

Kino produzioni  
presenta



# Kentannos

UN FILM DI VÍCTOR CRUZ



16M films, MOTONETA CINE e KINO PRODUZIONI presentano KENTANNOS con il supporto di INCAA, IBERMEDIA, REGIONE SARDEGNA, FONDAZIONE SARDEGNA FILM COMMISSION, COMUNE DI CAGLIARI, fondo di cosviluppo INCAA-MIBAC, WEMW BEST PITCH AWARD e FIRST CUT LAB HBO AWARD  
direttore di produzione AMAYA IZQUIERDO, FRANCESCA SCANU, SOLEDAD NEROME fotografia NICOLÁS PITTALUGA, MATTEO VIEILLE, DIEGO POLERI  
montaggio ALEJANDRA ALMIRÓN colonna sonora originale FRANCISCO SEOANE prodotto da FITO POCHAT, GIOVANNI POMPILI scritto e diretto da VÍCTOR CRUZ







**KINO PRODUZIONI**

presenta

# **KENTANNOS**

un film di

**VÍCTOR CRUZ**

una produzione

**MOTONETA CINE, KINO PRODUZIONI, 16M FILMS**

con il sostegno di

**INCAA**

**REGIONE AUTONOMA SARDEGNA**

e

**FONDAZIONE SARDEGNA FILM COMMISSION**

***FONDO SARDEGNA OSPITALITÀ***

**COMUNE di CAGLIARI**

***FONDO FILMING CAGLIARI***

**IBERMEDIA**

**FONDO DI COSVILUPPO ITALIA-ARGENTINA**

**MIBACT - ISTITUTO LUCE CINECITTÀ – INCAA**

uscita

**DAL 9 APRILE SU #IORESTOINSALA E CHILI**

distribuzione

**ANTANI** in collaborazione con **KIO FILM**

**ufficio stampa**

Gabriele Barcaro

340 5538425

[press@gabrielebarcaro.it](mailto:press@gabrielebarcaro.it)

CREDITI NON CONTRATTUALI

## Sinossi

Girato tra Costa Rica, Giappone e Sardegna, *Kentannos* intreccia emozioni e sfide quotidiane di alcuni giovani centenari che, alla soglia del primo secolo di vita – e talvolta anche oltre – non smettono di vivere in maniera straordinariamente normale, senza rinunciare ai propri desideri.

In Costa Rica, la figlia di Pachito teme che a 98 anni il padre non sia più in grado di andare a cavallo, e cerca di proibirglielo; in Sardegna, Adolfo chiede come regalo per i suoi 93 anni di poter coronare il suo sogno di tutta la vita: pilotare un aeroplano; sull'isola di Okinawa, Tomi, 93 anni, fa parte di una famosa pop band, e continua ad andare in tournée in tutto il Giappone.

Un film sulla passione di vivere che, con estrema tenerezza, ci ricorda che l'età è solo uno stato mentale.

## Note di regia

Per realizzare *Kentannos* mi sono focalizzato su tre cosiddette zone blu, aree geografiche dove le persone vivono più a lungo: la Sardegna, Okinawa in Giappone e Nicoya in Costa Rica.

Sono molto attratto dalla terza età. Forse perché, dopo la prematura morte di mia madre, nei suoi ultimi anni di vita ho dovuto prendermi cura di mia nonna. Oltre che suo nipote, per cinque anni le ho fatto in qualche modo da “badante”: ero responsabile per le sue cure mediche, l’igiene personale, l’esercizio fisico. Ho apprezzato ogni istante di quei cinque anni passati ad accudirla e ho sentito che lo stesso valeva per lei.

Quando pensiamo alla longevità, spesso ci focalizziamo su cose come la dieta che facciamo, la salute, la genetica e, in tempi più recenti, sulla famiglia e le relazioni sociali. È quest’ultimo aspetto che mi interessa maggiormente. Sono stato in grado di osservare da vicino gli effetti positivi che la famiglia produce sui membri più anziani, stimolandoli, mantenendoli attivi, coinvolti nei progetti della loro vita. Questa relazione che esiste va ben oltre il semplice rispetto; è caratterizzata da manifestazioni di affetto fisico come gli abbracci, i baci e una presenza costante. Queste manifestazioni di affetto sembrano produrre effetti rivitalizzanti negli anziani.

Ho incontrato molte persone anziane a Nicoya, in Sardegna e a Okinawa. È così che ho conosciuto i protagonisti del documentario. Mi hanno fatto innamorare di loro e mi sono deciso a fare un film che parlasse delle loro storie personali, delle loro famiglie e delle loro comunità.

Penso alla longevità come al risultato di una serie di relazioni, familiari e sociali. Penso che le persone che hanno una vita lunga, rappresentino la chiave per capire e fare nostro un altro modo di concepire e fare esperienza delle relazioni. Questa è la tesi del documentario: ci sono molti modi di vivere e alcuni di questi modi possono condurre verso una vita più ricca e serena e quindi più lunga, salutare e consapevole.

**Víctor Cruz**

## Le zone blu

Con il termine **Zona blu** (o **Blue zone**) si identifica un'area demografica e/o geografica del mondo in cui l'aspettativa di vita è notevolmente più alta rispetto alla media. L'espressione è stata coniata in seguito alle ricerche sulla longevità umana degli studiosi Gianni Pes e Michel Poulain (pubblicate la prima volta su *Experimental Gerontology*), che identificarono nella provincia di Nuoro l'area con la maggior concentrazione al mondo di centenari.

In seguito Dan Buettner ha individuato altri “fulcri di longevità nel mondo”: oltre alla **Sardegna**, le isole di **Okinawa** in Giappone e di **Icaria** in Grecia, la penisola di **Nicoya** in Costa Rica, e la comunità avventista di **Loma Linda** in California.

Sul numero del **Time** del 26 febbraio 2018 (“How to live longer better... and still have fun”), così Buettner – autore di “The Blue Zones” e “The Blue Zones Solution” – descrive le “nostre” tre zone:

### **Sardegna, Italia**

Una dieta a base di verdure, l'attività fisica quotidiana e la vicinanza alla famiglia hanno dato a questa zona blu la più alta concentrazione di centenari maschi al mondo. Si tratta prevalentemente di pastori di pecore, che tendono a camminare 8 km al giorno, e uomini con figlie femmine, accuditi con amore in tarda età. La popolazione di questa regione beneficia anche della mutazione M26, una variante genetica legata all'estrema longevità, tramandata per generazioni in questa comunità isolata.

### **Okinawa, Giappone**

In molte Blue Zone la famiglia e la comunità rivestono una grande importanza, ma la dimensione sociale raggiunge il suo apice in questa cultura giapponese. Gli abitanti di Okinawa sono sostenuti dai loro *moai*, piccoli ma affiatati circoli sociali in cui si attenuano i fattori di stress mentale mentre le abitudini salutari vengono rinforzate e condivise. Il risultato? Una cultura che vanta le donne più longeve del mondo, con molte che superano i 100 anni.

### **Nicoya, Costa Rica**

La maggior parte dei residenti della Blue Zone evita il cibo lavorato, ma gli abitanti di Nicoya portano questo principio ad un altro livello. I costaricani tradizionalmente assumono la maggior parte del loro apporto calorico da fagioli, zucca e mais, oltre che dalla frutta tropicale. Questa dieta ricca di verdure e alimenti densamente nutrienti - e molto tempo all'aperto - rende i corpi forti e ben nutriti. Allo stesso tempo, un *plan de vida*, il senso di uno scopo che guida la proprio vita, aiuta i nicoyani a rimanere mentalmente e spiritualmente attivi fino a 90 anni e oltre.

## Kino produzioni

Obiettivo della Kino è la ricerca e lo sviluppo di narrative cinematografiche universali fortemente legate alla realtà, privilegiando la costruzione di relazioni con registi emergenti ed in collaborazione con realtà internazionali. Negli ultimi anni la società, guidata dal 2011 da Giovanni Pompili (Berlinale Talents, Eurodoc e EAVE alumni) ha prodotto lungometraggi e cortometraggi, esplorando spesso il confine tra fiction e non fiction, presentati nei maggiori festival internazionali.

Tra gli ultimi lavori, il film di esordio del regista Carlo Sironi **SOLE**, vincitore nel 2020 dell'European Film Award come migliore opera prima, selezionato alla 76. Mostra Internazionale d'Arte Cinematografica di Venezia, al Toronto International Film Festival e proiettato alla 70. Berlinale.

Tra il 2019 e l'inizio del 2020 la società ha visto la premiere di altre quattro coproduzioni: **IL MIO CORPO** di Michele Pennetta, presentato a Visions du Réel; **CELLES QUI RESTENT** di Ester Sparatore, in concorso a Visions du Réel e premiato come miglior documentario italiano al Biografilm; **COUREUR** di Kenneth Mercken, selezionato al Rotterdam International Film Festival; **KENTANNOS** di Victor Cruz, presentato a Visions du Réel. Nel 2018 **SUGARLOVE** di Laura Luchetti viene presentato alla Settimana Internazionale della Critica durante la 75. Mostra di Venezia, vincendo poi il Nastro d'Argento come miglior corto di animazione. Altri due cortometraggi coprodotti con paesi extraeuropei sono stati un fiore all'occhiello: **IMMINENT IMMANENT** di Carlo Manatad, coproduzione con Singapore e Filippine, presentata al TIFF, e **DELAY** di Ali Asgari, coprodotto con l'Iran, presentato al Los Angeles Film Festival. Nel 2016 il film **IL PIÙ GRANDE SOGNO** di Michele Vannucci, interpretato da Alessandro Borghi, viene presentato in concorso nella sezione Orizzonti alla 73. Mostra Internazionale d'Arte Cinematografica di Venezia. Sempre nel 2016 il corto **VALPARAISO** di Carlo Sironi vince il Premio Pardi di domani The Film und Video Undertitlung al Festival del film di Locarno, **IL SILENZIO** di Farnoosh Samadi e Ali Asgari è selezionato in concorso ufficiale al 69. Cannes Film Festival e **QUASI EROI** di Giovanni Piperno vince il Nastro d'argento 2016.

Kino produzioni ha realizzato inoltre **DELL'ARTE DELLA GUERRA** di Silvia Luzi e Luca Bellino (Festival del Cinema di Roma 2012, Jean Rouch Prix Rispoli, Dok Leipzig), **TERRA DE FRATERNIDADE** di Lorenzo Almeida De Carvalho, **UNA STORIA NORMALE** di Michele Vannucci (*Docufest, Winthertur 2015*), **CARGO** di Carlo Sironi (*Mostra di Venezia 2012*).

## ANTANI Distribuzione

ANTANI è una realtà indipendente che nasce dall'esperienza di KINO Produzioni, società guidata da Giovanni Pompili che negli ultimi anni ha accompagnato gli esordi di registi come Carlo Sironi e Michele Vannucci, e dalla voglia di sperimentare modelli di distribuzione alternativi.

Nel 2016 ANTANI avvia l'esperimento con l'uscita del primo film di Vannucci, **IL PIÙ GRANDE SOGNO**, con Alessandro Borghi.

Oggi l'obiettivo che accompagna il progetto ANTANI è quello di dare vita ad uno spazio in cui il pubblico possa scoprire nuovi talenti ed esplorare idee di cinema fuori dall'ordinario, diverse tra loro e fortemente riconoscibili, proponendo agli spettatori film che noi per primi vorremmo vedere.

**CELLES QUI RESTENT**, di Ester Sparatore.

**IL MIO CORPO**, di Michele Pennetta. Uscita italiana 26 febbraio 2021.

**IL PIÙ GRANDE SOGNO**, di Michele Vannucci. Uscita italiana 24 novembre 2016.

## Crediti

|                       |                                                                                                                                                                       |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| regia                 | <b>Víctor Cruz</b>                                                                                                                                                    |
| sceneggiatura         | <b>Víctor Cruz</b>                                                                                                                                                    |
| fotografia            | <b>Nicolás Pittaluga</b> (Costa Rica)<br><b>Matteo Vieille</b> (Italia)<br><b>Diego Poleri</b> (Giappone)                                                             |
| suono                 | <b>Francisco Seoane</b>                                                                                                                                               |
| montaggio             | <b>Alejandra Almirón</b>                                                                                                                                              |
| VFX                   | <b>Laura Viviani</b>                                                                                                                                                  |
| Paese                 | <b>Argentina, Italia</b>                                                                                                                                              |
| anno                  | <b>2019</b>                                                                                                                                                           |
| durata                | <b>90'</b>                                                                                                                                                            |
| formato               | <b>DCP colore</b>                                                                                                                                                     |
| lingua originale      | <b>spagnolo, sardo e giapponese</b>                                                                                                                                   |
| prodotto da           | <b>Rodolfo Pochat Etchebehere, Giovanni Pompili</b>                                                                                                                   |
| una produzione        | <b>Motoneta Cine, Kino produzioni e 16M Films</b>                                                                                                                     |
| con il sostegno di    | <b>Programa Ibermedia, Fondo di sviluppo MiBAC - INCAA - Cinecittà Luce, Regione Autonoma della Sardegna, Fondazione Sardegna Film Commission, Comune di Cagliari</b> |
| distribuzione         | <b>Antani</b><br>( <a href="mailto:ciao@antanidistribuzione.com">ciao@antanidistribuzione.com</a> )                                                                   |
| in collaborazione con | <b>Kio film</b><br>(Valentina Del Buono, <a href="mailto:delbuonovalentina@yahoo.it">delbuonovalentina@yahoo.it</a> , 348 0030562)                                    |