

Nel numero di questa settimana:

- ▶ CARLOTTA MANNU: LE PERSONE CHE INCONTRO...
- ▶ A TAVOLA CON I SEMI NATURALI
- ▶ UNA GRANDE FAMIGLIA 3: SUSPENCE E COLPI DI SCENA
- ▶ SAMANTHA CRISTOFORETTI: SCUOLA ALL'AVANGUARDIA
- ▶ KATHARINE VINER ALLA DIREZIONE DEL GUARDIAN

TELEGIORNALISTE - Donne che fanno notizia - Anno XI N. 15 (446) 27 aprile 2015

Registrazione Tribunale Modena: 1741 08/04/2005. Provider: Aruba Spa
Settimanale dedicato alle telegiornaliste, alle donne, alla tv e all'informazione
2 milioni di visite all'anno · [Collabora con Telegiornaliste](#) · [Privacy](#)

Fondatore e webmaster: Rocco Ventre
Consulenza editoriale: [Francesca Succi](#)
Logo grafico: Isabella Succi
E-mail: info@telegiornaliste.com

Direttore Responsabile: Giuseppe Bosso
Redazione: Giuseppe Bosso, Francesca Succi, Michela Tortolano, Silvia Roberto, Maria Cristina Saullo, Deborah Palmerini, Valentina Dellavalle, Antonia Del Sambro, Maria Tinto, Lisa Pinto, Daniela D'Angelo, Sara Ferramola
▶ [schede redattori](#)

[f](#) [t](#) [@](#) [Mi piace](#) <2,8mi



- Archivi magazine
- Numeri arretrati
- Interviste
- Interviste audio
- Tgiste Style
- Vademecum
- Cam girls: inchiesta
- Speciali
- Premio Tgista dell'anno
- Forum pubblico
- La Redazione
- Saluti delle tgiste
- Telegiornalisti

> TGISTE

Carlotta Mannu: le persone che incontro mi lasciano sempre qualcosa della loro vita

di *Giuseppe Bosso*

«Io sono sempre io, solo con molti anni in più sulle spalle e molta strada fatta, molte lezioni ricevute dai capiredattori che ho avuto, ma anche dagli operatori, dai montatori, a loro devo tutto; e poi c'è la gente, quella dei servizi che fai: le persone che incontri. Tutte ti lasciano dentro una piccola parte delle loro vite, e quest'ultimo anno: uno stage di vita e professione insieme».

▶ [LEGGI](#)



Carlotta Mannu

- Strumenti
- Schede e foto
- Video
- Cerca nel sito

- Nuove schede tgiste
- Carlotta Mannu
- Eleonora Boi
- Francesca Baraghini
- Giorgia Cardinaletti
- Benedetta Radaelli
- Marilena Albergo
- Tatiana Lisanti
- Federica Migliavacca
- Deborah Schirru

> NONSOLOMODA

Tutto quello che puoi fare a tavola con i semi naturali

di *Francesca Succi*

Come promesso, e con diverse settimane di ritardo, visto che Expo si avvicina (anche...

▶ [LEGGI](#)



> TUTTO TV

Una grande famiglia 3: suspense e colpi di scena per la fiction di Rai Uno

di *Lisa Pinto*

Torna sul piccolo schermo una delle serie più amate di Rai Uno: la terza stagione...

▶ [LEGGI](#)



> PINK NEWS

Samantha Cristoforetti e gli ingredienti per una scuola all'avanguardia

di *Daniela D'Angelo*

«La scuola è il nostro passaporto per il futuro, poiché il domani appartiene a coloro che oggi si...

▶ [LEGGI](#)



> DONNE

Katharine Viner alla direzione del Guardian

di *Deborah Palmerini*

Metti che una delle più importanti testate giornalistiche internazionali si trovi a dover...

▶ [LEGGI](#)



Pallavoliste

[Mi piace](#) <2,8mi

NEWSLETTER

tua email qui

[istruzioni](#)

Google™ Ricerca pers

Cerca nel sito

Rassegna: [Canale5](#), [La7](#), [Tg2](#), [StileLibero](#), [ItaliaSul2](#), [LiguriaSud](#), [7Gold](#), [TV7Lomb.](#), [R.Victoria](#), [.Com](#), [AffariIt.](#), [Agenda](#), [Anna](#), [CorriereMag.](#), [CorSera](#), [Gazzetta](#), [Gazzettino](#), [IdeaWeb](#), [Leggo](#), [Libero](#), [OndaTV](#), [Panorama](#), [Radiocorriere](#), [Sicilia](#), [Sole24h](#), [Stampa](#), [StarTV](#), [Tempo](#), [Visto](#), [Voce1](#), [Voce2](#), [SpecialeCampagna](#)



[Accesso redazione](#)



Siti amici: [Margarida](#) [Italianos](#) [Pallavoliste](#) [The Glossy Mag](#) [Cripres](#) [Ri#vivi](#)

Tgiste Approfondimenti e notizie sul mondo delle telegiornaliste

Carlotta Mannu: le persone che incontro mi lasciano sempre qualcosa della loro vita

di Giuseppe Bosso

Di poche, ma significative parole, **Carlotta Mannu** è una delle più apprezzate inviate del Tg1.

Ricorda il suo primo servizio al Tg1?

«Facevo una sostituzione in società, arrivavo dalla redazione del mattino, il mio primo pezzo alle 13.30, sui ritocchi delle star di Hollywood... misi un frammento di Biancaneve, *specchio delle mie brame* - ride, ndr - e poi mi sentii ridicola fino a quando, invece, il vicedirettore di allora mi fece i complimenti e replicò il mio pezzo in notte».

In cosa si sente cambiata rispetto ai suoi inizi?

«Io sono sempre io, solo con molti anni in più sulle spalle e molta strada fatta, molte lezioni ricevute dai capiredattori che ho avuto, ma anche dagli operatori, dai montatori, a loro devo tutto; e poi c'è la gente, quella dei servizi che fai: le persone che incontri. Tutte ti lasciano dentro una piccola parte delle loro vite, e quest'ultimo anno: uno stage di vita e professione insieme».

Per un periodo ha ricoperto lo spazio-meteo: come si è trovata in quel contesto?

«Intimidita e insicura; il video non è per me... ma è stata anche quella un'esperienza tutta da vivere».

È passato un anno da quando purtroppo è venuto a mancare un suo collega, carissimo amico del nostro sito, **Stefano Campagna**: qual è il suo ricordo?

«Un adorabile capriccioso dal cuore d'oro; non un santo, ma una persona che sempre ti regalava un sorriso».

Si sente realizzata, professionalmente parlando?

«Certo! Ogni volta che chiudo un pezzo è una realizzazione».

Come avrà avuto modo di vedere è molto seguita e apprezzata dai nostri lettori: che idea si è fatta del nostro sito?

«Sinceramente non guardo i siti... perdonatemi, ma non so cosa e chi scrive di me o su di me; prometto che mi applicherò per rispondere la prossima volta».

Qualcuno, anche tra i nostri lettori, ha detto che somiglia, anche fisicamente, a **Lilli Gruber**: l'ha infastidita questo paragone?

«Assolutamente no, anzi: a volte ci sono stata nella parte e non era affatto male!».

Quali sono gli accorgimenti che segue dal punto di vista del look?

«Questo penso sia più che evidente a tutti: nessuno! Gli occhiali scuri quando c'è il sole, e spero sempre in belle giornate ovviamente».

Come si vede tra vent'anni?

«Non mi vedo... ma se proprio mi immagino spero nonna! Una nonna che guarda il tg dalla news room di casa con popcorn e nipoti».



Share 2467 Tweet 390 Google + 39 Email 18

versione stampabile | interviste alle telegiornaliste | Tgiste Style

Nonsolomoda Moda, bellezza, benessere, lifestyle

Tutto quello che puoi fare a tavola con i semi naturali

di [Francesca Succi](#) (FB [Francescaglossy](#))

dal blog [TheGlossyMag](#) del 22 aprile 2015

Come promesso, e con diverse settimane di ritardo, visto che Expo si avvicina (anche se queste curiosità hanno una validità nel tempo) voglio spiegarvi qualche segretuccio sull'utilizzo dei semi naturali a tavola. In particolare sui semi di girasole, di sesamo, di lino e di finocchio. Questi sono gli unici che ho trovato al supermercato vicino casa, ma la natura ce ne mette a disposizione migliaia! Basta scoprirli e cercarli in commercio. Mi raccomando scegliete solo semi biologici perché in questo modo sarete sicuri sull'assenza dei trattamenti dannosi per l'organismo.

Premetto che da quando utilizzo questi semi a tavola – e non ancora per uso cosmetico – ho riscontrato solo benefici come ad esempio senso di sazietà immediato, regolarità intestinale e capelli più lucenti.

Entrando nello specifico voglio fare una scheda seme per seme su come li sto utilizzando, con quali alimenti li ho abbinati e per cosa fanno bene.

SEMI DI GIRASOLE

Tra i suddetti è quello più croccante e sfizioso, forse perché sono più grandi. Ha un sapore gradevole tendente al dolciastro che si avvicina molto al pop corn. Per una consumazione ottimale, e per esaltarne i sapori, consiglio di tostarli qualche minuto in una padella antiaderente senza aggiungere olio o altro ingrediente. I semi di girasole si possono consumare da soli come antipasto, snack oppure per arricchire un'insalata.

A livello nutrizionale sono ricchi di vitamina E, cioè quella vitamina che contribuisce alla protezione delle cellule dallo stato ossidativo. Se poi aggiungete anche le bacche di Goji la bomba anti-age è assicurata!

SEMI DI SESAMO

Anche questi semi sono molto gustosi poiché possiedono una buona base oleosa. Io li ho sostituiti al pane grattato per le panature di carne e pesce.

Infatti sono ottimi per creare una crosticina croccante a pollo e tonno, senza utilizzare "collanti" alimentari come le uova (quindi le calorie diminuiscono enormemente).

I semi di sesamo sono molto versatili perché si abbinano a piatti salati e dolci. Ad esempio sono ottimi nello yogurt, in una fetta biscottata con un velo di marmellata o sul caramello fatto in casa.

I semi di sesamo sono ricchi di rame che contribuisce alla normale pigmentazione dei capelli e della pelle e alla normale funzione del sistema immunitario. Quindi per prevenire i capelli bianchi fate scorta di semi di sesamo!

SEMI DI LINO

I semi di lino sono i più oleosi tra quelli che ho citato. Ve ne accorgete presto mettendoli da soli in padella come letto per la carne: vi ritroverete una consistenza gelatinosa, non eccessiva, che vi permetterà di caramellare senza bruciare. Li consiglio soprattutto nella carne bianca.

Al palato sono un po' fastidiosi ma al piatto donano un sapore leggero e gradevole. Evitateli a crudo, almeno io non li riesco a mangiare, e preferiteli sempre cotti.

I semi di lino sono ricchi di Omega 3, cioè acidi grassi buoni, che contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue.

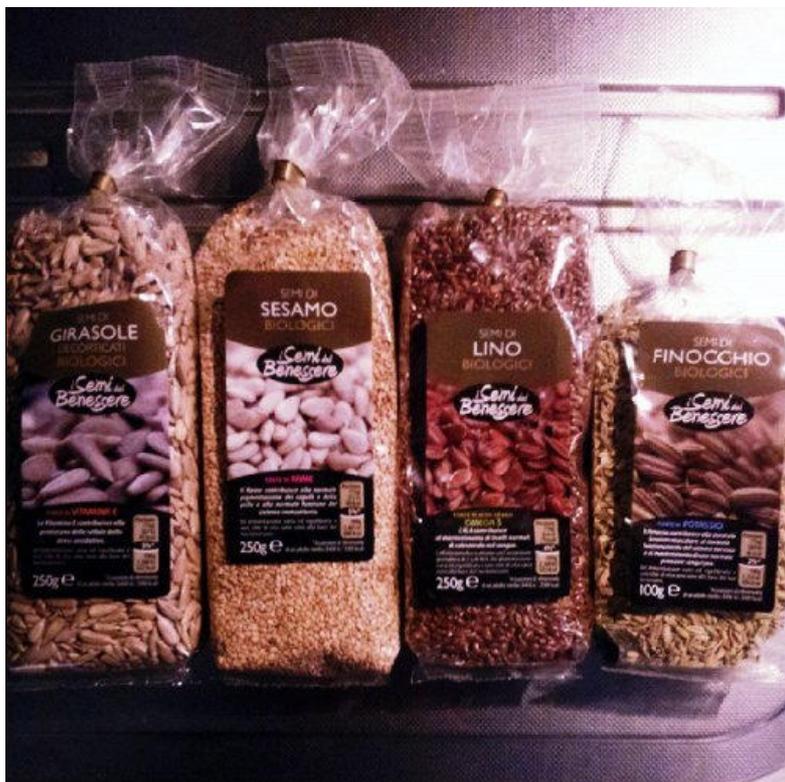
SEMI DI FINOCCHIO

Hanno un sapore molto intenso e sono quelli più leggeri tra i semi di girasole, sesamo e lino. Sono ottimi nelle verdure e ideali per creare sfiziosità negli aperitivi. Ad esempio marinando olive nere con olio, limone e semi di finocchio farete un figurone!

I semi di finocchio sono ottimi anche negli impasti salati per pagnottine e crackers. Cotti non hanno molto senso per il semplice fatto che la loro consistenza è secca e non riuscirebbero a rendere al meglio. Nelle insalate idem!

I semi di finocchio sono ricchi di potassio che contribuisce alla normale funzione muscolare, al normale funzionamento del sistema nervoso e al mantenimento di una normale pressione sanguigna.

Ricettone finale: ora prendete semi di girasole, sesamo, lino e finocchio con una manciata di noci e preparate il pane fatto in casa con farina integrale. Il vostro corpo vi ringrazierà!



[Share](#) 672 | [Tweet](#) 165 | [Google +](#) 23 | [Email](#) 5

[versione stampabile](#) | [interviste a personaggi](#)

Tutto TV Ieri, oggi e domani

Una grande famiglia 3: suspense e colpi di scena per la fiction di Rai Uno

di Lisa Pinto

Torna sul piccolo schermo **una delle serie più amate** di Rai Uno: la **terza stagione** de **Una grande famiglia** è all'insegna della **suspence** e immancabili **sorpresa**. La nuova serie, attualmente in programmazione sulla rete ammiraglia della Rai, continua a **raccontare le storie dei personaggi**, che si intrecciano tra loro, mantenendo sempre quell'**unità familiare** che sin dalla prima puntata l'ha contraddistinta: **amori, tradimenti, nuovi arrivi e ritorni improvvisi**: le avventure dei protagonisti **lasciano spesso col fiato sospeso** e letteralmente **incollati allo schermo**.

Un **cast d'eccezione** è stato il trampolino di lancio della fortunata fiction, che in pochissimo tempo ha guadagnato consensi registrando un record di ascolti: le storie della **famiglia Rengoni**, industriali della **Brianza**, che hanno appassionato gli spettatori, sono **tutt'altro che banali e scontate**, complici la sceneggiatura e la bravura del cast che hanno reso la fiction una delle più amate e più attese dell'anno.

Sicuramente uno dei personaggi più **intriganti** è interpretato da **Alessandro Gassman**, che in questa nuova stagione ritornerà dopo qualche tempo a casa dalla famiglia, dopo aver **salvato l'azienda** a conduzione familiare **inscenando una finto rapimento**. La terza serie riprende dopo qualche tempo dal finale a sorpresa della serie precedente: in casa Rengoni si alterneranno **nuovi amori, vecchie fiamme riprendono vita**, nuove consapevolezze, ma soprattutto **nuovi segreti da svelare** e che mineranno e rinsalderanno nuovi e vecchi rapporti; Storie di famiglia che si intrecciano, dove spesso nascono **incomprensioni e difficoltà**, ma che vengono **superate grazie al forte legame** che accomuna i personaggi.

Come è capitato per le serie precedenti, **non è difficile appassionarsi** e seguire ogni secondo della fiction: la stessa sensazione accompagnerà i fedeli spettatori anche per tutto il corso di questa terza serie che promette ancora grandi sorprese.



Share 1693 Tweet 336 Google + 12 Email 1

[versione stampabile](#) | [interviste a personaggi](#) | [interviste a telegiornalisti](#)

Pink news Notizie al femminile

Samantha Cristoforetti e gli ingredienti per una scuola all'avanguardia

di Daniela D'Angelo

«La scuola è il nostro passaporto per il futuro, poiché il domani appartiene a coloro che oggi si preparano ad affrontarlo».

Queste le parole di **Malcolm X**, famoso **attivista statunitense** per i **diritti umani**; parole che, in un **mondo tecnologico e globalizzato** qual è il nostro, hanno un **peso notevole** rispetto al passato.

I **giovani** devono poter essere **inseriti nella società** attraverso un'**educazione scolastica** quanto più **vicina alle nuove tecnologie** e rispondente alle **esigenze pratiche** dei **settori emergenti**.

E a pensarla in questo modo vi è anche l'**astronauta Samantha Cristoforetti** che, dalla **Stazione Spaziale Internazionale (Iss)**, risponde a **Stefania Giannini, Ministro dell'Istruzione, Università e Ricerca**, in collegamento dall'**Auditorium dell'Agenzia spaziale di Tor Vergata**, in merito al **sistema scolastico italiano** e a cosa bisogna puntare per migliorare la scuola e renderla così capace di **fornire gli strumenti adeguati** e rispondenti alle nuove esigenze richieste dal mondo del lavoro.

«Credo che bisognerebbe incrementare l'attenzione verso le materie scientifiche, matematiche e tecnologiche - spiega l'astronauta - rendere più efficiente l'insegnamento dell'inglese e favorire gli scambi internazionali con esperienze di vita all'estero già durante la scuola».

Samantha, in diretta davanti a circa **300 studenti**, ha risposto alle **domande dei ragazzi**, incoraggiandoli ad **avere fame di conoscenza**. Perché oltre agli **scambi culturali**, l'**inglese** e le **materie scientifiche**, vi è un ultimo ma fondamentale ingrediente: **ricercare la conoscenza**, alimentarla costantemente per poter **perseguire e realizzare**, senza mai arrendersi, i propri **sogni**: un **messaggio positivo** che può solo **incentivare i giovani** in un mondo che continua a porre **ostacoli** e che spesso scoraggia.

La **crisi economica**, le **continue riforme** in materia di **lavoro e pensione**, il forte **tasso di disoccupazione** che attanaglia molti italiani, la **fuga dei cervelli** dall'Italia sono tutti **ostacoli** che si frappongono tra i giovani e le loro aspirazioni, rinchiudendoli in un **tunnel** dal quale è difficile intravedere una via d'uscita. Un tunnel reso **ancora più arduo per le donne**, alla ricerca di **pari opportunità** nel mondo del lavoro, ma che le vede **brillare rispetto ai colleghi maschi** in campo **universitario**; dalle recenti **statistiche** sono **molte di più le donne laureate (29,1%)** rispetto agli uomini laureati (18,8%) e i **percorsi universitari preferiti dalle donne**, secondo uno studio pubblicato da **Almalaurea** nel 2014, risultano essere: **lingue** (con l'85,4% di presenze femminili), **psicologia** (83,2%), **lettere** (70,8%), **biologia** (66,8%) e **medicina** (66%).

È dunque **indispensabile investire sul futuro**, e lo si può fare **investendo sulla formazione dei giovani** ma soprattutto **offrendogli l'opportunità di mettere in pratica le loro potenzialità**: da qui la necessità di dare **attuazione a riforme concrete e valide** che facilitino il cambio di paradigma attraverso un **ricambio generazionale**.

L'Italia deve guardare al futuro senza **ancorarsi saldamente al passato**, evitando di disperdere una **risorsa preziosa: l'energia che alberga nello spirito e nelle menti dei giovani**.



Tweet 163
 Google + 16
 Email 4

[versione stampabile](#) | [interviste a personaggi donne](#)

Donne *Nel mondo, nella storia*

Katharine Viner alla direzione del Guardian

di Deborah Palmerini

Metti che **una delle più importanti testate giornalistiche internazionali** si trovi a dover **sostituire il direttore**, in quanto **dimissionario dopo due decenni**; metti che il quotidiano sia di **proprietà di un'associazione no-profit** la quale, in vista della sostituzione del massimo dirigente, **non indichi il successore**, tantomeno lo **formalizzi imponendo una decisione unilaterale**, ma **inviti i quasi mille redattori della testata ad esprimere una preferenza**; metti che in lizza per la prestigiosa poltrona si presentino ben **ventisei importanti nomi del giornalismo internazionale**; che la rosa venga **scremata** fino ad individuarne **quattro**, dei quali **uno solo è uomo**. Metti che a **vincere la consultazione** fra i colleghi delle **redazioni, disseminate per il globo**, sia una **donna di quarantaquattro anni, bionda e con gli occhi azzurro cielo**, il cui **primo pezzo** per il quotidiano che si appresta a dirigere riguardava la **fatica dei fisici delle donne con un seno prospero**.

Ecco, se si considera lo scenario delineato nel suo insieme, **ad un lettore del belpaese non verrebbe mai in mente di dire che si stia parlando di un quotidiano italiano**. Infatti si tratta dell'avvicendamento alla direzione del quotidiano **The Guardian**, una delle più importanti testate giornalistiche **inglesi**, per la quale, fra alcune settimane sarà ufficializzata la nomina della nuova direzione, affidata alla giornalista **Katharine Viner**.

Kath, così la chiamano in redazione, dopo gli **studi** in una scuola pubblica perfezionati poi a **Oxford**, ha collaborato con i magazine **Cosmopolitan** e **Sunday Times**, prima di entrare a far parte della redazione del Guardian, nel **1997**. Ha **costruito** la sua invidiabile **carriera** facendo tutta la **gavetta** possibile, partendo dal **pezzo sul seno coppa D**, transitando per i **magazine settimanali di cultura**, fino a dirigere le **edizioni australiana e statunitense del quotidiano**, facendo registrare per quest'ultima un **aumento pari al 30%** dei lettori online.



Il **20 marzo 2015** è sopraggiunta l'importante investitura, da parte del **53% dei suoi colleghi "elettori"**. Il nome di Katherine Viner è risultato il più votato fra i quattro della rosa finale. Gli **altri contendenti** finalisti, ordinati in base all'esito della consultazione, erano **Emily Bell, Janine Gibson e Wolfgang Blau**.

Il **predecessore** della Viner, il giornalista **Alan Rusbridger**, attraverso un breve **messaggio su twitter**, si è **congratolato** con la collega esortandola a proseguire sulla **strada maestra del quotidiano «Carry on as heretofore»** (Continua come finora).

Nel **Regno Unito non è una novità la nomina di una donna alla direzione di una testata giornalistica importante**. Il Guardian infatti, scegliendo Katherine Viner per la direzione, segue la strada già tracciata da **altre importanti redazioni britanniche**, dirette da giornaliste: **l'Economist**; la **BBC Radio**; il **Daily Star**; **l'Independent on Sunday** e il **Sun on Sunday**. **Quotidiani e magazine che fanno cronaca, opinione, tendenza.**

 Share 854  Tweet 249  Google + 22  Email 9

[versione stampabile](#) | [interviste a personaggi donne](#)