



il Botteghino

anno XVIII 11 maggio 2020 N. 254

mensile d'informazione culturale italiana e francese
mensuel d'information culturelle italienne et française

appunti del redattore
di Vito Laraspata



Fatta l'Italia, restano da fare gli italiani

Subito dopo l'ultima guerra, solo il 18% sapeva parlare l'italiano, adesso questa percentuale è salita al 75%. Nella situazione in cui la spinta all'uso dell'italiano è più forte, cioè quella "con estranei", il 91,8% dei residenti dichiara di parlare "solo o prevalentemente italiano". Ora che l'unificazione linguistica è stata quasi fatta, cerchiamo di mantenerla e di migliorarla, non la roviniamo con gli «anglicismi» che da un po' di tempo a questa parte stanno entrando di prepotenza nel parlare quotidiano.

È vero, ci hanno riempito la testa con la solita frase: «con l'inglese potrai andare dappertutto...», e perché non con l'italiano? E poi, una volta che conosciamo l'inglese, di che cosa parliamo? Di musica, quella che ci rompe i timpani nelle discoteche, di cui non si capiscono nemmeno le parole? Oppure parliamo di borsa, di «computers» e «internet»? Forse potremmo intrattenere un discorso sul «marketing» o sull'esperienza di «product manager» (qualora ce l'avessimo) o di come incrementare il «budget» per il raggiungimento del «target»?

Oggi è più elegante preparare un «drink» al posto di un banale aperitivo e si è convinti che il «relax» sia più rilassante del riposo. Quando si parla di «week-end» si pensa subito a Parigi o alle Baleari, mentre il fine-settimana si può passarlo in campagna. È di moda affidare il bambino alla «baby sitter», forse sperando che impari l'inglese, piuttosto che ad una governante. Se si dice «meeting» si pensa che sarà meglio organizzato di una banale riunione. Il «sit in» invece lo lasciamo a quelli che si credono di essere «up to date». E che dire di quell'orrendo «itagliano» parlato tra gli specialisti dell'essere «in» solo per il gusto di «baipassare» o di preparare un «drink scecherato». In questi giorni va molto di moda il «lockdown» che è meglio del più comune e volgare confinamento.

È giusto che si conoscano le altre lingue, com'è anche giusto che la propria lingua si evolva, perché altrimenti sarebbe una lingua morta. Ma ciò non significa accettare tutto dall'estero, oro e spazzatura, in quanto significherebbe perdere la propria originalità, ma soprattutto la propria identità. Quindi, non c'è nulla da dire sull'uso di parole come: *poker, hippy, radar, offset, sex appeal, beat* ... parole che non hanno una traduzione in italiano. Ma non è giustificato l'utilizzo di termini i cui corrispondenti significati italiani esistono, come: *match* (partita), *record* (primato), *full time* (tempo pieno), *part time* (tempo parziale), *big* (grande), *star* (stella), *game* (gioco), *budget* (bilancio), *supermarket* (supermercato) ...

Poi ci sono quelli che, sofferenti di un'anglopatia acuta, mandano i propri figli a studiare in un «college» inglese o americano, più per seguire una moda di certi ambienti borghesi che per una vera e propria esigenza, e quindi imbastardirli di una cultura anglosassone che non corrisponde, una volta tornato in patria, alla realtà quotidiana del proprio Paese o regione, o città, o villaggio. Inorgoglito da un curriculum vitae arricchito di teoria, il giovane si considera così al di sopra di tutti come se fosse il solo ed unico possessore della verità. E, come se non bastasse, ad aggravare le sue relazioni con il mondo circostante, interviene la presunzione di voler applicare i cosiddetti metodi di «comunicazione anglosassone», facendo leva sulla debolezza e sensibilità dell'individuo, in una società completamente diversa da quella dove ha fatto i suoi studi, ottenendo come solo risultato un sentimento di profonda insoddisfazione e di esclusione sociale.

V.L.

Il Botteghino

Fondato nel 2002

Edito da: gruppo editoriale e culturale
"L'Italie en scène"

email: italscene@hotmail.com ;

sito: www.bottegararte.eu

Direttore
e redattore responsabile
Vito Laraspata

Agenzie stampa:

ANSA – AGI – NIP – Adnkrono - 9colonne

Gli articoli non firmati sono tratti dalla diffusione delle diverse agenzie giornalistiche o da comunicati stampa. La responsabilità del loro contenuto rimane esclusivamente della fonte. La Redazione si riserva la facoltà di fare una cernita del materiale da pubblicare secondo criteri di buon gusto ed educazione, rispetto ed interesse generale, che non risultino offensivi della dignità e della reputazione di chicchessia.

Le collaborazioni e gli articoli sono forniti gratuitamente e in modo del tutto benevolo.

IMPORTANTE: A partire dal 25 maggio 2018, è entrato in vigore il Nuovo Regolamento europeo in materia di protezione dei dati personali (GDPR). Ricevete "Il Botteghino" perché siete iscritti nella lista dei destinatari. La nostra rivista detiene i Vostri indirizzi di posta elettronica e li conserva in modo sicuro utilizzandoli esclusivamente per inviarvi i numeri, gli aggiornamenti e per informarvi sugli eventi. Assicuratevi che in nessun caso i dati saranno ceduti a terzi. Per noi la vostra «privacy» è importante.

Chi vuole essere cancellato dalla nostra lista, può inviare un messaggio con scritto semplicemente CANCELLAMI a: italscene@hotmail.com

Appuntamento sul nostro sito:

www.bottegararte.eu

La pubblicazione del prossimo numero è prevista per il 15 giugno 2020



9
MAGGIO

FESTA DELL'EUROPA

"Il miglior investimento per una società è mettere del latte dentro i bambini"
(W. Churchill)

**SOCIETÀ
SOCIETE**

alimentazione

I CIBI PIÙ ORDINATI ? PIZZA E GELATO

La pizza si conferma sempre al primo posto come il piatto più ordinato, seguita dall'hamburger, dal sushi, dal pollo e dalla cucina italiana, soprattutto in alternativa al cucinare a casa in questi giorni di isolamento. Una novità assoluta è invece il gelato che si inserisce in classifica al quinto posto tra le cucine più ordinate. Tra le principali tendenze di crescita si attestano poi proprio i dolci e i gelati (+133%), ma anche sushi e cibo giapponese nei formati da mangiare in famiglia e in gruppo, come le barche e i mix (+124%) e le ormai famose pokè bowl (+54% = una ciotola (**bowl**) di cose tagliate a pezzi (**poke**)). Si tratta di un piatto della cucina nativa hawaiana, dove si mescolano sapori tropicali con ingredienti tipici della tradizione giapponese). Se in questo momento, a ordinare sono più gli uomini delle donne (60% vs 56%), il primo motivo per farlo è regalarsi una coccola (59%), soprattutto per le donne (56%), ma anche una comoda alternativa all'andare a fare la spesa, limitando così il numero delle uscite (48%). Per chi lavora da casa è pratico ordinare a pranzo o a cena non avendo tempo di cucinare (15%), soprattutto per gli uomini (56%), e per evitare le code ai supermercati e le attese per la spesa 'online' (17%). Esplorando poi le diverse fasce di età, emerge la voglia di ordinare qualcosa di goloso soprattutto per la fascia 18-25 anni, l'ordine a pranzo soprattutto per i giovani dai 26 ai 35 anni, l'evitare la coda ai supermercati o l'attesa per la spesa 'online' per i 36-45 anni e un'alternativa all'andare a fare la spesa, limitando il numero di uscite, soprattutto per la fascia 45-54 anni.

PASTA AL TONNO: IL PIATTO AMICO DEL SISTEMA IMMUNITARIO

In questo momento storico di incertezza ed emergenza cambiano le abitudini dei consumatori. Le uscite concesse sono quelle strettamente necessarie, come fare la spesa, e allora si prediligono cibi pratici, sicuri ed accessibili. Il tonno in scatola è uno di quegli alimenti che non manca mai nel carrello della spesa. Mantenendo intatte le proprietà nutritive del tonno, rappresenta sempre di più un simbolo per l'alimentazione dei nostri connazionali. I dati di consumo aggiornati confermano una crescita importante della domanda di tonno in scatola da parte del consumatore italiano, che lo considera un prodotto sicuro, salubre, gustoso, pratico e conveniente. E allora, in casa, uno dei primi pensieri va alla pasta al tonno, un grande classico della cucina mediterranea. Una soluzione garantita e infallibile. Infatti, è al primo posto tra i piatti, a base di tonno, preferiti degli italiani. Ed è al terzo posto tra le paste con cui gli italiani hanno compiuto il battesimo ai fornelli. A raccontarlo è un'indagine Doxa/ANCIT, che ha fotografato il vissuto e la conoscenza degli italiani rispetto ad un prodotto presente nel 94% delle nostre case. Il motivo è semplice: è un piatto nutriente, salutare e naturale, con un suo posto da protagonista in una alimentazione sana ed equilibrata.

ANZIANI, PER L'89% DEI ROMANI LA "TERZA ETÀ" È IL TEMPO DELL'AMORE

Altro che declino. Per i romani la terza età è sempre più un periodo di pienezza e possibilità, una fase in cui la vita ha ancora molto da offrire e dove poter realizzare progetti e sogni nel cassetto. E persino innamorarsi. Al punto che ben l'89% pensa che sia possibile, e ormai sempre più comune, iniziare una relazione autentica e soddisfacente dopo i 65 anni.

FETE DES MÈRES

2020

10 MAI = Belgique, Suisse, Italie, Canada
7 JUIN = en France

Qu'elles soient maman-poule, maman-gâteau, ou maman-cool, toutes les mamans de la terre sont simplement extraordinaires

Les premières traces de célébration en l'honneur des mères sont présentes dans la Grèce antique lors des cérémonies printanières en l'honneur de Rhéa, la mère des dieux et notamment celle de Zeus. Des fêtes religieuses romaines célèbrent les matrones le 1^{er} mars lors des *Matronalia* (« matronales »). Toutes ces célébrations ont lieu au printemps, mois de la fertilité.

Il est possible que les premiers chrétiens aient vénéré la Vierge Marie en assimilant les cultes de ces déesses païennes mais il leur était plus difficile d'associer ces fêtes à des célébrations dédiées aux mères, en raison des questions théologiques concernant sa virginité.

Au xv^e siècle, les Anglais fêtent le *Mothering Sunday*, d'abord au début du carême puis le quatrième dimanche du carême. En 1908, les États-Unis développent la fête des Mères moderne telle qu'on la fête de nos jours, en instaurant le *Mother's Day*. Le Royaume-Uni adopte à son tour cette fête en 1914, puis l'Allemagne l'officialise en 1923. D'autres pays suivent comme la Belgique, le Danemark, la Finlande, l'Italie, la Turquie ou l'Australie.

En France le village d'Artas en Isère revendique être le berceau de la fête des Mères. En effet, le 10 juin 1906, à l'initiative de Prosper Roche, fondateur de l'Union fraternelle des pères de famille méritants d'Artas, une cérémonie en l'honneur de mères de familles nombreuses eut lieu. Deux mères de neuf enfants reçurent, ce jour-là, un prix de « Haut mérite maternel ». Le diplôme original créé par Prosper Roche est conservé dans la bibliothèque de l'Institut de France avec les archives de l'association.

C'est toutefois à la fin de la Première Guerre mondiale que le principe du *Mother's Day* prend corps en Europe. Il a été répandu par les jeunes membres d'organisations américaines de secours aux populations occupées ou aux blessés du front et surtout par les soldats américains du corps expéditionnaire du général John Pershing arrivés en masse à partir d'avril 1917.

LA SCHEDA DEL NUTRIZIONISTA: UN MIX PERFETTO DI CARBOIDRATI, PROTEINE E VITAMINA D

Pasta e tonno in scatola? Un match importante perché il carboidrato stimola la produzione di insulina, e l'insulina a sua volta favorisce l'assorbimento delle proteine, oltre che dello zucchero. In questo modo, si riescono a sfruttare al meglio i principi proteici, e in particolare gli aminoacidi, del tonno se assunto insieme ai carboidrati. A garantirlo è Luca Piretta - gastroenterologo e nutrizionista all'Università Campus Biomedico di Roma: *"Il connubio favorisce l'assorbimento e l'utilizzo di alcuni aminoacidi importanti come il Triptofano, un precursore della serotonina, l'ormone del benessere, che ha anche dei risvolti positivi sulla qualità del sonno (aiutando a dormire meglio). E sono effetti non scontati in questo periodo, in cui la lunga permanenza a casa rischia di scombussolare ritmi e qualità del riposo. La pasta col tonno, quindi, è utile anche se consumata di sera"*. Il tonno in scatola è un alimento prezioso che ha in sé una serie di vantaggi e proprietà nutrizionali che è bene ricordare: *"È prezioso per tutta la famiglia. Un ruolo importante è da attribuire alla vitamina D"*.

Altro punto forte del tonno è il rapporto tra basso apporto calorico e alto apporto proteico, ricco di aminoacidi essenziali.

"Il meglio deve ancora venire"
"Le meilleur est à venir"
(Frank Sinatra)

ricordi di viaggio
souvenir de voyages

La gloire ritrovata de JOINVILLE-EN-CHAMPAGNE



Situata a una centaine di chilometri di Reims, all'estate delle routes nationales, elle vaut le détour, sur les traces des personnalités de premier plan qui l'ont fréquentée du temps de sa splendeur, à commencer par Claude de Lorraine, premier duc de Guise et son épouse Antoinette de Bourbon, François Ier, Henri II et Catherine de Médicis, François II et son épouse Marie Stuart, Henri de Valois, futur roi Henri III, Louis XIII accompagné du cardinal de Richelieu...

Tombée dans l'oubli, victime des remous de l'Histoire, elle renaît de ses cendres !

Halte incontournable au coeur de la ville, l'Auditoire, édifié en 1651, principal vestige du pouvoir seigneurial à Joinville. Une visite pédagogique à faire en famille : dans cet ancien tribunal miraculeusement épargné pendant la Révolution, une reconstitution a été réalisée et animée par 80 mannequins en costume d'époque. Une vision saisissante de la manière dont était exercée la Justice sous l'Ancien Régime. Au rez-de-chaussée, on est saisi par les cachots réservés aux prévenus. Les murs sont constellés de graffitis authentiques.

La salle d'audience est à l'étage et témoi-

gne d'une influence toujours présente dans nos tribunaux actuels : greffiers, huissiers, procureur, juge, tous sont là en habits traditionnels. Des réminiscences qui imprègnent jusqu'au vocabulaire juridique ainsi qu'en témoignent les sacs en toile de jute pendus aux murs de la salle, les sacs « à procès ».

Ils contenaient toutes les pièces du procès, pièces à convictions, témoignages, requêtes, etc., ainsi suspendus pour les mettre à l'abri des rongeurs. D'où les expressions toujours employées communément sans en connaître l'origine : « L'affaire est dans le sac », « affaire pendante », etc.

Les plus jeunes pourront admirer le mannequin de Jean de Joinville sur son destrier, armé pour la bataille. Tout un équipement pesant et mal pratique, à commencer par sa tunique armoriée, sa cotte de maille, sans oublier son heaume, son épée et sa lance.

La visite s'achève en apothéose avec la reconstitution des funérailles de Claude de Lorraine, entièrement réalisée par de bénévoles et restituée par des mannequins et figurines en habit d'après les descriptions anciennes. Les visites sont assurées par l'Office de tourisme.

Dans le dédale des petites ruelles de la vieille ville, vos pas vous mèneront à l'apothicaire, ancienne pharmacie de l'hôpital Sainte-Croix, où 200 pots et ustensiles dans un état de conservation exceptionnel sont exposés (sur réservation).

Le quai des Peceaux qui longe un bras de la Marne canalisé, servait autrefois de douve à la ville entourée de murailles. Joliment surnommé « la petite Venise », il offre une agréable déambulation jusqu'au

parc du Cavé et son pigeonier.

L'art religieux n'est pas en reste avec cette Mise au tombeau qui a trouvé refuge à l'église Notre-Dame après la démolition du couvent des Cordeliers de Sainte-Ame où elle se trouvait. Le portail Renaissance construit en 1580 sur cette église du XIIe siècle a bénéficié lui aussi d'une restauration.

Le château du Grand Jardin

La pépite de la ville est indiscutablement le château du Grand Jardin, résidence d'été des ducs, bâti sur le modèle de l'architecture italienne de la Renaissance.

Aujourd'hui propriété du département, le château et son jardin, classé « Monument historique » et « Jardin remarquable » est le théâtre de manifestations culturelles tout au long de l'année : concerts, expositions, conférences et colloques réunissent artistes et grand public. Ouvert d'avril à novembre, les amateurs de jardins pourront au cours d'une promenade bucolique admirer les parterres à compartiments et entrelacs, plus d'une centaine de topiaires de buis aux formes géométriques du jardin « à la française », ainsi qu'un labyrinthe de verdure, paragon du jardin « à l'anglaise ». Un grand verger abrite des variétés anciennes, complété d'un parc planté d'essences rares telles que ginkgo biloba, tulipier de Virginie, hêtre pleureur, etc.

Haut lieu du patrimoine, Joinville a obtenu le label « petite cité de caractère » qui devrait contribuer à faire connaître ses trésors de pierre et son tissu de maisons médiévales à pans de bois, vestiges toujours debout de son lustre d'antan.

Préparer votre voyage :

<https://www.tourisme-hautemarne.com/>

MAMME ITALIANE TRA LE PIÙ VECCHIE D'EUROPA, A 31 ANNI ETÀ MEDIA PARTO

Le mamme italiane sono tra le più vecchie d'Europa. Questo dato pone l'Italia ai vertici d'Europa, al pari della Svizzera e poco sotto la Spagna e l'Irlanda, contro una media europea ferma a circa 30 anni. *"La gravidanza non è più vissuta come un fatto naturale, ma come una scelta consapevole su cui gravano però una serie di fattori. Si preferisce completare il proprio percorso di studi, ma anche avere alle spalle una situazione economica stabile e trovare il compagno ideale"* osserva Cesare Taccani, specialista in medicina della riproduzione del centro per la fertilità ProCrea di Lugano (Svizzera). *"Quello che però molte donne tendono a sottovalutare è l'effetto negativo che il tempo ha sulla loro fertilità. Con il passare del tempo non solamente si abbassano le possibilità di andare incontro ad una gravidanza, ma aumentano anche le complicanze"*.

CULTURA

un magazzino di memorie condivise e un patrimonio di conoscenze comuni

ARTE

MUSEI, TOUR AGLI UFFIZI CON UN CLIC GRAZIE ALLA REALTÀ VIRTUALE

In questo periodo di necessaria chiusura, una bella sorpresa per gli amanti dell'arte: gli Uffizi sbarcano nel mondo della realtà virtuale. La Galleria si può visitare comodamente da casa con un semplice clic, gratuitamente, entrando in alcune delle sue più belle sale, digitalizzate ad alta definizione, e ammirandone i capolavori proprio come in un tour dal vivo. Così il visitatore web, da computer, tablet o smartphone, potrà godersi in ogni dettaglio ben 10 sale, tra quelle inaugurate lo scorso anno. Il percorso suggerito inizia dalla "sala delle Dinastie", con i ritratti dei membri più in vista delle due famiglie – i Medici di Firenze e i Della Rovere di Urbino – che nel Cinquecento hanno contribuito alla formazione delle straordinarie collezioni degli Uffizi. Si entra così in un ambiente dove si trovano tra le più famose opere del Bronzino, come la celeberrima Eleonora da Toledo, vera e propria "regina" di questi spazi, Lorenzo il Magnifico, e il Duca Alessandro de' Medici, dipinti da Giorgio Vasari, Cosimo il Vecchio e Cosimo I de' Medici, del Pontormo, Eleonora Gonzaga e suo marito Francesco Maria I della Rovere di Tiziano. Il tour continua nelle sale verdi della pittura veneta del Cinquecento, che accolgono capolavori quali la leggendaria Venere di Urbino e la Flora, entrambe di Tiziano, la Leda e il Cigno del Tintoretto, la "Fornarina" di Sebastiano del Piombo, il ritratto di Giuseppe da Porto con il figlio Adriano, e Venere e Mercurio del Veronese.

<https://www.uffizi.it/mostre-virtuali/uffizi-virtual-tour>

Grazie ad una tecnologia all'avanguardia nella realizzazione di tour virtuali le sale del museo, minuziosamente riprodotte in ogni singolo dettaglio con tutte le loro opere (sono in tutto 55) possono essere viste dall'alto, nella forma di visualizzazione detta a "casa delle bambole", oppure immergendosi in esse e camminando virtualmente al loro interno, fermandosi davanti ai quadri, proprio come si farebbe nel museo. Ogni dipinto può essere studiato da vicino e, cliccando sulla corrispondente didascalia, appaiono tutte le informazioni essenziali sull'opera.

Infine, una curiosità: nella sala che ospita La Nuda, di Licinio, è anche possibile affacciarsi alla finestra e ammirare una suggestiva veduta del cuore di Firenze e dell'Arno in una splendida giornata di sole

LE INVENZIONI CHE HANNO CAMBIATO LA STORIA

L'alfabetizzazione

Prima che gli alfabeti entrassero in uso, un sistema complesso di simboli pittografici veniva utilizzato per tramandare le informazioni scritte. Si ritiene che il primo sistema di scrittura alfabetico sia stato sviluppato tra il 1850 e il 1700 a.C. da un gruppo di persone che parlavano semitico. La scrittura comprendeva 22 simboli e si scriveva da destra a sinistra.

La carta

Un'importante invenzione cinese, risalente al 105 d.C. Un funzionario governativo di nome Ts'ai Lun scoprì che la corteccia di un albero di gelso, la canapa, gli stracci e le reti da pesca producono polpa per creare fogli per la scrittura. La tecnica di fabbricazione della carta si è gradualmente estesa a Egitto, Africa ed Europa.

REMEDES DE GRAND-MERE pourquoi ça marche?

Contre les petits maux du quotidien, rien ne vaut les bonnes vieilles recettes transmises de génération en génération. Pourquoi elles sont efficaces ?

Le Dr Henry Puget, spécialiste des médecines douces et auteur de nombreux livres sur le sujet, et Marie-Laure André, diététicienne, ont confirmé leur efficacité et expliqué leur action. Si nos experts sont convaincus, ils rappellent qu'en l'absence d'amélioration ou en cas de complication au bout de quelques jours, il faut prendre rendez-vous avec le médecin traitant.

• Du miel pour soulager la gorge

La toux est un réflexe naturel de défense de l'organisme: elle permet de se débarrasser des poussières, de la pollution et autres impuretés qui peuvent s'être installées dans les bronches et de dégager les voies respiratoires. Si elle persiste, elle peut devenir irritante et douloureuse. Pour la calmer, rien de tel qu'une cuillerée à café de miel, seule ou mélangée à une boisson chaude, voire à du citron.

Pourquoi ça marche? Une récente analyse publiée dans la revue Pediatrics confirme que les bienfaits du miel sont dus à la présence d'antioxydants qui combattent l'infection, ainsi qu'à son taux élevé de sucre qui engendre une hyper salivation, très utile pour adoucir le pharynx et le larynx, et calmer ainsi la toux. C'est aussi un remède prisé des chanteurs avant d'entrer en scène pour s'adoucir et s'éclaircir la voix.

**Cupido se ne va in giro a scagliare frecce:
sfortunatamente però, non è mai stato
a scuola di tiro con l'arco...**

La cultura in pillole

Un libro di pelle umana

Ritrovato nella biblioteca di Harvard un libro rilegato con pelle umana e più precisamente di donna. Si tratta de "I destini dell'anima" del poeta francese Arsène Houssaye, pubblicato nel 1880.

Giulio Cesare e l'anno bisestile

Il primo ad introdurre nel calendario un giorno "bonus" ogni 4 anni, fu Giulio Cesare nel 46 a.C. : le 24 ore aggiuntive cadevano, per i Romani, prima delle calende di marzo (il 24 febbraio). Il "bis sexto".

"ITALIA MI MANCHI"

VISITA IL SITO DEL



FONDO AMBIENTE
ITALIANO

<https://www.fondoambiente.it/>

SICUREZZA ALL'INTERNO DEI SUPERMERCATI

SALUTE

UN SISTEMA SPERIMENTATO AL PALIO DI SIENA

DA SIENA UNA NUOVA TECNOLOGIA

l'ingresso mediante un 'semaforo intelligente'

Garantire la sicurezza all'interno dei supermercati, dai quali dipende il soddisfacimento di necessità primarie per la popolazione e che sono diventati luoghi particolarmente sensibili a causa dell'emergenza coronavirus, è un'esigenza di estrema attualità. Lo dimostrano le tante iniziative di importanti catene di vendita in tutto il mondo, che limitano il numero massimo di clienti contemporaneamente ammessi, controllano con i loro addetti il rispetto della distanza tra le persone e monitorano il corretto comportamento alle casse durante i pagamenti. Con un nuovo macchinario automatico, unico nel suo genere, basato sulla visione artificiale, sviluppato dal gruppo di ricerca VISION and Smart sensors Laboratory (VISLab) del Dipartimento di Ingegneria dell'Informazione e Scienze matematiche dell'Università di Siena, si potranno evitare problemi di sovraffollamento nei supermercati e di eccessiva vicinanza tra le persone. La nuova tecnologia è infatti in grado di rilevare il passaggio delle persone agli ingressi e alle uscite, regolando dinamicamente i flussi nei negozi, nei magazzini e nelle aree affollate e controllando il rispetto delle distanze di sicurezza.

«Abbiamo messo a punto un innovativo sistema distribuito basato su visione artificiale - spiega il professor Alessandro Mecocci, supervisore del progetto - Una delle sue funzionalità più importanti consiste nella possibilità di gestire in automatico l'ingresso ai supermercati mediante un 'semaforo intelligente' capace di indicare al primo della fila quando può entrare sulla base del numero di persone presenti all'interno e sulla base del numero di persone che stanno uscendo. È possibile gestire più ingressi e più uscite contemporaneamente. In tal modo si può rendere più efficace l'impiego del personale di sorveglianza che, invece di dover presidiare i varchi di accesso e uscita, può dedicarsi ad altre funzioni di controllo e supporto».

« Il y a quelque chose de beau dans chaque
journée, à vous de le trouver »

BENESSERE

TV, PC, SMARTPHONE: ECCO I CONSIGLI PER NON ROVINARSI GLI OCCHI

In questi giorni in cui trascorriamo molto del nostro tempo a casa, capita di passare tante ore davanti a TV, pc, smartphone, tablet, console di gioco. Per questo, Clinica Baviera, Istituto Oftalmico Europeo, ricorda alcuni accorgimenti utili per evitare eventuali disturbi legati alla vista dovuti alla sovraesposizione ai monitor, come la lacrimazione eccessiva o scarsa, il prurito e l'irritazione agli occhi o il loro arrossamento. Una recente ricerca promossa dallo stesso Istituto ha dimostrato che l'elevata esposizione ai monitor (quando si supera una soglia critica di 12h passate davanti ad uno schermo) aumenta la probabilità di avere fastidi e disturbi agli occhi. È fondamentale seguire alcune piccole abitudini.

CORRETTO UTILIZZO DEI MONITOR: DIMENSIONE, DISTANZA E LUMINOSITÀ

Mantenere una certa distanza dagli schermi che stiamo guardando è fondamentale e varia a seconda del diversi device, come sotto riportato:

- Distanza consigliata dal monitor del pc: 52 cm (se si escludono quelli molto grandi per cui si arriva ai 70 cm)
- Distanza consigliata dal monitor di un Tablet: 41 cm
- Distanza consigliata dal monitor del televisore: 238 cm (se si considerano schermi intorno ai 30"). Per monitor più grandi, la distanza rimane fissa sul valore medio di 240 cm, mentre nel caso di TV più piccoli si deve arrivare a circa un metro.
- Distanza consigliata dai monitor degli Smartphone: 27 cm.

Anche la luminosità gioca un ruolo davvero importante in questi casi: è importante ricordarsi di regolarla oltre che su Smartphone e Tablet anche sulla Televisione. Inoltre, quest'ultima non dovrebbe essere guardata in una stanza completamente buia con poca luce, ma, al contrario, in un ambiente luminoso.

L'apparato è già stato sperimentato durante il Palio dell'Assunta del 2018 a Siena, dove ha contato in tempo reale flussi di persone in ingresso e uscita da piazza del Campo con una densità pari a 200 persone al minuto e un errore dello 0,78%. Oltre a determinare il numero esatto di persone all'interno di un'area estesa in cui si entra ed esce attraverso un numero predefinito di varchi, l'architettura sviluppata dal gruppo di ricerca dell'Università di Siena può anche controllare specifiche sotto aree interne, monitorando il rispetto delle distanze di sicurezza e avvertendo prontamente il personale addetto su dove e quando si iniziano a formare ammassamenti.

«Il sistema è estremamente avanzato - prosegue il professor Alessandro Mecocci - e presenta soluzioni innovative che consentono una maggiore flessibilità operativa e prestazioni di altissimo livello, il tutto senza necessità di alcuna specifica infrastrutturazione (basta una presa di corrente, ndr). Mediante analisi di prossimità basate sulle teorie delle 'forze di interazione sociale', è possibile identificare i tipi di relazione fra gli individui e segnalare quelli inappropriati. Le informazioni possono essere facilmente centralizzate per poi essere rese disponibili mediante WEB services e Mobile Apps. L'importanza di questo tipo di realizzazione - aggiunge Mecocci - deriva anche dal fatto che l'attuale situazione di emergenza verrà superata in maniera progressiva e, pertanto, l'esigenza di svolgere controlli sul livello di densità delle persone nei vari spazi rimarrà elevata anche durante le successive fasi di ripresa di tutte le attività. Anzi, presumibilmente, altri fornitori di servizi come banche, poste, centri commerciali e altri spazi di pubblica utilità sono destinati a beneficiare di un sistema di controllo come quello sviluppato, che è in grado di rispettare in tutto la privacy individuale sfruttando risorse computazionali 'at-the-edge-of-the-network', come si dice in gergo tecnico».

BIEN-ETRE

4 bonnes raisons de forcer sur les épinards

*On sait désormais que l'épinard longtemps associé à la
force de Popeye n'est pas l'aliment le plus riche en fer*

1/ Les épinards, bons pour les os et le tonus :

mais son apport néanmoins important, associé à sa vitamine C, reste très intéressant pour combattre la fatigue physique et intellectuelle. D'autant qu'il est aussi très riche en magnésium, indispensable au tonus général... mais aussi à la santé osseuse. Et de ce point de vue, l'épinard qui allie en plus potassium, calcium et vitamine K constitue une excellente parade pour lutter contre l'ostéoporose.

2/ Les épinards, amis du ventre et du cœur :

En favorisant le transit et la détox, il aide à conserver un ventre plat en contribuant à la bonne santé digestive et hépatique grâce à sa bétaine qui lutte contre la "maladie du foie gras". Côté cœur, il n'est pas en reste notamment en raison de sa richesse en potassium qui combat l'hypertension artérielle (HTA) et en vitamine K qui contre la calcification artérielle.

3/ Ennemi du diabète :

L'épinard est très riche en antioxydants. Côté diabète, outre son faible indice glycémique (IG 15), c'est sa teneur en acide alphalipoïque qui fait sa force: il abaisse le taux de glucose dans le sang, améliore la sensibilité à l'insuline, réduit les sensations de brûlures/engourdissement bien connues des diabétiques et stimule la régénérescence des fibres nerveuses endommagées par la maladie

4/ Boucliers de la vue et du cerveau :

L'épinard aide à lutter contre la cataracte. Quant à sa richesse en acide folique (vitamine B9), elle permet non seulement de stimuler la production de la sérotonine et donc de combattre la déprime, mais aussi de ralentir le vieillissement cérébral.

LIBRI da LEGGERE

**"C'è un solo bene : il sapere
e un solo male : l'ignoranza"** (Socrate)
**"Il n'y a qu'un seul bien : la connaissance
et un seul mal : l'ignorance"**

LIVRES à LIRE

" VIRUS. LA GRANDE SFIDA. DAL CORONAVIRUS ALLA PESTE"

di Roberto Burioni

Alla fine del 2019, i medici degli ospedali di Wuhan, nella Cina centrale, si trovano ad affrontare una strana sindrome respiratoria che pare legata al grande mercato ittico della città, dove oltre al pesce si vende ogni tipo di animale commestibile, vivo o morto. Mentre i malati si moltiplicano e alcuni soccombono a una polmonite virale particolarmente aggressiva, i laboratori riescono rapidamente a isolare il responsabile della malattia : è un nuovo coronavirus, simile a quello della Sars che tra il 2002 e il 2003 aveva spaventato il mondo. Rispetto alla Sars, la nuova malattia è meno mortale ma molto più contagiosa, e ben presto la Cina è costretta a fare i conti con quella che per le autorità è *"la più grave emergenza sanitaria nella storia della Repubblica popolare"* e che per l'Organizzazione mondiale della sanità è *"una minaccia peggiore del terrorismo"*. E davanti ai contagi e alle morti provocati dal coronavirus, anche l'Italia è obbligata a prendere misure senza precedenti per fermare l'epidemia.

In *"Virus. La grande sfida. Dal coronavirus alla peste: come la scienza può salvare l'umanità"*, Roberto Burioni attinge – insieme a Pier Luigi Lopalco, esperto epidemiologo – alla sua lunga esperienza di medico e ricercatore per mostrare la natura e il funzionamento dei virus, il loro passaggio dagli animali all'uomo, l'evoluzione delle nostre conoscenze scientifiche, gli effetti devastanti delle epidemie nella storia dell'umanità e le battaglie combattute nell'ultimo secolo contro i nostri nemici più piccoli e più feroci. Il nuovo coronavirus è una sfida alla nostra società avanzata. Non possiamo sapere quando lo sconfiggeremo, ma siamo certi di poter contare su un'arma formidabile : la scienza.

Burioni è professore ordinario di Microbiologia e Virologia presso l'Università Vita-Salute San Raffaele di Milano. Ha pubblicato il vaccino non è un'opinione (Mondadori 2016) e, per Rizzoli, La congiura dei Somari (2017), Balle mortali (2018) e Omeopatia (2019). Svolge un'opera continua di divulgazione scientifica attraverso la pagina Facebook e il sito web Medical Facts (www.medicalfacts.it).

***"Ne lisez pas, comme le font les enfants,
pour s'amuser ou, comme les ambitieux,
pour apprendre. Non, lisez pour vivre"***

(Gustave Flaubert)

***"Non leggete, come fanno i bambini,
per divertirsi, o, come fanno gli ambiziosi
per istruirsi. No, leggete per vivere"***

**"IO SONO IL POTERE - LE CONFESSIONI DI
UN CAPO DI GABINETTO"**

di anonimo

Chi muove i fili della politica italiana? Quali scambi si fanno, ogni giorno, nei ministeri? Su quali soluzioni al limite della legge si fonda la ragion di Stato? Per la prima volta un capo di gabinetto svela dall'interno le regole non dette e i segreti inconfessati dei palazzi del potere, in *"Io sono il potere. Confessioni di un capo di gabinetto"*, di autore anonimo, edito da Feltrinelli. *"Ogni tanto qualcuno mi chiede che mestiere faccio. Non ho ancora trovato una risposta. La verità è che una risposta non esiste – spiega l'autore - Io non faccio qualcosa. Io sono qualcosa. Io sono il volto invisibile del potere. Io sono il capo di gabinetto. So, vedo, dispongo, risolvo, accelero e freno, imbroglio e sbroglio. Frequento la penombra. Della politica, delle istituzioni e di tutti i pianeti orbitanti. Industria, finanza, Chiesa. Non esterno su Twitter, non pontifico sui giornali, non battibecco nei talk show. Compaio poche volte e sempre dove non ci sono occhi indiscreti. Non mi conosce nessuno, a parte chi mi riconosce. Dal presidente della Repubblica, che mi riceve riservatamente, all'uscire del ministero, che ogni mattina mi saluta con un deferente 'Buongiorno, signor capo di gabinetto'. Signore. Che nella Roma dei dotto' è il massimo della formalità e dell'ossequio. La misura della distinzione. Noi capi di gabinetto non siamo una classe. Siamo un clero. Una cinquantina di persone che tengono in piedi l'Italia, muovendone i fili dietro le quinte. I politici passano, noi restiamo. Siamo la continuità, lo scheletro sottile e resiliente di uno Stato fragile, flaccido, storpio fin dalla nascita. Chierici di un sapere iniziatico che non è solo dottrina, ma soprattutto prassi. Che non s'insegna alla Bocconi né a Harvard. Che non si codifica nei manuali. Che si trasmette come un flusso osmotico nei nostri santuari: Tar, Consiglio di Stato, Corte dei conti, Avvocatura dello Stato. Da dove andiamo e veniamo, facendo la spola con i ministeri. Perché capi di gabinetto un po' si nasce e un po' si diventa. La legittimazione del nostro potere non sono il sangue, i voti, i ricatti, il servilismo. È l'autorevolezza. Che ci rende detestati, ma anche indispensabili. Chi ha provato a fare a meno di noi è durato poco. E s'è fatto male. Piccoli, velleitari, patetici leader politici. Credono che la storia cominci con loro"*.

**"IL BEL VIAGGIO,
INSEGNARE LETTERATURA
ALLA GENERAZIONE Z"**

di Roberto Carnero

I classici della letteratura hanno ancora tanto da dire, in particolare alla generazione dei ragazzi di oggi, sempre iperconnessi attraverso i social. Eppure, in un contesto che si muove con velocità e che premia le connessioni più che le riflessioni, le parole di grandi autori del passato rischiano di confondersi con il rumore di fondo, non essere lette con la giusta prospettiva e quindi apparire polverose e inutili, lontane dalla realtà. La sfida più grande per gli insegnanti (ma non solo) è quella di ristabilire un legame tra gli scrittori e i giovani, per svelare come romanzi, racconti, poesie, pagine scritte decenni e secoli fa possano regalare emozioni e spunti straordinari. Roberto Carnero, forte di un'esperienza più che ventennale sul campo, nel volume *"Il bel viaggio. Insegnare letteratura alla Generazione Z"* (Bompiani) propone alcune idee e strategie per un confronto con i docenti, le figure che per prime sono chiamate ad affascinare i lettori di domani, ma anche con tutti coloro che sono interessati a comprendere il valore cruciale della letteratura nella formazione personale.

**"LE VIAGGIATRICI DEL GRAND
TOUR"**

di Attilio Brilli

"Il nome dell'Italia contiene una magia in ogni sillaba, ogni luogo nominato soddisfa qualche desiderio e risveglia cari ricordi" diceva Mary Shelley. Non solo occasione di formazione culturale e di svago, per il mondo femminile il Grand Tour ha rappresentato quasi sempre un momento cruciale dell'esistenza e spesso ha incarnato un drammatico gesto di liberazione. Parlando delle loro esperienze di viaggio, dame settecentesche e poi esponenti della borghesia, da Anne-Marie du Boccage a Madame de Staël, a Mary Shelley, raccontano romantiche storie d'amore, ma anche intrighi degni di un romanzo nero, sullo sfondo di panorami naturali e artistici che risaltano nella loro luminosa impassibilità. Come insegnano Sydney Morgan o Anna Jameson, le viaggiatrici manifestano una sensibilità che sa insinuarsi nelle pieghe più riposte di un paese per ascoltarne senza pregiudizi le voci, indagarne le condizioni politiche, gli usi e i costumi e scoprirne le insondate ricchezze. Attilio Brilli è fra i massimi esperti di letteratura di viaggio, racconta *"Le viaggiatrici del Grand Tour"* in un saggio pubblicato dal Mulino.

DA SAPERE

**"La vera felicità costa poco,
se ci costa molto non è di una buona qualità"**

**"Le vrai bonheur coûte peu,
si cela nous coûte cher ce n'est pas de bonne qualité"**

A SAVOIR

LINGUA ITALIANA

DO YOU SPEAK "COVIDISH"? COME LA PANDEMIA "INFETTA" LA NOSTRA LINGUA

***Prima o poi qualcuno doveva pur accorgersi che il virus anglico ha approfittato della pandemia
per infettare ancora un po' la nostra lingua!***

"Dai social e dai report giornalistici impariamo a tenerci alla larga dalle droplet (le goccioline) e discutiamo il timing dell'epidemia, le modalità del lockdown, la distribuzione dei kit per gli esami serologici, la conversione di alcune strutture a COVID hospital, la creazione di software per le app, con i connessi pericoli di data breach, e i dubbi sull'affidabilità degli screening, e anche dei termoscanner (meglio il classico termometro) cui saranno da preferire le termocamere (intese non come camere da letto ma come telecamere) usate anche dagli hub dei trasporti". È quanto sottolinea Marcella Bertuccelli Papi, Professore ordinario di Lingua inglese al dipartimento di Filologia Letteratura e Linguistica dell'Università di Pisa, in un contributo pubblicato sul sito dell'ateneo. "Intanto – aggiunge – gli studenti si attrezzano con tablet e altri device scolastici oltre a videotutorial per l'e-learning, le aziende con lo smart working e l'e-commerce per salvare il brand, e gli economisti chiedono all'Europa Eurobond, o Coronabond, anche nella declinazione più realistica di Eurofund, come suggeriscono le varie task force di esperti e tecnici cooptati per aiutarci ad uscire da questa grande crisi. E penseremo finalmente ad una Fase 2 con tanto di bike sharing, menù contactless e digital al ristorante, sportelli di ascolto per medici e infermieri contro il burnout,

e webinar sull'undertourism dopo l'overtourism. Da un lato l'Accademia della Crusca, dall'altro Paolo di Stefano e Beppe Severgnini sul Corriere della Sera, puntano giustamente il dito sull'uso di un lessico inglese per parlare di cose che potremmo benissimo dire in italiano.

Giusto. Se non fosse che talvolta, quando proviamo a dirle in italiano produciamo effetti a volte semplicemente esilaranti, come 'Boris Johnson è stato testato positivo' (apparso su un autorevole quotidiano), altre volte creativi, come un 'lockdown parziale' (ma se lockdown è chiosato 'chiusura totale' come fa ad essere parziale? Tanto vale parlare di isolamento o confinamento parziale) o anche un 'lockdown severo' secondo un uso diffuso soprattutto in medicina di questo calco dall'inglese che sposta il nostro concetto di severità nel senso di intransigenza, rigore, per sostituirlo con quello dell'inglese 'severe' che però significa 'grave'. Per aggiornamenti sullo "stato dell'arte", o per "evidenze" delle sperimentazioni in corso, si consiglia di non whatsappare e twittare gli amici, o guglare i soliti siti.

Ricordiamoci – conclude la docente – che l'attuale pandemia non è 'virale' perché condivisa da milioni di utenti su Internet, ma perché causata da un virus che non è per niente virtuale".

Que sont les "cookies" ?

Un cookie est un fichier texte qui enregistre des informations relatives à votre navigation sur internet. Ce fichier placé à l'occasion d'une consultation, par le site serveur, sur le disque dur de l'utilisateur, ne peut pas contenir de virus ni être exécuté. Il n'est pas actif. De plus vous pouvez le lire, le détruire ou le modifier. Un cookie ne peut pas être utilisé pour récupérer des données personnelles, lire votre adresse mail ou se procurer des informations personnelles.

Pourquoi des "Cookies" ?

Conformément à l'Ordonnance du 24 août 2011 relative à l'application des directives européennes en matière de protection de la vie privée sur Internet, un cookie ne peut être implanté sur votre ordinateur sans votre consentement préalable. Les Sociétés ont donc l'obligation de solliciter au préalable votre consentement, lequel est valable 13 mois au plus. Certains cookies sont cependant dispensés du recueil de ce consentement

- Si le seul but de ce cookie a pour finalité exclusive de permettre ou de faciliter la communication par voie électronique;
- Si le cookie est strictement nécessaire à la fourniture d'un service de communication en ligne à la demande expresse de l'utilisateur.

Paramétrage de votre "navigateur"

Conformément à l'Ordonnance du 24 août 2011 relative à l'application des directives européennes en matière de protection de la vie privée sur Internet, un cookie ne peut être implanté sur votre mobile sans votre consentement préalable.

Pour la gestion des cookies, la configuration de chaque navigateur est différente. Elle est décrite dans le menu d'aide de votre navigateur, qui vous permettra de savoir de quelle manière modifier vos souhaits en matière de cookies.

Cosa sono i "cookies"?

Un cookie è un 'file' (archivio) di testo che registra informazioni relative alla tua navigazione in Internet. Questo 'file' inserito durante una consultazione, dal sito del server, sul disco rigido dell'utente, non può contenere un virus o essere eseguito. Non è attivo. Puoi anche leggerlo, distruggerlo o modificarlo. Non è possibile utilizzare un cookie per recuperare dati personali dal disco rigido, leggere il proprio indirizzo e-mail o ottenere informazioni personali.

Perché "cookies"?

In conformità con l'ordinanza del 24 agosto 2011 relativa all'applicazione delle direttive europee sulla protezione della privacy su Internet, un cookie non può essere installato (salvo eccezioni legali) sul tuo computer senza il tuo previo consenso. Le società hanno l'obbligo di chiedere il consenso in anticipo, che è valido per un massimo di 13 mesi. Alcuni cookie sono tuttavia esenti dalla raccolta di questo consenso:

- Se l'unico scopo di questo cookie è consentire o facilitare la comunicazione con mezzi elettronici;
- Se il cookie è strettamente necessario per la fornitura di un servizio di comunicazione online su esplicita richiesta dell'utente.

Configurazione del vostro "navigateur"

In conformità con l'ordinanza del 24 agosto 2011 sull'applicazione delle direttive europee sulla protezione della privacy su Internet, un cookie non può essere installato sul vostro telefonino senza il vostro previo consenso.

Per la gestione dei cookie, la configurazione di ciascun 'navigateur' è diversa. È descritto nel menu di aiuto del vostro 'navigateur', che vi permetterà di sapere come modificare le vostre preferenze relative ai cookie.

ATTUALITÀ

"Uno dei più grandi disordini dello spirito è quello di vedere solo ciò che si vuole vedere" (Oscar Wilde)

ACTUALITE

EN FRANCE

CORONAVIRUS

Je rentre de mes courses, je fais quoi?

Comment limiter le risque de ramener le virus à la maison après avoir fait des courses?

Les conseils de base.

Files d'attentes placides (ou pas) qui s'allongent dans les rues, **chacun gardant une distance de sécurité d'un mètre minimum**; vigilance accrue, même avec un masque couvrant le nez et la bouche, pour **ne pas toucher son visage** (nez, bouche, yeux) jusqu'au retour à la maison après **un bon lavage de main**; entrée au compte-gouttes pour éviter de se croiser dans les rayons, **paiement par carte bancaire** pour limiter la manipulation de la monnaie où pourrait se déposer le virus : c'est fait, vous avez dans votre panier de quoi tenir quelques jours. **Au retour à domicile, il reste quelques gestes barrières à mettre en place.**

1) Retirer ses chaussures

C'est un réflexe de confort et d'hygiène auquel aucun japonais ne dérogerait et déjà très pratiqué en France, cela évite de diffuser chez soi les micro-organismes présents dans les rues et qui s'accrochent aux semelles. Au passage, laver les pattes de votre chien s'il vous a accompagné.

2) Laisser environ trois heures les courses dans le sac de transport ou le réfrigérateur

Déposez vos courses (sans les emballages autant que possible, comme pour les yaourts par exemple) avant de cuisiner. Posez vos achats sur une surface différente de celle où ils seront cuisinés... par terre près de la porte d'entrée par exemple. Concernant la durée durant laquelle le virus peut être actif sur une surface inerte, il n'existe pas à ce jour de consensus dans la communauté médicale. On parle de 24 heures pour le papier et le carton, 48 heures sur le plastique, beaucoup moins pour les objets en cuivre... Cela ne signifie pas que le virus est encore une source possible de contamination, il faut en effet une certaine charge virale pour être contaminé. "Sur un objet, le virus n'est plus infectieux au bout de trois heures", affirme l'Inserm ainsi que de nombreux infectiologues.

3) Sac de course, sac à main et portefeuille restent dans l'entrée

Posez vos affaires dès que vous êtes chez vous (si le sac à main n'a pas quitté votre épaule, le risque est faible qu'il soit vecteur de virus). En revanche si vous devez régler immédiatement un achat sur internet avec la carte bancaire utilisée au magasin, mieux vaut la désinfecter avec de l'eau et du savon avant un nouvel usage. Certains recommandent d'en faire autant avec les lunettes, même si le risque est faible sauf à avoir reçu en direct les postillons d'une personne contaminée.

4) C'est le moment de se laver les mains consciencieusement

Il faut que ça mousse, et bien passer partout, le savon fait glisser le virus qui ne pourra plus voyager.

5) Rincer à l'eau les fruits et légumes avant de les consommer

Il ne faudra pas les reposer sur une surface potentiellement souillée (par les mêmes légumes juste après l'achat par exemple, ou par le sac de courses) avant un nettoyage au savon ou un désinfectant.

RICERCA & UNIVERSITÀ

L'ULIVO MIGRA AL NORD E IL VINO È PIÙ ALCOLICO

Per effetto dei cambiamenti climatici la coltivazione dell'ulivo in Italia è arrivata a ridosso delle Alpi, nella Pianura Padana si coltiva oggi circa la metà della produzione nazionale di pomodoro destinato a conserve e di grano duro per la pasta, colture tipicamente mediterranee mentre in Sicilia, si coltivano banane, avocado e altri frutti esotici 'Made in Italy'. È quanto afferma la Coldiretti nel sottolineare che il caldo estivo record che ha sconvolto le coltivazioni e allevamenti provocando danni all'agricoltura di oltre 2 miliardi è in realtà la punta di un iceberg della tendenza al surriscaldamento che ormai da anni interessa anche l'Italia.

Luglio 2017 si è classificato tra gli anni più caldi mai registrati in Italia dal 1800 con una temperatura superiore di ben 1,2 gradi la media di riferimento e la caduta il 42% di precipitazioni in meno mentre il mese di giugno è stato addirittura il secondo più caldo con ben il 53% di pioggia in meno secondo elaborazioni Coldiretti su dati Isac Cnr dai quali emerge anche che il 2015 è stato l'anno più bollente della storia da 217 anni ma nella classifica degli anni più caldi in Italia ci sono nell'ordine il 2014, il 2003, il 2016, il 2007, il 2012, 2001, poi il 1994, 2009, 2011 e il 2000. Una evidente tendenza al surriscaldamento che ha cambiato la distribuzione delle coltivazioni e le loro caratteristiche. Si è verificato nel tempo - sottolinea la Coldiretti - un significativo spostamento della zona di coltivazione tradizionale di alcune colture come l'olivo che è arrivato alle Alpi.

Negli ultimi dieci anni - spiega la Coldiretti - la coltivazione dell'ulivo sui costoni più soleggiati della montagna valtellinese è passata da zero a circa diecimila piante, su quasi 30 mila metri quadrati di terreno. Nella Pianura Padana si coltiva oggi circa la metà della produzione nazionale di pomodoro destinato a conserva e di grano duro per la pasta, colture tipicamente mediterranee.

Il vino italiano - continua la Coldiretti - è aumentato di un grado negli ultimi 30 anni, ma il caldo ha cambiato anche la distribuzione sul territorio dei vigneti che tendono ad espandersi verso l'alto con la presenza della vite a quasi 1200 metri di altezza come nel comune di Morgex e di La Salle, in provincia di Aosta, dove dai vitigni più alti d'Europa si producono le uve per il Blanc de Morgex et de La Salle Dop.

Il riscaldamento provoca anche - precisa la Coldiretti - il cambiamento delle condizioni ambientali tradizionali per la stagionatura dei salumi, per l'affinamento dei formaggi o l'invecchiamento dei vini. Una situazione che di fatto mette a rischio il patrimonio di prodotti tipici 'Made in Italy' che devono le proprie specifiche caratteristiche essenzialmente o esclusivamente all'ambiente geografico comprensivo dei fattori umani e proprio alla combinazione di fattori naturali e umani. Un aspetto che - conclude la Coldiretti - non riguarda solo l'Italia poiché secondo recenti studi il surriscaldamento taglia la resa delle colture di orzo e luppolo per la birra in Belgio e Repubblica Ceca e anche i produttori di champagne francesi sono in allarme per l'aumento delle temperature di quasi 1,2 °C negli ultimi 30 anni nella zona di coltivazione tanto che autorevoli studiosi hanno addirittura ipotizzato lo spostamento fino in Inghilterra. L'agricoltura è l'attività economica che più di tutte le altre vive quotidianamente le conseguenze dei cambiamenti climatici ma è anche il settore più impegnato per contrastarli" afferma il presidente della Coldiretti Roberto Moncalvo nel sottolineare che *i cambiamenti climatici impongono una nuova sfida per le imprese agricole che devono interpretare la novità segnalata dalla meteorologia e gli effetti sui cicli delle colture, sulla gestione delle acque e sulla sicurezza del territorio.*

**"Cambiare lo stato delle cose è facile,
migliorarlo è molto difficile"** (Erasmе)
**"Changer l'état des choses est aisé,
l'améliorer est très difficile"**

DOSSIER

ATTENZIONE AI NUOVI LANZICHENECCCHI

il fenomeno-mercenari non accenna a diminuire

di Donato Continolo

I Lanzichenecchi? È un nome che è rimasto nella memoria popolare. Chi non ricorda per esempio il famoso Sacco di Roma? Più o meno tutti ricollegano a questo evento razzie, saccheggi, spogliazione, ecc... Tutto un rimando di fatti molto negativi.

Ma, i lanzichenecchi ci sono ancora oggi! Essi sono la nuova generazione di soldati-mercenari combattenti per conto terzi le guerre che per differenti motivi non sono combattute 'in proprio' da questi paesi.

Un breve cenno storico ci riporta agli inizi dell'Anno Mille. In questo periodo i regnanti locali assoldavano gente che combattesse per loro, perché il loro territorio non esprimesse una popolazione tale da poter costituire un esercito difensivo.

Ma ad ogni modo il territorio ed i beni in esso contenuti, dovevano essere ugualmente difesi. E da chi? A questa domanda si rispondeva dando l'incarico della difesa del territorio a bande esterne di soldati ricompensate con un vero stipendio, pagato dal loro responsabile, il capitano di ventura, che a sua volta riceveva il dovuto da chi gli aveva affidato l'incarico..

Questo spiegato in poche parole, ma il procedimento della ricerca e dell'arruolamento di queste soldataglie richiedeva attenzione, soldi ed obiettivi ben precisi. Era d'uso che il re, il principe, il duca, il marchese, il barone, il Papa, ecc... contattava un capitano di ventura, con l'obiettivo di costruire un esercito per la difesa del proprio territorio. Il capitano di ventura se non disponeva di un suo esercito leale ed affinato alla guerra, doveva procurare gente che sapesse di armi, ma che in effetti di armi non conosceva nessun aspetto. L'incarico per la difesa era regolato da un contratto specifico in cui erano riportati il compenso dovuto, i termini del rapporto contrattuale e la sua durata. Quelli reputati professionalmente capaci avevano un doppio soldo. Cioè erano pagati per ciò che valevano e per ciò che facevano.

Il più delle volte la compagnia dei mercenari era composta da 'servi della gleba', o servi rurali, gente che non voleva lavorare la terra al-

le dipendenze, magari del proprio fratello primogenito, da reduci dalle crociate, da gente immiserita dalle frequenti carestie e crisi economiche che attraversava l'Europa in quell'epoca. Personaggi che costituivano soldataglia portata al saccheggio ed alla conquista di beni che avrebbero potuto risolvere le proprie sorti sociali.

La presenza di questi 'eserciti', talvolta imponenti e quasi impossibile da regolarizzare sul territorio (pensate ad un'orda anche 35000 soldati da alloggiare, vestire, abitare, soddisfare i più elementari bisogni personali, ecc...), portava con sé una serie di gravi ed importanti situazioni di rischio ed in generale di pericoli. Non era raro il caso in cui la soldataglia si ribellava al proprio capitano e la diatriba e il contenzioso che ne risultava si concludeva con un saccheggio del territorio e della città tale da remunerare e soddisfare le loro pretese economiche. Talvolta si ebbero delle defezioni di campo. Soldati e capitani di ventura passavano nel campo nemico perché il nemico da combattere pagava di più di quello da difendere.

Altri casi ancora, si ebbero con il passaggio dal momento difensivo del territorio a quello offensivo verso un altro territorio, con relativa conquista e/o saccheggio (ormai divenuta moneta di scambio e retribuzione per i mercenari). Nello stesso periodo, quando il compenso non era pagato, di solito il capitano di ventura con il suo esercito si impossessava dell'intero territorio. Ed è proprio questa condizione di fatto che ha prodotto in Italia, in quel periodo, l'arrivo di avventurieri, falsi capitani di ventura, nobili diseredati, ecc...che fecero della loro venuta, il momento opportuno per le loro conquiste. In Italia ci fu una vera spartizione ed occupazioni a vario titolo di gran parte del suo territorio.

C'è un altro aspetto sfruttato e utilizzato con astuzia ed intelligenza da parte dei capitani di ventura. Loro erano mal disposti ad impiegare il proprio esercito per la difesa del

territorio. Durante gli scontri che inevitabilmente ne seguiva, molti soldati perivano e questo impoveriva numericamente il suo esercito e conseguentemente anche la sua capacità contrattuale. Come da logica si assistette ad un vero mercanteggiamento sia in Italia che in Europa in generale divennero luoghi di patteggiamenti, di saccheggi, di conquiste territoriali di imprevedibile sortita, di scambi di territori e di cariche regali, religiosi, sociali, purché non si facessero guerre vere con spargimento di sangue e morti di soldati.

I grandi capitani di ventura italiani, sono per la maggior parte conosciuti, favoriti anche da una vasta produzione letteraria epica in materia che ne ha accentuato e dilatato le loro gesta come il Carmagnola, il Gattamelata, Braccio da Montone, Colleone, Giovanni dalle Bande Nere, Fanfulla da Lodi, Fortebraccio, Farinata degli Uberti, Cangrande della Scala, Ettore Fieramosca. Questi i più conosciuti. Ma veniamo ai nostri lanzichenecchi: chi erano e perché si trovarono in Italia.

Essi erano di stirpe germanica agli ordini del grande capitano di ventura Georg von Frundsberg e provenivano da regioni tedesche del Sacro Romano Impero Germanico, furono chiamati in Italia da Papa Paolo III, il quale non li pagò, non rispettò i termini del contratto e non rispettò neanche la durata della permanenza dei mercenari sul suolo pontificio.

A queste inadempienze c'è da aggiungere un elemento religioso che spinse la soldataglia ad operare con particolare ferocia, il Sacco e ad agire come sappiamo. I mercenari arruolati erano di religione protestante ed erano a Roma per proteggere proprio il Papa! Il 6 maggio 1527 Roma fu messa a ferro e fuoco per 8 giorni. Fu praticamente distrutta. Attualmente la Guardia Svizzera Pontificia rappresenta l'unica compagnia di ventura che opera per la pace e la difesa (non armata!) della fede cattolica.

VULCANI, L'ETNA E IL NUOVO CRATERE DI SUD-EST

Perché i vulcani cambiano? Cosa li rende tanto "instabili" in corrispondenza delle bocche sommitali? Un team di ricercatori dell'Istituto Nazionale di Geofisica e Vulcanologia (INGV) e dell'Università Roma Tre risponde a queste domande, ripercorrendo la storia del Nuovo Cratere di Sud-Est dell'Etna, di recente formazione. I vulcani di solito eruttano dalla loro cima, da uno o più crateri sommitali. Proprio per questo, è molto raro osservare la nascita di un nuovo cratere sommitale permanente e, ancor più eccezionale, come in questo caso, vedere una nuova bocca rimpiazzare le bocche precedenti. "L'Etna è uno dei pochi vulcani al mondo in cui è stato possibile cogliere e monitorare la nascita di una nuova bocca eruttiva sommitale, avvenuta nell'ultimo decennio", afferma Marco Neri, coordinatore del lavoro e primo ricercatore presso l'INGV.

PATRONATO INAS ACV/CSC



*** UFFICI OPERATIVI ***

INAS - Hasselt

Mgr. Broekxplein 6
3500 Hasselt
Tel: 011/30.61.22

INAS - Bruxelles

Av. Paul Henri Spaak 1
1060 Bruxelles
Tel: 02/521.84.45

INAS - Liegi

Boulevard Saucy 10
4020 Liegi
Tel: 04/342.02.74

INAS - Charleroi

Rue Prunieu 5
6000 Charleroi
Tel: 071/32.37.91

INAS - Mons

Rue Claude de
Bettignies 14
7000 Mons
Tel: 065/31.30.39

Tutti i risultati sportivi si possono trovare su :
<https://www.sofascore.com/>

“Il visto per l'Italia”

Il portale <http://vistoperitalia.esteri.it/home.aspx> fornisce ai cittadini stranieri informazioni su requisiti e condizioni per ottenere il visto

Proverbi

Aprile bagnato, raccolto assicurato

Se aprile tuona e piove,
porta sempre buone nuove

VISITATE IL NOSTRO SITO

www.BottegArte.eu



è in rete con una
pagina riservata
a
"Il Botteghino"

“Il Botteghino”
è distribuito gratuitamente per via
telematica a chi ne fa richiesta

Unità di crisi servizio Viaggiare Sicuri

Le nostre Rappresentanze diplomatico-consolari hanno il compito di assicurare la tutela degli interessi italiani fuori dai confini nazionali ed offrono diversi servizi

Il sito www.viaggiare Sicuri.it, curato dall'Unità di Crisi del Ministero degli Esteri in collaborazione con l'ACI, fornisce informazioni quanto più aggiornate possibile su tutti i Paesi del mondo. Nella pagina del Paese dove ci s'intende recare appare in primo piano un Avviso Particolare con un aggiornamento sulla situazione corrente, in particolare su specifici problemi di sicurezza, fenomeni atmosferici, epidemie, ecc.

Registrazione via SMS

Oltre che via internet, ci si può registrare anche attraverso il telefono cellulare, inviando un SMS con un punto interrogativo (?) oppure con la parola AIUTO al numero 320 2043424, oppure telefonando al numero 011-2219018 e seguendo le istruzioni.



www.sededirappresentanza.com

*la soluzione più veloce, semplice e meno costosa
per stabilire una propria presenza
nella Capitale Italiana*

A Roma ci sono servizi che facilitano professionisti e aziende estere, a introdursi e presentarsi nel mercato italiano, senza affrontare enormi spese per affitti ed assunzioni di personale.

È il caso di “Sede di Rappresentanza Srl”, che offre un servizio di comunicazione e marketing, ad aziende e professionisti, che desiderano avere una propria sede di rappresentanza a Roma e vogliono operare in Italia con dei costi convenienti di gestione.

L'Ufficio rappresenterà l'Organizzazione del richiedente il servizio, ricevendo la clientela presso la Sede di Rappresentanza dove un incaricato sarà in grado di poter illustrare alla clientela i servizi che si vorrà far conoscere.

La Società svolge per conto di terzi, le funzioni di pubbliche relazioni esclusivamente a fini promozionali, raccoglie informazioni, effettua ricerche scientifiche o di mercato con l'obiettivo di fornire assistenza nella crescita di un'impresa e migliorarne la comunicazione e la visibilità.

Se chi richiede il servizio vorrà personalmente incontrare a Roma il cliente presso la Sede di Rappresentanza, potrà utilizzare le aree comuni come se fosse un ufficio personale.

Il costo mensile del servizio è di Euro 500 compreso Iva e prevede:

- Un indirizzo dove ricevere la corrispondenza diretta alla Sede di Rappresentanza;
- Un ufficio dove ricevere il cliente;
- Un incaricato che riceverà il cliente;
- Area comune da utilizzare nel caso si voglia ricevere di persona il cliente presso la Sede;
- Un numero di telefono dedicato, con possibilità di ricevere direttamente le chiamate presso un proprio smartphone.

Regolamento Europeo “Privacy”

A partire dal 25 maggio 2018 è entrato in vigore il nuovo Regolamento Europeo Privacy (GDPR - “General Data Protection Regulation”). Un testo che detterà legge per tutti gli Stati Membri dell'Unione Europea, e che in Italia sostituirà in pieno il codice del 1995 e il successivo codice in materia di protezione dei dati personali del 2003.

Le principali novità contenute nel Regolamento Europeo Privacy riguardano la diffusione dei dati personali e diritto all'oblio.

Il nuovo testo, infatti, introduce il “diritto all'oblio”, regolamentato dall'art. 17: “L'interessato ha il diritto di ottenere dal titolare del trattamento la cancellazione dei dati personali che lo riguardano senza ingiustificato ritardo e il titolare del trattamento ha l'obbligo di cancellare senza ingiustificato ritardo i dati personali”.

Un passo avanti importante e decisivo per la diffusione e la divulgazione dei dati personali, soprattutto “online”.

TRADIZIONI

*"Un Paese che ignora il proprio ieri,
non può avere un domani"*
(Indro Montanelli)

TRADITIONS

LA CUCINA DI RUGGERO

*In questo periodo virale e di confinamento, non lasciamoci
trascinare in una spirale di malinconia*

Cucinare può essere uno degli ottimi antidoti : si pensa ; si prepara una lista per le compere ; ci si convince di non cadere nella troppa pigrizia di acquistare prodotti in scatola e solo da riscaldare ; si scelgono cibi semplici ma con elaborazione gustosa. Poi si riflette alle varie fasi di preparazione. Ci si mette in azione. E si vede un piccolo miracolo accadere : odori, profumi, sensazione che affiorano dalle padelle e dalle pentole... Poi viene il momento dell'assaggio e, perchè no, anche un po' il dubbio di avere sbagliato le proporzioni degli ingredienti. Poi la sentenza degli invitati o dei famigliari...ANGOSCIA ! speriamo bene!

Ruggero Miglierina

Frittata soffiata all'emiliana

ingredienti : (per 4 persone)

- 6 uova
- 150g di parmigiano grattugiato
- 50g di burro
- 60g di farina
- 1 cucchiaino di prezzemolo tritato
- Sale, pepe

preparazione :

- Rompere le uova e dividere i tuorli dagli albumi
- Mescolare i tuorli in una terrina con la farina : lavorare bene il composto per sciogliere i grumi, poi diluirlo con mezzo bicchiere d'acqua - Condire con sale, pepe ; aggiungere il parmigiano e il prezzemolo tritato.
- Montare gli albumi a neve ben ferma e amalgamarli, a cucchiaiate, al composto, molto delicatamente per non smontarli.
- Far soffriggere il burro in una padella piuttosto larga, versarvi il composto e cuocere la frittata prima da un lato poi dall'altro (aiutarsi con un coperchio per girarla)

Si serve intera o tagliata a losanghe (come è l'uso emiliano).

Un po' di dolcezza

ingredienti : (per 4 persone)

- 250g di farina
- 50g di zucchero semolato
- Mezzo bicchiere di vino bianco secco - Un bicchierino di rum
- Una bustina di lievito in polvere
- Una punta di cucchiaino di cannella in polvere
- Una punta di cucchiaino di noce moscata in polvere
- 2 uova e un albume - 25 g di burro
- 1 cucchiaino d'olio d'oliva - 1 cucchiaino di zucchero al velo
- Poco pane grattugiato - 1 cucchiaino di sale

preparazione :

- Versare la farina sulla spianatoia e unire lo zucchero semolato, il sale, il lievito, le spezie - Mescolare il tutto e dare alla miscela la solita forma a fontana ; al centro sistemarvi le uova, il vino e il rum ; unire il burro precedentemente liquefatto
- Lavorare il tutto con le mani per rendere l'impasto omogeneo
- Lasciar riposare il composto per 30 min. - dargli la forma di una ciambella - Sistemarla in una tortiera unta di olio e cosparsa di pane grattugiato - Pennellare la superficie con l'albume battuto con lo zucchero al velo
- Cuocere in forno a 200 gradi per circa 30 min.

Bussola forte

(dolce del Veneto)

Risotto nero alla fiorentina

ingredienti : (per 4 persone)

- 350g di riso
- 500g di seppie
- 300g di coste (una varietà di barbabietola)
- 1 cipolla - 3 spicchi d'aglio
- Mezzo bicchiere di vino bianco secco
- olio - Sale, pepe nero in grani

preparazione :

- Spellare accuratamente le seppie e privarle dell'osso e degli intestini
- Conservare le vescichette dell'inchiostro senza romperle
- Lavare accuratamente le seppie in acqua, fino a quando saranno diventate perfettamente bianche
- Tagliare i tentacoli a pezzetti e il corpo a rondelli
- Tritare la cipolla e l'aglio ; farli soffriggere in una casseruola con l'olio
- Quando incomincia a colorire, aggiungere le seppie, farle insaporire per 10 min
- Bagnarle con il vino e lasciare evaporare a fiamma alta
- Mondare le coste, lavarle e tritarle grossolanamente - Aggiungerle al soffritto di seppie e far insaporire per qualche minuto
- Versare nella casseruola il riso, mescolare bene per fargli assorbire il condimento - Bagnare poi con un mestolino di acqua bollente con poco sale - Cuocere il risotto, mescolando sempre e aggiungere ogni tanto l'acqua bollente - A termine di cottura, aggiustare di sale e aggiungere le vescichette d'inchiostro - Mescolare l'insieme
- Togliere dal fuoco e macinarvi un pizzico di pepe nero prima di servire.

Made in Italy

IL PARMIGIANO COSTRINGE CAMPBELL'S A CAMBIARE ETICHETTE

Prosegue senza sosta la battaglia del Consorzio del Parmigiano Reggiano per la tutela del consumatore contro inganni e frodi. Dopo una lunga querelle, il colosso americano delle zuppe Campbell's – che produce un fatturato di 8 miliardi l'anno – ha comunicato di accettare le richieste del Consorzio di tutela di eliminare dalle etichette dei suoi prodotti qualsiasi riferimento al Re dei Formaggi. Sulla linea di sughì "Prego" erano infatti visibili foto di porzioni di formaggio con i noti puntini che vengono impressi all'origine su ogni forma di Parmigiano Reggiano. I sughì Campbell's – si legge in una nota del Consorzio – riportano in etichetta l'ingrediente parmesan che nulla ha a che vedere con l'originale prodotto Dop italiano.

AGENDA 2020

*"Chi vuol esser lieto sia,
del doman non v'è certezza"*
(Lorenzo de' Medici)

almanacco di maggio

**in questo mese
si festeggia**

L'ASCENSIONE 24 MAGGIO

In base a quanto narrato dal *Nuovo Testamento*, l'evento noto come **Ascensione** è l'ultimo episodio della vita terrena di Gesù: questi, trentanove giorni dopo la sua morte e risurrezione, è asceso al cielo. La ricorrenza è celebrata in tutte le confessioni cristiane e, insieme a Pasqua e Pentecoste, è una delle solennità più importanti del calendario ecclesiastico.

La festività dell'Ascensione è molto antica e viene attestata a partire dal IV secolo: Agostino la descrive come solennità diffusa già al suo tempo.

In diversi paesi sia cattolici che protestanti, il giorno dell'Ascensione è considerato festivo anche per gli effetti civili. In Italia, invece, è ricompresa fra le Festività sopresse.

LA PENTECOSTE 31 MAGGIO

Pentecoste è una festa della tradizione ebraica, nella quale rappresentava una festa di ringraziamento. Nella religione cristiana, cade nel cinquantesimo giorno dopo Pasqua (da cui il nome), di domenica, ed è quindi una festa mobile, dipendente dalla data della Pasqua. Il termine **Pentecoste**, utilizzato dagli ebrei di lingua greca, si riferisce alla festa, conosciuta nell'Antico Testamento come "festa della mietitura e delle primizie", "festa delle settimane", "giorno delle primizie", e definita più tardi *'asereth* o *'asartha*, cioè "assemblea solenne" e, probabilmente, "festa conclusiva": Pentecoste è la festa per la fine del raccolto e della stagione che segue la Pasqua.

Come l'offerta di un covone d'orzo segnava l'inizio della stagione del raccolto, così l'offerta di un pane prodotto con il grano nuovo ne segnava il termine. Questo non significa che Pentecoste, originariamente, fosse una semplice festa agricola; ma dimostra che la legge mosaica si rivolgeva ad una popolazione agricola, adattandosi perfettamente ai suoi particolari bisogni ed abitudini.

accadde a maggio...

- 1 maggio 1890:** in Europa si celebra la prima "Festa dei lavoratori"
- 4 maggio 1949:** a Superga precipita l'aereo del grande Torino
- 6 maggio 1994:** viene inaugurato il tunnel sotto la Manica
- 8 maggio 1886:** Pemberton breveta la "Coca-Cola"
- 12 maggio 1974:** referendum abrogativo sul divorzio, vincono i "no"
- 14 maggio 1947:** Giorgio Strehler, attore triestino, e Paolo Grassi, impresario d'arte milanese inaugurarono il primo "teatro stabile" italiano, il "Piccolo Teatro di Milano"
- 16 maggio 1792:** a Venezia fu inaugurato il teatro della "Fenice"
- 18 maggio 1921:** viene messo in commercio il cerotto
- 20 maggio 1873:** Levi Strauss e Jacob Davis brevettano i blue jeans
- 23 maggio 1992:** strage di Capaci
- 24 maggio 1883:** apre il ponte di Brooklyn
- 29 maggio 1953:** l'esploratore neozelandese Edmund Hillary fu il primo uomo a scalare l'Everest

il fiore del mese

LE MUGUET

Avec sa jolie collerette blanche, son parfum subtil et son pouvoir porte-bonheur, le muguet est la fleur star du 1er mai. Ses petites clochettes sonnent l'arrivée des beaux jours et viennent, chaque année, décorer et parfumer nos maisons ! Mais d'où vient cette sympathique tradition, qui perdure depuis plus d'un siècle ?



Les clochettes du bonheur - Alors que le muguet a été importé du Japon sur les terres européennes au Moyen Âge, il a depuis toujours symbolisé le printemps, cette douce période durant laquelle on peut observer le renouveau de la nature et la naissance des premières fleurs. Mais la coutume d'offrir un brin de muguet le 1er Mai remonte à la Renaissance. A cette époque, on raconte que le roi Charles IX avait reçu un petit bouquet de ces petites clochettes blanches en guise de porte bonheur.

Adorant cette fleur, il décida d'en distribuer, chaque année, à toutes les dames de sa cour. Une tradition qui s'est perpétuée et qui s'est, petit à petit, ancrée dans les coutumes françaises.

Un brin symbolique - Aujourd'hui, on associe également le brin de muguet à la fête du Travail, célébrée chaque année le 1er mai. Ses clochettes sont devenues de véritables mascottes, symboles de la liberté. Mais pour retrouver ses origines, il faut se pencher sur l'histoire américaine. C'est en 1886 que tout commence, avec l'organisation d'une grande manifestation réunissant plus de 400 000 travailleurs. A Chicago, une horde d'ouvriers en colère réclame une nouvelle considération et un réajustement de leur temps de travail à 8 heures par jour. Des émeutes éclatent et les affrontements avec les forces de police s'enchaînent. Le 3 mai, une manifestation fait 7 morts, touchant les grévistes et les policiers...

A l'époque, les manifestants arboraient un triangle rouge, qui rappelait leurs triples revendications : 8 heures de travail, 8 heures de sommeil, 8 heures de loisir. Au fur et à mesure, ce blason accroché à toutes les boutonnières fut remplacé par une fleur d'églatine, puis, par un brin de muguet. En 1941, sous l'occupation allemande, le 1er fut officiellement considéré comme le jour de la fête du Travail. Il devint donc chômé, puis payé en 1947.

consigli per la salute

Le fave fresche contengono pochissime calorie ma sono ricche di fibre, proteine e vitamine. Sono fonte anche di "L-dopa", una sostanza capace di aumentare i livelli di dopamina nel cervello e di migliorare memoria e concentrazione. L'ideale è consumarle in alternativa alla carne, cotte o crude.

antichi rimedi

- Ogni tanto disinfettare lo spazzolino da denti immergendolo in un bicchiere di vetro pieno d'acqua e facendo sciogliere una pastiglia effervescente per dentiere al suo interno. Dopo mezz'ora si porà sciacquare e riutilizzare.

- Le fragole vanno lavate senza togliere il peduncolo: l'acqua così non penetrerà nel frutto.

TACCUINO ITALIANO



"Non siamo i migliori, ma non siamo secondi a nessuno" (Sandro Pertini)

italiani all'estero

ITALIANI BLOCCATI ALL'ESTERO AIUTATI DAGLI EMIGRATI

Il Covid-19 ha messo in ginocchio il mondo sia dal punto di vista sanitario che economico. La situazione è pesante in Italia così come all'estero, tant'è che molti cittadini italiani sono ancora bloccati in varie località. Sì, perché oltre alla situazione di pandemia – scrive il 30 aprile il Quotidiano della Calabria – ci si sono messi anche gli elevati costi per un rientro anticipato, con le varie compagnie che chiedono prezzi molto alti per un volo commerciale. Diverse sono le segnalazioni arrivate al Ministero degli Esteri, anche perché non tutti possono permettersi determinate cifre per raggiungere l'Italia. La chiusura dei voli e degli aeroporti non facilita il rimpatrio, e le unità diplomatiche sono al lavoro con i vari Stati. Una chiusura totale invece da parte del Governo, che a quanto si apprende non intende intercedere con le compagnie per fare abbassare i prezzi. Alcuni esempi arrivano da Cuba, dove a essere bloccati ci sono anche degli italiani rimasti nell'isola caraibica grazie al sostegno della Filitalia International di Vibo Valentia e del Club Vallelonga - Monserrato di Toronto, i quali hanno offerto assistenza.

IL COMMENTO DI UN EMIGRATO: "IN SVEZIA MAI UNO STOP"

Con il Coronavirus c'è chi ha optato, come la Svezia, per tenere tutto aperto, niente quarantena e autocertificazioni, solo raccomandazioni di buon senso. *"Un po' di timore c'è, non so se qui si sia fatta la scelta giusta; ma sono felice di avere ancora la mia vita di sempre"* racconta a Repubblica (ed. Bologna) - Alessandro Lauriola, modenese, 31 anni, da tre a Göteborg come ingegnere alla Volvo. Là il confinamento non c'è mai stato: ristoranti, fabbriche, mezzi pubblici, pure locali notturni, a nessuno s'è imposta la serrata. L'obiettivo è una rapida immunità di gregge. Alcuni colleghi sono in 'smart working', ma per Lauriola il lavoro procede come al solito. Perché il distanziamento sociale alla svedese è basato su raccomandazioni. La Svezia è l'unico paese in Europa in cui ancora si fanno concerti nei club, pur a ingresso molto limitato, indicando agli spettatori di stare fermi e distanti e coi baristi che li servono sul posto. Per un italiano emigrato in Svezia è forse più complesso mantenere tale comportamento, mentre da Modena arrivano duri racconti di vita in quarantena.

"UNA COSA È CERTA: SE VUOI L'ARCOBALENO, DEVI ACCETTARE LA PIOGGIA. COSÌ È ANCHE PER LA FELICITÀ: SE VUOI LA GIOIA, DEVI ACCETTARE IL DOLORE".



Il Ministero dei Beni Culturali Italiano ha inaugurato un sito sulla canzone italiana nel '900
<http://www.canzoneitaliana.it/>



**Un intervento per la lingua italiana
Evitiamo gli anglicismi**

<https://www.change.org/p/un-intervento-per-la-lingua-italiana>

**Ieri è storia. Domani un mistero.
Oggi è un dono.
Ecco perché si chiama presente!**

INFO E SERVIZI PER GLI ITALIANI ALL'ESTERO NUOVO PORTALE "FAST IT"

<https://serviziconsolarionline.esteri.it>

Il Portale vuole essere un canale di contatto tra gli italiani all'estero e la sede consolare di competenza, in sostituzione dei mezzi di comunicazione tradizionali.

L'ambiente standardizzato del portale "Fast it" (Farnesina servizi tematici per Italiani all'estero) aiuta e impegna l'utente a fornire tutte le informazioni necessarie agli Uffici consolari senza doversi recare in Consolato, se non quando richiesto dalla normativa.

Senza registrazione al portale si può : individuare il proprio Consolato di competenza o quello più vicino al luogo in cui ci si trova, accedere alle sue pagine informative e consultare la guida ai servizi consolari.

Gli utenti registrati possono iniziare a usufruire di alcuni servizi consolari 'on line' come l'iscrizione all'AIRE, o possono prenotare un appuntamento presso il proprio Consolato.

SPETTACOLI

Trovate i vostri biglietti tra una scelta di 48000 spettacoli in più di 40 paesi
<http://www.music-opera.com/>

APPUNTAMENTO CON Radio Emozioni Live

<https://www.radionomy.com/en/radio/radioemozionilive>

**ogni sabato dalle 17:30 alle 19:00
tutti i giovedì dalle 21:00 alle 23:00**

programma ideato e condotto da Tony Esposito
uno spazio d'intrattenimento riservato alle persone che amano la poesia, la musica e la cultura italiana

Ascolta la radio anche dai seguenti collegamenti:

<http://musicaemozioni.caster.fm>

<http://www.musicaeparole.org/player.html>

<https://streaming.shoutcast.com/RadioEmozioniLive>

<http://www.liveonlineradio.net/belgium/radio-emozioni-live.htm>

Sito della radio: <http://www.musicaeparole.org>

**Unità di crisi
servizio Viaggiare Sicuri disponibile su Televideo**
www.viaggiare Sicuri.it
curato dall'Unità di Crisi della Farnesina
è disponibile sul sito www.televideo.rai.it



"Le courage, c'est de chercher la vérité et de la dire"
(Jean Jaurès)

CARNET FRANCAIS

La France compte 12 régions dont 7 nouvelles

La France compte désormais 12 régions contre 21 auparavant.

Le nombre des régions est descendu de 21 à 12 depuis l'entrée en vigueur de la réforme territoriale en janvier 2016.

Si 5 d'entre elles ont conservé leurs anciens noms et périmètres, 7 régions ont été rebaptisées. La Corse obtient un statut particulier.

7 nouvelles régions : - Auvergne-Rhône - Bourgogne-Franche-Comté - Hauts-de-France - Grand Est - Occitanie - Normandie - Nouvelle Aquitaine



A SE RAPPELER :

En 2020, nous célébrons un triple anniversaire : celui de la naissance du général de Gaulle (22 novembre 1890), de son décès (9 novembre 1970) et de l'appel du 18 juin 1940, ainsi que le 150e anniversaire de la République.

Les fruits et légumes de saison en mai

Mai marque l'apparition de notre légume-chouchou : la courgette ! Vous allez aussi pouvoir recommencer à déguster de bonnes aubergines et des tomates, ça sent l'été tout ça ! Côté fruits c'est vraiment la fête ! Voilà la rhubarbe, la fraise, et les cerises.

En bref : Légumes : Ail - Artichaut - Asperge - Aubergine - Betterave - Blette - Carotte - Chou-fleur - Concombre - Courgette - Épinard - Laitue - Navet - Oignon - Petit pois - Pomme de terre primeur - Radis - **Fruits :** Amande sèche - Cerise - Fraise - Pamplemousse - Rhubarbe - Tomate.

Saviez-vous que...

Coquillages et crustacés, leurs bienfaits pour la santé

Véritables concentrés de nutriments, les fruits de mer sont aussi bons pour la ligne que pour la santé.

Conseils pour en profiter au mieux.

Crevettes, étrilles, moules et autres bigorneaux ont beaucoup de vertus:

- Ils fournissent autant de protéines que les poissons et les viandes.
- Avec moins de 1% de lipides, ils sont très maigres (sauf adjonction de mayonnaise!)
- Faiblement énergétiques – autour de 80 kcal aux 100 g –, ils apportent cependant de bonnes proportions de graisses essentielles oméga 3.

Vitamines

Ils contribuent aux apports en vitamine D, indispensable à la santé osseuse, et en vitamines B3 et B12, qui facilitent le fonctionnement des neurones.

Minéraux

Les fruits de mer regorgent de minéraux:

- magnésium: bigorneau, bulot, huître;
- zinc: huître, crabe;
- fer: palourde, bigorneau;
- sélénium: moule, palourde;
- iode: tous les fruits de mer.

Attention, les fruits de mer sont riches en cholestérol: il s'agit donc d'en manger de façon occasionnelle.

À consommer rapidement

Il est recommandé de les cuire sitôt pêchés ou achetés et de les consommer dans les 24 heures. Afin de préserver les espèces, il est autorisé de ramasser l'équivalent d'une consommation personnelle, pas plus (décret de décembre 1999), en respectant des tailles minimales, par exemple 3 cm pour les crevettes grises, et des périodes de capture.

Les crevettes cuisent dans l'eau de mer avec un peu de gros sel, 3 min à partir de l'ébullition. Plongez les autres crustacés dans un court-bouillon et comptez de 10 à 20 min de cuisson selon leur taille.

Moules, coques et palourdes soigneusement lavées peuvent cuire directement dans une soupe de poissons; bulots et bigorneaux simplement dans de l'eau salée.

3 Numéros utiles à connaître

Pour faire opposition en cas de perte, vol ou utilisation frauduleuse de vos moyens de paiements

- **3639**, touche 2 (joignable 24h/24, 7j/7 depuis la France Métropolitaine ou les DOM)
- **+33 1 45 45 36 39**, touche 2, depuis l'étranger ou les DOM
- **09 69 39 99 98** (joignable du lundi au vendredi de 8h à 19h et le samedi de 8h à 12h)

116 006

nouveau numéro pour aider les victimes

Violence physique, harcèlement, cambriolage ...

Une écoute privilégiée pour libérer la parole - Le 116 006 est gratuit, accessible 7 jours sur 7, de 9h00 à 19h00. En dehors de ces horaires ou quand toutes les lignes sont occupées, une messagerie interactive est mise à disposition des appelants. La plateforme d'écoute est également accessible depuis l'étranger en composant le +33 1 80 52 33 76.

LES NOUVEAUX MOTS DU DICO

Qu'est-ce qu'une "calure"? - "Une personne compétente" : D'origine suisse, une calure désigne quelqu'un très instruit, très compétent et reconnu dans son domaine. Autrement dit, une pinture.

Que désigne un "ristretto"? - "Un ristretto, s'il vous plait!" : Ce café très serré, plus que l'expresso, est très apprécié en Italie.

"Rien n'est possible sans les hommes, rien n'est durable sans les institutions" (Jean Monnet)



INFORMAZIONI dall'EUROPA

Parlamento Europeo

www.europarl.europa.eu / www.europarl.it

Commissione Europea

www.ec.europa.eu / www.ec.europa.eu/italia

Consiglio dell'Unione Europea

www.consilium.europa.eu

Corte di giustizia delle Comunità europee

www.curia.europa.eu

Comitato economico e sociale

www.eesc.europa.eu

Comitato delle regioni

www.cor.europa.eu

Gazzette Ufficiali dell'Unione Europea

www.eur-lex.europa.eu/it/index.htm /

www.ted.europa.eu/

EUR Info Centres

www.ec.europa.eu/enterprise-europe-network



Associazione Sviluppo Europeo
Association pour le Développement Européen
European Development Association

ASSOCIAZIONE SVILUPPO EUROPEO

sede fiscale a Bruxelles e rappresentanza in Italia

<http://www.associazionease.eu/>

Il Sito web offre un canale attraverso il quale instaurare un rapporto diretto tra visitatore e conduttore delle rubriche

L'Associazione consente di ottenere maggiore visibilità e instaurare nuovi rapporti in un contesto europeo

Nata dalla volontà di alcuni Componenti per offrire un contributo di pensiero attraverso un Sito web. Esperti e professionisti curano Rubriche 'on-line', rendendosi disponibili a fornire assistenza, ispirandosi ai principi Fondamentali dell'UE, abbracciando argomenti come, Giustizia, Salute, Ambiente, Creatività, Arte & Cultura. Chi ha necessità di un parere professionale, può rivolgersi all'associazione, i cui Consulenti forniranno un'assistenza di base. Ulteriori approfondimenti potranno essere richiesti attraverso contatti privati tra le parti.

Chi si rivolge all'ASE - chiunque desidera cogliere informazioni, notizie ed approfondimenti sulle materie trattate; chiunque desideri presentare un proprio progetto e ambisce alla buona riuscita; chiunque desideri curare una rubrica potrà proporsi scrivendo a: presidenza@associazionease.it.

A chi si rivolge l'ASE - l'Associazione si rivolge a professionisti, artisti, sportivi, per offrire loro l'opportunità di avere un supporto gratuito su cui contare per un'ulteriore presentazione attraverso i canali acquisiti, mettendo anche a disposizione il sito per condurre una Rubrica individuale.



**"L'Europa è più sana di quanto molti credono
La vera malattia in Europa
sono i suoi oppositori"**
(Jacques Delors)



NOTIZIE STAMPA



SABATO 9 MAGGIO 2020 «FESTA DELL'EUROPA»

70° anniversario

della Dichiarazione Schuman del 9 maggio 1950

«Le 9 mai 1950 le gouvernement français, dans sa déclaration solennelle, a choisi l'Europe. L'Europe sauvée de l'hitlérisme par l'indomptable énergie de Winston Churchill, du communisme par la clairvoyante initiative de G. Marshall, délivrée de ses luttes fratricides et stériles, et qui s'engageait résolument dans la voie communautaire, gage de prospérité, de sécurité et de paix. [...]

[...] L'Europe ne se fera pas en un jour ni sans heurts. Rien de durable ne s'accomplit dans la facilité. Pourtant déjà elle est en marche. À la Communauté du Charbon et de l'Acier sont venus s'ajouter le Marché Commun et l'Euratom. Mais surtout, au-delà des institutions et répondant à une aspiration profonde des peuples, l'idée européenne, l'esprit de solidarité communautaire, ont pris racine.

Cette idée « Europe » révélera à tous les bases communes de notre civilisation et créera peu à peu un lien semblable à celui dont naguère se sont forgées les patries.

Elle sera la force contre laquelle se briseront tous les obstacles.»

Robert Schuman - « Pour l'Europe » - 1963

CORONAVIRUS, DAL PE PASTI PER SENZATETTO E SANITARI

Il presidente del Parlamento europeo, David Sassoli, ha visitato il 15 aprile le cucine del Parlamento europeo, appositamente riaperte per distribuire 1.000 pasti al giorno ai senzatetto, bisognosi di aiuto e operatori della sanità che lavorano per fronteggiare l'emergenza Covid19. Per David Sassoli si tratta di "un bell'esempio di etica pubblica". Nella giornata di ieri erano stati distribuiti già 500 pasti. La distribuzione avviene grazie alla collaborazione con le associazioni Restò du Coeur Saint Gilles, Douche FLUX, Croix Rouge, CPAS Ixelles. Il Parlamento europeo metterà inoltre a disposizione alcuni veicoli per agevolare il trasporto di medici, infermieri e assistenti sociali nel tragitto verso gli ospedali e per facilitare la distribuzione dei pasti.

Unione europea: all'Italia 212 milioni per le alluvioni del 2019 e l'inondazione di Venezia

Manca la decisione finale del Parlamento europeo e del Consiglio ma il pacchetto di proposte c'è tutto, compresi i dettagli. La Commissione europea ha proposto di stanziare 211,7 milioni di euro dal Fondo di solidarietà dell'Ue per l'Italia per le alluvioni e le frane di ottobre e novembre 2019 e per allagamento di Venezia. L'esecutivo comunitario ha proposto un pacchetto di 279 milioni per Portogallo, Spagna, Italia e Austria, per assistere le popolazioni di varie regioni colpite da calamità naturali lo scorso anno. Il pacchetto di aiuti è suddiviso così: 211,7 milioni per l'Italia per l'inondazione di Venezia e gli altri eventi climatici estremi; 56,7 milioni andranno alla Spagna per le inondazioni nelle regioni di Valencia, Murcia, Castilla-La Mancha e Andalusia a settembre 2019; 8,2 milioni al Portogallo per i danni dall'uragano Lorenzo a ottobre 2019; 2,3 milioni all'Austria per il maltempo nel novembre 2019.

"La vera conoscenza, è sapere i limiti della nostra ignoranza" (Confucio)

per CHI vuol saperne DI PIÙ...

SARÀ ORAMAI COSÌ LA NOSTRA PROSSIMA ESISTENZA ?

di Grazia Pellecchia

Mentre prendo il caffè penso alla mia vita ! Alle elementari, Scuola Balilla, Bari, il fiore all'occhiello di quei tempi, mia madre mi metteva in tasca del grembiolino un fazzoletto di cotone con gocce di lisoform e mi diceva *"non ti avvicinare a tutti, guarda prima di toccare le cose se sono pulite o no... e ogni tanto pulisci le mani..."* eravamo nel dopoguerra e c'erano in giro tanti contagi, senza troppi mezzi per contrastarli, non c'erano gli antibiotici, solo la penicillina in polvere se cadevi, e sotto la crosta sul ginocchio si formava quasi sempre del pus. E ddt in polvere per i pidocchi e lavaggi con aceto. E una pomata allo zolfo con carta oliata per le malattie della pelle ...un disastro.

La distanza da possibili infezioni era l'unico modo, comunque, per non contagiarsi. Devo a queste imposizioni inculcate con le buone e le cattive, penso, il fatto che ancor oggi molti pensano che io sia schiva perché, se posso, evito contatti fisici, anche con persone amiche o di famiglia, pur amandole più di me stessa.

Nel corso degli anni la musica cambia. Il contatto è doveroso, auspicabile, necessario, in crescendo... la storia sarebbe lunga, basterebbe confrontare un film degli anni '50 '60 con uno attuale...

E poi, quando quasi mi ero colpevolizzata dei miei comportamenti e convinta a suon di critiche della bontà di baci, abbracci e strette di mano, alé ... si cambia tutto, non solo si riabilitano le distanze, ma si mettono anche mascherine e sanzioni...

Qualcuno prospetta che a decidere oggi con chi scambiare affetto ed amore non sarà la morale, come nei secoli passati, ma potrebbe farlo un piccolo essere invisibile. Dovremo chiedere la patente d'immunità a tutti quelli che vogliamo avvicinare.

Però mi piace anche pensare che, com'è successo per le grandi pandemie del passato, l'amore troverà la strada per raggiungerci anche dopo il disastro esistenziale, psicofico di questi mesi. Potremo essere ancora umani e felici di esserlo ? Sì, dovrebbe succedere questo.

NOTE A MARGINE DEL CORONAVIRUS

GLI ITALIANI NON RINUNCIANO ALLA RADIO

È stata presentata il 16 aprile la ricerca curata dall'istituto GfK, "L'ascolto della Radio ai tempi del COVID - 19". L'emergenza sanitaria ha fortemente condizionato le abitudini quotidiane determinando effetti non trascurabili sulla mobilità in auto (il 67% della popolazione utilizza meno l'auto) e sui percorsi verso il lavoro (il 30% della popolazione non si reca più al lavoro fuori casa), costringendo tra le mura domestiche gran parte della popolazione. L'impatto sugli ascolti delle radio è molto contenuto - si legge nella ricerca - con un calo del 17%, pressoché compensato dall'aumento del tempo medio di ascolto cresciuto dell'11%. L'accesso digitale con le nuove necessità di collegamento al mezzo radio - continua la ricerca - vede un incremento importante: +24% di reach e + 61% di tempo speso. La costrizione a casa ha avuto effetti non trascurabili sull'ascolto della radio, senza tuttavia minarne il ruolo grande protagonista nella comunicazione di massa. La sua capacità di presentare un mix unico di emozione, vicinanza, empatia e informazione credibile, unita alla possibilità di essere fruita in qualsiasi momento della giornata la rendono difficilmente sostituibile.

LA CRISI E IL MEZZO

La radio è un mezzo a cui gli Italiani non rinunciano - si legge nella ricerca - piuttosto, ne ricalibrano l'uso in funzione dei nuovi stili e delle nuove abitudini, favoriti, in questo, da un mezzo che è in grado di sfruttare vecchie e nuove tecnologie per consentire l'ascolto anche in modi innovativi e diversi rispetto al passato. La crisi ha favorito la relazione con il mezzo, soprattutto in termini di vicinanza, di veicolo di emozioni positive e secondariamente anche di informazione, di partecipazione e confronto. La musica ascoltata alla radio appare fondamentale, contribuendo al senso di comunità, di partecipazione collettiva, di serenità. Il ruolo informativo della radio non è meno rilevante, assolvendo sia il compito della presenza tempestiva e del realtime, sia quello dell'approfondimento e dell'autorevolezza.

Les "brigades sanitaires" anti-coronavirus?

A partir du 11 mai, chaque département disposera d'une "brigade sanitaire" chargée d'identifier les personnes atteintes par le coronavirus et d'éviter l'apparition de nouveaux foyers d'infection. A quoi vont ressembler ces équipes "anti-covid" et comment vont-elles travailler?

Pourquoi ces brigades?

Les "brigades sanitaires", dont la création a été annoncée mardi par le Premier ministre, seront chargées d'enquêter sur l'entourage des malades pour repérer les personnes potentiellement contaminées et les inviter à se faire tester.

Il s'agira de "brigades d'anges gardiens, parce qu'elles vont venir au contact des malades et des personnes potentiellement malades, pour assurer leur propre protection", a expliqué samedi le ministre de la Santé Olivier Véran.

Le dispositif, déjà testé par certains hôpitaux de l'AP-HP, vise à identifier le plus grand nombre possible de personnes infectées, qu'elles soient symptomatiques ou asymptomatiques. L'objectif final est de "casser" les chaînes de contamination.

Qui va y participer?

Les brigades seront composées principalement de salariés de l'Assurance maladie. Des employés de Centres communaux d'action sociale (CCAS), de conseils départementaux ou d'organismes comme la Croix-Rouge pourraient également les intégrer.

Au total, 3 à 4.000 personnes seront mobilisées. "Nous aurons 2.500 collaborateurs supplémentaires prêts à venir immédiatement en renfort si nécessaire", a toutefois assuré le directeur de l'Assurance maladie, Nicolas Revel, au journal Les Échos.

Les "brigades sanitaires" seront par ailleurs intégrées dans un dispositif plus large, impliquant notamment le personnel de santé et les services municipaux. Selon Jean-François Delfraissy, président du conseil scientifique, 30.000 personnes au total pourraient être mobilisées.

Quel sera le rôle des médecins?

Les généralistes ayant pris en charge un malade du Covid-19 devront recenser les personnes ayant été en contact avec ce patient et effectuer une première analyse du risque de contamination. En ce sens, ils formeront "la première ligne" du dispositif, a souligné Édouard Philippe.

“Non aspettate di essere felici per sorridere, sorridete piuttosto per essere felici”

EVENTI e APPUNTAMENTI

È TEMPO DI FARE PACE

**Meeting della pace
Perugia-Assisi, 9-11 ottobre 2020**

(<https://www.perugiassisi.org/>)

*** Progettiamo insieme le cose che dobbiamo fare nei nostri prossimi 10 anni ***

La pace non è solo il contrario della guerra

“La pace è molto di più. È il frutto del rispetto dei diritti umani di tutti gli uomini e tutte le donne. La pace non è solo il rifiuto della violenza. La pace è lavoro, cibo, acqua, salute, istruzione, dignità, uguaglianza, giustizia, rispetto, fraternità, nonviolenza, libertà, dialogo, democrazia, legalità, solidarietà, inclusione, accoglienza, responsabilità, diritti umani, memoria”

Invia subito la tua adesione. Iscriviti ora :

adesioni@perlapace.it

Prenota il tuo alloggio : Senti l'Agenzia viaggi che abbiamo incaricato: Brunella Marioli, SETTE8 TRAVEL 075.39.85.76 – fax 06.950.55.171 – email incoming@sette8travel.com

Resta informato. Seguici sui siti www.perlapace.it e

<https://www.perugiassisi.org/>

Segui la pagina facebook @PerugiAssisi

Invita i tuoi amici. Diffondi l'invito a partecipare.

Coinvolgi il tuo gruppo, la tua associazione, la tua rete e organizzati per partecipare. **Aiutaci ad organizzare un incontro utile, bello e sostenibile.** Sostieni il lavoro di organizzazione del Meeting e della Marcia versando un contributo • con PayPal – Dona subito on line • con Bonifico Bancario - Intestato ad Agenzia della Pace presso Banca Popolare Etica, IBAN: IT 58 Q 05018 03000 000011070737

• con Bollettino postale – Su c/c postale n. 19583442 intestato ad Agenzia della Pace, Via della Viola n. 1 – 06122 Perugia

CICLISMO CALENDARIO RIVOLUZIONATO: IL TOUR DE FRANCE PARTE IL 29 AGOSTO

Calendario del ciclismo rivoluzionato per l'emergenza Coronavirus. Dopo la riunione in video-conferenza del 15 aprile alla quale hanno partecipato l'associazione degli organizzatori, delle squadre e dei corridori, l'Unione ciclistica internazionale ha comunicato che il blocco delle corse è stato prolungato fino al primo luglio. Il Tour de France si terrà dal 29 agosto al 20 settembre: *“Correre questo evento nelle migliori condizioni possibili è ritenuto essenziale dato il suo ruolo centrale nell'economia del ciclismo e la sua esposizione, in particolare per i team che traggono vantaggio in questa occasione da una visibilità senza pari”*, ha detto l'UCI attraverso una nota. Il Mondiale di Aigle-Martigny si svolgerà nelle date previste, tra il 20 e il 27 settembre, e il Giro d'Italia dopo i Mondiali, ad ottobre. Il Giro sarà Seguito poco dopo dalla Vuelta di Spagna. L'UCI ha anche previsto che vengano recuperate le classiche – come la Milano-Sanremo, il Giro delle Fiandre o la Parigi-Roubaix – ma non ha ancora fornito delle date.

RETOUR AU CINEMA

(si le coronavirus le permettra)

Le 7 ottobre : - Poly

Nicolas Vanier retourne en enfance avec son long-métrage consacré au petit poney Poly! Tourné dans le Gard, il met en scène la vie d'un cirque bouleversé par Cécile, une petite fille parisienne qui tente de sauver l'animal maltraité. Avec Julie Gayet, François Cluzet et Patrick Timsit.

Le 14 ottobre : - Kaamelott

Inspiré de la série culte créée par Alexandre Astier, le film sera notamment porté par Christian Clavier, Audrey Fleurot, Bruno Salomone.

Le 11 novembre : - Aline Dieu

Le film de Valérie Lemerrier est une comédie biopic sur ... Céline Dion

- L'Origine du monde

Le comédien Laurent Lafitte passe à la réalisation. Pour ce premier long-métrage, il s'est entouré de Karin Viard, Nicole Garcia et Hélène Vincent. L'histoire d'un quadragénaire qui réalise en rentrant chez lui que son cœur ne bat plus.

Le 16 décembre : - West Side Story

Steven Spielberg revient... avec une comédie musicale! Il propose en effet un remake du film "West Side Story", tourné en 1961. Les Jets et les Sharks jouent et chantent et, entre deux bagarres, l'amour surgit toujours. Et aussi:

Vincent Lindon retrouve Sandrine Kiberlain dans **"Pour le meilleur et pour le pire"**, réalisé par Stéphane Brizé ; dans **"Adieu les cons"**, le nouveau film d'Albert Dupontel, Virginie Efira partira à la recherche de son enfant né sous X. Sont aussi attendus **"Les Sans-dents"** de Pascal Rabat avec Yolande Moreau, François Morel et Gustave Kervern.

Eurovision Song Contest 2020 DIODATO RAPPRESENTA L'ITALIA

Il 16 maggio Diodato rappresenterà l'Italia con Fai Rumore, la canzone vincitrice della 70esima Edizione del Festival di Sanremo, nello show Europe Shine A Light, una serata speciale e unica ideata dagli organizzatori di Eurovision Song Contest 2020 che a seguito dell'annullamento dell'evento ufficiale, hanno deciso di unire, in questo delicato momento storico, tutti i paesi d'Europa attraverso la musica con i 41 protagonisti di ESC2020.

**Sarà trasmesso il 16 maggio alle 20.35
su Rai Uno, Radio2, RaiPlay**

Europe Shine A Light è nato prendendo spunto dai video in cui gli Italiani cantano dai loro balconi Fai Rumore di Diodato. Lo ha affermato lo stesso Cornald Mass, consulente creativo di ESC 2020, che si è dichiarato ispirato e molto colpito dagli italiani che per primi nel mondo, hanno dato vita alle performance musicali collettive durante questa lunga quarantena mondiale. Nato nel 1956, Eurovision Song Contest è la più grande e importante manifestazione musicale internazionale, seguita da quasi un miliardo di persone in tutto il mondo, che negli anni ha lanciato artisti come gli ABBA e Céline Dion.

CARTOLINE DALL'ALTRA ITALIA

Scopri il mondo della nuova Emigrazione con
“Cartoline dall'altra Italia”

<http://www.9colonne.it/category/1089/cartoline-dall-altra-italia>.

La web serie - realizzata con il sostegno del Ministero degli Affari Esteri e della Cooperazione Internazionale-Direzione Generale per gli Italiani all'Estero e le Politiche Migratorie

INSERTO

POSSIBILI SCENARI PSICOLOGICI ALLA FINE DEL CONFINAMENTO

A cura della psicologa Marta Giacomini

Questo periodo, nella nostra visione professionale di psicoterapeuti, con una traslazione della visione globale, ci porta a riflettere oltre il “semplice” isolamento sociale: tale condizione ci obbliga a immaginare un rientro alla realtà diversa, nei tempi, nelle dinamiche sociali e negli spazi condivisi. È oramai ampiamente acquisito che la personalità è un sistema complesso che si sviluppa e funziona tramite interazioni continue con l'ambiente secondo rapporti di influenza reciproca. Nel corso della nostra esistenza, infatti, abbiamo affrontato situazioni sfavorevoli dalle quali abbiamo acquisito nuove competenze, migliorando l'adattamento, o ne siamo stati sopraffatti, predisponendoci così a fragilità caratteriali che hanno condizionato il nostro pensiero.

Alla reazione di allarme con cui l'organismo risponde inizialmente ad uno stress, segue una risposta utile di adattamento. Però, se gli stimoli stressanti continuano ad esercitare la loro azione, come nel caso attuale, può accadere che le capacità di reazione dell'organismo vengano superate, la sua resilienza venga meno e subentri una fase di esaurimento della risposta positiva, fase nella quale possono andare a disgregarsi le diverse strategie di adattamento, manifestando, così, difficoltà emotive che alterano diverse aree del vivere quotidiano (capacità di stare in famiglia, con i colleghi) o anche le funzioni fisiologiche (sonno, digestione, alimentazione). Ogni persona è unica, il che significa che, al di là del trauma parzialmente condiviso, in ciascuno possono comparire manifestazioni (più o meno) patologiche le quali, conducendo a diagnosi diverse, incidono sulla nostra predisposizione essenziale, interagendo con ciò che è stato “portato via”, modificando le prospettive di vita, alterando la vulnerabilità allo stress, pur considerando la presenza e/o assenza di strategie adeguate di fronteggiamento. Ogni individuo reagisce in maniera diversa ai vari eventi con i quali è costretto ad interagire e, “omissis...la risposta patologica dipende da numerosi fattori tra cui, oltre alle condizioni mentali della persona al momento del verificarsi dell'evento, il modo del tutto personale di spiegarsi l'evento all'interno della storia della propria vita e il significato personale che la persona stessa attribuisce all'evento...omissis” (cit. Toppetti F. “il danno psichico”. Maggioli Editore, Dogana RSM, 2005).

Al termine del ‘lockdown’ potremo trovarci di

fronte a diversi scenari: pazienti già diagnosticati e in trattamento che presentano un aggravamento psicopatologico per la chiusura in casa e/o la difficoltà nel portare avanti adeguatamente i percorsi di cura, nuove forme di disagio, fino ad oggi latenti, oppure la comparsa di “disturbi” che fino ad ora risultavano non diagnosticati o curati in modo non adeguato (disturbo bipolare, dipendenza da sostanze...).

Noi terapeuti, fino ad ora, ci siamo mossi con l'obiettivo di mantenere la vicinanza ai pazienti più gravi, modificando le modalità di accesso al percorso di cura (visite ‘online’, messaggistica più frequente, ‘follow-up’ infrasettimanale...) e producendo delle linee guida, sulla gestione psicologica della quarantena, che hanno rivolto l'attenzione di tutta la comunità su elementi quali: mantenimento dei ritmi sociali, cura di sé e del proprio ambiente domestico, regime alimentare adeguato, corretto ritmo sonno-veglia, attività fisica regolare, conservazione dei rapporti sociali ed un giusto rapporto tra ocio-attività di svago-impegno scolastico o lavorativo (Cit. Lancet e American Psychiatric Association).

Ma cosa si prospetta e cosa potrebbe accadere alla fine del ‘lockdown’ per tutti, al di là dell'appartenenza ad una categoria psicopatologica?

Vista la premessa, sappiamo che tutti “porteremo” i segni di quanto accaduto in queste settimane, ma è importante che ognuno di noi presti attenzione a cosa accade all'interno del proprio sé, alle emozioni che compaiono, alle reazioni che ci abitano e ai pensieri che ricorrono. Una volta che avremo prestato la giusta attenzione all'esperienza emotiva interna, diventerà più facile scegliere cosa fare o almeno avere un'idea più chiara di quale strada sia possibile per noi. Potremmo, ad esempio, sentire il bisogno di recuperare i progetti lasciati a metà, investire nel lavoro, fare delle scelte relazionali importanti o cercare un proprio spazio di ascolto nel quale, un professionista, ci aiuti ad identificare cosa succede dentro di noi, nel nostro corpo, nelle nostre emozioni o pensieri. Lo spazio terapeutico diverrà, così, “un ambiente sufficientemente sicuro” (Cit. D. Winnicott) da porsi come esperienza correttiva, nella quale dare un nome alle esperienze interne e, attraverso la loro rielaborazione, permetterci di

esprimere appieno le nostre potenzialità e recuperare la possibilità di guardare al futuro. Noi psicoterapeuti partiremo nell'esplorare, grazie al racconto dei pazienti, proprio i cambiamenti sopraggiunti durante il ‘lockdown’ e i vissuti di quel periodo che, probabilmente, hanno inizialmente motivato la richiesta di aiuto: convivenza forzata, condivisione di spazi non sempre adeguati al numero di persone o alle esigenze di ognuno, senso di vulnerabilità, impotenza, perdita della propria quotidianità e delle dinamiche sociali. In questa fase sarà importante lasciare al paziente la possibilità di ricostruire il proprio vissuto e le personali letture ed interpretazioni degli accadimenti, così da aiutarlo ad attribuire un primo senso ed organizzare quanto sembrava più il frutto di una imposizione esterna alla quale poteva solo “adeguarsi”; così facendo, le manifestazioni sintomatologiche potranno assumere l'aspetto di simboli che aiutano il singolo a comprendere il proprio funzionamento soggettivo. Solo dopo aver adeguatamente osservato e indagato l'evento critico ci si potrà focalizzare sulla risposta alla situazione e, noi clinici, dovremo differenziare cosa attiene al “semplice” vissuto traumatico e cosa invece era antecedente ed è stato solo slatentizzato dalle limitazioni e cambiamenti causati dalla pandemia. Questa prima parte permetterà al professionista di costruire quella che viene chiamata “formulazione del caso” e rappresenta il punto di partenza per capire se siamo di fronte ad un disagio (la sofferenza non è pervasiva, ma riguarda alcuni specifici momenti ed alcune specifiche condizioni), ad un disturbo (la sofferenza è più intensa, permane nel tempo e i sintomi divengono evidenti e manifesti coinvolgendo in maniera significativa e pervasiva, ricorrente o persistente, le principali aree del funzionamento biopsicosociale dell'individuo) o ad una sindrome (dove il disturbo è ormai protratto da anni e spesso complicato da “cure” improprie) e per decidere, insieme al paziente, gli obiettivi condivisi del nostro lavoro terapeutico.

articolo tratto da



Associazione Sviluppo Europeo
Association pour le Développement Européen
European Development Association

“Punto focale è l'individuo, non il problema. Lo scopo non è quello di risolvere un problema particolare, ma di aiutare l'individuo a crescere perché possa affrontare sia il problema attuale, sia quelli successivi in maniera più integrata.”

Carl Rogers

<https://www.associazionease.eu/>