

Tra Terra d'Etruria e Citta' dei Papi
XXV Convegno Nazionale del Mensa Italia
S. Martino al Cimino (VT) 1-6 Ottobre 2008

Carissimi Soci,

in ottobre avrà luogo il XXV Convegno Nazionale del Mensa Italia nella splendida cornice di S. Martino al Cimino, una deliziosa località a pochi km da Viterbo. Si tratta del Convegno Nazionale più importante della storia del Mensa Italia, perchè si festeggia il 25° anniversario della nascita del Mensa Italia e perchè in concomitanza avremo l'onore di ospitare i lavori dell'IBD Meeting (International Board of Directors), la riunione dei Presidenti e Delegati di tutti i Mensa del mondo.

Sia il Convegno che l'IBD si svolgeranno da mercoledì 1 a lunedì 6 ottobre, e per tutto questo periodo sono previste attività organizzate per i soci italiani e gli accompagnatori stranieri. Abbiamo allegato in fondo a questa lettera il programma dettagliato, qui daremo solo alcune informazioni per i soci che intendono partecipare a questo indimenticabile Convegno.

Molte sono le località interessanti dal punto di vista storico e paesaggistico. Lo scarso tempo a disposizione ci permetterà di visitarne solo alcune. Tra queste Caprarola con il Palazzo Farnese, Tarquinia con la sua Necropoli e, dal punto di vista naturalistico, non possiamo dimenticare le bellezze della riserva naturale del Lago di Vico. Nella stessa San Martino al Cimino, che ci ospiterà, si potrà visitare



l'imponente Abbazia Cistercense con il Palazzo Doria Pamphilj.

Durante il mese di Ottobre in varie località della provincia viterbese si svolge una famosa Sagra delle Castagne, che prevede una serie di manifestazioni. Tra queste segnaliamo una particolare rievocazione storica detta Palio dei Rioni, che si terrà a Soriano nel Cimino nel pomeriggio di domenica 5 ottobre

Grazie alla vicinanza con Roma è stato possibile organizzare delle visite guidate nella capitale. Naturalmente, considerato l'enorme ventaglio di alternative, abbiamo dovuto fare delle scelte, e speriamo che queste incontrino i vostri gusti. Abbiamo inoltre previsto giornate libere per lo shopping (e/o il tempo libero) in cui sarete comunque accompagnati in pullman dall'hotel a Roma.



Nella provincia di Viterbo affiorano sorgenti termali (il [Bullicame](#) citato da Dante nella Divina Commedia), le cui acque vengono sfruttate principalmente a scopo terapeutico in appositi stabilimenti dotati di modernissimi impianti o in piscine naturali. L'impianto termale delle Masse di San Sisto è situato a circa 5 km. dall'hotel ed è aperto in tutte le ore della giornata. Le terme saranno accessibili gratuitamente per tutti gli ospiti del Convegno previa prenotazione in hotel.

Ulteriori informazioni sul complesso sono disponibili all'indirizzo internet http://www.termediviterbo.it/index.php?option=com_content&task=view&id=19&Itemid=49

Sarà inoltre possibile gustare prodotti tipici della zona (e anche per i palati più esigenti ci saranno ottime soddisfazioni). Non mancherà l'ottimo vino locale: vini rossi e bianchi secchi (Est! Est!! Est!!!, Orvieto, Colli Etruschi, Colli Cimini, Valle del Tevere) e dolce (Cannaiola di Marta, Aleatico di Gradoli) che si accompagnano alla tradizionale pasticceria casareccia al gusto di nocciola e castagne dei Monti Cimini.

La struttura alberghiera prescelta per il convegno è il Balletti Park Hotel, immerso nel verde di un parco secolare, in posizione panoramica a 600 m. s.l.m. Il complesso, localizzato all'interno della splendida compagine naturale dei Monti Cimini, dispone sia di stanze d'albergo, sia di villette. Agli ospiti stranieri saranno riservate le prime ed ai soci italiani in prevalenza le seconde. Il sito dell'hotel è all'indirizzo <http://www.balletti.com/parkhotel/default.asp>

Durante il Convegno, oltre agli eventi istituzionali come l'Assemblea dei Soci (alla quale certo non mancherete...) e MensanaMente, abbiamo previsto anche altre attività ricreative come il Torneo di Giochi (curato dal SIG GIOCHI), la Serata di Pensiero, la Mostra Fotografica, oltre al tempo libero che potrete dedicare alle vostre attività preferite. Inoltre avremo l'opportunità di rilassarci e socializzare nelle accoglienti strutture dell'hotel, che dispone anche di campi da tennis, di calcio (un campo di calcio a 5 e un campo a 11 in erba!), e di bocce, nonché della possibilità di accedere al già citato impianto di vasche termali delle Masse di San Sisto.

Prenotazioni:

Le prenotazioni per il Convegno devono essere fatte entro il 31 agosto 2008 utilizzando l'apposito modulo disponibile qui <http://ibdreg.mensa.it/it.html> o sul sito del Mensa.

Per gruppi di persone che dividono la stessa camera, deve essere fatta una sola prenotazione riportando però i nomi di tutti i partecipanti. La prenotazione si considera confermata dopo il pagamento dell'anticipo, pari al 30% del totale dovuto. Il pagamento può essere effettuato mediante:

- bonifico bancario sul conto corrente presso Banca Nazionale del Lavoro n. 000031 intestato a Fabio Maria Battaglia e Federica Contardi, con le seguenti coordinate:
 - IBAN: IT76V01005032240000000000031
 - CONTO CORRENTE: 000031
 - ABI: 01005
 - CAB 06324
 - Codice Swift (o Bic): BNLIITRR
- Paypal. Il pagamento tramite paypal comporta una commissione del 3.52% a carico di chi prenota.

Il saldo dovrà essere versato all'arrivo in hotel.

Penali

Queste sono le penali previste per le cancellazioni delle camere:

- dal 29° al 20° giorno prima dell'1/10= 30%
- dal 19° al 10° giorno prima dell'1/10= 50%
- dal 9° al 5° giorno prima dell'1/10= 75%
- dal 4° giorno prima dell'1/10= 100%

Come raggiungere il Balletti Park Hotel

- *In automobile*

Da [Firenze](#): immettersi nella A1 direzione Roma (Sud), percorrerla fino all'uscita di Orte, quindi immettersi sulla superstrada per Viterbo dove si trova il Balletti Palace Hotel. Per raggiungere il Balletti Park Hotel occorrerà proseguire sulla S.P. Sanmartinese per San Martino al Cimino.

| | | |
|-------------------|---------|-----------------------|
| Autostrada A1 | Firenze | Orte |
| Superstrada E45 | Orte | Viterbo |
| S.P. Sanmartinese | Viterbo | San Martino al Cimino |

Da [Perugia](#): percorrere la E45 in direzione Roma fino ad arrivare ad Orte, quindi proseguire per Viterbo ed eventualmente da qui verso San Martino.

| | | |
|-------------------|---------|-----------------------|
| Superstrada E45 | Perugia | Orte |
| Superstrada E45 | Orte | Viterbo |
| S.P. Sanmartinese | Viterbo | San Martino al Cimino |

Da [Roma](#): immettersi sul Grande Raccordo Anulare, imboccare l'uscita per la Cassia Bis (uscita n. 5). All'altezza di Monterosi sarà possibile optare o per la strada Cimina, direzione Ronciglione, e quindi proseguire per Viterbo o per San Martino, oppure continuare sulla Cassia, passando per Sutri, Capranica, Vetralla ed infine Viterbo, da cui, quindi, sarà possibile dirigersi verso San Martino al Cimino.

| | | |
|--------------------|--------------------------------|-----------|
| SS2 Bis Cassia Bis | GRA - Uscita Cassia Bis (n. 5) | Monterosi |
|--------------------|--------------------------------|-----------|

| | | |
|--------------------|-------------|-------------|
| SP Cimina | Monterosi | Ronciglione |
| SP Cimina | Ronciglione | Viterbo |
| S.P. Valle di Vico | Ronciglione | San Martino |

| | | |
|-----------------|-----------|-------------|
| SS2 Cassia | Monterosi | Capranica |
| | Capranica | Viterbo |
| SP Sanmartinese | Viterbo | San Martino |

Da [Civitavecchia](#): immettersi sulla SS1 Aurelia, percorrerla fino allo svincolo per Monteromano e proseguire per Vetralla, da cui poi sarà possibile seguire la Cassia fino a Viterbo o San Martino.

| | | | |
|---------------------|---------------|-----------------------|----|
| SS1 Aurelia | Civitavecchia | Monteromano | 29 |
| SS1 Bis Aurelia Bis | Monteromano | Vetralla | 16 |
| SS2 Cassia | Vetralla | Viterbo | 13 |
| SP Sanmartinese | Viterbo | San Martino al Cimino | 3 |

- ***In treno***

Le stazioni più importanti di riferimento per raggiungere il capoluogo Viterbese, e di conseguenza San Martino al Cimino, sono essenzialmente Roma Termini e Orte Scalo.

I collegamenti esistenti tra le due stazioni non cittadine e Viterbo sono:

- da Orte, autobus Cotral (di media uno ogni 40 minuti) oppure tratta ferroviaria Orte-Viterbo;
- da Roma, Saxa Rubra, autobus Cotral (di media uno ogni mezz'ora).

- **In autobus**

Da Siena: partenze da piazza Piccolo per Civitavecchia via Viterbo viale Armando Diaz (linea bus Sira)

Da Roma: linea Cotral, dalla stazione Saxa Rubra, in media un autobus ogni 30 minuti.

Da Perugia: treno per Terni poi stazione Cotral Terni per stazione Cotral Viterbo

Da Civitavecchia: da Piazza Vittorio Emanuele per Siena via Viterbo - viale Armando Diaz (linea bus Sira)

- **In aereo**

Dall'aeroporto di Fiumicino si può noleggiare un'auto o prendere il treno.

1. Se si **noleggia un'auto**:

una volta usciti dal terminal sarà necessario indirizzarsi verso Roma, percorrendo l'autostrada Roma - Fiumicino, per poi immettersi nel Grande Raccordo Anulare, verso Nord, direzione Firenze; quindi imboccare l'uscita per la **Cassia Bis (uscita n. 5)**. All'altezza di Monterosi sarà possibile optare o per la strada Cimina, direzione Ronciglione, e quindi proseguire per Viterbo o per San Martino, oppure continuare sulla Cassia, passando per Sutri, Capranica, Vetralla ed infine Viterbo, da cui, quindi, sarà possibile dirigersi verso San Martino al Cimino.

| | | | | | | | | |
|--------------------|-------------|-------------|--------------------------------|-----------------|-----------|-------------|--|--|
| SS2 Bis Cassia Bis | | | GRA - Uscita Cassia Bis (n. 5) | | | Monterosi | | |
| SP Cimina | Monterosi | Ronciglione | SS2 Cassia | Monterosi | Capranica | | | |
| SP Cimina | Ronciglione | Viterbo | | Capranica | Viterbo | | | |
| S.P. Valle di Vico | Ronciglione | San Martino | | SP Sanmartinese | Viterbo | San Martino | | |

2. Se si **prende il treno**:

Dall'aeroporto di **Fiumicino** prendere il treno diretto a Fara Sabina e scendere alla stazione di Roma Trastevere (durata circa 30 minuti, frequenza ogni 15 minuti); qui prendere il treno per Viterbo (durata circa 1 h e 45 minuti, frequenza ogni 60 minuti).

Navetta

L'hotel dispone di una navetta. Per gli spostamenti da e per Viterbo è possibile prenotarla accordandosi direttamente con l'albergo (tel. **0761 3771**). Per gli arrivi è bene non chiamare all'ultimo momento per permettere all'autista di ottimizzare i viaggi e, soprattutto, di farvi attendere il meno possibile.

In alternative alla navetta è possibile utilizzare la **linea urbana 11** che copre la tratta **Viterbo - San Martino**.


La conferenza

Nella mattinata di sabato 4 ottobre il socio Gabriele Rossi e Antonella Canonico terranno una conferenza sul tema:

Intelligenza Umana, Intelligenza Artificiale e Semi-Immortalità
Riusciremo a prolungare indefinitamente la vita prima della fine del secolo?

Antonella Canonico e Gabriele Rossi, fondatori degli iLabs, sono gli autori del saggio "Semi-Immortalità. Il prolungamento indefinito della vita" che sta venendo recapitato in questi giorni a tutti i soci del Mensa Italia come segno tangibile dell'invito dei due studiosi ad unirci al loro viaggio affascinante alla ricerca dell'immortalità, che secondo la loro ricerca è ormai quasi alla portata dell'umanità.

Di seguito un abstract della conferenza.

Secondo molti ricercatori siamo sull'orlo di un cambiamento epocale. Al centro di questo cambiamento ci sarà un imprevedibile balzo tecnologico, che ci permetterà una rottura senza precedenti nella quantità e nella qualità della vita a nostra disposizione, consentendoci di diventare  Semi-Immortali. Nel raggiungimento di tale traguardo, conosciuto come "Singolarità", l'intelligenza, umana e artificiale, giocherà un ruolo fondamentale e, molto probabilmente, trainante.

Accanto agli sviluppi attesi nei campi della genetica e delle nanoscienze, saranno l'intelligenza artificiale e la psiconeurofisiologia ad aiutarci a compiere i progressi decisivi. La prima disciplina avrà il compito di de-ingegnerizzare il pensiero, riprodurlo ed utilizzare le menti artificiali così costruite come aiuto per un ulteriore sviluppo cognitivo: così come solo grazie a uno specchio possiamo vedere i nostri occhi, allo stesso modo, solo grazie alle macchine intelligenti potremo svelare tutti i segreti della nostra mente. La seconda disciplina ci aiuterà a capire con precisione come la mente influenza il corpo, il corpo influenza la mente e come la modulazione di queste connessioni potrà aiutarci a rimanere più sani più a lungo.

La donazione di sangue

Per sabato mattina è prevista anche una donazione di sangue; non è necessaria, ma consigliata, la prenotazione (donazioni@mensa.it). La frase scelta per l'occasione dal Sig-donazioni è "Donare sangue è un'azione intelligente"

La cena di gala

Non poteva mancare la cena di gala, durante la quale vi invitiamo a sfoggiare il vostro look migliore, a cui seguirà una serata danzante.

La partita dei Forti di Testa

Come potete vedere dal programma, per domenica mattina è prevista la partita di calcio tra i Forti di Testa e l'Associazione Donatori e Volontari Personale della Polizia di Stato.

I Forti di Testa hanno già incontrato la squadra dell'ADVPS (www.advps.it). Raccomandiamo un tifo caloroso! Durante la partita saranno raccolti contributi a favore dell'Associazione.

Qualche raccomandazione e consigli pratici

- **Prenotazione delle visite guidate**

Come vedrete, nel modulo di prenotazione il trasporto in pullman per le visite a Roma e nel viterbese è stato inserito come voce a parte; e' quindi necessario specificare separatamente la prenotazione per la visita e per il pullman. Questo perché si è preferito dare la possibilità di utilizzare il pullman per raggiungere Roma anche a chi non e' interessato alla visita guidata, e di partecipare alle visite senza dover prenotare il pullman a chi si trova già a Roma (ovviamente raccomandiamo puntualità agli appuntamenti, per cui comunicheremo separatamente i luoghi scelti). Tutte le visite prevedono un numero minimo di partecipanti al di sotto del quale non possono essere effettuate, con conseguente rimborso del costo a chi ha prenotato, e un numero massimo al di sopra del quale e' prevista una lista d'attesa (ma cercheremo di accontentare tutti). In caso di disdetta delle visite guidate e di attività ad esse collegate, dovremo comunque evitare che emergano costi a carico del Mensa. Pertanto se la disdetta sarà comunicata oltre il 20 settembre potrebbe essere applicata una penale, che cercheremo di contenere al minimo ma che in casi particolari potrebbe anche arrivare al 100% del prezzo dell'attività.

Si raccomanda di controllare la contemporaneità delle visite e delle attività. Infatti, al fine di offrire un maggior numero di possibilità, il programma prevede in alcuni casi visite in luoghi diversi negli stessi orari (vedi p.es. 3 ottobre Roma e Viterbo).

- **Prenotazioni stanze e villette**

Consigliamo di condividere le villette con altri partecipanti per permettere a tutti di stare nella struttura principale.

- **Legenda**

Fate attenzione alle attività per cui la prenotazione è obbligatoria (**P**), a quelle che prevedono un costo (**\$**) ed a quelle con un numero di posti limitato (**L**).

Vi aspettiamo numerosi!!!

Fabio, Giovanna, Andrea, Stella, Marco
(Segreteria Mensa Lazio)

Mercoledì 1 ottobre

| Convegno Nazionale | | | | IBD Meeting | | | | Ospiti stranieri | | | | | | |
|--------------------|---|-----|--------------------------------------|-------------|--|-----|--------------|--------------------------------------|--|-----|--------------|----|--------------------------------------|-----|
| ora | attività e commenti | | | ora | attività e commenti | | | ora | attività e commenti | | | | | |
| 11 | arrivo Soci e ospiti accoglienza registrazione sistemazione Villette | P\$ | tempo libero | 11 | arrivo Soci e ospiti accoglienza registrazione sistemazione Hotel | P\$ | tempo libero | 11 | arrivo Soci e ospiti accoglienza registrazione sistemazione Hotel | P\$ | tempo libero | | | |
| 12 | | | | 12 | | | | 12 | | | | | | |
| 13 | | | pranzo in hotel | P\$ | | | 13 | pranzo in hotel | | | P\$ | 13 | pranzo in hotel | P\$ |
| 14 | | | visita S. Martino al Cimino (libera) | | | | 14 | visita S. Martino al Cimino (libera) | | | | 14 | visita S. Martino al Cimino (libera) | |
| 15 | | | | | | | 15 | | | | | 15 | | |
| 16 | | | | | | | 16 | | | | | 16 | | |
| 17 | | | | | | | 17 | | | | | 17 | | |
| 18 | | | | | | | 18 | | | | | 18 | | |
| 19 | Icebreaker Cocktail | | | 19 | Icebreaker Cocktail | | | 19 | Icebreaker Cocktail | | | | | |
| 20 | Cena in hotel | P\$ | | 20 | Cena in hotel | P\$ | | 20 | Cena in hotel | P\$ | | | | |
| 22 | tempo libero | | | 22 | tempo libero | | | 22 | tempo libero | | | | | |

P= prenotazione obbligatoria, \$= attivita' a pagamento. L= numero posti limitato

Giovedì 2 ottobre

| Convegno Nazionale | | | | IBD Meeting | | | | Ospiti stranieri | | | | |
|--------------------|--|-----|---|-------------|---------------------|---|----|--|-----------------------|--|--|------|
| ora | attività e commenti | | | ora | attività e commenti | | | ora | attività e commenti | | | |
| 8 | breakfast | | | 8 | breakfast | | | 8 | breakfast | | | |
| 9 | visita Roma: itinerario Vaticano insieme agli ospiti stranieri – guida in inglese - trasporto in bus (9.00-11.00) - mattina: visita S.Pietro-Borgo, pranzo libero, pomeriggio: Castel S.Angelo-P.zza Navona - trasporto in bus (17.30-19.30) | P\$ | visita Roma: itinerario shopping insieme agli ospiti stranieri – trasporto in bus (9.00-11.00) - shopping, pranzo libero - trasporto in bus (17.30-19.30) | P\$L | 9 | IBD Training - Coffee Break (11:00 - 11:15) | | sala Raffaello break in balconata piano hall (cattivo tempo: bar hall) | 9 | visita Roma: itinerario Vaticano – guida in inglese - trasporto in bus (9.00-11.00) - mattina: visita S.Pietro-Borgo, pranzo libero, pomeriggio: Castel S.Angelo-P.zza Navona - trasporto in bus (17.30-19.30) | | P\$L |
| 10 | | | | | 10 | 10 | | | | | | |
| 11 | | | | | 11 | 11 | 11 | | | | | |
| 12 | | | | | 12 | 12 | 12 | | | | | |
| 13 | | | | | 13 | 13 | 13 | | | | | |
| 14 | arrivo Soci e ospiti accoglienza registrazione sistemazione Villette | | | P\$L | 14 | IBD Training - Coffee Break (15:30 - 15:45) | | sala Raffaello break in balconata piano hall (cattivo tempo: bar hall) | 14 | | | |
| 15 | | | | | 15 | 15 | 15 | | | | | |
| 16 | | | | | 16 | 16 | 16 | | | | | |
| 17 | | | | | 17 | 17 | 17 | | | | | |
| 18 | | | | | 18 | 18 | 18 | | | | | |
| 19 | arrivo previsto 19,30 | | arrivo previsto 19,30 | | 19 | | | 19 | arrivo previsto 19,30 | | | |
| 20 | cena di benvenuto | | | | 20 | cena di benvenuto | | 20 | cena di benvenuto | | | |
| 21 | tempo libero | | | | 21 | tempo libero | | 21 | tempo libero | | | |
| 22 | | | | | 22 | | | 22 | | | | |

P= prenotazione obbligatoria, \$= attivita' a pagamento. L= numero posti limitato

Venerdi' 3 ottobre

| Convegno Nazionale | | | | | IBD Meeting | | Ospiti stranieri | | | | | | | | | |
|--------------------|--|-----|--|-----|---|-----------------------|--|-----|-----------------------|---|------|---|--------------|---|-----|----|
| ora | attività e commenti | | | | ora | attività e commenti | | ora | attività e commenti | | | | | | | |
| 8 | breakfast | | | | 8 | breakfast | | 8 | breakfast | | | | | | | |
| 9 | visita Roma: itinerario con guida in italiano - trasporto in bus (9.00-11.00) - mattina: Villa della Farnesina + Via Giulia, pranzo libero, pomeriggio: Museo dei Fori Imperiali e Mercati di Traiano + Suburra - trasporto in bus (17.30-19.30) | P&L | visita Roma: itinerario shopping insieme a ospiti stranieri - trasporto in bus (9.00-11.00) - shopping, pranzo libero - trasporto in bus (17.30-19.30) | P&L | visita Viterbese: itinerario Viterbese con guida in italiano: trasporto in bus (9.00-10.00) mattina: Caprarola - pranzo libero: Lago di Vico - pomeriggio: Viterbo - trasporto in bus (18.00-19.00) | P&L | arrivo Soci e ospiti accoglienza registrazione sistemazione Villette | P&L | 9 | visita Roma: itinerario con guida in inglese - trasporto in bus (9.00-11.00) - mattina: Villa della Farnesina + Via Giulia, pranzo libero, pomeriggio: Museo dei Fori Imperiali e Mercati di Traiano + Suburra - trasporto in bus (17.30-19.30) | P&L | visita Roma: itinerario shopping - trasporto in bus (9.00-11.00) - shopping, pranzo libero - trasporto in bus (17.30-19.30) | P&L | visita Viterbese: itinerario Viterbese insieme a ospiti italiani con guida in italiano: trasporto in bus (9.00-10.00) mattina: Caprarola - pranzo libero: Lago di Vico - pomeriggio: Viterbo - trasporto in bus (18.00-19.00) | P&L | |
| 10 | | | | | | | | | 10 | | | | | | | 10 |
| 11 | | | | | | | | | 11 | | | | | | | 11 |
| 12 | | | | | | | | | 12 | | | | | | | 12 |
| 13 | | | | | | | | | 13 | | | | | | | 13 |
| 14 | cena | P&L | cena | P&L | tempo libero | P&L | tempo libero | P&L | cena | P&L | cena | P&L | tempo libero | P&L | | |
| 15 | | | | | | | | | | | | | | | 15 | 15 |
| 16 | | | | | | | | | | | | | | | 16 | 16 |
| 17 | | | | | | | | | | | | | | | 17 | 17 |
| 18 | | | | | | | | | | | | | | | 18 | 18 |
| 19 | arrivo previsto 19,30 | | | | 19 | arrivo previsto 19,30 | | 19 | arrivo previsto 19,30 | | | | | | | |
| 20 | cena | | | | 20 | cena | | 20 | cena | | | | | | | |
| 21 | serata giochi | | | | 21 | tempo libero | | 21 | tempo libero | | | | | | | |
| 22 | serata di pensiero | | | | 22 | tempo libero | | 22 | tempo libero | | | | | | | |

P= prenotazione obbligatoria, \$= attivita' a pagamento. L= numero posti limitato

Sabato 4 ottobre

| Convegno Nazionale | | | | | IBD Meeting | | Ospiti stranieri | |
|--------------------|---|-----|--|--|-------------|--|------------------|---|
| ora | attività e commenti | | | | ora | attività e commenti | ora | attività e commenti |
| 8 | breakfast | | Donare sangue e' un'azione intelligente | | | 8 | breakfast | |
| 9 | tempo libero | | | | 9 | IBD Meeting - Coffee Break (11:00 - 11:15) sala Raffaello - break in balconata piano hall (cattivo tempo: bar hall) | 9 | visita Toscana - Tarquinia con guida in Inglese : trasporto in bus (9.00-10.00) - Tarquinia: Necropoli + Palazzo Vitelleschi + Toscana - trasporto in bus (12.00-13.00) |
| 10 | 10:30 Conferenza di Gabriele Rossi e Antonella Canonico | P | | Mostra Fotografica - Biblioteca Mensa (sala Cantinone) | 10 | | 10 | |
| 11 | | | Sessione di test | | 11 | | 11 | P\$&L |
| 12 | | | | | 12 | | 12 | |
| 13 | Pranzo in hotel | P\$ | | | 13 | Pranzo in hotel | 13 | |
| 14 | 14:30 assemblea dei Soci | | | | 14 | IBD Meeting - Coffee Break (15:30 - 15:45) sala Raffaello - break in balconata piano hall (cattivo tempo: bar hall) | 14 | Tempo Libero |
| 15 | | | | | 15 | | 15 | |
| 16 | | | | | 16 | | 16 | |
| 17 | MensanaMente | | Visita Palazzo Comunale, Palazzo Doria-Pamphili, Abbazia (insieme agli ospiti stranieri) | | 17 | Visita Palazzo Comunale, Palazzo Doria-Pamphili, Abbazia (insieme agli ospiti stranieri) | 17 | Visita Palazzo Comunale, Palazzo Doria-Pamphili, Abbazia (insieme agli ospiti stranieri) |
| 18 | | | | P | 18 | | 18 | |
| 19 | Aperitivo - Piano Bar | | | | 19 | Aperitivo - Piano Bar | 19 | Aperitivo - Piano Bar |
| 20 | Cena di Gala premiazioni: - premio Mensa | | | | 20 | Cena di Gala premiazioni: - premio Mensa - concorso fotografico celebrazione dei XXV Mensa Italia | 20 | Cena di Gala premiazioni: - premio Mensa - concorso fotografico celebrazione dei XXV Mensa Italia |
| 21 | - concorso fotografico | | | | 21 | | 21 | |
| 22 | celebrazione dei XXV Mensa Italia | P\$ | | | 22 | | 22 | |
| 23 | Serata danzante | | | | 23 | Serata danzante | 23 | Serata danzante |

P= prenotazione obbligatoria, \$= attivita' a pagamento. L= numero posti limitato

Domenica 5 ottobre

| Convegno Nazionale | | | | IBD Meeting | | | Ospiti stranieri | | |
|--------------------|--|--|--|-------------|---|--|---|---|--|
| ora | attività e commenti | | | ora | attività e commenti | | ora | attività e commenti | |
| 8 | breakfast | | | 8 | breakfast | | 8 | breakfast | |
| 9 | <div style="background-color: #cccccc; width: 100%; height: 100%;"></div> | | | 9 | IBD Meeting - Coffee Break (11:00 - 11:15) | | 9 | Tempo libero | |
| 10 | | | | 10 | sala Raffaello - break in balconata piano hall (cattivo tempo: bar hall) | | 10 | Partita di calcio: Forti di testa vs ADVPS | |
| 11 | | | | 11 | | | Partita di calcio: Forti di testa vs ADVPS | | |
| 12 | Attività consigliata: Visita Soriano nel Cimino trasferimento mezzi propri | | | 12 | 12:30 Pranzo in hotel | | 12 | 12:30 Pranzo in hotel | |
| 13 | pranzo snack | | | 13 | 13:30 Visita a Roma con guida in inglese - trasporto in bus (13.30-15.30) - Visita con guida Inglese: Colosseo, Fori Imperiali, Campidoglio, Fontana di Trevi, Piazza di Spagna, Trinita' dei Monti - trasporto in bus (19.00-19.30) | | 13 | 13:30 Visita a Roma con guida in inglese - trasporto in bus (13.30-15.30) - Visita con guida Inglese: Colosseo, Fori Imperiali, Campidoglio, Fontana di Trevi, Piazza di Spagna, Trinita' dei Monti - trasporto in bus (19.00-19.30) | |
| 14 | <div style="background-color: #cccccc; width: 100%; height: 100%;"></div> | | | 14 | | | 14 | | |
| 15 | | | | 15 | | | 15 | | |
| 16 | | | | 16 | | | 16 | | |
| 17 | | | | 17 | | | 17 | | |
| 18 | Attività consigliata: Sagra della Castagna - Palio dei Rioni | | | 18 | | | 18 | | |
| 19 | | | | 19 | 19:30 Cena in pizzeria "Il meloncino" - Tor di quinto | | 19 | 19:30 Cena in pizzeria "Il meloncino" - Tor di quinto | |
| 20 | | | | 20 | | | 20 | | |
| 21 | | | | 21 | 21.30-23.00 Rientro in Hotel | | 21 | 21.30-23.00 Rientro in Hotel | |
| 22 | | | | 22 | | | 22 | | |
| 23 | | | | 23 | Helsinki Party | | 23 | Helsinki Party | |

Lunedì 6 Ottobre

| Convegno Nazionale | | IBD Meeting | | Ospiti stranieri | |
|--------------------|---------------------|-------------|------------------------------------|------------------|------------------------------------|
| ora | attività e commenti | ora | attività e commenti | ora | attività e commenti |
| | | 8 | breakfast | 8 | breakfast |
| | | 9 | Check-out hotel: saluti e partenze | 9 | Check-out hotel: saluti e partenze |
| | | 10 | | 10 | |
| | | 11 | | 11 | |