove la maggior parte delle scene all'aperto della *Themyscira* hanno avuto luogo. Le immagini dell'isola da dove viene Diana Prince, includono molte immagini generate col computer, ispirate dalla costa del Mar Tirreno.

We start with the filming locations of *Wonder Woman* in the south of Italy, where most of the outdoor scenes for *Themyscira* were filmed. The images from the island where Diana Prince comes from include lots of computer generated images, but are inspired in the Cilento coast of the Tyrrhenian Sea.

WARREN BROTHERS

NB: Fino alla fine di agosto 2017, il film *Wonder Woman* ha incassato in tutto il mondo più di 800 milioni di dollari.

NB: Up to the end of August 2017, the movie *Wonder Woman* has grossed more than 800 million dollars world wide.

SOGNA Quarterly

SEVERINO D'ANGELO
Publisher and editor

Contributing Staff

ANTONIO PAGANO from Gioi
GIACOMO DI MATTEO from Velina
GIUSEPPE FERRA from Gioi
Cav. MARIO ROMANO from Gioi
ALBERTO INFANTE from USA
ANTONIO INFANTE from USA
ENZO MARMORA from USA
Avv. TOMMASO COBELLIS
Pres. (Cilentani nel Mondo)

SOGNA Quarterly

2848 Rodman Drive
Los Osos, CA 93402

Email: staff@gioi.com

Web: <http://www.gioi.com>

Severino Cell (949) 463-6653

SOGNA, Inc. Staff

JENNIE RIZZO, President

BICE DEL GALDO, VP

ALBERTO INFANTE, Treasurer

FRANCESCA GRASSI, Secretary

SEVERINO D'ANGELO, Founder

LOU D'ANGELO, Past President

ROBERTO PARRILLO, Past President

ANTONIO TORRACA, Past President

Dr. ROBERTO RIZZO, Past President

SOGNA Inc. (*Società Organizzata da Gioiesi in Nord-America*), is a non-profit organization engaged in charitable and educational work, including but not limited to: providing financial assistance to the needy, sponsoring scholarships and fostering awareness and interest in the Italian culture and language.

SOGNA Inc. is exempt from Federal income tax under section 501 (c) (3) of the Internal Revenue.

SOGNA Inc.

PO Box 62

East Hanover, NJ 07936

SOGNA'S 17th Annual Dinner Dance Fundraiser

*Join SOGNA for our annual Dinner Dance
Fundraiser to benefit the
Doctor Antonio Rizzo Memorial
Scholarship Fund*

Saturday November 11, 2017
7pm to midnight

\$90 per person

La Reggia

40 Wood Avenue, Secaucus, 07094

Please contact Jennie at (973) 519-9579 or
sogna.gioi2000@gmail.com

SOGNA is a 501c3 non for profit organization

SOGNA Pranzo e Festa da Ballo

Sabato, 11 Novembre, 2017

A La Reggia alle 7:00 di sera

40 Wood Avenue

Secaucus, NJ 07094

E' solo \$90, un vero affare!

Non mancate.

SOGNA il Cilento Quarterly

2848 RODMAN DR., LOS OSOS, CA 93402 *USA*

Inside this issue

In Questo Numero

JMT—MICHAEL LANCASTER—SEVERINO D'ANGELO	2-5
ITALY: HELTHIEST CONTRY IN THE WORLD—ITALIA-PAESE PIU' SALUTARE DEL MONDO—BLOOMBERG INDEX	5
CAVALIERI CARDONE E L'ORDINE DEL THISTLE—KNIGHTS OF CARDONE AND THE ORDER OF THISTLE—PAUL BECHLY	6,7
PAGINA DELLA CULTURA—GIACOMO DI MATTED	8
WONDER WOMAN FILM IN CILENTO—WARREN BROTHERS	9

FIRST CLASS MAIL