MARZO 2020. LA LIBERTÀ NEGATA.

70 giorni che hanno cambiato il mondo — e la serata evento "70 giorni, una sera", 8 ottobre 2026

A sei anni da un evento che ha cambiato per sempre il modo di vivere, lavorare e stare insieme, la memoria di quei settanta giorni rischia di restare relegata alla cronaca, o di essere semplicemente rimossa. Bruno Miguel Mascarenhas Antunes, ex atleta olimpico e oggi allenatore, ha scelto una terza strada: trasformare un diario, scritto senza sapere di scrivere un libro, in un'opera capace di restituire quei giorni non come un trauma da dimenticare, ma come un'esperienza da attraversare e da cui imparare qualcosa di utile ancora oggi e in futuro.

Del periodo che ci ha messi tutti alla prova, pagina dopo pagina Bruno fa emergere quelle capacità che non servono solo nell'emergenza. Quelle stesse capacità sono tornate protagoniste l'8 ottobre 2026, quando, nella splendida cornice del Circolo Canottieri Roma, Bruno le ha raccontate dal vivo insieme ad altri ospiti d'eccezione, in una serata pensata per farle vivere al pubblico, non solo per raccontarle. Chi ha partecipato a "70 giorni, una sera" non ha assistito a una semplice presentazione del libro, ma a un'esperienza costruita per lasciare qualcosa di concreto. Attraverso le voci dirette di chi quei settanta giorni li ha attraversati da prospettive diverse, dal giornalismo alla sanità, dalla medicina sportiva alle istituzioni, dalla cultura allo sport e alla cucina, il pubblico ha potuto osservare da vicino competenze che raramente si raccontano fuori da un'aula di formazione: la capacità di decidere senza avere tutte le risposte, di comunicare con chiarezza quando le certezze vengono meno, di restare un punto di riferimento per una squadra, uno staff, i propri cari. Non lezioni teoriche, ma testimonianze vissute, restituite attraverso un formato che ha coinvolto attivamente chi ascoltava. È questo il valore aggiunto della serata: un'occasione per riconoscere, in una storia collettiva, strumenti utili alla propria quotidianità professionale e personale, che si tratti di guidare un progetto, gestire un imprevisto, o semplicemente attraversare un momento difficile con maggiore consapevolezza.

"Marzo 2020. La libertà negata" ha vinto il Premio Letterario "Oltre la Soglia" 2025 ed è arrivato a Roma l'8 ottobre con un evento che non è stato una presentazione, ma una serata costruita come il libro stesso: per oggetti, non per capitoli.

Titolo	Marzo 2020. La libertà negata: 70 giorni che hanno cambiato il mondo
Autore	Bruno Miguel Mascarenhas Antunes
Casa Editrice	C1V Edizioni
Data di pubblicazione	4 agosto 2026
Riconoscimento	Vincitore del Premio Letterario "Oltre la Soglia" 2025, sezione Storie
ISBN	978-88-99604-25-7
Acquisto	Disponibile su Amazon
Ufficio Stampa	C1V Edizioni — c1vpress@gmail.com

La sinossi del libro

9 marzo 2020: l'Italia si ferma. Mentre il Premier Conte annuncia il lockdown nazionale, un padre e istruttore sportivo inizia a scrivere un diario che racconterà uno dei periodi più straordinari della storia contemporanea: settanta giorni di paura, silenzi e speranze, con autenticità viscerale. Non è solo cronaca: è un viaggio su più piani temporali che reinventa il genere del diario, trasformando la memoria personale in patrimonio collettivo. Accanto alle pagine originali, emergono messaggi mai inviati, oggetti del 2020 visti dal futuro, voci dei figli dieci anni dopo, foto che non abbiamo osato scattare. È la storia di come un padre e coach sportivo, e con essa un intero Paese, ha affrontato l'impensabile, ricordandoci quanto siamo fragili e, allo stesso tempo, capaci di resistere.

Quella storia non si esaurisce in quei settanta giorni: li attraversa da più punti nel tempo insieme, e restituisce ogni volta qualcosa che nessuno aveva ancora messo a fuoco: come si guida, come si comunica, come si resta lucidi quando tutto va storto. Domande che, in forme diverse, si ripresentano ogni giorno.

Un libro per chi quei giorni li ha vissuti, e vuole rileggerli con occhi nuovi.
Un libro per chi guida una squadra, un'azienda, una famiglia, quando mancano le certezze.
Un libro che non parla di una pandemia: parla di cosa ne è rimasto, in positivo, oggi.

L'autore

Bruno Miguel Mascarenhas Antunes è Campione del Mondo e Medaglia Olimpica di canottaggio, oggi Direttore Tecnico sportivo e telecronista Raisport del canottaggio. Formatore e motivatore aziendale, è un Atleta Legend di Sport e Salute. Prima di scrivere, Bruno ha remato per vent'anni: la sua disciplina da atleta è la stessa che, il 9 marzo 2020, lo ha portato a iniziare un diario per non perdere quei giorni nel vortice dell'incertezza, mentre restava un punto fermo per la sua famiglia e per lo staff che allenava a distanza. "Marzo 2020. La libertà negata" è la sua terza opera, dopo "Cinque Cerchi Olimpici – un sogno possibile" e "Commando – La storia di guerra di mio Papà", ed è già valsa il Premio Letterario "Oltre la Soglia" 2025.

L'opera, lo stile, il progetto

"Marzo 2020. La libertà negata" non è un diario nel senso tradizionale del termine. Ogni giornata si apre con un oggetto reale e quotidiano del "Museo degli Oggetti Sopravvissuti", che nasconde una storia, mai raccontata per intero nella stessa pagina in cui compare. Attorno a questo dispositivo, il libro costruisce un diario quantico che esiste su tre piani temporali insieme: il presente vissuto giorno per giorno, il non-detto che nessuno aveva il coraggio di scrivere, e la voce di chi, dieci anni dopo, rilegge quelle pagine con occhi diversi — la struttura narrativa che ha convinto la giuria del Premio "Oltre la Soglia" 2025.

Il libro si rivolge a un doppio pubblico: da un lato i lettori di narrativa di testimonianza, dall'altro professionisti e aziende interessati a temi di leadership, comunicazione e resilienza. Due linguaggi diversi per la stessa storia, quella di chi ha dovuto guidare una squadra, uno staff e i propri cari, tutti insieme, senza avere risposte.

Il progetto editoriale prosegue oltre il libro attraverso "Dialoghi con l'Autore", l'iniziativa con cui C1V Edizioni porta gli autori nelle scuole: Bruno dialogherà con i ragazzi su quei settanta giorni e sui take away che se ne possono trarre, per la crescita personale e sociale delle nuove generazioni. Ma non è l'unico progetto scaturito da questo libro: la casa editrice, insieme a Bruno, sta lavorando ad altro, per ora ancora segreto.

Il Premio "Oltre la Soglia" 2025

"Marzo 2020. La libertà negata" è risultato vincitore del Premio Letterario "Oltre la Soglia" 2025, nella sezione Storie, dedicata alle opere che raccontano la complessità della società contemporanea. La giuria ha riconosciuto nel libro "una rivoluzione narrativa nel genere diaristico", capace di intrecciare il vissuto di un singolo padre a quello di un intero Paese, senza mai perdere l'autenticità viscerale del racconto originale.

L'evento "70 giorni, una sera"

Giovedì 8 ottobre 2026, dalle ore 18:30, il Circolo Canottieri Roma (Lungotevere Flaminio 39) ha ospitato "70 giorni, una sera": un evento unico, coinvolgente e straordinario che non è stato una classica presentazione del libro, ma una serata costruita esattamente come il libro stesso, per oggetti, non per capitoli, per voci, non per riassunti.

Il Circolo Canottieri Roma non è stato solo la sede della serata: è un luogo che nel libro c'è già, con il suo bar, i suoi allenamenti, la sua chiusura improvvisa il 9 marzo 2020. Il benvenuto è stato portato dal Presidente del Circolo, Paolo Vitale, e dalla Consigliera Eventi, Raffaella Vannuccini. A chiudere la serata, un aperitivo a cura di Alessandro Circiello, Presidente Federcuochi Lazio e presentatore Rai.

Con la partecipazione di:

Bruno Mascarenhas Antunes — Autore

Simona Renata Baldassarre — Assessore alla Cultura, Regione Lazio e medico

Stefano Buttafuoco — Giornalista Rai (Il cacciatore di sogni), intervenuto dal pubblico

Marzia Roncacci — Giornalista e Conduttrice del TG2

Alessandro Pirozzi — Giornalista e telecronista

Michela Manfredi — Farmacista

Roberto Curcuruto — Medico dello Sport

Annamaria Cacciotti — Presidente del Comitato Regionale Lazio Canottaggio e consigliera regionale CONI

Francesco Gasparri — Giornalista Rai (Linea Verde Illumina), intervenuto dal pubblico

Roberto Tavani — Già delegato allo Sport della Regione Lazio, intervenuto dal pubblico

Alessandro Circiello — Presidente Federcuochi Lazio e presentatore Rai

Atleti Legend:

Emanuele Blandamura — Pugile, Campione Europeo dei pesi medi 2016

Stefano Pantano — Schermidore, tre volte Campione del Mondo a squadre di spada

Stefano Maniscalco — Karateka, tre volte Campione del Mondo e cinque volte Campione Europeo

Stefano Tilli — Velocista, Campione Europeo indoor ed ex primatista mondiale dei 200 metri indoor

Amaurys Pérez — Pallanuotista, Medaglia d'Argento olimpica a Londra 2012 e Campione del Mondo a Shanghai 2011 con il Settebello

Con la conduzione di: Cinzia Tocci, Editrice e fondatrice di C1V Edizioni

Il pubblico non è stato spettatore: durante la serata si è svolto il "Gioco del Museo", legato agli oggetti del Museo degli Oggetti Sopravvissuti e pensato per chi è arrivato con la propria copia del libro già letta, o almeno iniziata. La

serata ha sostenuto anche un progetto di sostenibilità ambientale, con l'adozione di un'arnia, e si è chiusa con l'annuncio di "Dialoghi con l'Autore" nelle scuole e con il firmacopie, per selfie e dediche con l'autore.

Chi non avesse ancora una copia del libro può ordinarla su Amazon in qualsiasi momento.

Tutti i dettagli: www.c1v.org/8-ottobre-2026

C1V Edizioni

C1V Edizioni è la casa editrice romana sensibile ai temi attuali, solidali e di divulgazione scientifica, fondata nel 2008 da Cinzia Tocci, con la mission di promuovere la lettura come fonte di crescita e arricchimento personale e sociale. Le opere edite dalla casa editrice lasciano un segno di ciò che è la società contemporanea, sia nell'immediato presente sia nel futuro, a beneficio anche di chi le leggerà nelle generazioni successive. All'attività editoriale, nel tempo, si sono aggiunte la produzione cinematografica con C1V Film e i servizi di hosting con C1V Hosting. www.c1v.org

Contatti stampa

C1V Press — Ufficio Stampa C1V
c1vpress@gmail.com
WhatsApp C1V: 380.88.11.333
Pagina evento: www.c1v.org/8-ottobre-2026



