



fondato nel 2002/fondé en 2002

gruppo editoriale e culturale

groupe éditorial et culturel

'L'Italie en scène'

italscene@hotmail.com

sito/site: [www.italscene.eu](http://www.italscene.eu)

direttore responsabile/directeur responsable

Vito Laraspata

redattrice/rédactrice

Catherine Bourdeau

collaborano gentilmente/collaborateurs bénévoles

Ilaria Bandini, Donato Continolo,

Gianni Ludi, Lucio Causo, Hervé Gautier

grafismo/graphisme: Catherine Bourdeau



## S'AIMER POUR SAVOIR VIEILLIR

S'aimer, c'est savoir accepter son image, avec ses forces et ses faiblesses. Accepter son image, c'est aussi savoir vieillir, tant extérieurement qu'intérieurement. On commence à vieillir dès la naissance. Les Anglais, dans leur langue, expriment bien cette idée, que ce soit en demandant l'âge de quelqu'un : « How old are you ? » (combien tu es vieux ?) ou en indiquant le sien : « I am 30 years old » (je suis vieux de 30 ans). L'idée reçue est que jusqu'à un certain âge, autour de 30 ans, nous avons toute la vie est devant nous. Puis, nous réalisons que le temps perdu ne se rattrape plus aussi facilement, qu'il faut faire des choix, au risque de voir les années passer sans avoir accompli grand-chose.

Face au temps qui passe, les deux sexes ne réagissent pas de la même manière. Les femmes changent plus facilement et plus souvent que les hommes. Pour la maternité, la quarantaine marque un cap : à 32 ans, on en est encore loin ; à 35 ans, on s'en approche ; après, c'est l'angoisse. Chez les hommes, la panique s'installe après 40 ans, surtout lorsque leur carrière professionnelle stagne ou n'a pas encore débuté. C'est vers cet âge qu'ils commencent à se préparer pour les vingt, trente ou quarante années à venir. Pour beaucoup, cette période marque une remise en question de leur rôle dans la société, des croyances et des idéaux qui les ont conditionnés et qui, parfois, les ont même empêchés de vivre pleinement.

Vieillir signifie aussi changer. La véritable jeunesse est celle de l'esprit et réside dans notre capacité à accueillir le changement, à accepter la nouveauté, à nous redécouvrir. Changer, c'est adopter de nouveaux comportements, fruits de nos expériences de vie, afin de trouver les réponses qui correspondent à nos véritables besoins. En bref, bien vieillir, c'est tirer profit des leçons de la vie et être en paix avec soi-même.

vi.lar.

## AMARE SÉ STESSO PER SAPER INVECCHIARE

Amare sé stesso significa saper accettare la propria immagine, con i propri pregi e i propri difetti. Accettare l'immagine di sé stesso, vuol dire anche saper invecchiare, non soltanto esternamente ma anche all'interno di noi stessi. S'incomincia ad invecchiare sin da quando si nasce. Gli inglesi, nella loro lingua, riescono a rendere bene l'idea, sia quando si chiede l'età di qualcuno: "how old are you?" (quanto vecchio sei?) che quando si dichiara la propria età: "I am 30 years old" (sono 30 anni vecchio). L'idea comune è che fino ad una certa età, che la si situa intorno ai 30 anni, si ha la vita davanti a sé. Poi, ci si accorge che il tempo perduto non si riguadagna più così facilmente, che bisogna fare delle scelte, con il pericolo di vedere scorrere gli anni senza aver realizzato molto.

Di fronte al tempo che passa, i due sessi non si presentano in modo uguale. La donna cambia più facilmente e più spesso rispetto all'uomo. Per la maternità, la "quarantina" segna un limite: a 32 anni si è ancora un po' lontani; a 35 ci si avvicina; dopo è l'angoscia. Per quanto riguarda l'uomo, il panico incomincia dopo i 40 anni specialmente quando ha avuto dei blocchi nella sua carriera professionale o se questa non è ancora incominciata. Sarà intorno a questi anni che si incominciano a preparare i venti, trenta o quarant'anni che verranno più tardi. Per molti, questo periodo segna la rimessa in questione del proprio ruolo nella società, delle credenze, degli ideali che ci hanno condizionato e talvolta anche impedito di vivere bene.

Invecchiare significa anche cambiare. La vera giovinezza è quella dello spirito e risiede nella nostra capacità di assumere i cambiamenti, di accettare le novità, di sapersi ritrovare. Cambiare significa mettere in atto dei nuovi comportamenti, conseguenza della nostra esperienza di vita, per poter trovare le risposte giuste ai nostri veri bisogni. Insomma, sapere invecchiare significa fare buon uso degli insegnamenti della vita, per poter star bene con sé stessi.

vi.lar.

**Non si deve mai cercare la felicità, la s'incontra strada facendo**

**Ne partez jamais à la recherche du bonheur, vous le trouverez chemin faisant**

## EN FRANCE

### Éclipse totale du soleil du 12 août 2026 en France

Mercredi 12 août, les Français vont assister à un spectacle rare dans le ciel : une éclipse totale du soleil.

Où voir l'éclipse solaire du 12 août 2026 ? À quelle heure se produira-t-elle ?

La bande de totalité de l'éclipse de soleil du 12 août 2026 traversera l'océan Arctique, le Groenland, l'Islande, l'océan Atlantique, puis atteindra le nord du Portugal et le nord de l'Espagne. En France, l'éclipse solaire sera partielle mais visible à 90% dans le Nord, et sera presque totale dans le sud de la France. Les vacanciers et habitants de la côte atlantique seront aux premières loges avec une éclipse de 96% à Brest et 99,5% à Biarritz. Si vous êtes en Espagne, ce sera encore mieux, l'éclipse solaire sera totale.

C'est entre 19h et 21h qu'il faudra se tenir prêt à lever le nez pour assister au spectacle.

Villes	Heure de début de l'éclipse	Heure de l'éclipse solaire totale
Paris (92,2% d'obscurisation)	19h22	20h17
Bayonne (99,4%)	19h31	20h26
Bordeaux (97,6%)	19h29	20h25
Brest (96%)	19h24	20h19
Nice (95,1%)	19h31	20h24
Lille (90,4%)	19h19	20h14
Strasbourg (89,9%)	19h22	20h26

Il faut s'équiper d'une paire de lunettes qui filtrent à 100% les UV, homologuées **ISO 12312-2**, avec le logo CE. Soyez prudents avec les enfants de moins de 14 ans, ils ont un cristallin encore très fragile.

## ITALIANI ALL'ESTERO

### DAL 1° GIUGNO LA CIE NEI COMUNI PER GLI ISCRITTI ALL'AIRE

"Grazie al recente intervento normativo voluto dal governo anche i cittadini italiani residenti all'estero potranno richiedere **la carta d'identità elettronica** in qualsiasi comune italiano e non più soltanto presso i consolati di competenza", afferma il ministro dell'Interno Matteo Piantedosi intervenendo il 25 marzo al 'question time' alla Camera. Il ministro ricorda che "finora i comuni potevano rilasciare ai cittadini iscritti all'Anagrafe degli italiani residenti all'estero soltanto il documento cartaceo", precisando che questo "non sarà più valido dal prossimo 3 agosto". La nuova funzionalità, aggiunge, "sarà operativa dal 1° giugno, una volta ultimati gli adeguamenti tecnologici".

## IN ITALIA

### Poche biblioteche, poche librerie: indici di lettura più bassi nel Sud d'Italia

Secondo i dati diffusi dall'Associazione Italiana Editori (AIE), elaborati nel contesto di un'indagine condotta da Pepe Research sulla lettura e sui consumi culturali del Mezzogiorno, legge libri a stampa il 58% della popolazione sopra i 15 anni nel Sud e nelle Isole contro il 73% al Centro Nord. Abruzzo e Molise (56%) registrano l'indice più basso insieme alla Sicilia, poco sopra sono Sardegna (57%), Basilicata e Calabria (58%), Puglia (59%) e Campania (60%). Ciò è dovuto anche alla mancanza di infrastrutture.

Nel Molise, in fondo alla classifica dei lettori, più della metà dei cittadini risiede in Comuni privi di librerie (il 54% della popolazione), ma in tutti i comuni sopra i 10mila abitanti ve n'è almeno una, e solo l'11,8% delle biblioteche pubbliche ha un bibliotecario nel suo organico, contro il 38% del complesso Sud e Isole e il 63,4% del Centro Nord.

### IL 3 MAGGIO

#### Giornata in memoria dei giornalisti uccisi nell'adempimento della loro professione

Ogni 3 maggio, l'Italia renderà omaggio a tutti quei giornalisti che hanno perso la propria vita per garantire il diritto dei cittadini ad essere informati, facendo arrivare i nostri occhi dove altrimenti non sarebbero arrivati, in Italia come all'estero.

## IN EUROPA

### In aumento l'aspettativa di vita nell'UE, raggiunti gli 81,5 anni

Nel 2024 l'aspettativa di vita alla nascita nell'Unione Europea ha raggiunto gli 81 anni e mezzo, con un leggero aumento rispetto all'anno precedente. I dati, pubblicati da Eurostat, confermano il recupero dopo il calo registrato durante la pandemia di COVID-19. Nel 2020 e nel 2021 la speranza di vita era infatti scesa rispettivamente a 80,4 e 80,1 anni. Da allora il valore è tornato a crescere e ha superato anche il livello registrato prima della pandemia, che nel 2019 era pari a 81,3. A livello regionale, l'aspettativa di vita più alta si registra nella Comunità di Madrid, in Spagna, con 85 anni e 7 mesi. Seguono la provincia autonoma di Trento e quella di Bolzano in Italia e la regione di Stoccolma in Svezia, tutte con circa 85 anni. All'estremo opposto si trovano alcune regioni dell'Europa orientale. I livelli più bassi sono stati registrati in tre regioni della Bulgaria.

I dati confermano anche il divario tra uomini e donne. Nel 2024 l'aspettativa di vita femminile nell'Unione Europea ha raggiunto gli 84 anni e 1 mese, mentre quella maschile si è fermata a 78 anni e 9 mesi. In media le donne vivono quindi 5 anni e 2 mesi più degli uomini. La differenza varia però sensibilmente tra i paesi: è più marcata in Lettonia, Lituania ed Estonia, mentre è molto più ridotta nei Paesi Bassi, in Svezia e in Irlanda.

**Vivete per il presente, sognate per l'avvenire, imparate dal passato**

**Vis le moment présent, rêve l'avenir, tire les leçons du passé**

## LA CRITIQUE DU MOIS

par Hervé GAUTIER

## Pain, tulipes et comédie

Un film de Silvio Soldini  
(2000)

D'abord un oubli un peu bizarre, un vieux rêve d'une femme au foyer, malheureuse d'une quarantaine d'années, des rencontres bienvenues et un épilogue amoureux qui change la vie des différents personnages, avec la belle musique d'un accordéon.

Rosalba (Licia Maglietta), une ménagère invisible qui est oubliée au cours d'un voyage en autobus, sur un restaurant à Paestum sans que ni son mari Mimmo (Antonio Catania) ni ses deux enfants ne s'aperçoivent de sa disparition ; Pour revenir chez elle, elle fait de l'auto stop et se retrouve à Venise, une ville qui l'a toujours fait rêver et où elle rencontre Fernando (Brune Ganz) et sa voisine de palier Grazia (Marina Massironi) et devient amie avec eux. Lui c'est un serveur islandais, désespéré qui aurait voulu devenir chanteur et elle une masseuse. De plus Rosalba trouve du travail chez Fermo (Felice Andreasi), un vieux fleuriste anarchique et grognon. Mimmo, propriétaire d'une entreprise de plomberie et de sanitaires à Pescara, où il habite avec sa famille, très désireux de voir son épouse reprendre ses tâches ménagères, recrute Costantino (Giuseppe Battiston), un plombier au chômage, lecteur de romans policiers, pour retrouver sa femme.

La Sérénissime est vraiment la ville de l'amour et, après une poursuite vénitienne et beaucoup de coups de théâtre, la vie de tous ces personnages change, chacun découvrant un bonheur attendu depuis longtemps, le tout accompagné avec la musique d'un accordéon jouée par Rosalba.

C'est une comédie romantique amusante, une fable sur la liberté, particulièrement celle d'une femme simple qui ne veut pas rester écrasée par la routine domestique avec un mari infidèle et autoritaire et qui découvre une vie différente, beaucoup plus créative et lumineuse, sans culpabilité.

## Torna a Montecassino il Copernico rubato



Tra il brusio dei turisti e il silenzio dell'Abbazia di Montecassino due Carabinieri in borghese del Reparto Operativo Tutela Patrimonio Culturale hanno varcato la soglia del Monastero per consegnare nelle mani di Don Alessandro Trespioli, Bibliotecario dell'Abbazia, un pacco speciale: un involucro trasparente che custodisce un tesoro del pensiero umano.

Si tratta dell'edizione del "De revolutionibus orbium coelestium" di Niccolò Copernico, stampata a Basilea nel 1566. Un volume di inestimabile valore scientifico e bibliografico, valutato da Christie's tra i 60.000 e gli 80.000 dollari, celebre per essere la prima edizione a includere anche la "Narratio Prima" di Rheticus, fondamentale per la diffusione della teoria eliocentrica. Con il furto e il saccheggio della biblioteca, il volume era scomparso tra la primavera e l'estate del 2011.

## Le Arti migliorano la salute mentale

È stato pubblicato sulla prestigiosa rivista Nature Reviews Psychology, l'articolo "Mechanisms underpinning the mental health impact of arts engagement" (Meccanismi alla base dell'impatto del coinvolgimento nelle arti sulla salute mentale.).

Si tratta della prima rassegna sistematica che identifica e organizza cinquanta meccanismi causali attraverso i quali la partecipazione alle attività artistiche produce effetti misurabili sulla salute mentale, attingendo a evidenze provenienti dalla psicologia, dalle neuroscienze, dalla psicobiologia e dalle scienze sociali. Gli autori dimostrano che l'impatto delle arti sulla salute mentale è il risultato di una rete interconnessa di processi che operano simultaneamente a livello psicologico, neurologico, biologico e sociale, dalla regolazione emozionale alla riduzione dei marcatori neuro-infiammatori, dalla neuroplasticità indotta dall'esposizione artistica al rafforzamento dei legami sociali.

## IL FIORE DEL MESE



## LA FLEUR DU MOIS

### La Rosa

La rosa è uno dei fiori più iconici e amati al mondo, specialmente nel mese di maggio. In questo periodo, molte varietà di rose iniziano a fiorire, offrendo spettacoli di bellezza nei giardini e nei parchi.

Le rose non solo rappresentano l'amore romantico, ma anche l'amicizia e la gratitudine. A maggio, le rose possono essere trovate in una gamma di colori, ognuno con un significato unico, dal rosso passione al bianco puro, simbolo di innocenza.

### La Rose

La rose est sans conteste l'une des fleurs les plus emblématiques et les plus appréciées au monde, surtout au mois de mai. À cette période, de nombreuses variétés de roses s'épanouissent, offrant un spectacle d'une beauté à couper le souffle dans les jardins et les parcs.

Les roses symbolisent non seulement l'amour romantique, mais aussi l'amitié et la gratitude. En mai, on les trouve dans une palette de couleurs variées, chacune porteuse d'une signification unique, du rouge passionné au blanc pur, symbole d'innocence.

## LE PRODUIT DU MOIS

### La fraise

A l'arrivée du printemps, la fraise fait son apparition sur nos étals pour le bonheur des plus gourmands. Ce petit fruit rouge est riche en vitamines et minéraux et possède de nombreux bienfaits pour la santé. On la consomme généralement en dessert, crue avec du sucre ou de la chantilly, mais elle se marie également très bien avec des salades pour un mélange sucré/salé.

Peu calorique ; Riche en fibres ; Riche en vitamine C ; Source d'antioxydants ; Stimule le système immunitaire.

*La seule fin heureuse que je connaisse, c'est la fin de la semaine*

*L'unica fine lieta che io conosca, è la fine della settimana*

## UN SECOLO FA IL DIRIGIBILE NORGE PARTIVA DA ROMA PER IL POLO NORD

Si è tenuto il 14 aprile sulla collina di Ekeberg un evento commemorativo del centenario dell'arrivo del dirigibile Norge a Oslo. Il 10 aprile 1926 il velivolo lasciò l'aeroporto di Ciampino - dove era stato progettato e costruito sotto la supervisione del Generale Umberto Nobile - dando avvio al lungo viaggio che lo avrebbe portato sopra il Polo Nord. Il volo del Norge rappresenta una delle imprese più straordinarie della storia delle esplorazioni polari, che fu compiuta da un equipaggio italo-norvegese coordinato dal celebre esploratore norvegese Roald Amundsen e da Umberto Nobile, con il supporto del finanziatore americano Lincoln Ellsworth. Il percorso prevedeva diverse tappe intermedie per rifornimenti e controlli tecnici. Dopo giorni di navigazione e una sosta a Pulham, nel Regno Unito, il 14

aprile 1926 il Norge fece tappa sulla collina di Ekeberg, soprastante Oslo, dove migliaia di persone si radunarono per assistere all'arrivo del dirigibile. L'attracco del Norge a Ekeberg, che offriva uno spazio aperto e sopraelevato, avvenne con una manovra delicata, guidata magistralmente dall'equipaggio di Nobile: dopo aver perso quota, il velivolo venne ancorato ad una torre appositamente costruita per permettere l'ancoraggio del dirigibile tramite funi lanciate a una squadra di uomini a terra. La tappa a Oslo ebbe un importante valore simbolico e politico, oltre che vasta risonanza internazionale anche grazie alla partecipazione alla missione di Amundsen. Da Ekeberg, il Norge proseguì quindi verso le isole Svalbard, da cui partì la storica traversata del Polo Nord.

### L'Iliade nella mummia era un papiro usato come imballaggio

Il frammento dell'Iliade di Omero rinvenuto su una mummia di epoca greco-romana in Egitto non era un testo destinato ad accompagnare il defunto nel suo viaggio nell'aldilà, ma un semplice elemento funzionale alla mummificazione. A chiarirlo è Gianluca Miniaci, egittologo dell'Università di Pisa, commentando il recente ritrovamento avvenuto nella necropoli di Ossirinco, non lontano dall'area in cui l'Ateneo pisano conduce ricerche archeologiche dal 2015. La scoperta, effettuata da una missione archeologica spagnola a Ossirinco, nel governatorato di Minya, ha riportato alla luce una tomba romana con numerose mummie e oggetti preziosi, tra cui un papiro contenente un passo del secondo libro dell'Iliade, il cosiddetto "Catalogo delle navi" (II, 494-759), che elenca i contingenti greci diretti a Troia. Il papiro, dunque, non aveva una funzione simbolica o religiosa, bensì pratica, per stabilizzare il corpo del defunto nel processo di imbalsamazione.

### UNE CHAMBRE D'HÔTEL EST-ELLE VRAIMENT SÛRE ?

(Suite des numéros précédents)

#### 5. Arnaques par hameçonnage : Restez vigilant.

Des groupes de cybercriminels expérimentés, comme Dark Hotel, ciblent les voyageurs de marque séjournant dans des hôtels de luxe en utilisant des campagnes d'hameçonnage et des réseaux infectés par des logiciels malveillants. Leurs courriels d'hameçonnage sont extrêmement convaincants, hautement personnalisés et conçus pour tromper même les utilisateurs les plus prudents.

**Que faire :** Restez vigilant. Évitez de cliquer sur des liens suspects ou de télécharger des pièces jointes inconnues, même en vacances.

Que vous voyagez pour affaires ou pour le plaisir, protégez vos appareils afin que vos souvenirs soient les seuls éléments que vous ramenez chez vous.

*Il n'est jamais trop tard pour devenir ce que l'on aurait pu être*

George Eliot

*Non è mai troppo tardi per diventare ciò che avremmo potuto essere*

### LA RICETTA DEL MESE

#### Risotto alle fragole

##### Ingredienti

350 g di riso; 300 g di fragole; 80 g di burro; parmigiano reggiano grattugiato qb; pecorino stagionato qb; 1 bicchiere di vino bianco secco; 1 cucchiaino di aceto di lamponi (o balsamico); 1 cipolla; brodo vegetale; sale; pepe; maggiorana.

##### Procedimento

Sciogliere metà burro in un tegame, insaporire la cipolla tritata finemente. Mondare le fragole e tagliarle a cubetti regolari. Quando la cipolla è trasparente aggiungere il riso, mescolare, spruzzare con il vino e l'aceto e fare evaporare. Portare a cottura in circa quattordici-quindici minuti bagnando il riso con il brodo, via via che viene assorbito. Mettere da parte alcune fragole intere e schiacciare le altre. Unire le fragole schiacciate al risotto a metà cottura. Quando sarà pronto, fuori dal fuoco unire il burro restante insieme al parmigiano e al pecorino grattugiati. Mantecare e fare riposare per due minuti.

Trasferire nei piatti e completare con le fragole restanti, maggiorana a piacere e pepe fresco di mulinello.

### LA RECETTE DU MOIS

#### Risotto aux fraises

##### Ingrédients

350 g de riz ; 300 g de fraises ; 80 g de beurre ; Parmesan râpé (quantité selon votre goût) ; pecorino affiné (quantité selon votre goût) ; 1 verre de vin blanc sec ; 1 cuillère à café de vinaigre de framboise (ou balsamique) ; 1 oignon ; bouillon de légumes ; sel ; poivre ; marjolaine.

##### Préparation

Faites fondre la moitié du beurre dans une casserole et ajoutez l'oignon haché. Nettoyez les fraises et coupez-les en dés. Lorsque l'oignon est translucide, ajoutez le riz, mélangez, arrosez le vin blanc et le vinaigre de framboise, et laissez réduire. Versez le bouillon sur le riz au fur et à mesure qu'il l'absorbe, et laissez cuire 14 à 15 minutes. Réservez quelques fraises entières et écrasez le reste.

Incorporez les fraises écrasées au risotto à mi-cuisson. Une fois la préparation prête, retirez-la du feu et ajoutez le reste du beurre, ainsi que le parmesan et le pecorino râpés. Mélangez et laissez reposer deux minutes. Répartissez dans les assiettes et garnissez avec les fraises restantes, la marjolaine (selon votre goût) et le poivre fraîchement moulu.

**IL EST UTILE  
DE SAVOIR !**



**È UTILE  
SAPERE!**

### À 44 et 60 ans, le corps humain connaît deux pics de vieillissement

Le corps humain ne vieillit pas de façon linéaire, mais il existe deux périodes clés durant lesquelles il connaît un pic de vieillissement : autour de 44 et 60 ans. C'est ce que révèle une étude de l'Université de Stanford, publiée dans la revue « Nature Aging » et relayée par Le Figaro. Pour parvenir à ces résultats, des chercheurs américains et singapouriens ont collecté des échantillons de sang, de selles et de bactéries cutanées, buccales et nasales auprès de 108 personnes âgées de 25 à 75 ans. Un résultat initial « particulièrement intrigant » a été mis en évidence : 81 % des molécules évoluent à des étapes spécifiques de la vie. Ces changements sont particulièrement marqués à 44 et 60 ans.

**À 40 ans**, l'étude montre que les cellules musculaires et cutanées mettent plus de temps à récupérer après l'effort physique ou à se régénérer. Cela peut coïncider avec l'apparition des premières rides, des cheveux gris et une certaine baisse d'énergie.

**À 60 ans**, on observe un dysfonctionnement immunitaire, notamment au niveau des fonctions rénales et cardiaques et du métabolisme des glucides. *"C'est vers cet âge que certaines maladies, comme le diabète de type 2, apparaissent plus fréquemment, car nos cellules ont plus de difficultés à utiliser les glucides. C'est également à partir de 60 ans que l'on observe une augmentation du pourcentage de cancers, maladies dont les causes sont complexes, mais dont l'apparition est favorisée par le déclin de l'efficacité de notre système immunitaire".*

### A 44 e 60 anni il corpo umano subisce due picchi di invecchiamento

Il corpo umano non invecchia in modo lineare, ma ci sono due periodi chiave durante i quali subisce un picco di invecchiamento: intorno ai 44 e ai 60 anni. Lo rivela uno studio dell'Università statunitense di Stanford pubblicato sulla rivista 'Nature aging' e rilanciato da Le Figaro. Per giungere a questi risultati, i ricercatori americani e singaporiani hanno prelevato campioni di sangue, feci e batteri dalla pelle, dalla bocca e dal naso di 108 persone di età compresa tra i 25 e i 75 anni. È stato evidenziato un primo risultato "particolarmente intrigante": l'81% di molecole si è evoluto in fasi specifiche della vita. I cambiamenti sono stati particolarmente marcati all'età di 44 e 60 anni.

**A quarant'anni**, lo studio mostra che le cellule muscolari e cutanee impiegano più tempo a recuperare dopo l'esercizio fisico o a rigenerarsi. Ciò può coincidere con la comparsa delle prime rughe, dei capelli grigi e un certo calo di energia.

**All'età di 60 anni** si nota invece una disfunzione immunitaria, legata in particolare alla funzione renale e cardiaca e al metabolismo dei carboidrati. *"È intorno a questa età che alcune malattie, come il diabete di tipo 2, compaiono più frequentemente a causa della maggiore difficoltà delle nostre cellule a utilizzare i carboidrati. È anche a partire dai 60 anni che si assiste a un aumento della percentuale di tumori, patologie le cui cause sono complesse ma la cui comparsa è favorita da un calo dell'efficacia del nostro sistema immunitario nel proteggerci".*

### Alimenti per tenere la fame sotto controllo

Perdere peso non significa dover sentir brontolare lo stomaco. Basta fare il pieno di alimenti che aiutano a tenere sotto controllo l'appetito per molto tempo.

**Tacchino** - Il tacchino contiene triptofano, una proteina che viene convertita in serotonina e promuove i sentimenti positivi, spegnendo le voglie.

**Semi di lino** - Oltre a contenere omega 3, i semi di lino regolano l'appetito, ma sono anche una buona fonte di acidi grassi omega 6 che aiutano il rilascio dell'ormone della sazietà.

**Ceci** - I ceci offrono la perfetta combinazione tra di proteine magre, carboidrati complessi e grassi buoni. Tutti elementi utili a mantenere stabili i livelli di zucchero nel sangue, frenando la voglia di spuntini.

**Les aliments qui ne périssent jamais (ou presque)**

### L'HUILE D'OLIVE faut-il respecter la date de péremption ?

Comme pour le miel, la législation oblige les producteurs à indiquer une date de péremption de deux ans, mais l'huile d'olive ne se périmé pas vraiment. Cependant son goût peut s'altérer après 12 mois, surtout si elle n'est pas conservée à l'abri de la lumière. Il faut donc privilégier les contenants opaques ou en bidon. Il est aussi conseillé de la conserver loin de la chaleur et hors du réfrigérateur, car elle fige en dessous de 13°. Si son goût est moins agréable, utilisez-la plutôt en cuisson qu'en salade.

**Cuite ou crue ?** Les deux. Crue, elle exalte le parfum des tomates de saison et se révèle indispensable pour concocter un délicieux pesto. Pour cuire, mieux vaut ne pas la chauffer au-delà de 180°C afin qu'elle ne se détériore pas.

*(la suite dans les prochains numéros)*

Gli articoli de "Il Botteghino" sono tratti da comunicati stampa forniti da agenzie giornalistiche (ANSA - AGI - AISE - INFORM - gCOLONNE) e da testi redatti 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 de presse 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)

## MILLE LIRE DIMENTICATE PER PIÙ DI 60 ANNI VALGONO UN TESORO

***A volte la realtà si diverte a imitare la sceneggiatura di una commedia teatrale, con tanto di colpi di scena e tesori nascosti sotto la polvere***

È la storia, quasi incredibile, che arriva dall'Alta Valsassina e che vede protagonista Umberto Libassi, un uomo di 72 anni che ha visto riemergere dal passato un piccolo capitale dimenticato per oltre sei decenni. Tutto inizia nel 1963, quando l'Italia sognava sulle note di "Sapore di sale" e le mille lire avevano ancora il fascino della banconota importante. I genitori di Umberto, entrambi attori di teatro, decidono di fare un gesto d'amore e lungimiranza per il figlio, che all'epoca ha solo nove anni. Con i risparmi guadagnati sul palcoscenico, aprono un libretto al portatore presso la Cassa di Risparmio di Trieste, depositando proprio quella "mille lire". Il documento finisce però in un vecchio baule, sepolto tra costumi di scena, copioni sguaiati e attrezzi del mestiere, finendo per essere inghiottito dal tempo e dai traslochi. Quel baule è rimasto sigillato per anni in un deposito a Pieve del Grappa, un archivio silenzioso di una vita spesa tra le quinte, mentre Umberto cresceva dimenticandosi completamente di quel piccolo seme piantato dai suoi.

Il destino ha però deciso di bussare alla porta in un momento decisamente amaro per il signor Libassi. Durante le fatiche di un trasloco, aggravate dal dolore per la scomparsa della moglie dopo una lunga malattia, Umberto si ritrova a dover riordinare il materiale teatrale di famiglia. Inizialmente la priorità è tutt'altra,

e la vecchia cassa viene nuovamente accantonata.

Solo qualche mese dopo, con la mente più sgombra e la necessità di fare ordine tra i ricordi, il settantaduenne ritrova finalmente quel libretto ingiallito. Quello che sembrava un pezzo di carta senza valore, una curiosità d'altri tempi, nascondeva in realtà una sorpresa economica sbalorditiva.

**Mille lire diventano 50 mila euro.** Incuriosito, Umberto si è rivolto all'Associazione Italia di Roma per capire se quel deposito avesse ancora un senso nel mercato odierno. Il responso del consulente ha superato ogni più rosea aspettativa: tra capitalizzazione, interessi accumulati e rivalutazione monetaria nell'arco di 63 anni, quelle mille lire del 1963 si sono trasformate in un gruzzolo che sfiora i 50 mila euro. Una cifra che oggi rappresenta una boccata d'ossigeno e un ultimo, postumo regalo di mamma e papà. La questione legale ora si sposta sulla riscossione. Poiché il titolare è rimasto all'oscuro dell'esistenza del libretto per tutto questo tempo, il diritto al credito non sarebbe caduto in prescrizione. Mentre le pratiche burocratiche fanno il loro corso, resta la poesia di un investimento fatto col cuore da due attori che, senza saperlo, hanno scritto il finale più dolce per il futuro del loro bambino, diventato nel frattempo un uomo.

## LA FÊTE DES MÈRES En France, le 31 mai 2026

La Fête des Mères a des origines différentes. Dans l'Antiquité, il existait des rites cérémoniaux et des célébrations traditionnelles basés sur le culte de la **Terre Mère** et célébrant les divinités féminines liées à la renaissance de la nature au printemps, les mères, celles qui représentaient la fertilité et la vie. Pour les Grecs, **Rhèa** était la mère de tous les dieux, la grande procréatrice, et un jour par an, sa figure et celle de toutes les mères par association étaient célébrées. Chez les Romains, **Cybèle** était la divinité symbole

de la Nature et de toutes les mères. En Angleterre, les célébrations de la fête des mères remontent au XVIIe siècle. À l'origine, la fête des mères n'était pas conçue comme l'occasion d'offrir fleurs ou cadeaux à sa mère, mais ce jour a pris une signification complètement différente. La fête, appelée "*Dimanche des Mères*", coïncidait avec le quatrième dimanche du Carême. A cette occasion, tous les enfants qui vivaient loin de leur famille, pouvaient rentrer chez eux pour une journée.

Les enfants qui rendaient visite à leurs familles apportaient à leur mère des fleurs ou d'autres types de cadeaux.

En 1914, Woodrow Wilson, alors président des États-Unis d'Amérique, pour démontrer un profond respect envers toutes les mères, par une résolution du Congrès, a institué la « Fête des Mères ». Aucune date n'a été fixée sur le calendrier mais, par convention, il a été décidé de célébrer toutes les mères américaines le deuxième dimanche de mai.

## LA FESTA DELLA MAMMA in Italia, il 10 maggio 2026

La Festa della Mamma ha origini diverse. Nell'antichità esistevano riti cerimoniali e celebrazioni tradizionali tra le popolazioni politeiste, che si rifacevano al culto della **Madre Terra** e celebravano le divinità femminili legate alla rinascita della natura in primavera, le genitrici, che rappresentavano la fertilità e la vita. Per i Greci era **Rea**, la madre di tutti gli dei, la grande procreatrice, e un giorno all'anno veniva celebrata la sua figura e quella di tutte le madri per associazione. Presso i Romani, era **Cibele** la divinità simbolo della Natura

e di tutte le madri. In Inghilterra le celebrazioni legate alla festa della mamma risalgono al XVII secolo. Originariamente il *Mother's Day* non era inteso come un'occasione per festeggiare la propria madre con fiori o regali, ma assumeva un significato completamente diverso. La festività, chiamata *Mothering Sunday*, coincideva con la quarta domenica di quaresima. In quell'occasione, tutti i bambini che vivevano lontano dalle loro famiglie potevano ritornare a casa per un giorno. I ragazzi che facevano visita alle

loro famiglie portavano alle mamme fiori o regali. Nel 1914 l'allora presidente degli Stati Uniti d'America Woodrow Wilson, per dimostrare profondo rispetto nei confronti di tutte le mamme, con una delibera del Congresso, istituì il «Mother's Day». Non venne stabilita una data fissa sul calendario ma si decise di celebrare tutte le mamme americane la seconda domenica di maggio. In Italia la festa della mamma fu festeggiata per la prima volta nel 1957 da don Otello Migliosi, un sacerdote del borgo di Tordibetto ad Assisi.



## RICORDI E VICENDE DI UN ITALIANO ALL'ESTERO

di Giovanni Ludi

### La Caduta

*Non persi i sensi. Restai vigile, almeno così ricordo... ma forse ricordo male!*

Mi faceva male la testa che aveva urtato un mobile nella caduta. A parte il dolore alla testa nessun male, ma ero solo come ... rintronato, rintontito. Non ero lucidissimo mentre gattonando provavo a sedermi per terra.

Adriana aveva già chiamato il 15 e rapidamente due giovani ambulanziere mi sorrisero. Forse sorrisi anche io. Barcollavo mentre le ambulanziere mi accompagnavano giù per la scala e poi verso l'ambulanza. Il suono della sirena dell'ambulanza mi giungeva ovattato mentre l'ambulanza si muoveva. Mi appisolai. In breve fummo al pronto soccorso dell'ospedale.

Le ambulanziere mi salutarono mentre degli infermieri mi aiutarono a scivolare su una barella dell'ospedale. La barella fu spinta in un locale dove sui letti c'erano tanti pazienti.

Mi avvicinarono ad un letto. Dissi agli infermieri che potevo muovermi agevolmente e quelli mi lasciarono scendere dalla barella. Tolsi le scarpe, mi feci cadere sul letto e mi distesi.

Ero sfinito e la testa mi doleva. Stringendo la sacca con i miei documenti mi abbandonai sul letto e mi coprii con un lenzuolo candido. L'ambiente era quasi silenzioso anche se talvolta qualcuno gemeva scompostamente.

Gli infermieri mi chiesero se volevo che tirassero una tenda attorno al mio letto... dissi di no e loro si limitarono a tirare la tenda in modo da separarmi dalla vicina di letto che dormiva e russava rumorosamente.

Un poco agitato, non riuscivo ad addormentarmi. In un letto di fronte al mio, un signore non alto, ma tanto grasso, si alzò, indossò una bella vestaglia bordeaux e si avvicinò al mio letto. Basciò qualcosa d'incomprensibile e se ne andò.

Forse mi addormentai. Di certo non mi pare attesi molto quando arrivò un medico giovane, alto e riccioluto. Con lui una sorridente infermiera. Il medico mi auscultò. Guardandomi indicò il rigonfiamento vicino alla spalla che nasconde malamente il mio pacemaker.

Feci spallucce e gli dissi: - *"non solo, nel 2015 mi hanno messo anche due valvole cardiache nuove nuove"*. Sorrisse.

Medico e infermiera mi accompagnarono in una stanza singola. Mi fecero togliere la canotta e mi distesero su un lettino. Fui rapidamente rivestito di ventose per l'elettrocardiogramma, poi su una barella mi spinsero a fare una Tac alla testa.

Rientrato nella mia stanzetta il medico alto e riccio esaminò il bernoccolo che stava crescendo sulla mia testa. Il medico mi chiese come mi sentivo. - *"Tutto sommato bene"* risposi. In effetti era così.

Il medico uscì e restò l'infermiera, una signora simpatica e quasi esuberante. Mentre mi staccava i mille elettrodi l'infermiera parlava; lei doveva portare la figlia a Roma e mi chiedeva se sapevo se la città fosse cara. - *"Non più cara di Parigi"* risposi.

Nella mia stanzetta tornò il medico che mi rassicurò: dalla Tac non risultavano fratture alla mia testa. Il medico aggiunse però che doveva farmi impiantare una sonda e installare una "sacca urinaria". Avevano infatti trovato un'infezione alla vescica. E questa sacca la dovevo tenere per almeno un paio di settimane!

- *"Due settimane, e poi?"* chiesi preoccupato. Il medico sottolineò che avrei dovuto telefonare rapidamente al reparto urologia per programmare una visita, l'estrazione della sonda ed il ripristino della normalità urinaria. Il medico e le infermiere mi spiegarono le ricette che mi andavano consegnando: una per la provvista di sacche urinarie, l'altra per gli infermieri che dovevano occuparsi della gestione e sostituzione delle mie sacche.

Il medico mi fornì quattro scatole di medicine e me ne illustrò la posologia. Per valutare la mia stabilità mi fece camminare e aggiunse: - *"Segua la posologia che le ho prescritto. Domani chiami il suo medico e gli faccia leggere tutta la documentazione che le daremo. È importante"*.

Poi due infermiere, gentilissime, mi accompagnarono al centralino. Rientrai che era notte.

Il giorno dopo Adriana telefonò al medico di base. Non poté parlargli. La segretaria del medico disse seccamente che il dottore non si sarebbe spostato. Fortunatamente conoscevamo un altro medico che arrivò senza problemi.

***"L'amicizia che è finita non è mai cominciata"***

***« Une amitié qui s'est terminée n'a jamais commencé »***

## LES OBJETS DE NOTRE ENFANCE



### L'ancien franc

Mis en place par Raymond Poincaré en 1928, l'ancien franc a difficilement traversé la Deuxième Guerre mondiale. En 1958, lorsque Charles de Gaulle est revenu au pouvoir, il a souhaité donner à la France une monnaie plus puissante : le nouveau franc est apparu dans les ménages français le 1er janvier 1960. Ce nouveau franc valait cent anciens francs.



### L'huile de foie de morue

Souvenez-vous du goût désagréable qu'avait l'huile de foie de morue dans votre bouche...

Et pourtant, à une époque où les compléments alimentaires étaient beaucoup moins présents dans les maisons qu'aujourd'hui, l'huile de foie de morue constituait le meilleur apport en acide gras et en vitamines A et D.

## 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



**Ce service est gratuit  
24h/24h et 7j/7**

**IL LIBRO DEL MESE****LE LIVRE DU MOIS****Beatrice Cenci.****La storia, la tortura, l'esecuzione**

di Alexandre Dumas e Lisa Merletti, Hop!

"Beatrice Cenci. La storia, la tortura, l'esecuzione" è uno di quei libri che non si leggono semplicemente, ma si attraversano, perché racconta una vicenda reale così violenta e disturbante da sembrare quasi irreali.

Siamo nella Roma della Controriforma, in un contesto storico in cui il potere si intreccia con la religione e la giustizia diventa spesso uno strumento di controllo più che di verità. È qui che prende forma la storia di Beatrice Cenci, una giovane donna diventata simbolo di ribellione e tragedia.

Il libro ricostruisce con precisione e intensità uno dei casi più controversi della storia italiana, quello del parricidio commesso per sfuggire alle violenze del padre. Non si tratta però di un semplice resoconto storico, perché il racconto assume una dimensione quasi teatrale, emotiva, che coinvolge il lettore e lo costringe a interrogarsi continuamente su ciò che è giusto e ciò che è necessario per sopravvivere.

La narrazione si muove tra documenti, interpretazioni e suggestioni, restituendo

un ritratto complesso di Beatrice, che non è solo vittima né solo colpevole. È una figura sospesa, fragile e determinata, intrappolata in una società che non le lascia alcuna via di fuga. Il suo gesto, così estremo, diventa inevitabile agli occhi di chi legge, e proprio questa inevitabilità rende la storia ancora più potente.

Uno degli aspetti più riusciti del libro è la capacità di far emergere l'atmosfera di un'epoca in cui il corpo femminile era controllato, giudicato e punito. La violenza non è solo fisica, ma anche sociale, culturale, e il processo che segue il delitto appare come una condanna già scritta, in cui la verità conta meno dell'ordine da mantenere.

Il racconto non si limita a ricostruire i fatti, ma mostra anche come la storia di Beatrice Cenci abbia attraversato i secoli, diventando un mito. È una figura che ha ispirato artisti, scrittori e pittori, tra cui Caravaggio e Artemisia Gentileschi, e che continua ancora oggi a esercitare un fascino inquieto, quasi magnetico.

**Alexandre Dumas**, autore noto soprattutto per romanzi come "I tre moschettieri" e "Il conte di Montecristo", dimostra qui la sua capacità di confrontarsi con la storia reale, mantenendo però quella tensione narrativa che lo ha reso celebre. Accanto a lui, il contributo contemporaneo arricchisce la narrazione, rendendola accessibile e attuale, senza perdere la profondità del contesto storico.

Questo libro è una lettura intensa, a tratti scomoda, ma necessaria. Perché racconta una storia che parla di abuso, di potere e di giustizia, ma anche di resistenza. E nel farlo, dimostra come il gotico non sia solo immaginazione, ma possa nascere direttamente dalla realtà.

**Qu'est-ce qu'un oligarque ?** - Emprunté du grec *oligarkhês* lui-même composé à l'aide de *oligos*, « peu nombreux », et *arkhê*, « commandement ». Individu qui participe à un gouvernement oligarchique. Personne appartenant au groupe qui détient le pouvoir dans un secteur donné. Dans la Russie post-communiste, on appelle oligarques ceux qui se sont appropriés les richesses nationales lors des privatisations et détiennent ainsi un grand pouvoir économique.

**Pompiers, police... les numéros d'urgence ?**

- **Le 15 (SAMU)** pour les urgences médicales
- **Le 18 (pompiers)** pour les situations de péril ou d'accident
- **Le 17 (police)** pour signaler une infraction
- **Le 112** numéro d'urgence partout en Europe

**Je ne perds jamais, soit je gagne soit j'apprends**

Nelson MANDELA

**Io non perdo mai, o vinco o imparo****IN BREVE****EN BREF****IL DOMINIO ".EU"  
COMPIE 20 ANNI****simbolo d'integrazione  
europea**

Il dominio di primo livello dell'UE, ".eu", celebra vent'anni di offerta a imprese, organizzazioni e cittadini europei della possibilità di dotare siti web e indirizzi di posta elettronica di una chiara identità europea. Oggi questo indirizzo digitale affidabile conta oltre 3,8 milioni di registrazioni attive e rappresenta concretamente il mercato unico e il processo di integrazione europea. Si tratta del quarto dominio più utilizzato in Europa e del nono a livello globale.

L'anniversario è celebrato il 26 e 27 maggio 2026.

**ASTI DOCG  
IL VINO PIEMONTESE  
DELL'ANNO**

È l'Asti Docg il vino piemontese dell'anno 2026. Lo ha designato il 3 aprile la Giunta regionale del Piemonte. L'Asti Docg raccoglie il testimone dall'Alta Langa Docg, vino dell'anno 2025. Il vino dell'anno è il testimonial che accompagna le iniziative promozionali rivolte al grande pubblico e agli operatori quali fiere, borse, presentazioni, manifestazioni istituzionali che la Regione, anche in collaborazione con Consorzi di Tutela, Enti locali, Associazioni, aziende agricole e altri soggetti, dedica ai prodotti agroalimentari piemontesi di qualità certificata.

**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 confisqué par quelques-uns, ou instrumentalisé 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)



## Dietro le quinte della storia

*Dans les coulisses de l'histoire*

di Donato Continolo

### LA ROSETTA CON LA MORTADELLA

Per anni la rosetta con la mortadella è stato l'alimento base per intere generazioni. Forse lo è ancora tuttora ma i segnali non sono tanto evidenti. C'è troppa dispersione e confusione tra le proposte alimentari che si vedono nei cartelloni pubblicitari, sui giornali e nei programmi televisivi, sui cellulari. Non bisogna dimenticare che intere classi sociali sono state nutrite da questo umile, modesto e ma non meno nobile cibo social-popolare. Specialmente per gli operai e per gli studenti la 'rosetta' era un elemento distintivo che denotava l'estrazione sociale di chi la consumava. Io e la mia famiglia non ne eravamo esclusi.

Consumare il panino era diventato quasi un rituale laico, una liturgia attesa e rispettata da tutti. I miei ricordi mi riportano al periodo scolastico del postguerra mondiale in cui al suono della campanella, che annunciava la ricreazione per 15 minuti, tutti o almeno quelli che potevano permettersela, tiravano fuori dalla cartella la rosetta con la mortadella che la mamma aveva preparato come merenda e, come in una favola, il chiacchieriggio ed i piccoli screzi tra noi ragazzi, lasciavano spazio al silenzio. Certo non si poteva parlare o litigare mentre si era assorti a gustare a pieni bocconi la rosetta. Per incanto in quei pochi minuti si sospendevano le beghe e le

ostilità tra di noi, e si leggeva sui nostri volti e anche su quelli degli operai, calma e serenità.

Si dovrebbe candidarla al Premio Nobel per la Pace, la rosetta con la mortadella, tanto efficace era la sua azione pacificante su di noi. Un potere che non tutti gli altri alimenti posseggono.

Mamma, specialmente durante la stagione estiva, quella dei bagni al mare, mi dava 100 lire per comprare un etto di mortadella per la cena a mio padre e, con quello che rimaneva, preparava la rosetta per il giorno dopo, per mio fratello e per me, per la colazione al mare. All'epoca costava 90 lire l'etto. Andavo volentieri dal salumiere perché le dieci lire del resto restavano nella mia tasca, come una parte della paghetta mensile che, alla fine del mese, poteva raggiungere 100 lire e anche superarle. Ed erano tutte per me, che potevo spendere solo per me. Ma quando ero dal salumiere si finiva con il litigare. Cercava sempre di fare il 'buon peso' per portare a 100 lire intere il costo della mortadella ed evitare di darmi le 10 lire di resto.

Forse mamma, aveva capito e non mi chiese mai le 10 lire del resto. Aveva capito perché in qualsiasi ora del giorno e di ogni stagione, ogni volta che si doveva andare a comprare la mortadella ero sempre io che, senza protestare, mi offrivo 'volontario'.

### LE 'GAFFES' PIÙ CELEBRI NELLA NOTTE DEGLI OSCAR

- Roberto Benigni e i salti di gioia: nel 1999 il film 'La vita è bella' vinse ben tre statuette, tra cui "miglior film straniero". Nel momento in cui fu proclamata la vittoria della pellicola, Roberto Benigni regalò uno dei momenti più memorabili di sempre: dopo l'urlo di Sophia Loren "And the winner is Roberto!", l'attore infatti iniziò a saltare sulle poltrone dalla gioia per raggiungere il palco, abbracciò poi Sophia Loren e nel suo discorso di ringraziamento menzionò persino alcuni versi del poeta Dante.

- 'La La Land' e la busta sbagliata: nel 2017 si è assistito a una delle più grandi gaffe della storia del cinema. A causa della consegna di una busta sbagliata, l'attore Warren Beatty ha proclamato come vincitore del premio "miglior film" il musical 'La La Land', mentre avrebbe dovuto vincere il film indipendente 'Moonlight'. L'errore è stato subito corretto, anche se l'episodio verrà sempre ricordato per il clamoroso colpo di scena.

- Il gesto inaspettato di Will Smith: mentre l'attore e comico Chris Rock stava facendo una battuta infelice sulla moglie dell'attore Jada Pinkett Smith, Will Smith si è alzato per colpire il presentatore sul volto. Premiato poco dopo come "miglior attore protagonista" per il film 'King Richard', si è scusato in lacrime.

## LA POESIA DEL MESE LA POESIE DU MOIS

### EN MAI

Armand Silvestre

Dans la tiède haleine des fleurs

Le printemps passe par bouffées,

Brodant l'aile aux mille couleurs

Des libellules et des fées.

Son vol accroche aux réseaux verts

Des broussailles ébouriffées,

Dépouille errante des hivers,

De longs fils de soie, en trophées.

L'air du soir sonne les abois

Des belles filles décoiffées :

Dans nos cœurs, comme dans les bois,

Le printemps passe par bouffées !



### LE RIVISTE DI ITALEA

Clicca sul collegamento e leggile

[gratuitamente in italiano](#)

### ITALIA RADIOSA

la prima web radio delle scuole italiane all'estero

L'iniziativa è un progetto originale promosso dall'Ufficio V della Direzione Generale per la Diplomazia Pubblica e Culturale della Farnesina.

Coinvolgerà, in questa prima fase, tutte e sette le scuole statali italiane all'estero (Addis Abeba, Atene, Barcellona, Istanbul, Madrid, Parigi e Zurigo).



*Chi trascura d'imparare in giovinezza perde il passato ed è morto per il futuro*

Euripide

*Celui qui néglige d'apprendre dans sa jeunesse perd le passé et est mort pour le future*

## Pourquoi les faits divers nous fascinent-ils ?

***Les meurtres nous effraient et nous fascinent, et pourtant, nous nous sentons parfois coupables de cet intérêt***

Les médias excellent à entretenir notre curiosité pour les meurtres et à réveiller le détective qui sommeille en nous, en nous offrant des rebondissements et de nouveaux indices qui aiguisent notre instinct de détective et notre soif de connaissance. Poussés par une forme d'intérêt intellectuel, nous pouvons parfois percevoir divers événements comme des énigmes à résoudre.

L'actualité propose des sujets de conversation et crée une émotion partagée, un lien : nous pouvons être horrifiés par les actes du meurtrier, exprimer notre empathie pour la victime et sa famille.

Partager les mêmes valeurs avec autrui, s'accorder sur le bien et le mal, est rassurant. Un événement traumatique, même si nous ne le vivons pas directement, lorsqu'il est fortement médiatisé, peut nous marquer. Les mots que nous échangeons avec les autres sont donc une façon de prendre de la distance, d'atténuer son impact sur nos vies.

Mais qu'est-ce qui peut pousser un individu à commettre le mal le plus absolu ?

Qu'est-ce qui fait, qu'un jour, ses amarres se détachent ? L'intérêt pour le crime, présent chez la plupart des gens, peut sembler morbide, mais il s'agit d'une interrogation légitime sur la part d'ombre de l'humanité. Pendant des siècles, la religion a eu recours à la figure du diable pour expliquer le mal ; aujourd'hui, cette théorie ne suffit plus.

Soyons honnêtes, notre « appétit » pour la connaissance de ce genre d'événements est aussi un peu égoïste : ces histoires arrivent toujours aux autres, jamais à nous ! C'est comme si les malheurs d'autrui pouvaient miraculeusement nous protéger. Qui parmi nous n'a jamais rêvé de se venger de quelqu'un qui lui a fait du tort ? Tuer, voler et nuire à autrui sont des fantasmes humains classiques qui peuvent, par exemple, ressurgir plus ou moins déguisés dans nos rêves. S'intéresser aux faits divers peut être une façon d'apaiser notre propre violence intérieure, comme « agir par procuration. ».

## Perché siamo affascinati dai fatti di cronaca?

***Gli omicidi ci spaventano e ci attraggono nello stesso tempo che a volte ci sentiamo in colpa per l'interesse che portiamo loro***

I media sono abili a mantenere la nostra curiosità seriale e a risvegliare il Maigret che c'è in noi, fornendoci colpi di scena e nuovi indizi che affinano il nostro istinto di investigatori e il nostro desiderio di sapere. Spinti da una forma d'interesse intellettuale, a volte possiamo considerare i vari fatti come enigmi da risolvere.

La notizia offre argomenti di conversazione e crea un'emozione condivisa, un legame: possiamo inorridirci per le azioni dell'assassino, esprimere la nostra empatia per la vittima e la sua famiglia.

Condividere gli stessi valori con gli altri, che siamo d'accordo sul bene e sul male, è rassicurante. Un evento traumatico, anche se

non lo viviamo direttamente, quando è ultramediatico, può segnarci. Le parole scambiate con gli altri sono quindi un modo per tenerlo a distanza, per mitigare il suo impatto sulla nostra vita. Ma cosa può spingere un individuo a passare al male più assoluto? Cos'è che un bel giorno i suoi ormecci lascino la presa? L'interesse per il crimine che è presente nella maggior parte delle persone può sembrare un fascino morboso, ma è un legittimo interrogarsi sulla parte oscura dell'essere umano.

Per secoli la religione è ricorsa alla figura del diavolo per spiegare il male, oggi questa tesi non è più sufficiente.

Ammettiamolo, il nostro "appetito" di conoscenza per questi tipi di eventi è anche un po' egoista: sono sempre agli altri che accadono queste storie, non a noi! È come se le disgrazie degli altri potessero miracolosamente proteggerci.

Chi di noi non ha mai immaginato la vendetta su qualcuno che ci ha fatto del male?

Uccidere, rubare, fare del male sono le fantasie umane classiche che possono, ad esempio, riapparire più o meno mascherati nei nostri sogni. Interessarsi ai fatti di cronaca può essere un modo per domare la propria violenza interiore, come "agire per procura".

## BUON COMPLEANNO VESPA, L'ICONA ITALIANA COMPIE OTTANT'ANNI

Ottant'anni fa, in un'Italia che usciva faticosamente dalla Seconda Guerra Mondiale e cercava nuove forme di libertà e rinascita, Enrico Piaggio intuì che il futuro si sarebbe mosso su due ruote. Il 23 aprile 1946, il brevetto n. 25.546 veniva registrato all'Ufficio Brevetti di Firenze, descrivendo una "motocicletta a complesso razionale di organi ed elementi con telaio combinato con parafanghi e cofano ricoprenti tutta la parte meccanica". Era nata la Vespa. In ottant'anni, la Vespa ha percorso strade che nessun altro veicolo ha saputo percorrere allo stesso modo: è entrata nei musei d'arte moderna è apparsa in decine di film, da 'Vacanze Romane' con Audrey Hepburn e Gregory Peck fino alle produzioni contemporanee ed è diventata un oggetto di culto per collezionisti e appassionati in tutto il mondo.

***Si vous pensez que l'aventure est dangereuse, je vous propose d'essayer la routine...  
Elle est mortelle.***

***Se pensate che l'avventura sia pericolosa, vi consiglio di provare la routine...  
È mortale.***

Tristan Bernard

**CI SCRIVONO DA...  
LIONE**

**25 APRILE  
Festa Nazionale  
Italiana**

Sotto gli auspici del Console Generale d'Italia, dottoressa Chiara Petracca, si sono svolte a Lione, presso la Casa degli Italiani le cerimonie della Festa Nazionale del 25 aprile.

Per tradizione queste cerimonie iniziano con la deposizione di fiori all'umile lapide del partigiano italiano Titta Cois, massacrato dai nazisti che occupavano Lione nell'agosto 1944, la relazione con la Liberazione d'Italia dovuta ai partigiani è molto stretta, il sacrificio di questo emigrato italiano, non può essere dimenticato.



La cerimonia principale ha continuato presso la Casa degli Italiani, in presenza delle massime autorità italiane: Console Generale, presidente e membri Comites, autorità militari francesi, presidenti associazioni ed un folto pubblico.

La cerimonia si è svolta rispettando il protocollo italiano, con l'inno di Mameli cantato dal pubblico, deposizione delle corone, e musiche protocollari di rigore.

Il Console Generale dottoressa Chiara Petracca ed Il presidente dell'associazione DACI, Discendenti degli ex-Combattenti Italiani hanno spiegato il significato ed il valore di questa Festa Nazionale. La giustificazione di questa Festa Nazionale della Liberazione d'Italia, un 25 aprile, non è capita da nessuno in Francia, neppure dai figli d'Italiani. Per loro, la vera Liberazione è stata la fine della guerra l'8 maggio 1945, e non il 25 aprile, l'Italia dovrebbe conformarsi!

Nella memoria di massa della popolazione francese, L'Italia rimane l'alleata dei nazisti, ha tradito ed occupato la Francia, poi ha voltato gabbana quando gli Alleati avanzavano travolgendo tutto, quindi, durante queste cerimonie è necessario rammentare la verità e la Storia, raddrizzando racconti e ricordando i fatti.

Certo gli errori del dittatore Mussolini hanno fatto che i nostri padri, nonni, hanno dovuto strisciare i muri francesi dalla vergogna, e nessuno sembra sapere che il 25 aprile 1945 degli italiani hanno preso le armi per liberarsi dai nazi-fascisti, per la propria dignità, e per il proprio onore. Il popolo italiano, rappresentato dai partigiani, ha avuto il coraggio di attaccare, liberandosi, da soli, dall'occupazione nazista, dimostrando che non tutti gli Italiani erano fascisti.

Il simbolo del 25 aprile 1945 è quello di aver ottenuto la Liberazione dell'Italia pagando talvolta il prezzo del sangue, ma ritrovando una certa dignità ed onore. Questa Festa Nazionale italiana in Francia, dovrà essere continuamente spiegata, affinché la gente capisca quello che è realmente successo.

Il "vin d'honneur" alla fine della cerimonia, prende un alto valore: a Lione portiamo sempre un brindisi ai nostri Padri che hanno saputo riconquistare l'onore, molto più importante di un impero.

Danilo Vezzio  
(presidente DACI)

**DES SERVICES MÉCONNUS  
QU'UNE MAIRIE PEUT RENDRE**

*Les mairies, en France, proposent une multitude de services gratuits, mais peu connus.*

*Pour certaines démarches, on pense se rendre à la mairie, mais le rôle d'une commune va bien au-delà de ces actes administratifs.*

**Mutuelles municipales et assurances à tarif négocié**

Pour dénicher une couverture santé moins chère, pensez aux mutuelles communales, créées par plusieurs milliers de villes. Ces contrats couvrent les soins essentiels : hospitalisation, optique, dentaire...

Moins connu. Certaines villes proposent une assurance habitation ou auto, à des tarifs groupés. Les conditions varient selon les communes. Vérifiez toutefois les risques couverts et le montant des franchises.

**Un accompagnement spécifique pour les plus de 60 ans**

La plupart des villes disposent d'un point d'information local consacré aux personnes âgées dès 60 ans, aussi appelé Clic (Centre d'information locale et de coordination gérontologique). Sur place, des professionnels vous conseillent et vous expliquent vos droits. Si besoin, ils vous aident à déposer une demande d'Aspa (Allocation de solidarité aux personnes âgées) ou d'APA (Allocation personnalisée d'autonomie). Contactez ces centres locaux si vous recherchez des solutions d'aide à domicile pour vous ou un proche. Selon les villes, le Clic peut aussi organiser des ateliers pour prévenir les risques de chute ou entretenir la mémoire. Des cours d'informatique existent parfois.

En cas de difficultés financières, le Centre communal d'action sociale (CCAS) peut, selon les villes, accorder des aides ponctuelles. Par exemple, un coup de pouce pour payer un appareil auditif. Le CCAS peut aussi attribuer une aide alimentaire aux personnes qui se retrouvent dans une situation précaire ou d'autres formes de soutien.

Par exemple la ville de Carhaix dans le Finistère propose des permanences gratuites de psychologues.

**Des conseils juridiques gratuits**

Un conflit de voisinage, une question sur la transmission de votre patrimoine ? Des "points d'accès au droit" existent de nombreuses villes. Profitez d'un rendez-vous gratuit avec un avocat, un notaire ou encore un médiateur pour régler ce qui vous préoccupe.

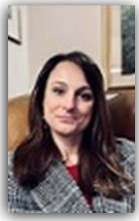
**JOYEUX ANNIVERSAIRE VESPA !  
L'ICÔNE ITALIENNE FÊTE SES QUATRE-VINGT ANS**

Il y a quatre-vingts ans, dans une Italie qui peinait à se relever de la Seconde Guerre mondiale et qui aspirait à de nouvelles formes de liberté et de renaissance, Enrico Piaggio pressentait que l'avenir serait sur deux roues. Le 23 avril 1946, le brevet n° 25 546 était déposé à l'Office des brevets de Florence, décrivant une « motocyclette dotée d'un ensemble rationnel de composants et d'éléments, avec un cadre, des garde-boues et un capot recouvrant l'ensemble de la partie mécanique ». La Vespa était née. En quatre-vingts ans, la Vespa a parcouru des chemins qu'aucun autre véhicule n'a jamais empruntés de la même manière : elle a fait son entrée dans les musées d'art moderne, elle est apparue dans des dizaines de films, de 'Vacances romaines' avec Audrey Hepburn et Gregory Peck aux productions contemporaines, elle est devenue un objet culte pour les collectionneurs et les passionnés du monde entier.

**Celui qui s'écoute parler entend souvent un sot**

**Chi ascolta sé stesso parlare, spesso ascolta uno sciocco**

## PSICOLOGIA



### Rubrica a cura di Ilaria Bandini

(Psicologa-Psicoterapeuta)

## SINDROME TEMPOROMANDIBOLARE E ANSIA

### il corpo ci parla in tanti modi

Avete mai sentito parlare della sindrome temporomandibolare (ATM)?

Probabilmente il vostro dentista la conosce molto bene ma anche il vostro psicologo dovrebbe, in quanto è una di quelle sindromi fisiche, appunto dell'articolazione temporo-mandibolare, ma che sembra abbia una forte componente psicogena.

Vi siete mai accorti di stare con la bocca serrata mentre siete molto concentrati a fare qualcosa? Il mio maestro di yoga ci ricorda sempre di staccare la lingua dal palato superiore mentre facciamo la pratica... pensate adesso, a dove si trova la vostra lingua... è tesa o rilassata?

La sindrome temporomandibolare, o disturbo dell'articolazione temporomandibolare (ATM) colpisce i muscoli masticatori e le articolazioni della mandibola causando dolore, click articolari e limitazione nell'apertura della bocca.

Il legame tra ATM e ansia è bidirezionale: l'una alimenta l'altra attraverso due meccanismi principali, bruxismo e tensione muscolare, e la sensibilizzazione al dolore. Per quanto riguarda il bruxismo sappiamo che l'ansia aumenta l'attività del sistema nervoso simpatico, questo porta a serrare i denti e digrignare durante il giorno ma soprattutto, durante la notte quando il nostro controllo consapevole viene meno. In questo modo, la contrazione prolungata dei muscoli masticatori sovraccarica l'articolazione e genera il dolore.

Infatti, quando si è ansiosi, il corpo attiva il sistema "attacco o fuga" durante il quale i muscoli masticatori sono tra i primi a contrarsi.

cui il cervello processa il dolore.

Nelle persone che soffrono di ATM, il cervello amplifica i segnali provenienti dall'articolazione temporomandibolare, trasformando una tensione lieve in dolore cronico; a livello neuroanatomico significa che strutture come l'amigdala e la corteccia prefrontale diventano iperattive e un piccolo fastidio all'ATM viene interpretato come dolore intenso. È come se il "volume" del dolore fosse alzato.

Questo serramento diurno e soprattutto il bruxismo notturno, può esercitare una forza fino a 6 volte superiore alla masticazione normale provocando microtraumi ripetuti all'articolazione con conseguente infiammazione e dolore.

Per quanto riguarda il secondo meccanismo, la sensibilizzazione al dolore, chi soffre d'ansia ha spesso una soglia del dolore più bassa, e nel caso dell'ansia cronica, modifica decisamente il modo in cui questo spiega perché due persone con lo stesso danno articolare possono sentire livelli di dolore diversissimi.

Si crea così un circolo vizioso: il dolore aumenta l'ansia, e l'ansia peggiora la tensione muscolare.

Studi clinici mostrano che il 70% dei pazienti con disturbi temporomandibolari presenta anche sintomi ansiosi.

Altri studi indicano che pazienti con disturbo d'ansia generalizzata hanno un rischio 2-3 volte maggiore di sviluppare disturbi temporomandibolari.

E viceversa: chi ha dolore cronico all'ATM ha tassi più alti di ansia e depressione.

Per questo l'approccio terapeutico è spesso multidisciplinare: bite notturno dal dentista, fisioterapia, ma anche tecniche di gestione dello stress e supporto psicologico, ovvero aumentare la consapevolezza di cosa ci rende così tesi potrebbe essere un buon punto di partenza, per ridurre l'ansia e porre anche rimedio nell'immediato a tutta una serie di comportamenti parafunzionali che automaticamente mettiamo in essere per compensare il dolore dell'ATM e che a sua volta ne alimentano il problema, come ad esempio, il mordersi le unghie, masticare le penne, masticare sempre dalla stessa parte della bocca, appoggiare la mano sul mento o masticare gomme americane per ore. Ogni gesto che sembra innocuo può avere uno scopo o una funzione e mettere carico all'articolazione.

*Nel prossimo numero vi saranno proposti tre esercizi immediati che agiscono sia sulla mandibola che sull'ansia.*

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

Associazione che riunisce gli psicologi italiani in Francia, l'APSI ha attivato un sostegno psicologico gratuito per i connazionali residenti in Francia alle prese con gli effetti della pandemia.

I professionisti sono a disposizione per colloqui in video-conferenza, al telefono o in studio.

L'associazione ha attivato un servizio di sostegno.

Chi è interessato può scrivere o chiamare:

**Cinzia Crosali-Presidente APSI**  
[cinziacrosali@gmail.com](mailto: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)

### À SAVOIR:

**Pour les numéros verts  
commençant par 0800  
jusqu'à 0805...**

le prix de l'appel et le prix de la communication sont totalement gratuits. Ils ne sont pas surtaxés.

Si le **0 800 112 112**

**S'AFFICHE SUR VOTRE  
TÉLÉPHONE...**

**...DÉCROCHEZ**

**ce n'est pas une arnaque  
mais les secours !**

**En France, depuis le 1er octobre 2024, les appels émis par les pompiers, le Samu, la police ou encore la gendarmerie seront identifiés par le numéro  
0 800 112 112**

**La vie est très étrange : on vient avec rien,  
on se bat pour tout, on repart avec rien**

Didier Mercier

**La vita è davvero strana: veniamo al mondo senza niente,  
lottiamo per tutto e ce ne andiamo senza niente**

## VACANCES À L'ÉTRANGER

### dans quels pays peut-on voyager avec une carte d'identité ?

L'ancienne carte, si elle est en cours de validité, peut même être utilisée pour voyager ou séjourner dans l'Union Européenne jusqu'en 2031.

#### Liste des pays qui déclarent accepter les anciennes cartes d'identité

Pour les cartes d'identité délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013 aux personnes qui étaient majeures au moment de l'obtention, la durée de validité a été automatiquement prolongée de 5 ans.

- Andorre ; Bulgarie ; Croatie ; Estonie ; Grèce ; Hongrie ; Islande ; Italie ; Lettonie ; Luxembourg ; Malte ; Monaco ; Monténégro ; République tchèque ; Saint-Marin ; Serbie ; Slovacie ; Suisse ; Tunisie (*uniquement pour les binationaux ou personnes participant à des voyages de groupe organisés par un professionnel du tourisme*) ; Turquie

#### Liste des pays qui tolèrent habituellement les anciennes cartes d'identité

Les autorités des pays suivants n'ont pas officiellement transmis leur position mais tolèrent habituellement les anciennes cartes d'identité (*plastifiées bleues*) en apparence périmées mais dont la durée de validité a été automatiquement prolongée de 5 ans :

- Les pays de l'Union européenne : Allemagne, Autriche, Chypre, Danemark, Espagne, Finlande, Pays-Bas, Pologne, Portugal, Slovaquie, Suède ;
- de l'Espace Schengen : Liechtenstein ;
- Irlande ; Vatican ; Albanie, Macédoine du Nord, Bosnie-Herzégovine ; Égypte.

#### Liste des pays qui n'acceptent pas les cartes en apparence périmées

Les autorités des pays suivants acceptent les anciennes cartes d'identité (plastifiées bleues) en cours de validité mais n'acceptent pas celles, en apparence périmées, dont la durée de validité a été automatiquement prolongée de 5 ans :

- Belgique ; Lituanie ; Norvège ; Roumanie

De façon à éviter tout désagrément pendant votre voyage, il est fortement recommandé de vérifier la position du pays concerné et de télécharger les fiches d'informations sur l'allongement de la durée de validité de la carte d'identité traduites pour chaque pays l'acceptant comme document de voyage sur le site du ministère de l'Intérieur.

#### Un laissez-passer en cas de perte ou vol

En cas de perte ou vol du passeport ou de la carte d'identité lors d'un séjour à l'étranger, il faut d'abord en faire la déclaration auprès des autorités de police locales. L'ambassade ou le consulat de France pourra ensuite délivrer aux personnes concernées un laissez-passer ou un passeport temporaire.

## Per le vostre vacanze Pour vos vacances

### ISCHIA (Italia)



#### Casa Marina Ischia



tel. +39 347 944 0256

Situata nel cuore di Ischia Porto  
Située au cœur d'Ischia Porto

Terme / Termes - Trekking  
Itinerari romantici / Itinéraires romantiques

### WINE TOUR IN ITALIA:

*guida completa a degustazioni,  
visite e esperienze uniche*

Un "wine tour in Italia" è molto più di una semplice visita in cantina: è un modo concreto per capire come un territorio diventa vino, attraverso vigneti, persone, metodi di lavoro e piatti locali. L'Italia è un mosaico di denominazioni, microclimi e tradizioni: per questo pianificare un itinerario enologico può essere semplice in apparenza, ma complesso nei dettagli. In questa guida trovi un quadro completo: cosa significa davvero "wine tour", quali esperienze aspettarti, come scegliere in base al tuo profilo e quali aree sono particolarmente adatte a un primo viaggio del vino o a un weekend più mirato.

Si può partire da [Vinbacco.com](http://vinbacco.com) e dalla [guida al nuovo sito](#), utile per capire come funziona la ricerca di tour e cantine, e quali informazioni leggere prima di confermare.

### "ITALIA MI MANCHI"



FAI

FONDO AMBIENTE ITALIANO

Visitate il SITO

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

### Site officiel du tourisme

Offices de Tourisme de France ([guidedutourisme.net](http://guidedutourisme.net))

Sito ufficiale del turismo

[www.italia.it](http://www.italia.it)

## In questo mese si festeggia Ce mois-ci nous célébrons

### L'ASCENSIONE 14 maggio

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

### PENTECOSTE 24 maggio

Pentecoste è una festa della tradizione ebraica, nella quale rappresentava una festa di ringraziamento. Nella religione cristiana, cade nel cinquantesimo giorno dopo Pasqua (da cui il nome), di domenica. Il termine **Pentecoste** è conosciuto nell'Antico Testamento come "festa della mietitura e delle primizie". Pentecoste è la festa per la fine del raccolto.

### L'ASCENSION 14 mai

Selon le Nouveau Testament, l'événement connu sous le nom d'**Ascension** est le dernier épisode de la vie terrestre de Jésus : trente-neuf jours après sa mort et sa résurrection, il est monté au ciel. Cette fête est célébrée dans toutes les confessions chrétiennes et, avec Pâques et la Pentecôte, elle compte parmi les solennités les plus importantes du calendrier liturgique. La fête de l'Ascension est très ancienne, attestée dès le IV<sup>e</sup> siècle.

### LA PENTECÔTE 24 mai

La Pentecôte est une fête traditionnelle juive, qui représentait une action de grâce. Dans la religion chrétienne, elle a lieu le cinquantième jour après Pâques (d'où son nom), un dimanche. Le terme **Pentecôte** est connu dans l'Ancien Testament comme « la fête des moissons et des prémices ». La Pentecôte est la célébration qui marque la fin des récoltes.

## La luna del mese / La lune du mois

A metà strada tra la primavera e l'estate, la lunazione di maggio svolge un ruolo fondamentale per la crescita di tutto il mondo vegetale. La natura è ormai iperattiva, anche nei climi più rigidi e negli angoli più ombrosi dei boschi.

À mi-chemin entre le printemps et l'été, la lunaison de mai joue un rôle crucial dans la croissance de toute la flore. La nature est alors en pleine effervescence, même dans les climats les plus rudes et dans les zones les plus ombragés des bois.

## Il mughetto del 1° maggio

### Le muguet du 1er mai

Originario del Giappone e presente in Europa fin dal Medioevo, il **mughetto**, chiamato anche giglio delle valli, aggiunge un tocco di poesia alla nostra primavera con i suoi fiorellini bianchi a forma di campanella.

Il **1° maggio** è consuetudine regalare qualche rametto alle persone che ci sono care. È solo all'inizio del XX° secolo che il mughetto è stato associato alla Festa del Lavoro. In Francia, sotto Pétain, la Festa dei Lavoratori diventa «Festa del Lavoro». Si mormora che chi trova un rametto di mughetto con tredici campanellini sarà fortunato.



Originaire du Japon et présent en Europe depuis le Moyen Âge, le **muguet**, avec ses gracieuses fleurs blanches en forme de clochettes, apporte une touche de poésie à notre printemps.

Le **1er mai**, il est de coutume d'offrir quelques brins de muguet à ses proches.

Ce n'est qu'au début du XX<sup>e</sup> siècle que le muguet s'est associé à la Fête du Travail. En France, sous Pétain, la Fête du Travail est ainsi devenue « Fête du Travail ».

On dit que celui qui trouve un brin de muguet à treize clochettes sera particulièrement chanceux.

## Accadde a maggio...

**1 maggio 1890:** in Europa si celebra la prima "Festa dei lavoratori"

**4 maggio 1949:** a Superga precipita l'aereo del grande Torino

**6 maggio 1994:** viene inaugurato il tunnel sotto la Manica

**8 maggio 1886:** Pemberton brevetta la "Coca-Cola"

**9 maggio 1950:** nascita dell'Europa con la dichiarazione del ministro degli Esteri francese Robert Schuman

**12 maggio 1974:** referendum italiano abrogativo sul divorzio, vincono i "no"

**14 maggio 1947:** Giorgio Strehler, attore triestino, e Paolo Grassi, impresario d'arte milanese inaugurarono il primo "teatro stabile" italiano, il "Piccolo Teatro di Milano"

**16 maggio 1792:** a Venezia fu inaugurato il teatro della "Fenice"

**18 maggio 1921:** viene messo in commercio il cerotto

**20 maggio 1873:** Levi Strauss e Jacob Davis brevettano i blue jeans

**23 maggio 1992:** strage di Capaci

**24 maggio 1883:** inaugurazione del ponte di Brooklyn a New York

**29 maggio 1953:** l'esploratore neozelandese Edmund Hillary fu il primo uomo a scalare l'Everest

## C'est arrivé en mai...

**1er mai 1890 :** Célébration de la première Fête du Travail en Europe

**5 mai 1789 :** Le roi Louis XVI ouvre les États Généraux à Versailles.

**5 mai 1821 :** Napoléon Ier s'éteint à Sainte-Hélène

**6 mai 1994 :** Inauguration du tunnel sous la Manche

**7 mai 1429 :** Jeanne d'Arc achève la prise d'Orléans

**8 mai 1886 :** Pemberton dépose le brevet du Coca-Cola

**9 mai 1950 :** naissance de l'Europe avec la déclaration du ministre français des Affaires étrangères, Robert Schuman

**9 mai 1435 :** victoire des Français sur les Anglais à la bataille de Gerberoy

**15 mai 1768 :** Louis XV achète la Corse à la république de Gênes

**18 mai 1921 :** Lancement du pansement Band-Aid

**20 mai 1873 :** Levi Strauss e Jacob Davis brevètent les blue jeans

**24 mai 1883 :** Inauguration du pont de Brooklyn à New York

**29 mai 1953 :** L'explorateur néo-zélandais Edmund Hillary devient le premier homme à gravir l'Everest

## PATRONATI

### UFFICI OPERATIVI IN FRANCIA

#### 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 - [lionne@patronato.acli.it](mailto:lionne@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)

#### 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 - [lionne.francia@inca.it](mailto:lionne.francia@inca.it)
- 17 Rue Melchion – 13005 MARSIGLIA  
04 91 48 39 10 - [marsiglia.francia@inca.it](mailto:marsiglia.francia@inca.it)
- 7 rue Ardoino (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)



<https://podcast.ausha.co/radio-fuori-campo/playlist/vito-laraspatha>



l'Italia nel mondo  
**ItaiPlanet.it**

Online la nuova newsletter

#### 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 - CHAMBERY
- NANCY SAINT ETIENNE - 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/>

### 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

## ITAL/UIL

### Coordinamento Francia

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)
- 20 bis, Promenade de la Mer  
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)

### INAPA/FIAPA

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



Associazione Sviluppo Europeo  
Association pour le Développement Européen  
European Development Association

## Associazione Sviluppo Europeo (ASE)

**è un'associazione senza scopo di lucro con sede principale in Italia, a Roma e sedi di rappresentanza all'estero**

È nata dalla volontà di offrire, attraverso un Sito web, un contributo di pensiero e non solo, creando e curando delle Rubriche quali **Giustizia, Salute, Ambiente, Creatività, Arte & Cultura, Sport**, ispirandosi ai principi fondamentali dell'Unione Europea. In particolare, intende fornire informazioni in relazione alle misure adottate dall'UE.

[www.associazionease.it](http://www.associazionease.it)

**è aperta a chiunque desideri avvalersene per cultura personale o per ulteriori possibilità di sviluppo professionale**

L'Associazione si rivolge a professionisti, artisti e sportivi per offrire loro l'opportunità di avere un supporto gratuito su cui contare. Il Sito web è stato creato in modo da offrire un canale attraverso il quale instaurare un rapporto diretto tra visitatore e conduttore delle rubriche. È a disposizione per condurre una Rubrica individuale, senza doversi preoccupare della gestione e dei costi di un sito personale.





*Non siamo i migliori, ma  
non siamo secondi a nessuno*

Sandro Pertini

## Il Centro Europeo Consumatori Italia

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

## NUOVO PORTALE "FAST IT"

- **INFO E SERVIZI PER GLI ITALIANI ALL'ESTERO** -

<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 ad usufruire di alcuni servizi consolari 'on line' come l'iscrizione all'AIRE, o possono prenotare un appuntamento presso il proprio Consolato.

## Passaporto e servizi consolari

per i cittadini residenti all'estero o che necessitano di servizi consolari ci sarà interoperabilità tra l'Anagrafe degli Italiani Residenti all'Estero (AIRE) e i sistemi di rilascio dei documenti d'identità, eliminando i tempi di attesa per lo scambio di nulla osta cartacei tra uffici diversi. Lo prevede il decreto legge varato dal Consiglio dei ministri. Tra le altre disposizioni, Carta d'identità a validità illimitata per gli ultrasettantenni, Tessera elettorale digitale, gratuità e rilascio immediato dei Certificati anagrafici e di stato civile, accessibilità ai dati per i familiari. Il provvedimento favorisce l'attuazione dei progetti del PNRR e opera una generale revisione di oltre 400 adempimenti amministrativi a carico di cittadini, famiglie e imprese, puntando con decisione sulla digitalizzazione, sulla contrazione dei termini procedurali e sull'interoperabilità delle banche dati pubbliche. Si rafforza il principio cardine che il cittadino o l'impresa non debbano fornire alla pubblica amministrazione dati di cui questa è già in possesso e lo scambio telematico tra banche dati diventa l'unico canale di acquisizione documentale.

## Un nuovo servizio per gli italiani in Francia

### il Patronato Ital-Uil arriva ad Annecy

Un nuovo servizio, dunque, per chi ha bisogno di supporto nella gestione delle pratiche pensionistiche. **L'ITAL** (Istituto Tutela Assistenza Lavoratori) fondato nel 1952, è un Patronato che fa parte della **UIL**, una delle principali sigle sindacali italiane e si occupa di fornire assistenza gratuita nelle pratiche previdenziali. Tra i suoi servizi, si legge: *"fornisce anche assistenza a tutti i pensionati che ogni anno devono presentare il modello RED/EST alla Cassa INPS. Il Patronato è anche disponibile per il rilascio del modello CUD, utile nella presentazione della dichiarazione fiscale"*.

## 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**

**56, Rue d'Alger - 13005 Marseille**

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)

### Sportello Consolare permanente a Tolosa

19, bis Rue Riquet - 31000 TOULOUSE

Tel 05.34.66.89.90

e-mail : [tolosa.marsiglia@esteri.it](mailto:tolosa.marsiglia@esteri.it)

### Sportello Consolare permanente a Bastia

Ure Saint-François - Résidence Miot Bât B - 20200 BASTIA

Tel. 04 95 34 93 93 - fax 04 95 32 56 72

e-mail: [bastia.marsiglia@esteri.it](mailto:bastia.marsiglia@esteri.it)

### Vice Consolato Onorario a Bordeaux

36, Cours du Maréchal Foch, 33000 Bordeaux.

Per maggiori dettagli sui servizi consolari gestiti dal Vice Consolato Onorario, contatti e modalità di accesso ai servizi, si veda il sito del [Consolato Generale a Marsiglia](#)

Ascoltate

## RADIO FUORI CAMPO

La nuova radio italiana

[www.radiofuoricampo.com](http://www.radiofuoricampo.com)

*"Fuori campo" è ciò che non si vede  
ma è presente, significa raccontare la  
realtà fuori dal coro, guardare fuori  
campo la realtà italiana.*



<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>

## Espresso Radio

podcast ideato dalla Farnesina in collaborazione con SIAE  
per promuovere la musica italiana contemporanea nel mondo.



## Centre Européen des Consommateurs France

- informations et conseils juridiques gratuits -

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

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 États 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 la rubrique "[Nous connaître](#)".

## Vos droits en cas de retard de livraison ou de colis abîmé lorsque vous commandez en ligne

- **Notification immédiate** : Si le colis arrive endommagé, refusez-le et notez les dommages sur le bon de livraison.
- **Délai de 30 jours** : Le vendeur doit livrer dans un délai maximal de 30 jours après la commande, sinon vous pouvez demander un remboursement.
- **Garantie légale de conformité** : Si le produit ne correspond pas à votre commande, vous pouvez demander un remplacement ou un remboursement.
- **Résolution du contrat** : En cas de non-respect des délais, vous pouvez résoudre le contrat et obtenir un remboursement
- **Conservation des preuves** : Gardez toutes les preuves, comme les factures et les photos du colis abîmé, pour faire valoir vos droits.

Ces droits sont encadrés par le Code de la consommation, qui protège les consommateurs en cas de problèmes de livraison.

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



**24h sur 24 / 7 jours sur 7**

Écoute par téléphone au +33(0)9 72 39 40 50

En ligne, des bénévoles formés à l'écoute

Info : [sos-amitie.com](https://www.sos-amitie.com)

# 116 006

## 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 h./24 – 7j./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 les urgences psychiatriques : 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

## PREVENTION DU SUICIDE

# 3919

## FEMMES VICTIMES DE VIOLENCE

## Victime d'usurpation d'identité

1. **Déposer une plainte pénale** (dans un commissariat de police ou une brigade de gendarmerie)
2. **Alerter la banque** (informer au plus vite le ou les établissements bancaires)
3. **Contactez la Commission informatique et libertés** (pour savoir si des comptes ont été ouverts en France à votre nom par l'escroc)

**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)

**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>

## NOTIZIE STAMPA **REVUE DE PRESSE**

**1° GENNAIO - 30 GIUGNO 2026**  
**Presidenza UE: CIPRO**

### **Prossime Presidenze**

- **Irlanda:** luglio – dicembre 2026
- **Lituania:** gennaio - giugno 2027

**1er JANVIER - 30 JUIN 2026**  
**Présidence UE : CHYPRE**

### **Prochaines Présidences**

- **Irlande :** juillet – décembre 2026
- **Lituanie :** janvier - juin 2027

## **BILANCIO UE 2028-2034, IL PARLAMENTO CHIEDE UN AUMENTO DEL 10%**

Il Parlamento europeo propone di aumentare del 10% il prossimo bilancio pluriennale dell'Unione, portandolo all'1,27% del reddito nazionale lordo europeo. Gli eurodeputati ritengono che questa sia la soglia minima necessaria per affrontare le grandi sfide: guerra in Europa, transizione climatica, competitività economica e crisi sociali.

Le risorse aggiuntive dovrebbero rafforzare difesa, innovazione, infrastrutture, sanità, Erasmus+, ricerca e sostegno all'Ucraina. Il Parlamento insiste anche sull'introduzione di nuove entrate proprie europee, per coprire il rimborso del debito comune contratto con il fondo NextGenerationEU.

## **LA POPOLAZIONE DELL'UE CALERÀ DELL'11,7% ENTRO IL 2100**

Secondo le nuove proiezioni Eurostat, la popolazione dell'Unione europea diminuirà di 53 milioni di persone entro la fine del secolo, passando dai 451,8 milioni del 2025 a circa 398,8 milioni nel 2100. Dopo un lieve aumento fino al 2029, inizierà un calo progressivo accompagnato da un forte invecchiamento demografico. La quota dei giovani sotto i 20 anni scenderà dal 20 al 17%, mentre quella degli over 80 salirà dal 6 al 16%. Il dato conferma una trasformazione profonda della struttura sociale europea, con meno persone in età lavorativa e una popolazione sempre più anziana.

## **BUDGET DE L'UE 2028-2034 LE PARLEMENT DEMANDE UNE AUGMENTATION DE 10 %**

Le Parlement européen propose une augmentation de 10 % du prochain budget pluriannuel de l'UE, le portant à 1,27 % du revenu national brut européen. Les eurodéputés estiment qu'il s'agit du seuil minimal nécessaire pour relever les grands défis : la guerre en Europe, la transition climatique, la compétitivité économique et les crises sociales.

Ces ressources supplémentaires devraient renforcer la défense, l'innovation, les infrastructures, la santé, Erasmus+, la recherche et le soutien à l'Ukraine. Le Parlement insiste également sur la création de nouvelles recettes pour couvrir le remboursement de la dette contractée auprès du fonds NextGenerationEU.

## **LA POPULATION DE L'UE DIMINUERA DE 11,7 % D'ICI 2100**

Selon les nouvelles projections d'Eurostat, la population de l'Union européenne diminuera de 53 millions d'habitants d'ici la fin du siècle, passant de 451,8 millions en 2025 à environ 398,8 millions en 2100. Après une légère augmentation jusqu'en 2029, elle amorcera un déclin progressif, accompagné d'un vieillissement démographique important. La part des moins de 20 ans passera de 20 % à 17 %, tandis que celle des plus de 80 ans augmentera de 6 % à 16 %. Ces données confirment une profonde transformation de la structure sociale européenne, avec une population en âge de travailler réduite et un vieillissement croissant de la population.

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

Jacques Delors

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