



fondato nel 2002 / fondé en 2002

gruppo editoriale e culturale  
groupe éditorial et culturel

'L'Italie en scène'

[italscene@hotmail.com](mailto:italscene@hotmail.com)

direttore responsabile / directeur responsable

**Vito Laraspata**

redattrice / rédactrice

**Catherine Bourdeau**

collaborano gentilmente / collaborateurs bénévoles

Ilaria Bandini, Donato Continolo,  
Sabrina Gatti, Gianni Ludi, Lucio Causo

grafismo/graphisme: Catherine Bourdeau

## ATTENZIONE A COLORO CHE VIVONO PER "APPARIRE"

### ATTENTION À CEUX QUI VIVENT POUR "PARAÎTRE"



Nous avons besoin d'oxygène pour vivre. Mais vivant en société, l'individu est soumis au jugement des autres. Certains ont besoin d'être reconnus, considérés par leur entourage. Bref, ils ont besoin d'une certaine « reconnaissance ». Mais pour l'obtenir, il faudrait qu'ils aient fait quelque chose : certains réalisent des projets, écrivent, créent ; d'autres font juste du bruit.

Ainsi, il y a deux catégories d'individus : ceux dont la finalité est de faire, réaliser et agir sans attendre aucune reconnaissance ; les autres, pour qui le seul but est de « paraître » à tout prix, qui n'ont aucun mérite, mais font seulement un grand tapage pour attirer l'attention.

C'est de ces derniers qu'il faut se méfier, car ce sont ceux qui n'attachent aucune importance aux faits, mais pour qui l'important est de paraître, en tout cas qu'on parle d'eux. C'est pure "vanité". Ces personnes arrivent même à développer une mentalité qui les amène à avoir des rapports basés uniquement sur les mots, les discours. Ils sont toujours au premier rang. Ils collectionnent les titres et les agitent à tous vents.

Ce sont ceux qui n'ont jamais rien accompli d'important durant leur existence, qui ne se sont pas valorisés par leurs actes, à travers leurs activités ou professions. Pour ces personnes, l'important est que leur nom apparaisse et qu'on parle d'eux. Pour ceux-là, c'est presque un besoin, une nécessité pour se sentir vivants, importants, accomplis, mais qui laissent derrière eux un grand vide.

Les hommes, écrit Hegel, sont ce qu'ils font, peu importe ce qu'ils disent d'eux-mêmes ou ce que les autres disent d'eux. Pour les connaître, il faut considérer leurs faits et gestes, à leurs actions.

**"FAIRE CONFIANCE C'EST BIEN  
NE PAS FAIRE CONFIANCE, C'EST MIEUX"**

Per vivere abbiamo bisogno di ossigeno. Ma vivendo in società, l'individuo viene giudicato dagli altri. Alcuni hanno proprio bisogno di essere presi in considerazione dagli altri che li circondano. Insomma, hanno bisogno di un certo "riconoscimento" per sentirsi esistere. Ma per ottenerlo, dovrebbero aver fatto qualcosa: alcuni realizzano dei progetti, scrivono, creano; altri fanno solo rumore.

Quindi, ci sono due categorie di persone: quelle a cui interessa fare, realizzare, ed agiscono senza aspettarsi nessun riconoscimento; altre, invece, il cui solo scopo è quello di "apparire" a tutti i costi, non realizzando niente, facendo un gran baccano per attirare l'attenzione.

È di questi ultimi che bisogna diffidare, perché sono coloro che non danno nessuna importanza alla realizzazione delle cose, e per costoro l'importante è apparire, in ogni caso hanno bisogno che si parli di loro. Stiamo parlando della "vanità". Queste persone, arrivano perfino a sviluppare una mentalità che li conduce ad avere solo rapporti fatti di parole, dichiarazioni. Sono sempre in prima fila. Fanno collezione di titoli e li sbandierano a destra e a manca. Sono persone che non hanno mai realizzato niente di importante nella loro vita, che non si sono valorizzate attraverso le loro azioni, attività o professioni. Per questa gente, conta soltanto che appaia il loro nome e si parli della loro persona. Per loro è quasi un bisogno, una necessità per sentirsi vive, importanti, realizzate, ma che invece lasciano un gran vuoto.

Gli uomini, scrive Hegel, sono ciò che fanno, non conta quanto dicono di sé e nemmeno quanto dicano di loro gli altri. Per conoscerli, occorre fare attenzione ai loro atti, alle loro azioni.

**"FIDARSI È BENE,  
NON FIDARSI È MEGLIO"**

## SAN FRANCESCO: SCOPERTA UNA VERSIONE INEDITA DEL CANTICO

Quella che sembrava una nota a margine, un comune appunto scritto in latino tra le pagine di un manoscritto del tredicesimo secolo, si è rivelata essere la più antica e completa versione mai ritrovata dell'Esortazione alla lode di Dio, opera di San Francesco d'Assisi che anticipa il celeberrimo Cantico di frate Sole. La sorprendente scoperta è stata possibile grazie all'expertise paleografica della Dottoressa Roberta Iannetti, dottoranda in Paleografia all'Università di Ferrara, e del suo supervisore Professor Sandro Bertelli del Dipartimento di Studi Umanistici. La nuova trascrizione è stata rinvenuta nella prima carta del codice Pluteo 22 dex. 3, ora conservato nella Biblioteca Medicea Laurenziana di Firenze, proveniente dall'antica biblioteca del convento francescano di Santa Croce a Firenze.

La versione "laurenziana" si compone di diciassette versetti, per la maggior parte citazioni dalla Bibbia. L'Exhortatio sarebbe stato composto per accompagnare una rappresentazione pittorica delle creature, e vergato personalmente dal Santo sulla tavola.

## CÉLÉBRATIONS EN MAI

1<sup>er</sup> ➤ Fête du travail

8 ➤ Victoire 1945

9 ➤ Fête de l'Europe

## AUTISTA DI SCUOLABUS SVIENE... ...13ENNE PORTA IN SALVO I COMPAGNI

### È accaduto a nord di Detroit...

Un adolescente di 13 anni ha evitato che lo scuolabus su cui viaggiava si schiantasse dopo che l'autista era svenuto. Dillon Reeves "è saltato fuori dal suo sedile, ha gettato lo zaino, è corso verso la parte anteriore dello scuolabus, ha afferrato il volante ed è riuscito a fermare il veicolo in mezzo alla strada", ha dichiarato Robert Livernois, direttore delle scuole pubbliche di un distretto del Michigan settentrionale, in una conferenza stampa. L'autista dell'autobus, che stava riportando a casa circa 60 studenti del Carter College di Warren, a nord di Detroit, "ha perso conoscenza" al volante, ha detto Livernois. In un video diffuso dalle autorità, l'autista sviene e lo studente si mette al volante, frena e riesce a fermare l'autobus nonostante il panico e le urla dei bambini spaventati. Poi grida ai suoi compagni di classe di chiamare "immediatamente" i soccorsi. Secondo la CNN, l'autista è stato ricoverato in ospedale ed è in condizioni stabili. I genitori dello studente, Steve e Ireta Reeves, hanno dichiarato in conferenza stampa che il figlio è un "piccolo eroe".

## Il giorno e la notte in un fiore, è italiana la foto del giorno della Nasa

Il giorno si trasforma in notte come lo scorrere dei petali di un fiore: il "momento magico" di questo passaggio è stato colto dall'astrofotografo siciliano Dario Giannobile, il cui scatto è stato scelto dalla Nasa come foto del giorno.



"Il cielo si tinge di blu scuro per poi scurirsi improvvisamente fino a diventare buio - spiega Giannobile - ma questa fotografia è qualcosa di più: uno star trail a spirale dove il pianeta Venere e la Luna ruotano fino a lambire le rocce dell'Argimusco e si dispongono creando la forma di un fiore stellare". L'altipiano dell'Argimusco è un complesso archeologico e rupestre, amato dagli archeoastronomi, nel Messinese, tra Montalbano Elicona e Novara di Sicilia.

Giannobile, astrofotografo già premiato dalla Nasa, si è appostato la sera del 22 aprile, calcolando ogni esposizione per mantenere un equilibrio costante di luce e colore.

## Faire son arbre généalogique

Certains d'entre nous ont dressé leur arbre généalogique, parfois sur plusieurs siècles. D'autres souhaitent s'y lancer, mais craignent de ne pas y parvenir si leur famille a beaucoup bougé. Sept déménagements sont l'équivalent, selon les sociologues, d'une maison incendiée - en clair, il ne reste alors plus grand-chose du côté des papiers de famille... Et si en plus les générations précédentes sont décédées prématurément, la généalogie peut sembler mission impossible.

**Erreur!** Car dans tous les cas chacun dispose de son propre acte de naissance, qui donne les noms de ses parents et leurs dates et lieux de naissance : il est possible de demander aux mairies les actes de naissance de ses parents, puis de ses grands-parents, en prouvant que l'on en est un descendant direct. Ensuite, au-delà de 75 ans, l'état civil est librement consultable en mairie. Au-delà de 100 ans enfin, il se trouve aux archives départementales, en général sur leur site, et le jeu de piste et de rebonds d'acte en acte sur des siècles peut commencer.

## I MUSEI ???

### PERFETTI PER COMBATTERE ANSIA E STRESS

I musei, siano essi musei 'artistici' o 'scientifici', hanno un effetto positivo sui visitatori riducendo in modo sostanziale ansia e stress. Lo evidenziano i primi risultati dello studio ASBA (Anxiety, Stress, Brain-friendly museum Approach - Il museo alleato del cervello contro ansia e stress), innovativo studio italiano sulla promozione del benessere nel contesto museale a cui partecipa anche il gruppo di ricerca CARS (Cognitive, Affective Research Studies). Tra novembre 2022 e febbraio scorso, sono iniziate le attività di raccolta dati su 80 volontari coinvolti nello studio - con un'età media di circa 46 anni - presso il Museo di Storia naturale e la Galleria d'arte moderna (GAM) di Milano. In particolare, utilizzando una misura standardizzata dell'ansia di stato (la scala STAI-S) si è registrato una diminuzione di circa il 25% dell'ansia, e una diminuzione simile dello stress percepito misurato attraverso scale analogiche (VAS). Aumenta invece il senso di benessere e tranquillità.

## JOURNÉES INTERNATIONALES ET MONDIALES

9 mai Journée de l'Europe

15 mai Journée internationale des familles

17 mai Journée mondiale de lutte contre l'homophobie

18 mai Journée internationale des musées

20 mai Journée européenne de la mer

31 mai Journée mondiale sans tabac

5 juin Journée mondiale de l'environnement

8 juin Journée mondiale de l'océan

Gli articoli de "Il Botteghino" sono tratti da comunicati stampa forniti da agenzie giornalistiche (ANSA - AGI - AISE - INFORM - gCOLONNE) e da testi scritti da collaboratori, a titolo gratuito. La responsabilità del loro contenuto rimane esclusivamente della fonte. La Redazione si riserva la facoltà di fare una cernita del materiale da pubblicare nell'interesse generale secondo criteri di buon gusto, educazione, rispetto, senza offendere la dignità e la reputazione di chicchessia.

**PRIVACY:** "Il Botteghino" è inviato solo per posta elettronica. Gli indirizzi dei destinatari sono riservati esclusivamente al suo invio e in nessun caso sono ceduti a terzi. Per noi la vostra 'privacy' è primordiale.

Chi vuole essere cancellato dalla lista dei destinatari scriva CANCELLAMI a [italscene@hotmail.com](mailto:italscene@hotmail.com)

Les articles de "Il Botteghino" sont issus de communiqués de presse fournis par des agences et de textes écrits par des collaborateurs, à titre gratuit. La responsabilité de leur contenu engage exclusivement la source. La Rédaction se réserve le droit de faire un tri du matériel à publier dans l'intérêt général selon les critères de bon goût, éducation, respect, sans offenser la dignité et la réputation de qui que ce soit.

**PRIVACY:** "Il Botteghino" est envoyé seulement électroniquement. Les adresses électroniques des destinataires sont réservées exclusivement à son envoi et en aucun cas ne sont cédées à des tiers. Pour nous votre « privacy » est primordiale.

Si vous ne voulez plus faire partie de nos destinataires, écrivez EFFACEZ-MOI à [italscene@hotmail.com](mailto:italscene@hotmail.com)

## PARCHI E GIARDINI DI FRANCIA

*Parchi e giardini da non perdere  
che bisogna assolutamente visitare,  
soprattutto in primavera*

**NEL PAESE DELLA LOIRA**  
**l'hortus Conclusus del priorato di Vauboin (72)**

L'incredibile giardino di bosso in movimento. Situato nella Sarthe, il giardino recintato del priorato di Vauboin sorprende con le dimensioni originali del suo bosso! Si tratta di pure creazioni dovute al suo proprietario Thierry Jude, uno scultore di piante. Con una grande scala e cesoio da potatura, questo appassionato passa le sue giornate a potare e trasformare il suo legno di bosso, simbolo di eternità! Qui la linea retta non esiste e ogni pianta ha il suo nomignolo! Creato nel 1991, questo giardino ha ricevuto un meritato riconoscimento, quello del 'garden art award' nel 2020. Si compone di due spazi che dovete assolutamente visitare in compagnia del proprietario.

[Le Prieuré de Vauboin](#) a Beaumont-sur-Dême; Come. 2 43 79 04 23; Di difficile accesso per le persone con mobilità ridotta.



## VILLA E GIARDINI EPHRUSSI DI ROTHSCHILD

Situata tra Nizza e Monaco, la Villa Ephrussi di Rothschild è un magnifico palazzo circondato da famosi giardini, affacciato sul Mediterraneo. Scoprite la Villa creata dalla Baronessa di Rothschild durante la 'Belle Epoque' che presenta anche una magnifica collezione di mobili, dipinti e porcellane rare. La sala da tè offre una vista straordinaria sulla baia di Villefranche.

**Visita con i bambini:** caccia agli indovinelli gratuita per tutti i bambini dai 7 ai 12 anni.

**Informazioni pratiche:** E-mail: [message@villa-ephrussi.com](mailto:message@villa-ephrussi.com) - Web: [www.villa-ephrussi.com](http://www.villa-ephrussi.com) - Aperto tutto l'anno dalle 10:00 alle 18:00 tranne in luglio e agosto: dalle 10:00 alle 19:00 - Da novembre a gennaio: dal lunedì al venerdì dalle 14:00 alle 18:00 / fine settimana, giorni festivi e scuola festivi dalle 10:00 alle 18:00



## PARCS ET JARDINS DE FRANCE

*Parcs et jardins incontournables  
qu'il faut absolument visiter,  
surtout au printemps*

**EN PAYS DE LA LOIRE**  
**l'hortus Conclusus du prieuré de Vauboin (72)**

L'incroyable jardin de buis en mouvement. Situé dans la Sarthe, le jardin clos du prieuré de Vauboin étonne par la taille originale de ses buis ! Ce sont de pures créations dues à son propriétaire Thierry Jude, sculpteur végétal. Muni d'une grande échelle et de sécateurs, ce passionné passe ses journées à tailler et transformer ses buis - symbole d'éternité !

Ici, la ligne

droite n'existe pas et chaque plante a son petit nom ! Créé en 1991, ce jardin a reçu une récompense méritée, celle du prix de l'art du jardin en 2020. Il se compose de deux espaces à visiter absolument en compagnie du propriétaire.

[Le Prieuré de Vauboin](#) à Beaumont-sur-Dême; Tél. 2 43 79 04 23; Difficile d'accès aux personnes à mobilité réduite.

## VILLA ET JARDINS EPHRUSSI DE ROTHSCHILD

Située entre Nice et Monaco, la Villa Ephrussi de Rothschild est un magnifique palais entouré de célèbres jardins, dominant la Méditerranée.

Découvrez la Villa créée par la Baronne de Rothschild à la Belle Epoque qui présente aussi une magnifique collection de mobilier, tableaux et porcelaine rare. Le salon de thé offre une vue extraordinaire sur la baie

de Villefranche. Un lieu unique dédié aux jardins, à l'art et à la beauté.

**Visite avec les enfants:** Chasse aux énigmes gratuite pour tous les enfants de 7 à 12 ans.

**Infos Pratiques:** Email : [message@villa-ephrussi.com](mailto:message@villa-ephrussi.com)  
Web : [www.villa-ephrussi.com](http://www.villa-ephrussi.com)

Ouvert toute l'année de 10h à 18h sauf : En juillet et août : de 10h à 19h - De novembre à janvier : du lundi au vendredi de 14h à 18h / les week-ends, jours fériés et vacances scolaires de 10h à 18h.

## AGRIGENTO CAPITALE DELLA CULTURA 2025

Sarà Agrigento la Capitale della Cultura italiana nel 2025. Ad annunciarlo è stato il Ministro della Cultura, Gennaro Sangiuliano. La Città dei templi si è imposta su Aosta, Assisi (Perugia), Asti, Bagnoregio (Viterbo), Monte Sant'Angelo (Foggia), Orvieto (Terni), Pescara (L'Aquila), Roccasecca (Frosinone) e Spoleto (Perugia).

L'Italia, le parole del Ministro, è "una super-potenza culturale, in questo la storia ci ha baciato, dandoci un unicum di diverse civiltà, sedimentate sul nostro territorio".

A margine della presentazione della città vincitrice, Sangiuliano ha anche annunciato che, dal prossimo anno, oltre che la Capitale del Libro e la Capitale della Cultura, sarà nominata anche una "Capitale dell'arte contemporanea".

Il titolo di Capitale della cultura italiana torna dunque in Sicilia, dopo che nel 2018 era stata insignita del titolo Palermo.

## Cultura e salute

## I MUSEI PERFETTI PER COMBATTERE ANSIA E STRESS

I musei, siano essi musei 'artistici' o 'scientifici', hanno un effetto positivo sui visitatori riducendo in modo sostanziale ansia e stress. Lo evidenziano i primi risultati dello studio ASBA (Anxiety, Stress, Brain-friendly museum Approach - Il museo alleato del cervello contro ansia e stress), innovativo studio italiano sulla promozione del benessere nel contesto museale.

Tra novembre 2022 e febbraio scorso, sono iniziate le attività di raccolta dati su 80 volontari coinvolti nello studio - con un'età media di circa 46 anni - presso il Museo di Storia naturale e la Galleria d'arte moderna (GAM) di Milano. Le prime analisi hanno mostrato l'impatto positivo, in particolare, utilizzando una misura standardizzata dell'ansia di stato si è registrato una diminuzione di circa il 25% dell'ansia, e una diminuzione simile dello stress percepito misurato attraverso scale analogiche (VAS). Aumenta invece il senso di benessere e tranquillità.

eventi, manifestazioni

*événements, manifestations*

## PLAY – FESTIVAL DEL GIOCO

dal 19 al 21 maggio a ModenaFiere

**Giocare è una cosa seria**

Basta computer, tablet, smartphone: la carta vincente dei giochi da tavolo è la voglia di socialità e svago senza per forza fissare un monitor. In un mondo pieno di schermi i giochi analogici aiutano a cambiare prospettiva: complice la internet fatigue acuita da smart working, appuntamenti 'online' e didattica a distanza, i giochi da tavolo hanno conosciuto un rilancio di fama e diffusione. Il "Global Board Games Market Report 2022" valuta per il settore un tasso di crescita pari al + 13 per cento da qui al 2026 (contro il + 11 per cento dei videogiochi).

Anche in Italia la tendenza è ugualmente positiva, con un mercato che ha un valore stimato di 100 milioni di euro. Il segreto del successo è nella capacità di innovarsi: solo in Italia ogni anno vengono sfornati ben 800 nuovi titoli, conferma di grande vivacità di un settore al quale Modena da oltre un decennio dedica l'intero quartiere fieristico, **Play - Festival del Gioco** ([www.play-modena.it](http://www.play-modena.it)), che torna dal 19 al 21 maggio a ModenaFiere. Circa 28mila metri quadrati di area coperta in cinque diversi padiglioni, più di 150 espositori, sessanta associazioni coinvolte, una cinquantina di ospiti tra cui star internazionali del gioco da tavolo, 2.500 tavoli pronti per giocare, 7.000 sedie, migliaia di titoli tra grandi classici, ultime novità e anteprime mondiali, incontri e convegni sul ruolo fondamentale del gioco nella nostra vita.

### L'ABRUZZO CANDIDA I SUOI TRABOCCHI COME PATRIMONIO IMMATERIALE UNESCO

- Il progetto vuole favorire la conoscenza di mestieri, manufatti e attrezzature collegate alla pesca tradizionale, in quanto espressione dell'identità delle comunità locali e dei territori costieri; valorizzare il patrimonio culturale immateriale di mestieri, manufatti e attrezzature collegate alla pesca tradizionale.

mostre

*expositions*

### IL 7 GIUGNO ESPOSIZIONE "NAPOLI A PARIGI"

**i capolavori di Capodimonte al Louvre**

*"Quella del Louvre sarà una bella vetrina per Napoli, perché l'esposizione dei capolavori di Capodimonte sarà accompagnata da una stagione culturale dedicata a Napoli, che presenterà al pubblico francese la storia, la letteratura, la musica, il teatro e il cinema della città partenopea".* Così da Parigi il ministro della Cultura, Gennaro Sangiuliano, ha annunciato la mostra "Napoli a Parigi", che sarà inaugurata il 7 giugno al Louvre.

### A Parigi fino al 17 luglio le "Influenze incrociate" di Giovanni Bellini

Il Museo Jacquemart-André di Parigi, uno dei più importanti spazi espositivi nella capitale francese, ospita sino al 17 luglio la mostra **"Giovanni Bellini – Influences Croisées"**, inaugurata di recente sotto il patrocinio dell'Ambasciata d'Italia in Francia.

La mostra metterà in evidenza l'opera del grande maestro della pittura Giovanni Bellini (1430-1516), padre della scuola veneziana a cui appartengono i suoi allievi Giorgione e Tiziano. Bellini apre la via a un'arte del colore e del tono che sarà il marchio del XVI secolo veneziano.

Attraverso una cinquantina di opere provenienti da collezioni europee pubbliche e private, "Giovanni Bellini – Influences Croisées" ripercorre il tragitto artistico di Giovanni Bellini e mostra come il suo linguaggio non abbia smesso di rinnovarsi durante tutta la sua carriera, conservando una parte incontrovertibile di originalità.

in breve

*en bref*

### Da fine aprile l'India è il Paese più popoloso del mondo

Secondo l'ONU, alla fine del mese di aprile, l'India ha superato la Cina come Paese più popoloso del mondo, con oltre 1,425 miliardi di abitanti.

### Entrare al Pantheon costerà 5 euro, ma non per i romani

Cinque euro per entrare al Pantheon. "In appena tre mesi siamo giunti a definire un obiettivo basato sul buonsenso: far pagare un modico biglietto per il sito culturale più visitato in Italia. Dal pagamento saranno esclusi i cittadini di Roma". Lo annuncia il ministro della Cultura dopo l'accordo siglato oggi tra Vicariato di Roma e Ministero della Cultura che prevede l'introduzione del biglietto d'ingresso per visitare il monumento romano. Ingresso che sarà vietato durante le funzioni religiose.

### Il diamante rosa "più raro tra i rari" andrà all'asta a giugno

Un rarissimo diamante rosa sarà messo in vendita da Sotheby's in un'asta che si terrà a giugno a New York. Il valore stimato è di 35 milioni di dollari. Questa pietra preziosa da 10,57 carati "priva di impurità", estratta nel 2019 da una miniera in Botswana con un peso di 23,78 carati lordi, sarà venduta precisamente l'8 giugno. L'attuale record storico per il prezzo di vendita di un diamante rosa è di 71,2 milioni di dollari ed è stato raggiunto a Hong Kong nel 2017.

### JUSQU'AU 22 MAI 2023

### Exposition Arts & Préhistoire au Musée de l'Homme à Paris

Découvrez des chefs-d'œuvre de l'art préhistorique venus du monde entier. Déambulez parmi plus de 90 pièces originales et de centaines d'images numériques qui retracent l'histoire de la créativité humaine depuis la nuit des temps !

Le Musée de l'Homme se trouve **Place du Trocadéro**. Le billet d'entrée donne accès à la Galerie de l'Homme et aux expositions.

**Réserver les billets**

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

## Ultima moda...

*Dernière mode...*

### ...RACCONTARE LA "ROUTINE MATTUTINA" SU TIKTOK

Svegliarsi alle 5 del mattino, andare in palestra, fare allenamento a torso nudo, una doccia, pulire la lingua, leggere. Ma anche rifare il letto, lavare, stirare, scrivere un diario, meditare, cuocere le uova. *"Benvenuti nei riti e nella routine mattutina di TikTok"*, dove alle 9 tutto questo è già accaduto ed è stato raccontato attraverso i video di anonimi personaggi della vita di tutti i giorni. Eppure hanno successo, certifica il Washington Post, che evidenzia come uno dei riti mattutini più comuni è quello riferito a ciò che accade *"tra le 5 e le 9 del mattino in cui le persone altamente motivate possono dedicare quattro ore alle faccende domestiche e alla cura di sé prima di iniziare la giornata lavorativa"*.

I creatori di TikTok sostengono di pubblicare i video *"per motivare e ispirare le persone"*, tant'è che gli esperti di salute comportamentale concordano sul fatto che *"creare una routine sia generalmente un buon modo per costruire abitudini sane"*.

Ma perché così tante persone guardano questi video del mattino? Sophia Choukas-Bradley, psicologa dell'Università di Pittsburgh, ha risposto che guardare video di altri che realizzano delle cose è *"gratificante per il nostro cervello"* in quanto *"siamo particolarmente attratti da qualsiasi tipo di contenuto dei social media che sia di successo, ambizioso, in ogni caso possibile e raggiungibile"*.

## Cuisine

### Savez-vous vraiment cuire un oeuf dur?

Quoi de plus simple que de faire cuire un oeuf dur? Dix minutes dans l'eau bouillante et c'est prêt, croyez-vous? Mais ce n'est pas si simple! Alors voici comment apprendre à cuire un oeuf dur parfait grâce aux explications du chef cuisinier Thierry Marx.

*"Arrêtons de faire des œufs qui rebondissent sur la table et qui sont inévitablement caoutchouteux en bouche"*, se désespère le chef Thierry Marx. Pour faire un blanc juste cuit comme il faut, souple et tendre en bouche, le chef explique comment s'y prendre :

**Les œufs doivent être cuits au bain-marie dans une eau entre 70 et 85°**, le temps nécessaire pour obtenir le résultat désiré, 10 minutes pour un œuf dur, 5 pour un œuf mollet, 3 pour un œuf coque. Par ailleurs, pour que le jaune soit bien centré à la fin, il faut tourner l'œuf sur lui-même pendant la cuisson afin que la coagulation du blanc finisse par le piéger au centre.

L'explication est simple : le blanc coagule dès 62° et le jaune cuit à partir de 68°, mais il surcuit au-delà de 85 degrés. L'œuf contient 40% d'eau qui va s'évaporer à plus de 100 degrés et les protéines qu'il contient seront en plus dégradées. Il faut donc viser entre les deux et maîtriser pour cela la température de l'eau à l'aide d'un thermomètre de cuisine. La cuisson au bain-marie aide à stabiliser et contrôler la température.

## DALLE REGIONI

**PIEMONTE**  
TOP NEWS

[PiemonteTopNews](#)

- Una regione con tante cose da

**TORINO**  
MAGAZINE

<https://www.torinomagazine.it/peoples/editoriali/l-anima-della-citta/>

### TORINO SI CANDIDA PER OSPITARE L'AUTORITÀ EUROPEA ANTIRICICLAGGIO

Regione Piemonte e Comune di Torino hanno trasmesso formalmente al Governo il dossier di candidatura di Torino come sede dell'Autorità europea Antiriciclaggio. Il comitato promotore - presieduto dal magistrato Alberto Perduca, ex procuratore aggiunto di Torino e procuratore di Asti con elevate competenze in materia di antiriciclaggio - è composto, oltre che dal presidente della Regione Piemonte Alberto Cirio e dal sindaco di Torino Stefano Lo Russo, anche da Gian Carlo Caselli nel ruolo di "special advisor". Il dossier tecnico è stato curato da Ires Piemonte con l'apporto di istituzioni e realtà pubbliche e private. Tra i punti di forza le due sedi proposte: la Curia Maxima in via Corte d'Appello, che è stata fino ai primi anni Duemila la sede storica degli uffici giudiziari, e il Palazzo della Regione di piazza Castello. Entrambe offrono una superficie di oltre 10.000 metri quadrati per ospitare circa 400 persone, come richiesto dai requisiti e sono edifici aulici di pregio a pochi passi da luoghi simbolo della storia d'Italia come Palazzo Madama e Palazzo reale.

## Ci scrivono da....

...LYON

### Lione, Festa Nazionale della Liberazione

A Lione, i friulani continuano a commemorare il 25 aprile 1945, la Festa Nazionale della Liberazione, questo, nel ricordo dei nostri padri. Era la loro festa! Se abbiamo la Libertà di celebrare questa festa, lo dobbiamo a coloro che hanno combattuto per ottenerla!

I friulani di Lione organizzano, in collaborazione con il consolato, queste commemorazioni, che iniziano sempre con il deporre dei fiori alla lapide di Tite Cois, per noi è simbolo della Resistenza a Lione. Era un friulano, partigiano della FTP-MOI (Franchi Tiratori-Mano d'Opera Immigrata) italiano certo, ma una volta dissanguato è diventato francese, ha pagato il prezzo senza sconti!

Giobatta Cois era di Tarcento, sapeva riparare le armi dei partigiani, è stato denunciato, preso e fucilato sommariamente dai tedeschi, ha dato il nome di una via, e c'è una piccola lapide alla porta d'accesso di un grande liceo di Lione-Villeurbanne. Lo hanno ammazzato qualche mese prima del 25 aprile, aveva 56 anni.

I friulani del Fogolar di Lione, sono testardi, insistono, mettono il cappello di alpino e vanno con la bandiera italiana alla lapide per dire *"mandi a Tite"*, portando due fiori!

Perdiamo tempo? Siamo in pochi? Ma non importa! La bandiera rappresenta un popolo, poi viene anche il console generale, incuriosito da questa fedeltà al nostro Tite Cois, una volta salutato, andiamo tutti assieme alla Casa degli Italiani, per la grande cerimonia.

Daniel Vezzio

## 50 ANS DE TVA, LA TAXE LA PLUS "DÉTESTÉE" ET LA PLUS TRANSGRESSEE

### L'histoire de la TVA :

La TVA, l'une des taxes les plus détestées et les plus transgressées par les Italiens est née il y a cinquante ans. Inspirée de l'expérience française de la "Taxe sur la valeur ajoutée", elle est entrée en vigueur le 1er janvier 1973 et, au fil du temps, elle s'est accrue, passant de 12 à 22 pour cent.

Redouté par les commerçants, elle est considérée comme l'impôt de la discorde : tous les gouvernements, d'une manière ou d'une autre, ont dû « s'en accommoder ».

Lorsque le budget vacille, les augmentations redoutées se déclenchent. Depuis, chacun s'en est servi et a laissé le soin à ses héritiers de les "désamorcer".

Née comme un impôt communautaire, la TVA a représenté le premier pas vers une fiscalité « européenne », dans le processus de création du marché unique.

L'objectif était l'harmonisation des dispositions fiscales des différents États membres et le résultat a été un impôt indirect, proportionnel sur la consommation,

neutre pour les opérateurs économiques.

La France a été le précurseur où, à partir des années 1950, elle a opté pour une taxe sur la valeur ajoutée applicable à chaque étape du cycle productif et commercial, qui s'est accompagnée d'une seconde taxe sur la consommation pour les prestations de services, mais avec un système cumulatif.

L'Allemagne et le Royaume-Uni, bien que de manière différente, ont emboîté le pas. En Italie, le processus de taxation sur la consommation a été plus lent car jusque dans les années 1970, l'Ige, l'impôt général sur le revenu, était en vigueur, une taxe en cascade qui affectait toutes les étapes de la production.

Ce n'est que plus tard que la TVA est arrivée, qui affecte la "valeur ajoutée", c'est-à-dire la différence entre le coût des matières premières et de production d'un bien ou d'un service et le prix de vente.

La taxe sur la valeur ajoutée est née en Italie en 1973 avec un taux ordinaire fixé à 12%. En 1977, elle est passée à 14%, en 1980 à 15% et en 1982 à 18%. Après six ans de stabilité, elle atteint 19% en 1988 et le 1er octobre 1997, passe à 20%. Le 17 septembre 2011, après environ 14 ans de « trêve », le taux ordinaire atteint les 21%. Depuis octobre 2013, il est à 22%, dépassant certains des principaux pays européens : en Allemagne il est de 19%, en France de 20% et en Espagne de 21%. Mais il existe aussi des taux réduits, c'est-à-dire les différences envisagées pour des biens et services spécifiques : 4%, par exemple, pour les aliments, les boissons et les produits agricoles, 5% pour les couches et le lait en poudre et 10% pour les médicaments.

La TVA n'est pas seulement la taxe la plus détestée, c'est aussi la plus transgressée. En fait, le record en termes de fraude revient à l'Italie, suivie de la France.

## 50 ANNI DI IVA, L'IMPOSTA PIÙ "ODIATA" E PIÙ EVASA

### Storia dell'Iva:

Cinquanta anni fa nasceva l'Iva, una delle imposte più odiate e più evase dagli italiani. Ispirata all'esperienza francese della 'Taxe sur la valeur ajoutée', l'imposta sul valore aggiunto è entrata in vigore il 1 gennaio 1973 e di strada, nel corso del tempo, ne ha compiuta, passando dal 12 al 22 per cento.

Temuta dai commercianti, è considerata l'imposta della discordia: tutti i governi in un modo o nell'altro hanno dovuto 'farci i conti'. Quando il bilancio traballa, scattano i temuti aumenti. Da allora tutti le hanno impiegate e hanno lasciato agli eredi il compito di "disinnescarle". Nata come tributo di matrice comunitaria, l'Iva ha rappresentato il primo passo verso un Fisco 'europeo', nel percorso di realizzazione del mercato unico. L'obiettivo era l'armonizzazione delle disposizioni tributarie dei vari Stati membri e ne è nata un'imposta indiretta, proporzionale e sul consumo, neutra per gli operatori economici.

Da apripista è stata la Francia dove, a partire dagli anni '50, si optò per una imposta sul valore aggiunto applicabile a ogni stadio del ciclo produttivo e commerciale, cui fu affiancata una seconda imposta sui consumi per le prestazioni di servizio, però con un si-

stema cumulativo.

Germania e Regno Unito, anche se in modo diverso, seguirono l'esempio. In Italia, il processo delle imposte sui consumi è stato più lento in quanto fino agli anni settanta vigeva l'Ige, Imposta generale sull'entrata, un tributo a cascata che colpiva ogni stadio della produzione. Solo successivamente è arrivata l'Iva, che colpisce il "valore aggiunto", cioè la differenza tra il costo delle materie prime e di produzione di un bene o di un servizio e il prezzo di vendita.

L'imposta sul valore aggiunto nasce in Italia nel 1973 con un'aliquota ordinaria fissata al 12%. Nel 1977 è passata al 14%, nel 1980 è salita al 15% e nel 1982 al 18%. Dopo sei anni di stabilità, nel 1988 si è arrivati al 19% e il primo ottobre del 1997 è stata portata al 20%. Il 17 settembre 2011, dopo circa 14 anni di "tregua" l'aliquota ordinaria è passata al 21%. E dall'ottobre del 2013, ha raggiunto il 22%, superando alcuni dei principali paesi europei: in Germania è al 19%, in Francia al 20% e in Spagna al 21%.

Ma ci sono anche le aliquote ridotte, ovvero le differenze previste per specifici beni e servizi: il 4% ad esempio, per alimentari, bevande e prodotti agricoli, il 5% per pannolini e latte in polvere e il 10% per i medicinali.

L'Iva non è solo l'imposta più odiata, è anche quella più evasa. All'Italia va infatti la maglia nera sul fronte del mancato gettito, seguita dalla Francia.

### CAMPIONATO MONDIALE DELLA PIZZA: 700 CONCORRENTI DA 52 PAESI

Si è conclusa la 30esima edizione del Campionato Mondiale della Pizza, quest'anno sempre più internazionale con oltre 700 concorrenti pizzaioli provenienti da 52 Paesi del mondo. Migliaia di visitatori al Palaverdi delle Fiere di Parma dal 18 al 20 aprile.

Oltre all'Italia, i Paesi più rappresentati sono stati Francia, USA, Portogallo, Spagna, Ungheria, Brasile e Polonia. Rispetto allo scorso anno si è registrata la partecipazione di nuovi Paesi: quali Algeria, Cile, Egitto, Finlandia, Giappone, Guatemala, Kuwait, Messico, Principato di Monaco, Paraguay, Polonia, Porto Rico e Repubblica Ceca.

Durante la tre giorni di gare, pizzaioli e pizzaiole da tutto il mondo, si sono sfidati in oltre 1000 gare di cui 930 gare di cottura (Pizza Classica, Pizza senza glutine, Pizza Napoletana STG, Pizza in Teglia, Pizza in Pala) e gare di abilità (come Freestyle, Pizza più larga e Pizzaiolo più veloce) tra le quali sono stati decretati i migliori pizzaioli del 2023.

## Compie 232 anni la prima Costituzione d'Europa

*Vide la luce in Polonia il 3 maggio del 1791*

Per il contemporaneo Edmund Burke (1729-1797) era «una delle migliori mai toccate in sorte a una nazione». Solo gli Stati Uniti, nascendo da un'esperienza storica particolare, si erano dotati il 4 marzo 1789 di una carta costituzionale, ma quella polacca era più moderna, era rivoluzionaria e quindi temibile per il sistema conservatore continentale.

### Poniatowski

Fu voluta dal re Stanisław II August Poniatowski (1732-1798), aristocratico già amante di Caterina II di Russia, e di lontane origini italiane. La Polonia nel 1772 aveva perso un terzo del territorio, spartito da un accordo tra Austria, Prussia e Russia. Per rendere governabile il regno polacco-lituano che una volta si estendeva dal Baltico al Mar Nero, e che nel 1683 a Vienna aveva salvato l'Europa dalla conquista ottomana e dall'islamizzazione, Poniatowski lavorò d'impegno su una politica di profonde riforme.

Per rafforzare lo Stato indebolito dalle tensioni tra la nobiltà e dalle ingerenze straniere, Poniatowski abolì il principio del liberum veto – che paralizzava l'attività legislativa perché bastava un solo voto contrario a bloccare ogni legge – e il diritto alla rivolta; dichiarò la monarchia ereditaria e il regime a carattere parlamentare. Il potere esecutivo era adesso nelle mani del re e del suo governo.

### Promulgazione della Costituzione

Proprio il Partito patriottico, in piena intesa con Poniatowski, aveva ispirato la costitu-

zione promulgata il 3 maggio 1791 con un autentico colpo di Stato, approfittando del fatto che la Russia aveva allentato le redini su Varsavia perché impegnata nella guerra contro l'Impero ottomano e buona parte dei deputati erano assenti per la pausa pasquale.

Il 3 maggio partecipa al dibattito al castello reale appena un terzo degli aventi diritto, che peraltro avevano già giurato di mantenere il più assoluto segreto su quanto si stava per fare. Il quartiere del castello di Varsavia è presidiato dall'esercito in assetto di combattimento. Le strade sono gremite di gente.

### Profonde riforme

La costituzione rende operativa una profonda e radicale riforma, che aveva avuto basi legislative inerente il miglioramento delle amministrazioni locali, l'abolizione del Consiglio permanente, l'istituzione di un esercito nazionale di centomila uomini, l'imposizione di tasse sulla proprietà terriera; i cittadini delle città reali avevano assicurata l'invulnerabilità personale, il diritto di acquisire terreni, l'accesso a molti uffici e alla carriera militare, la partecipazione al Sejm (Senato) col determinante diritto di voto in questioni che riguardavano le città e il commercio; praticamente i loro diritti erano parificati a quelli vantati dai nobili. Per i contadini si sancisce la protezione da parte della legge e del governo nazionale, ma si tace sulle loro libertà. Un'autentica rivoluzione senza sparare un solo colpo.

Ma il 9 gennaio 1792 non si sparerà più neanche tra Russia e Impero ottomano. Con la pace di Iași la corte di Pietroburgo fa da sponda interessata al malcontento della nobiltà conservatrice polacca, raccoglie l'appello a «ristabilire l'ordine» in Polonia e stringe un accordo con gli Hohenzollern di Prussia per «salvare la Polonia dalla rivoluzione»: l'Austria, in guerra con la Francia, stavolta non partecipa. L'esercito di Poniatowski riesce a resistere due mesi e la costituzione viene di fatto stracciata.

### Cracovia insorge

La Polonia è invasa e occupata, e con il primo e secondo trattato di Grodno è amputata di 300.000 chilometri quadrati e tre milioni di abitanti. Si ribella con la guida del conte Ignacy Potocki, dello scrittore Hugo Kołłątaj e del generale Kościuszko (che, riparato negli Stati Uniti, fonderà l'Accademia di West Point). Cracovia insorge il 24 marzo 1794, Varsavia il 17 aprile, Vilnius il 23, persino le campagne si sollevano quando il 7 maggio il governo rivoluzionario decreta l'abolizione della servitù che ripara al silenzio della carta costituzionale sul principio della libertà dei contadini. Il 10 ottobre Kościuszko è sconfitto da forze preponderanti a Maciejowice e catturato. I russi si abbandonano a massacri indiscriminati. Con la convenzione del 24 ottobre 1795 quel che resta della nazione polacca viene smembrato. Il 27 novembre 1795 Poniatowski abdica: è l'ultimo re della storia della Polonia.

**73° anniversaire  
de la Déclaration Schuman**

9  
MAI



9  
MAGGIO

**73° anniversario  
della Dichiarazione Schuman**

« 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'est engagée résolument dans la voie communautaire, garante 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 elle est déjà 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 en réponse à une aspiration profonde des peuples, l'idée européenne, l'esprit de solidarité communautaire, ont pris racine. Cette idée d'« Europe » révélera à tous les bases communes de notre civilisation et créera peu à peu un lien semblable à celui que naguère les patries ont forgé. Elle sera la force contre laquelle se briseront tous les obstacles. »

« Il 9 maggio 1950 il governo francese, nella sua solenne dichiarazione, ha scelto l'Europa.

L'Europa salvata dall'hitlerismo dall'indomabile energia di Winston Churchill, dal comunismo dalla lungimirante iniziativa di G. Marshall, liberata dalle sue lotte fratricide e sterili, e che si è risolutamente impegnata nel cammino comunitario, garanzia di prosperità, sicurezza e pace. [...] L'Europa non si costruirà in un giorno o senza intoppi. Niente di duraturo arriva facilmente. Eppure è già in movimento. Alla Comunità del carbone e dell'acciaio si aggiunsero il Mercato comune e l'Euratom. Ma soprattutto, al di là delle istituzioni e rispondendo a una profonda aspirazione della gente, si è radicata l'idea europea, lo spirito di solidarietà comunitaria. Questa idea di "Europa" rivelerà a tutti le basi comuni della nostra civiltà e creerà gradualmente un legame simile a quello che le patrie sono state forgiate. Lei sarà la forza contro la quale tutti gli ostacoli saranno schiacciati. »



*Ricordi e vicende di un italiano all'estero*

di Giovanni Ludi

## Comites di Bordeaux

*si era nel pieno di una riorganizzazione delle rappresentanze all'estero*

Io e Alfiero mangiavamo silenziosi. Eravamo a Bordeaux, era l'inizio dell'autunno.

Da un'oretta era terminata la riunione del Comites (Comitato degli Italiani all'estero) di Bordeaux. Riunione un poco diversa dal solito. Generalmente finita la riunione molti dei componenti del Comites si avviavano verso un piccolo ristorante italiano, allora gestito dal Presidente del Comites. Quella volta no. A fine incontro ciascuno partì per la sua strada.

In quell'incontro, l'allora Console Onorario d'Italia di Bordeaux comunicò a tutti che erano indette le elezioni per il rinnovo dei Comites e che nell'ambito del riordino dei Consolati il Comites di Bordeaux veniva sciolto. Dopo gli esiti delle elezioni dei Comites le sue funzioni sarebbero state assunte dal Comites di Marsiglia!

Mangiando, io e Alfiero cominciammo finalmente a parlare. - "Bordeaux... Marsiglia. Chissà se qualcuno agli 'Esteri' (Ministero, ndr) ha mai guardato la carta geografica..." disse uno dei due. La decisione era nell'aria da tanto e la carica dei componenti dei tanti Comites era stata prolungata di vari anni, ma la notizia ufficiale dello scioglimento ci turbava.

Quando io e Adriana si era giunti in Francia, di questi "comitati" non si conosceva l'esistenza. Ce ne parlò Alfiero: "Comitati degli Italiani all'estero", ovvero organi rappresentativi eletti dai cittadini italiani residenti ufficialmente all'estero.

All'apparenza un organo intermedio tra cittadino e il consolato cui faceva capo. L'apparenza era interessante, la realtà diversa.

Alfiero e gli altri rappresentanti del Comites di Bordeaux mi pregarono di occuparmi, in qualità di "esperto volontario", della comunicazione esterna e della pubblicizzazione dell'ente. Con qualche riserva accettai e aprii un 'Blog' che voleva essere la vetrina delle attività del Comites. Voleva dare notizie sui servizi per gli italiani all'estero e le istruzioni per accedervi, fornire notizie su sanità, pensioni, scuola ed anche come avere accesso ai servizi di cui si aveva diritto all'estero.

Il 'Blog' riscosse un rapido successo. Arrivarono centinaia di mail e i contatti regolari divennero presto superiori ai 10.000! I problemi veramente risolti furono

molto pochi. Si potevano dare consigli, indicazioni ma poco altro. I Comites sono enti vagamente consultivi, ovvero non hanno capacità d'intervento. Inoltre, allora, si era nel pieno di una riorganizzazione delle rappresentanze all'estero ed il Sud Ovest della Francia era al centro di una vera rivoluzione.

Quando Alfiero venne eletto, nei primi anni 2000, La Rochelle aveva ancora un Console Onorario che faceva capo a Bordeaux. Pochi anni dopo lo stesso Consolato di Bordeaux venne chiuso, sostituito da un Consolato Onorario, e le funzioni di Bordeaux vennero affidate al Consolato di Tolosa. A fine 2013 venne abolita anche la sede consolare di Tolosa e la sua circoscrizione consolare fu tutta affidata a Marsiglia.

- "Voglio vedere a farsi un documento dove deve correre la gente!" bofonchiò un Alfiero irritato sorseggiando un bicchiere di vino. Non si sorrise molto durante quel pranzo.

Quell'ultima riunione era stata triste e polemica. I componenti del Comitato avevano svolto oltre due mandati. Per varie ragioni, economiche e di politica interna all'Italia, le elezioni dei Comitati erano state rinviate un paio di volte e degli eletti originari ormai erano rimasti pochi. A nessuno dei presenti all'incontro garbava venisse abolito il Comites di Bordeaux e soprattutto fosse in arrivo anche la chiusura del Consolato di Tolosa. I presenti sapevano quanto le aree che rappresentavano avessero una maggioranza di italiani anziani, se non anzianissimi. Sapevano che per molti di quegli anziani fosse quasi irraggiungibile un Consolato a Marsiglia.

Un Consolato sempre più lontano, sempre meno disponibile a rispondere al telefono e sempre più informatizzato. Un Consolato legato ad un universo di utenti anziani restii alle 'password', alle tastiere ed ai 'mouse'.

Partimmo. Arrivai a casa e secondo le disposizioni avute dall'ultima riunione del Comites di Bordeaux pubblicai sul Blog il comunicato di chiusura dell'ente e bloccai l'accesso alle mail.

A fine dicembre cancellai definitivamente il blog.

## IL LIBRO DEL MESE

### "ACCADDE A CRETA"

di Patrizia Larese

### Gli Italiani in Grecia nella 2° Guerra Mondiale

L'autrice ricostruisce, con un accuratissimo lavoro di documentazione, ricerca delle fonti e testimonianze dirette o dei discendenti, le vicende dell'occupazione tedesca a Creta durante la seconda guerra mondiale, le persecuzioni nei confronti degli ebrei dell'isola, i soprusi verso i cretesi e la sorte degli Internati militari italiani, tutte sconosciute ai più.

"Nella provincia del Lassithi, a Creta, - scrive Patrizia Larese - erano presenti dai 15 ai 22 mila soldati italiani per una popolazione di circa 70 mila abitanti. Tuttavia, dopo un primo periodo in cui i cretesi, come tutti i greci, mostrarono ostilità nei confronti degli italiani, ritenuti responsabili dell'aggressione al loro Paese e dello stato di crisi in cui era precipitato, a Creta la situazione tra la popolazione e l'invasore italiana andò migliorando. La politica di distribuzione di cibo condotta dal generale Carta, comandante della Divisione Siena a Creta, evitò la feroce carestia di cui furono vittime Atene e le altre città continentali..."

### L'AUTRICE

Patrizia Larese, laureata in matematica all'Università di Torino, esperta di telecomunicazioni, ha lavorato come dirigente in multinazionali e nell'amministrazione pubblica.

Viaggiando in diverse parti del mondo come 'tour leader' ha scoperto di nutrire una grande passione per la fotografia. Ha collaborato con alcune riviste di viaggio e si è impegnata come fotografa con associazioni ambientaliste e attive in difesa dei diritti umani.

Giornalista pubblicitaria, i suoi articoli sono pubblicati su riviste cartacee e testate online.



Online la nuova newsletter di ItalPlanet

**"C'è un solo bene: il sapere, e un solo male: l'ignoranza"**

**"Il n'y a qu'un seul bien: la connaissance, et un seul mal: l'ignorance"**

(Socrate)



## Dietro le quinte della storia *Dans les coulisses de l'histoire*

di Donato Continolo

### Thornton Niven WILDER, - Perché parlare di lui? -

Senza dubbio T. N. Wilder è stato un grande protagonista della letteratura americana dei primi del novecento. Un intellettuale a tutto tondo!

Nato nel 1897 nel Wisconsin da una famiglia della 'upper class' della società americana aveva tre sorelle e quattro fratelli. Una famiglia numerosa i cui componenti in vari campi della letteratura americana hanno influenzato con le loro opere la società culturale, sin quasi ai tempi nostri.

Thornton trascorse la sua infanzia, fino al 1912 anni, in Cina, dove suo padre ricopriva il ruolo di Console generale per gli Stati Uniti. Ritornato dalla Cina, nel 1915 si diplomò alla Berkeley High School in California. Infine si laureò alla Yale University in 'Master of Arts' nel 1920 e in Lingua e letteratura francese nel 1926 presso l'University of Princeton. Nel 1920-21, studiò a Roma Archeologia e lingua e letteratura italiana. Parlava e scriveva correttamente quattro lingue, l'inglese, il francese, l'italiano, il tedesco, ed anche un po' di cinese.

Poi, nel 1928 con il suo secondo libro 'Il ponte di San Luigi Ré' vinse il primo premio Pulitzer.

Nel 1938 vinse il suo secondo premio Pulitzer con il dramma teatrale 'Our Town' (da cui è stato tratto anche il film) ed in fine ancora un altro premio Pulitzer con l'opera teatrale 'The skin of our teeth' nel 1943.

Dopo aver prestato il servizio militare nell'aviazione degli USA, in Africa e in Italia, iniziò la sua carriera universitaria come professore associato presso la Harvard University di storia della letteratura americana.

Nel 1960 un ulteriore riconoscimento gli venne dato con la medaglia della 'Edward Mac Dowell' per gli eccezionali contributi alla cultura americana'.

Ma i suoi riconoscimenti non si limitano solo al Pulitzer, c'è ancora quello del 'Premio per la pace del commercio librario tedesco' e la 'Medaglia presidenziale della libertà' nel 1963 consegnata dal presidente degli Stati Uniti.

Un riconoscimento che pochi letterati americani possono vantarsi di averla ricevuta. Infine ancora un'altra medaglia dalla 'National Book Award' nel 1968, per la sua opera 'L'ottavo giorno'.

Parlare delle sue opere e dell'influenza esercitata sulle generazioni di scrittori americani del novecento è come svelare d'incanto un nuovo mondo mai esistito in precedenza.

Molti degli autori americani contemporanei devono tanto a lui ed alla sua genialità.

Alle sue opere si sono ispirati A. Hitchcock per i suoi film ed ultimamente, anche il film 'Mr North' è liberamente tratto da uno dei suoi lavori, il Theophilus North del 1988 anche Tony Blair nei suoi discorsi politici ha attinto dalle sue opere.

Una sua opera ha fornito la base per il musical 'Hallo, Dolly!' altri ancora per serie di rappresentazioni teatrali come 'The matchmaker', il nostro 'il mercante di Yonker'. Ci ha lasciato nel 1975 a 78 anni.

## Da leggere

*A lire*

### "DEMAIN LES OMBRES" de Noëlle Michel

Un clan de néandertaliens et, en son sein, Lune Rousse, qui a connu de grands malheurs, à la hauteur du grand amour qu'elle a perdu. Quelle curieuse vie, à coloniser des cavernes, à craindre "La Bête", et se transmettre les légendes des déesses. Voici que s'introduit dans ce clan un nouvel individu : un sapiens. L'ordre en est chamboulé. Ces deux espèces, dont l'une aurait mystérieusement disparu il y a 60 000 ans, peuvent-elles cohabiter ? Très vite, le lecteur, médusé, découvre que ce clan aux allures préhistoriques ne vient pas de notre passé mais d'un futur dans lequel des puissants sans scrupule sont prêts à tout, y compris à créer de nouveaux êtres humains, pour gagner de l'argent ou faire de l'audience.

La construction de cette histoire, très originale, est parfaite, les personnages, néandertaliens comme sapiens, sont excellents. La lecture est passionnante.

*Demain les ombres*, de Noëlle Michel, éd. Le Bruit du monde, 312 p.

### IL FAUT SAVOIR QUE... BISOGNA SAPERE CHE...

#### ... "Ortoressia" è l'ossessione del mangiare sano

Si chiama ortoressia ed è letteralmente l'ossessione per il mangiare sano. Quando il confine tra un'alimentazione attenta e comportamenti eccessivamente rigidi viene più o meno consapevolmente superato, l'ossessione di una dieta sana può diventare un problema per la salute, trasformandosi in un disturbo dell'alimentazione e facilitando l'insorgenza di patologie e complicazioni anche gravi.

## MIGLIAIA DI LINGUE PER 8 MILIARDI DI PERSONE: LE PIÙ DIFFUSE E LE MENO NOTE

Al mondo siamo 8 miliardi di persone: una vera e propria Babele, incrocio di lingue e idiomi diversi. Secondo le stime, nel mondo esistono circa 7mila lingue, poco meno di mille ogni miliardo di abitanti, senza considerare i dialetti i quali sono, oggettivamente, incalcolabili.

La più parlata? Come era lecito attendersi, è l'inglese, "masticato" da 1,5 miliardi di persone, la maggior parte dei quali lo utilizza come seconda lingua, mentre per 373 milioni è la lingua madre.

Però la madrelingua più parlata (da circa 1,1 miliardi di persone) è il mandarino.

Per quanto riguarda l'italiano, esso viene parlato da circa 67 milioni di persone e, oltre a essere lingua ufficiale in Italia, Svizzera, Città del Vaticano e San Marino, è la lingua madre di persone provenienti da almeno 26 Paesi diversi, per via della forte emigrazione italiana. Il portoghese è tra lingue europee più diffuse al mondo, con 285 milioni che lo parlano, la maggior parte dei quali in Brasile. A proposito di lin-

gue europee diffuse nel globo, 274 milioni di persone parlano francese, soprattutto in alcuni Paesi dell'Africa (Camerun, Senegal, Togo, Repubblica Democratica del Congo e Gabon), ovviamente in Europa (si pensi, oltre alla Francia, a Belgio e Lussemburgo) e in Canada. Lo stesso quantitativo di persone, 274 milioni, parla l'arabo, suddiviso a sua volta in decine di dialetti regionali. Tra le meno note al mondo, ma tra le più parlate (273 milioni lo utilizzano quotidianamente) è l'urdu, particolarmente diffuso in Pakistan.

## PENSIONI PER ITALIANI ALL'ESTERO

### L'INPS AVVIA I CONTROLLI SULL'ESISTENZA IN VITA

L'Inps (Istituto Nazionale Previdenza Sociale) con il messaggio n. 794 del 23 febbraio scorso annuncia l'avvio di verifiche dell'esistenza in vita dei pensionati italiani che riscuotono all'estero per gli anni 2023 e 2024. I pensionati residenti in America, Asia, Estremo Oriente, Paesi scandinavi, Stati dell'Est Europa e Paesi limitrofi riceveranno da Citibank N.A. - l'Istituto di credito che attualmente esegue i pagamenti al di fuori del territorio nazionale per conto dell'Inps - i moduli di richiesta di attestazione dell'esistenza in vita, da restituire alla banca entro il 18 luglio.

I pensionati - spiega l'Inps - avranno quattro mesi a disposizione per attestare l'esistenza in vita e potranno avvalersi di diversi soggetti qualificati autorizzati ad attestare l'esistenza in vita ai sensi delle legislazioni locali. Nei casi in cui il pensionato non possa produrre l'attestazione standard, Citibank N.A. accetta le certificazioni di esistenza in vita rilasciate da autorità locali, quali testimoni accettabili, le cui liste, distinte per Aree geografiche, sono consultabili nel sito di Citibank N.A. alla pagina web dedicata. Qualora l'attestazione non sia prodotta, il pagamento della rata di agosto 2023 avverrà in contanti presso gli sportelli Western Union e, in caso di mancata riscossione personale o di mancata produzione dell'attestazione entro il 19 agosto, il pagamento della pensione sarà sospeso a partire dalla successiva rata di settembre.

Il processo di accertamento dell'esistenza in vita per i pensionati residenti in Europa, Africa e Oceania, prenderà

invece avvio dal 20 settembre.

Nella circolare n.794 - a disposizione nel sito dell'Istituto Previdenziale - sono riportate tutte le modalità per l'attestazione dell'esistenza in vita da parte dei pensionati. La campagna di verifica prevede, infatti, diversi sistemi che, utilizzati in modo combinato, garantiscono l'efficacia dell'accertamento e consentono di limitare i possibili disagi ai pensionati, contribuendo ad assicurare la correttezza dei flussi di pagamento e nello stesso tempo costituiscono un valido strumento di prevenzione e contrasto al fenomeno dell'indebita percezione delle prestazioni. In particolare, l'Inps e il ministero degli Affari Esteri e della Cooperazione Internazionale hanno condiviso la possibilità per i pensionati di rapportarsi con gli uffici consolari tramite un servizio di videochiamata. I pensionati, per rendere operativo tale servizio, sono invitati ad indicare l'indirizzo di posta elettronica e il recapito telefonico nel modulo di attestazione dell'esistenza in vita da inviare a Citibank N.A.

La modalità di attestazione dell'esistenza in vita tramite videochiamata si aggiunge, ma non sostituisce, le consuete modalità, che prevedono la presenza fisica del pensionato presso un soggetto qualificato cd. testimone accettabile abilitato ad avallare la sottoscrizione del modulo di dichiarazione dell'esistenza in vita, e potrà essere utilizzata anche dagli operatori di patronato accreditati come testimoni accettabili, abilitati al Portale Agenti.

## Mon nom est un prénom, je descends donc d'un enfant trouvé ?

*Marie-Odile Mergnac, spécialiste de généalogie, explique cette confusion très commune*

C'est sans doute la législation de 1904, attribuant aux enfants trouvés prénoms, le dernier servant de nom de famille, qui serait à l'origine de cette idée reçue, pourtant fautive. L'importance numérique de ce type de noms le prouve déjà : ils représentent un tiers des noms en France et nomment la moitié de la population. Impossible qu'il puisse s'agir de noms réservés aux enfants trouvés puisque, jusqu'à la fin du XIXe siècle, 90% des bébés abandonnés n'atteignaient hélas pas l'âge de trois ans.

Le choix d'un prénom en nom de famille n'est donc pas une marque d'abandon mais une "marque" filiative, coutume récurrente dans toute l'Europe, plus fréquente encore dans les autres pays (jusqu'à 80 % des noms de famille des pays scandinaves ou de la péninsule ibérique). Comme dans une réunion de famille où l'on identifie le petit enfant qui passe en disant qu'il est le fils ou la fille "de Untel".

C'est ainsi, parce qu'ils rappellent le prénom du père ou de la mère, que ces noms correspondent aux prénoms à la mode il y a mille ans, époque de formation des noms de famille : aussi bien Martin, Bernard, Laurent... que Guichard, Rocard, Bonnet et autres prénoms anciens oubliés aujourd'hui.

Deux exceptions tardives sont à noter :

- la Corse où les noms de famille, formés seulement entre le XVIe et le XVIIIe siècles, traduisent les prénoms de leur époque ;
- les Antilles où, à l'abolition de l'esclavage en 1848, les affranchis ont dû choisir un nom de famille et ont souvent pris le prénom de leur père ou de leur mère, évoquant les modes du XIXe siècle, comme Jean-Baptiste ou Marie-Sainte.

### IL GIANDUIOTTO CAMBIA LOOK

Il Gianduiotto della Pernigotti cambia look. Dopo oltre un secolo, questo grande classico dolciario piemontese abbandona lo storico incarto metallizzato dorato per adottarne uno nuovo color rame. Pernigotti ha anche svelato il suo nuovo marchio, che è stato rinnovato per renderlo più essenziale e moderno. "Con queste novità parte il piano di rilancio di Pernigotti, che prevede un'importante attività per il riposizionamento in Italia di questa marca storica, ma anche un forte impegno per conquistare i mercati internazionali" - ha dichiarato Luigi Leonetti, direttore Commerciale di Pernigotti.

### Ambiente

#### *Environnement*

Con pazienza ha raccolto oltre 12.000 (12.089 per la precisione) mozziconi di sigaretta dalla pavimentazione delle vie principali di Varallo Sesia, importante centro turistico della Valsesia, in provincia di Vercelli e li ha consegnati al sindaco in municipio.

È singolare la forma di protesta scelta da una cittadina, contro la maleducazione di residenti e turisti. La signora, che utilizza le stampelle per camminare, racconta che per la propria sicurezza e incolumità, osserva molto bene dove appoggia i piedi, e così non può non notare la quantità di sporcizia presente a terra. La sua attenzione si è concentrata in particolare sui mozziconi, che sono tra i rifiuti più inquinanti dato che non sono biodegradabili. L'impresa della signora è stata portata a termine in due settimane, per circa due ore al giorno.

### Troppi mozziconi per strada, signora ne raccoglie 12mila

Storie

*Histoires*

## LA RISPOSTA DEL POZZO

(da "Il Bollettino Salesiano")

Un gruppo di ragazzi e ragazze, una sera d'estate, dopo aver cantato e raccontato storie buffe, improvvisamente si chiesero: «Qual è il segreto della vita?».

- *C'è un pozzo che possiede la risposta*, disse il vecchio custode del campeggio. Era lontano, ma la brezza della notte era dolce. I giovani decisero di recarsi al pozzo. Arrivati, posero la domanda: «*C'è un segreto della vita?*».

Dalla profondità del pozzo echeggiò la risposta: - *Andate nella piazza del villaggio: là troverete ciò che cercate*.

Pieni di speranza, obbedirono, ma nella piazza del villaggio trovarono soltanto tre botteghe: una bottega vendeva fili metallici, un'altra strane forme di legno e la terza pezzi di metallo. Nulla e nessuno in quei paraggi sembrava avere a che fare con la rivelazione del segreto della vita. Delusi, i giovani tornarono al pozzo a chiedere una spiegazione.

Ma il pozzo rispose: - «*Capirete in futuro*».

Protestarono, ma l'eco delle loro proteste fu l'unica risposta che ottennero. Credendo di essere stati raggirati, i giovani decisero di ritornare al campeggio. Era notte fonda, quando si unì a loro un giovane che aveva i capelli lunghi, uno sguardo sereno, vecchi jeans sbrindellati e uno zaino sformato. Si fermarono a riposare in una radura e accesero un falò, alla luce della luna.

Il giovane sconosciuto trasse dallo zaino un *sitar*, il tipico strumento musicale dell'oriente, e cominciò a suonare. Era una musica meravigliosa, vibrante, ispirata, dolce ed appassionante.

Affascinati, i giovani si voltarono tutti verso

il suonatore; videro le sue mani che suonavano abilmente; videro il *sitar*, e gridarono di gioia, perché avevano capito. Il *sitar* era composto di fili metallici, di pezzi di metallo e di legno come quelli che avevano visto nelle tre botteghe nella piazza del villaggio e che avevano giudicato senza particolare significato.

**La vita è un viaggio** - Un passo dopo l'altro. Ed ogni passo è qualcuno, qualcosa, un evento, un incontro, una delusione, una speranza, una gioia. Quello che importa è sapere che tutto conta, tutto servirà, se decidete di accorgervene.

E se ogni passo è meraviglioso, se ogni passo è magico, lo sarà anche la vita. E non sarete mai di quelli che arrivano in punto di morte senza aver vissuto. Non lasciatevi sfuggire nulla. Non guardate al di sopra delle spalle degli altri. Guardateli negli occhi. Non parlate «ai» vostri figli. Prendete i loro visi tra le mani e parlate «con» loro. Non abbracciate un corpo, abbracciate una persona. E fatelo ora. Sensazioni, impulsi, desideri, emozioni, idee, incontri: non buttate via niente. Un giorno scoprirete quanto erano grandi e insostituibili.

Ogni giorno imparate qualcosa di nuovo su voi stessi e sugli altri. Ogni giorno cercate di essere consapevoli delle cose bellissime che ci sono nel nostro mondo. E non lasciate che vi convincano del contrario.

Hanno inventato una cosa straordinaria. Si chiama «raccolgimento». Si «raccolgono» i momenti della giornata e si mettono insieme.

## “Un angolo di Napoli”: in libreria le riflessioni di Benedetto Croce



“Un angolo di Napoli”, prezioso libretto di 130 pagine edito da Stamperia del Valentino con la prefazione di Mario Prisco è per il lettore un'incursione nella storia della città e nel mondo di uno dei più grandi intellettuali europei del Novecento Benedetto Croce, che raramente, come fece in questo opuscolo, parlò di se stesso. Ed è soprattutto un modo per conoscere l'importanza che la casa ha per un intellettuale, laddove essa diviene luogo di lavoro, di socialità e di custodia del sapere.

Decidere di vivere nel cuore del centro antico, a palazzo Filomarino situato in via Trinità Maggiore, fu per Croce un atto d'amore per Napoli. Il profondo entusiasmo per tale scelta lo indusse a raccontare il percorso plurisecolare della casa in cui visse per mezzo secolo, eleggendola a sede della rivista “La critica”, a luogo d'incontro di intellettuali provenienti da ogni parte e a residenza definitiva della sua immensa biblioteca.

## ALL'ASTA UN UOVO DI PASQUA RICEVUTO NEL 1939 E MAI APERTO

**Sybil Cook era una bambina di appena nove anni...**

...quando l'invasione della Polonia da parte di Hitler stava per iniziare, al principio della Seconda guerra mondiale. Per Pasqua aveva ricevuto in regalo un uovo di cioccolato, ma suo zio le aveva raccomandato: “*Stai attenta, ragazza mia, presto potrebbe non esserci più cioccolato in giro*”. Così lei lo mise da parte, come fosse una provvista, una riserva di cibo da razionare. E l'uovo è rimasto lì, intatto per 84 anni mentre Sybil è deceduta nel 2021 all'età di 91 anni, riferisce il ‘Guardian’.

Ora l'uovo dovrebbe essere venduto all'asta. Di marca “Mary Mary Quite Contrary” è in perfetto stato, ricoperto ancora dalla sua carta blu e bianca con sovrimpresso un disegno che ritrae un giardino e una bambina con in mano un annaffiatoio. Si trova ancora dentro una scatola che reca il nome del proprietario, scritto a matita, e l'anno 1939. Adesso scatola e uovo saranno battuti all'asta il prossimo 18 maggio, a un prezzo indicativo compreso tra 600 e 800 sterline.

La figlia di Sybil Cook, Gill Bolter, 61 anni, ha raccontato che la madre “*era così disciplinata e rispettosa dei suoi genitori e delle indicazioni dello zio che non ne ha mai mangiato un solo pezzetto*” per poi ricordare: “*Lei amava il cioccolato e quando le abbiamo chiesto come fosse riuscita a conservare l'uovo per così tanto tempo ci ha detto che avendolo tenuto in quello stato per tutta la guerra, non le sembrava giusto mangiarlo*” però “*quando ancora era piccola ha grattato via un po' di carta dalla parte anteriore, solo per controllare che dietro ci fosse del cioccolato*” ha spiegato la figlia. Una volta trasferitasi di casa dopo il matrimonio nel 1955, Sybil Cook ha messo l'uovo su uno scaffale nella sua camera da letto nella città di Neath, nel Galles, e l'ha lasciato lì per sessant'anni. Alla figlia però piacerebbe che l'uovo venisse acquisito da un museo insieme ai ricordi di guerra di sua mamma. L'asta del 18 maggio ne deciderà il suo destino.

## ITALIANI E STRANIERI HANNO VOGLIA DI RISCOPRIRE IL "BELPAESE"

*L'Italia, indipendentemente da dove la si guardi, è bella; su questo non si discute*

L'esperienza del Covid, tra le varie cose che ci ha lasciato in eredità, ovviamente considerando solo gli aspetti più positivi del post lockdown, c'è soprattutto la voglia di tornare a viaggiare. E, nello specifico, quel particolare desiderio di riscoprire le città del nostro Paese. E la tendenza per le gite fuori porta del 2023 appare evidentemente confermato rispetto agli anni che ci siamo lasciati alle spalle: gli italiani puntano soprattutto a perdersi (per modo di dire, si intende) tra le varie meraviglie del Belpaese.

### Le città più gettonate?

Ovviamente, le principali città d'arte e la Capitale, ma particolare attrazione hanno anche Verona, con il fascino immortale legato a

Giulietta e Romeo e alla fascinosa Arena, Siena con la storica piazza dove si corre il memorabile Palio, Siracusa, perla di una Sicilia dallo charme senza tempo, le città ducali di Ferrara, Parma, Mantova, Bergamo (che con Brescia è capitale italiana della cultura 2023), Ravenna, patria di mosaici e ultimo passaggio sulla Terra di Dante, Sorrento, con la sua costiera da perderci la testa, e Bologna, luogo di cultura, bontà e panorami mozzafiato, che siano da ammirare in cima alle due torri o a San Luca.

Questo vale certamente per gli italiani ma anche per i turisti stranieri: si stima, infatti, che nel corso del 2023 francesi (78%), tedeschi (73%), inglesi (66%), olandesi (54%), svizzeri (48%), austriaci (43%) e spagnoli (35%) faranno un viaggio in Italia.

### VERSO L'ANNO DEL TURISMO DELLE RADICI TRA MEMORIA E IDENTITÀ

Il 2024 sarà l'anno del Turismo delle Radici, un "evento significativo di un progetto del valore di 20 milioni di euro, finanziato dal Pnrr. Il turismo delle radici è il turismo delle nuove generazioni di italiani all'estero, sia italiani di passaporto che italiani d'origine, che è una platea che si calcola essere composta da circa 80 milioni di persone al mondo". A spiegare le potenzialità di questo progetto è Giovanni Maria De Vita, coordinatore per il turismo delle radici, le iniziative culturali pluriennali e la comunicazione alla Direzione generale per gli italiani all'estero della Farnesina. Quello del riconoscimento identitario è fondamentale all'estero, dal momento che "ci sono emigrati di ormai quarta o quinta generazione, che non parlano italiano ma che hanno forte attrazione per l'Italia, perché vogliono conoscere questo posto di cui hanno sentito parlare attraverso le tradizioni della propria famiglia". In occasione dell'anno delle radici si cercherà quindi di individuare "eventi identitari delle comunità italiane e si cercherà di fare in modo che questi eventi possano avere un'attrattività per gli italiani all'estero"; inoltre, si cercherà "di coinvolgere anche i grandi eventi nazionali che possono interessare le comunità e di creare eventi specifici".

### Bientôt l'été

#### LES RÈGLES POUR UN BRONZAGE SANS RISQUE

Informar et éduquer les plus petits sur les bienfaits et les risques de l'exposition au soleil, pour en faire des adultes attentifs à leur santé afin d'avoir "le soleil pour ami".

Parmi les règles pour bronzer sans risque, recommandées par les dermatologues : ne jamais s'exposer au soleil sans s'être passé une crème protectrice au préalable ; choisir les protections solaires selon le type de peau (phototype), d'exposition et le lieu (neige, mer, piscine, sable, etc.), utilisant des produits offrant une protection adéquate (au moins une protection "moyenne" avec un facteur 15, 20 ou 25) ; appliquer correctement une dose suffisante de crème et renouveler l'application, surtout après la baignade ou en cas de forte transpiration.

Ne jamais s'exposer trop longtemps au soleil même avec une protection. Aucun produit ne protège totalement ; évitez les heures les plus chaudes (11h-15h) et, durant ces heures, rester dans un endroit ombragé, en se rappelant que les arbres, les parasols et les auvents ne protègent pas totalement des rayons solaires ; lorsque le soleil est au zénith, il est conseillé de porter un t-shirt, un chapeau à larges bords et des lunettes de soleil.

Éloigner les bébés et les jeunes enfants des rayons directs du soleil, et les protéger avec des crèmes adaptées, un t-shirt et un chapeau. Les garder sous un parasol pendant les heures les plus chaudes ; protéger leur peau même pendant la baignade.

### Presto l'estate

#### LE REGOLE PER ABBRONZARSI SENZA RISCHI

Informare ed educare i più piccoli sui benefici e sui rischi dell'esposizione al sole, per farne adulti consapevoli e attenti alla propria salute per avere "Il sole per amico".

Tra le regole per abbronzarsi senza rischi, consigliate dai dermatologi: non esporsi mai al sole senza aver prima dato una crema protettiva; scegliere i solari in base al tipo di pelle (fototipo), di esposizione e luogo (neve, mare, piscina, sabbia, ecc.), utilizzando prodotti che offrono una protezione adeguata (almeno una protezione "media" con fattore 15, 20 o 25); applicare correttamente una dose sufficiente di crema e rinnovare l'applicazione, specialmente dopo il bagno o se si è sudato molto.

Non esporsi al sole troppo a lungo anche se si utilizza la protezione. Nessun prodotto protegge totalmente; evitare le ore più calde (11 - 15) e, in quel lasso di tempo, ripararsi in un luogo ombreggiato, ricordando che alberi, ombrelloni e tettoie non proteggono completamente dalle radiazioni solari; quando il sole è al suo picco, è consigliabile indossare una t-shirt, un cappello a falda larga e gli occhiali da sole.

Tenere i neonati e i bambini piccoli lontani dalla luce diretta del sole, proteggerli utilizzando creme adeguate, maglietta e cappello. Tenerli sotto l'ombrellone nelle ore più calde; proteggere la pelle anche durante il bagno.

## FORMA MENTIS



Rubrica di psicologia  
a cura di Ilaria Bandini  
(Psicologa-Psicoterapeuta)

### DONNE E BISESSUALITÀ

*le donne hanno tre volte più probabilità di identificarsi come bisessuali rispetto agli uomini*

La sessualità delle donne è generalmente poco studiata dalla scienza ed è ancora considerata un argomento "tabù". Le esperienze degli uomini sono state prese come norma nella ricerca scientifica, eppure ci sono differenze importanti nella sessualità di uomini e donne.

Recenti studi, hanno identificato una importante differenza di genere: le donne hanno tre volte più probabilità di identificarsi come bisessuali rispetto agli uomini.

La ricerca ha rivelato che le donne, anche quelle che si identificano come eterosessuali, hanno maggiori probabilità di mostrare modelli bisessuali nella loro eccitazione sessuale rispetto ai maschi.

Nel 2020, nel Regno Unito, circa il 3,2% della popolazione di età superiore ai 16 anni si è identificata come lesbica, gay o bisessuale. Ma quando si trattava di bisessualità, c'era una netta differenza tra uomini e donne: le donne avevano molte più probabilità di identificarsi come bisessuali rispetto agli uomini (1,6% delle donne rispetto allo 0,9% degli uomini).

Uno studio condotto presso l'Università di Notre Dame ha rilevato che le donne avevano una probabilità tre volte maggiore di identificarsi come bisessuali.

La ricercatrice Elizabeth McClintock, discutendo i risultati della ricerca, ha affermato che *"Le donne hanno una maggiore probabilità rispetto agli uomini di essere attratte sia dagli uomini che dalle donne"...* *"questo indica che la sessualità delle donne può essere più flessibile e adattiva di quella degli uomini"*.

Le prove dimostrano, dunque, che le donne hanno molte più probabilità di identificarsi come bisessuali rispetto agli uomini ma è difficile dire quale potrebbe essere il motivo di questo orientamento bisessuale.

#### Separare il culturale dal biologico

Potrebbe essere biologicamente determinato? Oppure è culturalmente più accettato per le donne essere sessualmente fluide, piuttosto che per gli uomini identificarsi come qualcosa di diverso da etero? Separare il culturale dal biologico, è qualcosa di estremamente complesso, ma la ricerca sulle differenze sessuali nell'eccitazione genitale potrebbe venire in nostro soccorso. Vediamo come.

#### L'eccitazione sessuale nei due sessi

Negli uomini l'eccitazione sessuale è misurata dai cambiamenti nella circonferenza del pene. Nelle donne, viene misurata utilizzando i cambiamenti nel flusso sanguigno nella vagina.

La ricerca sull'eccitazione sessuale genitale, ha scoperto che le donne hanno maggiori probabilità di mostrare un modello bisessuale nella loro eccitazione sessuale rispetto agli uomini, indipendentemente dal loro orientamento sessuale.

Uno studio del 2016 ha rilevato che gli uomini hanno molte più probabilità di provare eccitazione sessuale nei confronti di un sesso, mentre le donne hanno maggiori probabilità di mostrare eccitazione sessuale genitale in risposta a video sessuali che mostrino uomini oppure donne.

La teoria più importante sul motivo per cui le donne mostrano un modello di eccitazione bisessuale è quella che è nota come ipotesi di preparazione. Questa ipotesi proposta nel 2011 dai ricercatori Kelly Suschinsky e Martin Lalumière suggerisce che, poiché lo stupro e la violenza sessuale si sono verificati così tanto nel corso della storia umana, le donne si sono evolute fino a diventare fisiologicamente eccitate dalle situazioni sessuali, anche se ne sono disgustate. Si ritiene che ciò sia dovuto al fatto che l'eccitazione fisiologica consente alla vagina di lubrificarsi, riducendo così la probabilità di lesioni genitali che potrebbero verificarsi a causa della violenza sessuale.

#### L'empatia come spiegazione

Un'altra teoria che si sta attualmente indagando pone alla base l'empatia come spiegazione per l'eccitazione bisessuale delle donne. La maggiore capacità di sintonizzarsi emotivamente, faciliterebbe la connessione empatica e dunque sessuale delle donne. È chiaro che i fattori culturali e biologici coinvolti che si prospettano sono sempre più complessi. Mentre la ricerca suggerisce che le donne hanno molte più probabilità di identificarsi come bisessuali e sperimentare più eccitazione bisessuale rispetto agli uomini, sono necessari ulteriori studi prima di poter veramente comprendere la ragione di questa differenza di genere tra uomini e donne.

S'informano i cittadini italiani residenti all'estero che 'la Telemedicine Services LTD', tramite i suoi professionisti di madrelingua italiana, offre un servizio di consulenze online, sia in campo psicologico che psichiatrico, con tariffe agevolate - per informazioni e contatti si può scrivere a :

[telemedicineservicesltd1@gmail.com](mailto:telemedicineservicesltd1@gmail.com)

#### L'ASSOCIAZIONE DEGLI PSICOLOGI ITALIANI IN FRANCIA – APSI – AL FIANCO DEI CONNAZIONALI

Associazione che riunisce gli psicologi italiani in Francia, l'Aspi ha attivato un sostegno psicologico gratuito per i connazionali residenti in Francia alle prese con gli effetti della pandemia. I professionisti sono dunque a disposizione per colloqui in videoconferenza, al telefono o in studio. L'associazione ha attivato un servizio di sostegno.

Chi è interessato può chiamare:  
Cinzia Crosali-Presidente APSI  
[www.cinziacrosali@gmail.com](mailto:www.cinziacrosali@gmail.com)  
06 10 02 77 52

Nata nel 2019, l'associazione fa parte del CAP - Coordinamento Associazioni Professionisti Italiani a Parigi, patrocinato dal Consolato Generale d'Italia a Parigi e dell'Ambasciata d'Italia in Francia. (aise)

*Parce que tout citoyen a le droit de bénéficier d'une information juste, complète, indépendante et pluraliste.*

*Parce que la démocratie a besoin de médias crédibles.*

*Parce que l'information est un bien public, qui ne peut être confisquée par quelques-uns, ou instrumentalisée à des fins politiques.*

*Parce que la presse, les médias, les journalistes, doivent se remobiliser autour d'une éthique commune, pour restaurer la confiance.*

(SNJ)

A MAGGIO SI FESTEGGIA...

*EN MAI NOUS FÊTONS ...*

## ASCENSIONE

*insieme a Pasqua e Pentecoste, è una delle solennità più importanti del calendario ecclesiastico*

In base a quanto narrato dal *Nuovo Testamento*, l'evento noto come **Ascensione** è l'ultimo episodio della vita terrena di Gesù: quaranta giorni dopo la sua morte e risurrezione, è asceso al cielo. La ricorrenza è celebrata in tutte le confessioni cristiane.

La festività dell'Ascensione è molto antica e viene attestata a partire dal IV secolo.

Durante il Concilio di Elvira (ca. 300-313) fu discussa la data in cui celebrare l'Ascensione, e fu deciso che non andasse commemorata né nel giorno di Pasqua, né in quello di Pentecoste. Poiché infatti secondo il racconto degli Atti degli Apostoli, l'ascensione di Gesù è avvenuta 40 giorni dopo la Pasqua, ogni anno i cristiani celebrano la festività dell'Ascensione generalmente in tale data, cioè il giovedì della sesta settimana del Tempo pasquale, ovvero quello successivo alla VI domenica di Pasqua.

Poiché la Pasqua è una festa mobile, nel senso che la sua data varia di anno in anno, di conseguenza anche la data della festività dell'Ascensione varia. A seconda della data della Pasqua, la solennità dell'Ascensione può cadere tra il 30 aprile e il 3 giugno.

## ASCENSION

*Avec Pâques et la Pentecôte, c'est l'une des solennités les plus importantes du calendrier ecclésiastique*

D'après ce qui est relaté dans le Nouveau Testament, l'événement connu sous le nom d'**Ascension** est le dernier épisode de la vie terrestre de Jésus : quarante jours après sa mort et sa résurrection, il est monté au ciel. L'événement est célébré dans toutes les confessions chrétiennes.

La fête de l'Ascension est très ancienne et est célébrée à partir du IV<sup>e</sup> siècle.

Au cours du Concile d'Elvire (vers 300-313), la date à laquelle célébrer l'Ascension a été discutée, et il a été décidé qu'elle ne devrait pas être commémorée ni le jour de Pâques ni le jour de la Pentecôte. Car, en effet, selon le récit des Actes des Apôtres, l'ascension de Jésus a eu lieu 40 jours après Pâques, les chrétiens célèbrent généralement chaque année la fête de l'Ascension à cette date, c'est-à-dire le jeudi de la sixième semaine après Pâques, ou celle qui suit le sixième dimanche de Pâques.

Etant donné que Pâques est une fête mobile, sa date changeant d'année en année, par conséquent la date de la fête de l'Ascension varie également. En fonction de la date de Pâques, la fête de l'Ascension peut tomber entre le 30 avril et le 3 juin.

In latino l'Ascensione è detta "*Ascensio*" che significa "*salita*"

## Festività e ricorrenze in calendario:

Victoire 1945 (FR)	mercoledì 8 mai
Ascensione	giovedì 18 maggio
Festa Nazionale in Italia	venerdì 2 giugno
Pentecoste	domenica 28 maggio
Corpus Domini	domenica 11 giugno
Fête Nationale en France	venerdì 14 juillet
Assunzione	martedì 15 agosto
Ognissanti	mercoledì 1 novembre
Armistice 1918 (FR)	sabato 11 novembre
Natale	lunedì 25 dicembre

il mese / *le mois*

**MAGGIO:** Quinto mese del calendario gregoriano, maggio era il terzo mese dell'anno del calendario di Romolo, poi riformato da Numa Pompilio con l'aggiunta di gennaio e febbraio. Con i suoi 31 giorni è il secondo mese della stagione primaverile che entra in questo periodo nella sua fase di massima espressione, riflesso della crescente esposizione della natura alla luce solare, destinata a toccare il culmine nel solstizio d'estate del 20-21 giugno. Di conseguenza le giornate si allungano e il clima è decisamente più mite.

## Consigli per la salute

### Contro l'invecchiamento delle mani :

Macerare due spicchi di mela in un po' d'acqua di rose. Schiacciarli con la forchetta e aggiungere tanta farina bianca fino a creare una papetta. Stendere sulle mani e tenerla per 20 min.

## LA RECETTE DE MAI

### Oeuf cocotte au cresson

#### Ingrédients

- 25 g de beurre
- 200 g de cresson
- 4 c. à s. de crème fraîche épaisse
- 70 g de parmesan râpé
- 4 oeufs
- 1 poignée d'amandes hachées
- 40 g de copeaux de parmesan
- Sel et poivre du moulin

#### Préparation

1. Préchauffez le four à 180°C.
2. Faites chauffer le beurre dans une poêle jusqu'à ce qu'il prenne une jolie coloration noisette. Ajoutez le cresson et laissez cuire pendant 5 minutes. Égouttez et laissez tiédir.
3. Détendez la crème épaisse à l'aide d'un fouet, ajoutez le cresson tiédi, le parmesan râpé, puis assaisonnez de sel et de poivre.
4. Répartissez la préparation au cresson dans le fond de 4 cocottes. Faites un creux, ajoutez un oeuf, puis assaisonnez de sel et de poivre. Enfouissez pour 10 minutes au bain-marie.
5. Pendant ce temps, faites torréfier les amandes hachées quelques minutes dans une poêle.
6. Décorez de copeaux de parmesan et d'amandes hachées. Servez bien chaud avec du pain de campagne beurré.

### LA MUSICA MANTIENE IN FORMA IL CERVELLO

Da uno studio dell'American Psychological Association, si apprende che le lezioni di musica prese per imparare a suonare il pianoforte o la chitarra durante l'infanzia, producono i loro benefici a distanza di anni. Infatti, il cervello allenato si manterrebbe più sveglio e attivo con l'invecchiare.

## PATRONATI UFFICI OPERATIVI IN FRANCIA

### INAS

#### Coordinamento Francia

Avenue Thiers – BP 1273 – 06005 NICE  
Tel. 0033 – 493877901 - [nizza@inas.it](mailto:nizza@inas.it)

#### UFFICI :

- GRENOBLE
- CRAN GEVRIER ANNECY
- LYON VILLEURBANNE
- NANCY SAINT ETIENNE
- CHAMBERY
- MARSEILLE
- AJACCIO
- VILLENEUVE SUR LOT
- RIVE DE GIER
- FIRMINY
- CANNES
- GOLFE JUAN VALLAURIS

Per gli indirizzi e gli orari delle varie sedi, contattare la Sede di Nizza

- Andare sul sito :

<https://patronatoinas.fr/sieges/>

### ACLI

#### Coordinamento Francia

28, Rue Claude Tillier – 75012 PARIS  
Tel. 01 43 72 65 29 - [francia@patronato.acli.it](mailto:francia@patronato.acli.it)

#### UFFICI :

- 26, Rue Claude Tillier – 75012 PARIS  
Tel. 01 43 72 65 29 - [parigi@patronato.acli.it](mailto:parigi@patronato.acli.it)
- 43, Rue Gabriel Péri – 38000 GRENOBLE  
Tel. 01 43 72 65 29 - [grenoble@patronato.acli.it](mailto:grenoble@patronato.acli.it)
- Maison des italiens - 82 Rue du Dauphiné – 69003 LYON - Tel. 09 84 52 43 10 - [lione@patronato.acli.it](mailto:lione@patronato.acli.it)
- 17, Rue Melchion – 13005 MARSEILLE  
Tel. 09 64 12 67 39 - [marsiglia@patronato.acli.it](mailto:marsiglia@patronato.acli.it)
- 5, Rue Lafayette – 57000 METZ  
[metz@patronato.acli.it](mailto:metz@patronato.acli.it)
- 8, Rue Leclerc -57700 HAYANGE  
Tel. 0382858654 - [hayange@patronato.acli.it](mailto:hayange@patronato.acli.it)
- 19 Rue des Anges – 59300 VALENCIENNES  
[valenciennes@patronato.acli.it](mailto:valenciennes@patronato.acli.it)

### INAPA/FIAPA

- 163, rue Charenton - ESC 14 BL3 75012 Paris  
[parigi@inapa.it](mailto:parigi@inapa.it)

### INCA/CGIL

#### Coordinamento Francia

44 Rue du Château d'Eau – 75010 PARIGI  
Tel. 01 46 07 49 82 - [francia@inca.it](mailto:francia@inca.it)

#### UFFICI :

- 44 Rue du Château d'Eau – 75010 PARIS  
Tel. 01 42 77 23 22 o 01 46 07 73 51 - [parigi.francia@inca.it](mailto:parigi.francia@inca.it)
- 124 Rue du du 11 novembre – 59500 DOUAI  
Tel. 03 27 88 54 38 - [douai.francia@inca.it](mailto:douai.francia@inca.it)
- 32 avenue de l'Europe – 38030 GRENOBLE  
Tel. 04 76 09 92 92 - [grenoble.francia@inca.it](mailto:grenoble.francia@inca.it)
- 126 Rue Mazenod – 69003 LIONE  
Tel. 04 78 62 80 98 - [lione.francia@inca.it](mailto:lione.francia@inca.it)
- 17 Rue Melchion – 13005 MARSIGLIA  
04 91 48 39 10 - [marsiglia.francia@inca.it](mailto:marsiglia.francia@inca.it)
- 7 rue Ardoine (c/o CGT UL Menton) MENTONE  
Tel. 04 93 35 77 90 - [mentone.francia@inca.it](mailto:mentone.francia@inca.it)
- 36, avenue Clémenceau – 68100 MULHOUSE  
Tel. 03 89 56 12 44 - [mulhouse.francia@inca.it](mailto:mulhouse.francia@inca.it)
- 17 rue de l'hôtel des Postes – 06000 NIZZA  
Tel. 09 82 45 63 20 - [nizza.francia@inca.it](mailto:nizza.francia@inca.it)
- 68 rue Carnot – 54190 VILLERUPT  
Tel. 03 82 89 29 61 - [villerupt.francia@inca.it](mailto:villerupt.francia@inca.it)

### ITAL/UII

#### Coordinamento nazionale

80 rue d'Isly – 59000 LILLE  
Tel. 03 20 57 01 79 - [coordinamento@italuil-france.com](mailto:coordinamento@italuil-france.com)

#### UFFICI

- 18 rue du Nord – 68330 HUNINGUE  
Tel. 03 89 07 99 08 - [huningue@italuil-france.com](mailto:huningue@italuil-france.com)
- Maison des Syndicats – Place Carnot – 71000 MACON - Tel. 03 85 38 22 51 - [macon@italuil-france.com](mailto:macon@italuil-france.com)
- 1 rue Melchion – 13005 MARSIGLIA  
Tel. 04 91 37 54 82 - [marseille@italuil-france.com](mailto:marseille@italuil-france.com)
- Promenade de la Mer, 20 bis – 06500 MENTONE  
Tel. 04 89 14 74 13
- 50 avenue du XX corps américain – 57000 METZ  
Tel. 03 87 62 18 27 - [metz@italuil-france.com](mailto:metz@italuil-france.com)
- Avenue Jean Lolive, 197/201 – 93500 PANTIN  
Tel. 01 48 43 02 97 - [pantin@italuil-france.com](mailto:pantin@italuil-france.com)
- 67 Bd du Maréchal Foch – 57100 THIONVILLE  
Tel. 03 82 53 79 72 - [thionville@italuil-france.com](mailto:thionville@italuil-france.com)
- 93 Boulevard de Suisse – 31200 TOLOSA  
Tel. 05 62 72 37 87 - [toulouse@italuil-france.com](mailto:toulouse@italuil-france.com)
- 87 rue de Paris – 59300 VALENCIENNES  
Tel. 09 72 84 47 53 - [valenciennes@italuil-france.com](mailto:valenciennes@italuil-france.com)
- 19, rue Magenta - 59150 WATTRELOS  
Tel. 09 50 14 75 08 - [wattrelos@italuil-france.com](mailto:wattrelos@italuil-france.com)

## “Il visto per l'Italia”

### Il portale fornisce ai cittadini stranieri informazioni su requisiti e condizioni per ottenere il visto

Le informazioni sui requisiti e le condizioni per ottenere il visto per il nostro Paese su una nuova piattaforma 'relazionale' del Ministero degli Affari Esteri e della Cooperazione Internazionale.

Il portale “Il visto per l'Italia” (<http://vistoperitalia.esteri.it/home.aspx>) della Direzione generale per gli italiani all'estero e le politiche migratorie, attraverso una procedura guidata, sulla base della nazionalità, del Paese di residenza, dei motivi della visita e della durata del soggiorno, indica se sia necessario o meno richiedere un visto d'ingresso per l'Italia. Nel caso sia necessario richiedere il visto d'ingresso, verranno fornite tutte le informazioni e i moduli necessari alla richiesta, comunica il Maeci. La presentazione della documentazione richiesta non comporta necessariamente il rilascio del visto, precisa la Farnesina, informando che al momento dell'ingresso in Italia e nell'area Schengen, anche se in possesso del visto, le Autorità di frontiera sono autorizzate a richiedere nuovamente la dimostrazione dei requisiti previsti per l'ottenimento del visto stesso.

Il Maeci avvisa inoltre che le informazioni fornite su questo sito si riferiscono unicamente ai titolari di documento di viaggio ordinario. I titolari di passaporto diplomatico o di servizio sono invitati dalla Farnesina a prendere contatto con le Rappresentanze diplomatiche o consolari italiane per ottenere le specifiche informazioni.

La Farnesina avverte che le informazioni riportate nel sito, dirette a facilitare il cittadino straniero che intenda chiedere un visto per recarsi in Italia, hanno valore puramente indicativo e non esaustivo. Per ulteriori elementi, gli interessati possono rivolgersi direttamente alla Rappresentanza Diplomatica o Consolare italiana.

### PATRONATO INAS IN BELGIO

#### Bruxelles

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

#### Charleroi

Rue Pruniveau 5  
6000 Charleroi  
Tel: 071/32.37.91

#### Mons

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

#### Liegi

Boulevard Saucy 10  
4020 Liegi  
Tel: 04/342.02.74

#### Hasselt

Mgr. Broekxplein 6  
3500 Hasselt  
Tel: 011/30.61.22



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

[Home Centro Europeo Consumatori | ECC-NET Italia](#)

## Il Centro Europeo Consumatori Italia

è il punto di contatto nazionale della [Rete dei Centri Europei dei Consumatori ECC-Net](#), una rete europea cofinanziata dalla Commissione Europea e dagli Stati membri con l'incarico di informare i cittadini europei sui loro diritti quando acquistano beni e servizi all'interno del Mercato Unico e fornire loro assistenza per la risoluzione stragiudiziale delle controversie insorte con un venditore/prestatore di servizi che ha sede in un paese europeo differente dal proprio.

**Centro Europeo Consumatori Italia**  
Via G.M. Lancisi n.25 - 00161 Roma  
Tel. : +39 (0) 6 44 23 80 90 - Mail: [info@ecc-netitalia.it](mailto:info@ecc-netitalia.it)

## Ascoltate RADIO FUORI CAMPO

La nuova radio italiana (e anche friulana)  
- **Avec l'ordinateur**: aller sur le site [www.radiofuoricampo.com](http://www.radiofuoricampo.com)  
'cliquer' sur le petit triangle "play" en haut à gauche .... bien sûr aux horaires des émissions souhaitées.



- **Avec le portable**, (qui devient une radio "transistor") il faut télécharger l'application voir :  
Apple Store - <https://apps.apple.com/fr/app/radio-fuori-campo/id1569380147>  
Android - <https://play.google.com/store/apps/details...>

Per ascoltare le trasmissioni dell'editorialista de "Il Botteghino", trovare questo logo su [As It Was - Harry Styles - Deezer](#)



## "ITALIA MI MANCHI"

VISITATE IL SITO DEL  
FONDO AMBIENTE ITALIANO   
<https://www.fondoambiente.it/>

## INGRESSO GRATUITO

PER IL 2021, 2022, 2023  
NEI MUSEI ITALIANI PER GLI ISCRITTI AIRE

In attuazione dell'articolo 1, comma 89, della legge 30 dicembre 2020, n. 178, il Ministero Italiano della Cultura consente, negli anni 2021, 2022 e 2023, nei limiti di un fondo appositamente istituito, l'accesso gratuito ai cittadini italiani residenti all'estero iscritti all'Anagrafe degli italiani residenti all'estero (AIRE) a musei, aree e parchi archeologici gestiti dallo Stato, a seguito di esibizione di idoneo documento comprovante l'iscrizione all'AIRE. Per maggiori informazioni, vedere il sito del Ministero della Cultura:

[Agevolazioni per l'ingresso - Ministero della cultura \(beniculturali.it\)](#)

## CONSOLATO ITALIANO A MARSIGLIA:

<https://consmarsiglia.esteri.it/>

**Apertura al pubblico solo su appuntamento  
dal lunedì al venerdì dalle ore 9:00 alle ore 13:00**

Gli Uffici rispondono alle chiamate telefoniche dirette unicamente nei giorni e nelle ore indicati.

Per richiedere un appuntamento utilizzare il **SERVIZIO PRENOTAZIONI ONLINE** del Consolato oppure telefonare al Centralino (tel. 04 91184918) ma NON chiamare i telefoni diretti.

Per improrogabili e comprovati motivi d'emergenza si può contattare direttamente l'ufficio passaporti a:

[passaporti.marsiglia@esteri.it](mailto:passaporti.marsiglia@esteri.it)

## RIAPRE IL VICE CONSOLATO ONORARIO A MONTPELLIER

Dal 10 marzo 2021 il Consolato onorario d'Italia a Montpellier ha ripreso a ricevere il pubblico. - La nuova permanenza si terrà sempre alla Maison des Relations Internationales (c/o Mairie de Montpellier - 14, Rue Descente en Barrat 34000 Montepellier) ogni mercoledì dalle 10.00 alle 12.00 e solo su appuntamento da richiedere via mail: [montpellier.onorario@esteri.it](mailto:montpellier.onorario@esteri.it).

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

<https://serviziconsolarionline.esteri.it>

*un canale di contatto tra gli italiani all'estero  
e la sede consolare di competenza*

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.

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.

<https://play.server89.com/radioemozionilive/>



## Radio Emozioni Live

**ogni sabato  
dalle 17:30 alle 19:00**

programma ideato e condotto  
da Tony Esposito

per chi ama la poesia, la musica e la cultura italiana  
Ascolta la radio anche dai seguenti collegamenti:

<http://musicaemozioni.caster.fm/>

<https://musicaeparole.radiostream321.com/>

<http://liveonlineradio.net/player/?p=radio-emozioni-live>

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

## CARTOLINE DALL'ALTRA ITALIA

*Scopri il mondo della nuova Emigrazione*

<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.



**116 006**

**nouveau numéro pour  
aider les victimes de  
violence physique, harcèlement,  
cambriolage**

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 numéros d'urgence accessibles  
gratuitement 24/7**

- Samu : 15 - Samu Social (115)
- Police / Gendarmerie: 17
- Sapeurs-pompiers : 18
- Numéro d'appel d'urgence européen : 112
- Numéro d'urgence pour malentendantes : 114
- Enfance maltraitée : 119
- Urgence aéronautique : 191
- Secours en mer : 196

**Numéros utiles à connaître**

- SOS médecins (36 24)
- les Urgences médicales de Paris : 01 53 94 94 94
- SOS Psychiatrie : 01 47 07 24 24  
ou Urgences psychiatrie : 01 40 47 04 47
- Enfants disparus : 116 000

**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)

**3114**

Le nouveau numéro national pour lutter  
CONTRE LE SUICIDE

**Le calendrier des  
fleurs au fil des  
saisons**

**En Mai**

C'est le début de la saison  
des roses et des pivoines.

- Roses de jardin
- Pois de senteur
- Muguet
- Lilas
- Pivoines

<https://www.europe-consommateurs.eu>

**Centre Européen  
des Consommateurs France**

**- informations et conseils juridiques gratuits -**

Le Centre Européen des Consommateurs France est votre interlocuteur si vous avez une question sur vos droits en Europe ou un litige avec un professionnel dans l'Union européenne, en Islande ou en Norvège.

Vol annulé par une compagnie irlandaise ? Commande sur un site belge non livrée ? Location de voiture en Espagne mal passée ? Contactez-nous !

Le CEC France appartient au réseau ECC-Net, présent dans chaque pays de l'UE, en Islande et en Norvège financé par la Commission européenne et les Etats membres. Le CEC France est situé à la frontière Strasbourg/Kehl, regroupé avec le CEC Allemagne au sein de l'association franco-allemande "Centre Européen de la Consommation". Vous voulez en savoir plus ? Rendez-vous dans notre rubrique "Nous connaître".

**Top actualités**

**Ce qui change à partir du 1er mai 2023**

- Revalorisation du Smic à hauteur de 2,22 % ;
- Hausse du minimum de traitement dans la fonction publique ;
- augmentation du prix du tabac ;
- nouveaux montants versés à partir du 1<sup>er</sup> mai pour les prestations familiales revalorisées au 1<sup>er</sup> avril

**Transports**

Fêtez le vélo avec *Mai à vélo* !

Mai à vélo : un mois pour fêter et adopter le vélo !

Bientôt un nouveau feu jaune pour sécuriser les passages piétons : découvrez cette expérimentation qui sera mise en œuvre dans 7 villes de France.

Un nouveau feu jaune expérimenté pour les piétons

**Justice**

Une nouvelle application pour faciliter l'accès à la justice « *Justice.fr* ».

Justice.fr : lancement de l'application mobile pour faciliter l'accès à la justice

**"J'AI BESOIN DE PARLER A QUELQU'UN  
JE CHERCHE DU SOUTIEN"**



**S. O. S AMITIÉ**

Écoute par téléphone  
**24h sur 24 / 7 jours sur 7**

En ligne, des bénévoles formés à l'écoute

Tél: 09 72 39 40 50 - [sos-amitie.com](https://sos-amitie.com)



Parlamento Europeo

*Parlement européen*

[www.europarl.europa.eu](http://www.europarl.europa.eu) / [www.europarl.it](http://www.europarl.it)

Commissione Europea

*Commission européenne*

[www.ec.europa.eu](http://www.ec.europa.eu) / [www.ec.europa.eu/italia](http://www.ec.europa.eu/italia)

Consiglio dell'Unione Europea

*Conseil de l'Union européenne*

[www.consilium.europa.eu](http://www.consilium.europa.eu)

Corte di giustizia dell'Unione Europea

*Cour de justice de l'Union européenne*

[www.curia.europa.eu](http://www.curia.europa.eu)

Comitato economico e sociale

*Comité économique et social*

[www.eesc.europa.eu](http://www.eesc.europa.eu)

Comitato delle regioni

*Comité des Régions*

[www.cor.europa.eu](http://www.cor.europa.eu)

Gazzette Ufficiali dell'Unione Europea

*Journal officiel de l'Union européenne*

[www.eur-lex.europa.eu/it/index.htm](http://www.eur-lex.europa.eu/it/index.htm) /

[www.ted.europa.eu/](http://www.ted.europa.eu/)

EUR Info Centres

[www.ec.europa.eu/enterprise-europe-network](http://www.ec.europa.eu/enterprise-europe-network)

*“L'Europa è più sana di quanto molti credono.  
La vera malattia in Europa sono i suoi oppositori”*

*“L'Europe est plus saine que beaucoup ne croient  
La vraie maladie de l'Europe sont ses opposants.”*

(Jacques Delors)

**NOTIZIE STAMPA** **REVUE DE PRESSE**

**1° gennaio – 30 giugno 2023**  
**Presidenza UE: La Svezia**

**1er janvier - 30 juin 2023**  
**Présidence UE: La Suède**

**Pronti per il 55%:  
il Parlamento Ue adotta leggi  
chiave per l'obiettivo  
climatico del 2030**

Il Parlamento europeo ha approvato in via definitiva cinque nuove leggi, frutto di accordi raggiunti con i paesi dell'UE alla fine del 2022, che fanno parte del pacchetto "Pronti per il 55% entro il 2030", la strategia dell'UE per ridurre le emissioni di gas serra di almeno il 55% entro il 2030 rispetto ai livelli del 1990, secondo quanto previsto dalla Legge europea sul clima.

Adottati la riforma del sistema di scambio di quote di emissione, che includerà il trasporto aereo e marittimo, il meccanismo di adeguamento alle frontiere e il Fondo sociale per il clima.

**Le P. E. adopte des règles pour encadrer les cryptomonnaies**

Ces règles, dont le règlement MiCA (Markets in Crypto-assets) voté à une large majorité, sont destinées à lutter contre les activités illicites comme le blanchiment d'argent et le financement du terrorisme et à protéger les consommateurs.

MiCA, ainsi que la réglementation sur les transferts de fonds (TFR), également votée, "marquent la fin du Far West" de la cryptomonnaie. L'absence de réglementation a "entraîné des pertes massives pour de nombreux premiers investisseurs et a servi de refuge sûr aux hackers, aux fraudeurs et aux réseaux criminels internationaux pendant plus d'une décennie".

**L'Europarlamento approva la legge per combattere  
la deforestazione globale**

Il Parlamento europeo ha approvato il 19 aprile, in via definitiva, una legge che prevede che le aziende potranno vendere nell'UE solo i prodotti il cui fornitore abbia rilasciato una dichiarazione di "diligenza dovuta" che attesti che il prodotto non proviene da terreni deforestati e non ha contribuito al degrado di foreste dopo il 31 dicembre 2020.

Come richiesto dall'Europarlamento, le imprese dovranno inoltre verificare che tali prodotti siano conformi alla legislazione pertinente del paese di produzione, anche in materia di diritti umani, e che i diritti delle popolazioni indigene interessate siano stati rispettati.

Tra i prodotti interessati dalla nuova normativa vi sono capi di bestiame, cacao, caffè, olio di palma, soia e legno, compresi i prodotti che contengono, sono stati alimentati con o sono stati prodotti utilizzando questi prodotti (ad esempio cuoio, cioccolato e mobili).

**Date di allargamento  
dell'Unione Europea**

- **1957 – EU6 Stati fondatori** : Germania, Francia, Italia, Paesi Bassi, Belgio, Lussemburgo
- **1973 – EU9** : Danimarca, Irlanda, Regno Unito
- **1981 – EU10** : Grecia
- **1986 – EU12** : Spagna, Portogallo
- **1995 – EU15** : Austria, Finlandia, Svezia + estensione alla Germania Est
- **2004 – EU25** : Polonia, Ungheria, Slovenia, Slovacchia, Repubblica Ceca, Estonia, Lettonia, Lituania, Cipro, Malta
- **2007 – EU27** : Bulgaria, Romania
- **2013 – EU28** : Croazia
- **2020 – EU27** : Brexit

**Prossime Presidenze**

- **Spagna**: luglio - dicembre 2023
- **Belgio**: gennaio - giugno 2024
- **Ungheria**: juillet - décembre 2024

**ensemble.eu**

*est une communauté paneuropéenne qui encourage tout le monde à s'investir dans notre vie démocratique.*

**Rejoignez la communauté**

<https://together.europarl.europa.eu/referral/e622d0993b705913cf22>

**Prochaines Présidences**

- **Espagne**: juillet - décembre 2023
- **Belgique**: janvier - juin 2024
- **Hongrie**: juillet - décembre 2024