



UN PROPOSITO PER L'ANNO NUOVO

Il nuovo anno è alle porte, facciamoci una promessa per affrontare al meglio quest'anno che inizia con nuove avventure incognite: cerchiamo di conoscerci di più e stare un po' di più con sé stessi. Apprendiamo ad amarci, anche se siamo convinti di saperlo.

È più facile dirlo, che non a farlo! Mi si potrà obiettare. Certo, con la vita frenetica di oggi non si ha il tempo e si tende a fuggire da noi stessi. Ma ogni tanto sarà utile fermarci e riflettere su noi stessi, sul nostro vissuto e come siamo arrivati fin qui.

Il più delle volte la mancanza di amore verso sé stessi può derivare dal modo in cui i nostri genitori e gli altri adulti ci hanno guardato durante la nostra infanzia.

"Mio padre mi ha detto durante tutta la mia infanzia che non valevo niente e non mi faceva mai i complimenti, mentre era ammirativo di fronte agli altri bambini". Non è raro sentire una frase del genere ad un certo punto della vita, quando s'incomincia a riflettere sul passato.

Ma è troppo tardi? No, il primo passo è considerare il rapporto con il proprio fisico, la rappresentazione di sé, soprattutto nella società in cui viviamo dove l'immagine ha la sua importanza. Di conseguenza occorre prendere coscienza delle critiche rivolte a sé stessi. È importante scoprire il comportamento nei confronti di sé stessi e il modo in cui si parla con sé stessi, quando vengono pronunciate parole denigratorie e non valorizzanti su sé stessi che mostrano l'incapacità di dare e ricevere amore.

In genere, le persone che non si amano, inconsciamente, scelgono un partner avaro di complimenti per rafforzare la propria cattiva immagine di sé. La scelta del partner è quindi la conseguenza del nostro non amore. Regalarsi una relazione migliore può portare piccoli cambiamenti positivi nella relazione.

Amarsi significa prendersi più cura di sé e smettere di dedicarsi in continuazione agli altri, che, a volte, è una scusa per fuggire da sé stessi. Le persone che si amano sono in pace con sé stesse, si sentono sicure di sé. Amare sé stessi significa guardare con serenità alle nostre qualità così come ai nostri difetti.

Una domanda mi viene spontanea: se non ci si ama, come si può pretendere di poter dare amore agli altri?

vi.lar.



*Meilleurs
Vœux de
Nouvel
An*



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

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

UNE RESOLUTION POUR LE NOUVEL AN

La nouvelle année est à nos portes, promettons à nous-même de mieux affronter l'année qui commence avec de nouvelles aventures inconnues : essayons de mieux nous connaître et de passer un peu plus de temps avec nous-mêmes. Apprenons à nous aimer, même si nous sommes persuadés de le savoir.

C'est plus facile à dire qu'à faire ! Pourrez-vous m'objecter. Bien sûr, avec la vie trépidante d'aujourd'hui, nous n'avons pas le temps et nous avons tendance à nous échapper de nous-mêmes. Mais de temps en temps, il convient de s'arrêter et de réfléchir sur nous-mêmes, sur nos expériences et sur la façon dont nous en sommes arrivés là.

La plupart du temps, le manque d'amour envers nous-mêmes dérive de la façon dont nos parents et les autres adultes nous regardaient durant notre enfance. *"Mon père m'a dit tout au long de mon enfance que je ne valais rien et ne m'a jamais fait de compliments, alors qu'il admirait les autres enfants."* Il n'est pas rare d'entendre une telle phrase à un certain moment de la vie, lorsque nous commençons à réfléchir sur notre passé.

Mais est-ce trop tard ? Non, la première étape est de réfléchir au rapport à son corps, à la représentation de soi, surtout dans la société dans laquelle nous vivons où l'image a son importance. Par conséquent, il faut prendre conscience des critiques qui nous sont adressées. Il est important de découvrir le comportement envers nous et la manière dont nous parlons à nous-mêmes, lorsque des propos désobligeants et non valorisants sont prononcés à notre égard qui montrent l'incapacité de donner et de recevoir de l'amour. Généralement, les personnes qui ne s'aiment pas choisissent inconsciemment un partenaire avaro de compliments pour renforcer leur mauvaise image. Le choix du partenaire est donc la conséquence de notre manque d'amour. S'offrir une meilleure relation peut apporter de petits changements positifs dans la relation. S'aimer, c'est prendre mieux soin de soi et cesser de se consacrer constamment aux autres, ce qui est parfois un prétexte pour s'évader de soi. Les gens qui s'aiment sont en paix avec eux-mêmes, ils ont confiance en eux. S'aimer, c'est regarder sereinement nos qualités comme nos défauts.

Une question me vient spontanément : si on ne s'aime pas soi-même, comment espérer pouvoir donner de l'amour aux autres ?

vi.lar.

Passare da un anno all'altro senza voltarsi, guardare lontano, respirare il colore dei giorni e la loro luce, sentire l'emozione che passa, prendersi il tempo per diventare se stessi, abbracciare la vita che arriva, prendere tutto il talento che ci dà e corriamo verso il domani.

TANTI AUGURI PER IL NUOVO ANNO 2025

EN FRANCE

Un rond-point ou un carrefour giratoire ?

Ils se ressemblano tellement qu'ils sono ben souvent tous appelés ronds-points. La différence entre les deux types de carrefours est simple, sur un rond-point, il n'y a pas de panneaux de signalisation, ni de marquage au sol alors que sur les carrefours à sens giratoire il y a des panneaux "Cédez le passage". La majorité de ces carrefours aujourd'hui sont des intersections à sens giratoire.

Comment entrer dans un rond-point ou un giratoire ?

La règle n'est pas la même pour les deux types de carrefours. Selon l'[article R415-10](#) du Code de la route, "tout conducteur abordant un carrefour à sens giratoire est tenu, quel que soit le classement de la route qu'il s'apprête à quitter, de céder le passage aux usagers circulant sur la chaussée qui ceinture le carrefour à sens giratoire." Comme indiqué par les panneaux de signalisation à l'entrée du carrefour donc.

Toujours selon le code de la route, les ronds-points sont régis par la règle de priorité à droite, ainsi les conducteurs doivent laisser passer tout véhicule entrant.

Bon à savoir : sur un rond-point avec feux, s'ils sont en panne on revient à la règle de priorité à droite.

La Poste prend ses quartiers dans les fermes du pays.

Depuis environ un mois, une dizaine d'exploitations françaises proposent des services postaux aux habitants. L'occasion d'attirer une nouvelle clientèle tout en répondant à un besoin prégnant dans ces zones relativement isolées.

S'il est apprécié par la population, ce nouveau concept séduit également les exploitants. Et pour cause : chaque agriculteur touche une contribution calculée en fonction du volume de produits vendus. Un colis leur permet par exemple de récolter 42 centimes. Surtout, cela attire une nouvelle clientèle qui, après avoir déposé son courrier, peut se laisser tenter par les produits de la ferme. La Poste, elle aussi, y trouve son compte. Ce partenariat avec les chambres d'agriculture et le réseau de producteurs fermiers "Bienvenue à la ferme" permet à l'entreprise de se rendre dans des endroits où elle n'était pas auparavant.

IN ITALIA

Centenari: in 10 anni oltre il 30% in più

Al 1° gennaio 2024, rileva l'Istat, i centenari residenti in Italia sono 22.552, l'81% dei quali di sesso femminile. Considerando che al 1° gennaio 2014 i centenari erano 17.252, la crescita in un solo decennio è stata di oltre il 30%. Alla stessa data, i residenti con almeno 105 anni di età (semi-supercentenari) sono 677. Il rapporto di genere tra i semi-supercentenari è fortemente sbilanciato a favore delle donne: sono infatti 600, pari all'89% del totale, contro 77 uomini (11%). Al 1° gennaio 2024 i residenti che hanno raggiunto e superato la soglia dei 110 anni (supercentenari) sono 21. A conferma di una maggiore longevità femminile soltanto uno di essi è di sesso maschile.

Pensioni all'estero: calano per italiani, crescono per stranieri

Uno studio dell'Inps sulle pensioni pagate all'estero - scrive L'Economia del Corriere della Sera - dice che i pensionati che se ne vanno dal nostro Paese sono pochissimi, 3.110 nel 2023 rispetto al totale degli anziani. Non lo fanno tanto per motivi economici, ma più banalmente per ricongiungersi ai figli che si sono trasferiti all'estero. Se le pensioni pagate all'estero agli italiani diminuiscono man mano che scompaiono quelle che nel dopoguerra sono migrate verso le Americhe, il Belgio, la Francia, la Germania, ora emerge una nuova tendenza: il pagamento delle pensioni agli stranieri che hanno lavorato in Italia e che ritornano nei loro Paesi d'origine.



**JOYEUX
NOËL**

Passer d'une année à l'autre sans se retourner, regarder loin devant, respirer la couleur des jours et leur lumière, sentir l'émotion qui passe, prendre le temps de devenir soi, embrasser la vie qui vient, prendre tout le talent qu'elle nous donne et courir vers demain.

Riconoscimenti

Reconnaisances

TORINO Capitale Europea dell'Innovazione

È Torino la Capitale Europea dell'Innovazione 2024, riconoscimento che intende celebrare le città europee che sono all'avanguardia nella fornitura di soluzioni innovative a vantaggio dei loro cittadini. L'annuncio a Lisbona, città che aveva vinto lo scorso anno.

Attraverso "iCapital", l'Unione Europea premia le città con ecosistemi di innovazione inclusivi. Il premio, giunto quest'anno alla sua decima edizione, identifica le città che riescono a connettere i cittadini con il mondo accademico, il settore privato e quello pubblico per migliorare il benessere dell'intera società, promuovendo allo stesso tempo l'innovazione rivoluzionaria.

A Torino, preferita a Espoo (Finlandia) e West Midlands (Regno Unito) nella categoria 'Capitale Europa dell'Innovazione', andrà anche un milione di euro. Nella categoria 'Città Innovative Emergenti' ha vinto la città Braga (Portogallo), davanti Linz (Austria) e Oulu (Finlandia).

"La globalizzazione dell'indifferenza ci ha tolto la capacità di piangere"

(Papa Francesco – Pape François)

"La mondialisation de l'indifférence nous a privé de la capacité de pleurer"

INSONNIA: COLPITI 12 MILIONI DI ITALIANI**PUGLIA E SICILIA
LE REGIONI IN CUI SI DORME MENO**

Le ultime statistiche diffuse dall'Associazione Italiana di Medicina del Sonno (AIMS) rivelano che 1 adulto su 4 e 1 minore su 5 soffre di disturbi del sonno, per un totale di 12 milioni di individui. In particolare sono le donne ad essere le più colpite. Esse rappresentano infatti il 60% delle persone che soffrono di tali disturbi in forma transitoria o cronica. Non solo: la stessa Associazione svela che il 30% degli italiani dorme meno di 6 ore per notte. Questa particolare classifica ci svela che di notte si riposa meno al Sud che a Nord: mediamente in Puglia e Sicilia sono 6.6 le ore di sonno notturno, in Calabria 6.7, in Basilicata 6.8. Man mano che si risale lo stivale le ore aumentano: ad esempio nelle Marche la media è di 7 ore, seguita dall'Umbria e Toscana (7.1 e 7.2 rispettivamente). È la Val D'Aosta a detenere lo scettro dei riposi più lunghi con 7.5 ore medie, seguita dal Trentino con 7.4 e, un po' a sorpresa, l'attivissima Lombardia con 7.3. In ogni caso l'età incide sulla durata del sonno, un rapporto dell'Osservatorio Nazionale sulla Salute nelle Regioni Italiane segnala che i giovani nella fascia 18 - 24 anni dorme un'ora in meno degli over 65: 6 ore e 40 minuti contro 7 ore e 40.

L'AVOCAT : fruit riche en vitamines**Comment choisir un avocat et le conserver ?**

Il est préférable de le manipuler avec précaution, car ils sont fragiles et peuvent s'abîmer. Une couleur vert foncé à marron, uniforme, est le signe d'un avocat mûr. L'avocat est très ferme au toucher la peau est verte, lisse et brillante ? Il n'est pas encore mûr, mais peut continuer le processus de maturation chez vous. Pour une consommation dans les 24h, préférez un avocat mou au

niveau du pédoncule, signe qu'il est prêt à être mangé.

Dans votre cuisine, conservez-le à température ambiante, pas au frigo, car le froid va freiner sa maturation, mais surtout altérer sa chair. Ne le mettez pas non plus dans la corbeille de fruits, car c'est un fruit climactérique comme la pomme ou la banane, il dégage de l'éthylène, un gaz qui fait mûrir les autres fruits.

Comment faire mûrir un avocat plus rapidement ?

Conservez votre avocat dans un papier kraft ou du papier journal. Y ajoutez une pomme, un kiwi ou une banane. Si vous êtes pressé, tentez le tout pour le tout avec cette méthode étonnante, mais qui a fait ses preuves : préchauffez le four à 100°C maximum et enfournez votre avocat, emballé dans de l'aluminium, pour 10 minutes. Si vous n'êtes pas pressé, placez l'avocat près d'une source de chaleur (un radiateur ou une fenêtre ensoleillée) pour l'aider à mûrir.

Comment conserver un demi-avocat coupé ?

Conservez le noyau dans la partie à mettre de côté, il va aider à ralentir le processus d'oxydation qui fait noircir le fruit. Mettez quelques gouttes de citron sur la chair, ses propriétés antioxydantes vont empêcher le noircissement de la chair. Cela fonctionne aussi avec un peu de vinaigre. Retournez l'avocat dans une assiette et placez-là au réfrigérateur.

Si vous n'avez pas de citron sous la main, vous pouvez également badigeonner votre demi-avocat d'huile d'olive et de quelques grains de sel.

Vous pourrez le conserver 24h au réfrigérateur.

Enfin, un demi-avocat recouvert de film alimentaire permettra de le conserver au réfrigérateur sans qu'il noircisse.

"Non aspettate di essere felici per sorridere, sorridete piuttosto, per essere felici"

"N'attendez pas d'être heureux pour sourire, souriez plutôt, pour être heureux"

In breve...**En bref...****Bambini e adolescenti
disagio psicologico
in aumento**

Come stanno i bambini e gli adolescenti italiani? Bene, ma non benissimo. Se, da un lato, si registrano indicatori di eccellenza, dall'altro emergono difficoltà che, se non affrontate, rischiano di compromettere il benessere presente e futuro delle giovani generazioni. L'Italia si distingue ancora in alcuni fondamentali indicatori di salute pediatrica. Uno dei successi principali è rappresentato dal basso tasso di mortalità infantile, tra i migliori al mondo e superiore a paesi come Francia e Germania, a testimonianza di un sistema di cure all'avanguardia. La qualità delle cure pediatriche è riconosciuta a livello internazionale: secondo una recente indagine della rivista Newsweek, ben 13 unità pediatriche italiane figurano tra le migliori al mondo, segno di un impegno costante per la salute dei più piccoli.

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

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

Passeggiate in Francia

TROUVILLE

il fascino della Normandia

Una fuga iodata a sole 2 ore e 15 minuti di treno (diretto) da Parigi che permette di considerare un viaggio di andata e ritorno in una giornata.

Già prima di arrivare, da finestrino, scorre il paesaggio della Normandia e si presta a sognare ad occhi aperti... prati, mandrie di mucche normanne e, infine, il capolinea e il mare.



La stazione di Trouville-Deauville vi lascia a pochi passi dal cuore della città. All'uscita girate a destra, attraversate il ponte fiorito e vi troverete di fronte al porto dei pescatori. Appena dieci minuti a piedi e la grande spiaggia fiancheggiata da sublimi ville vi aspetta.

Approfittate di una passeggiata lungo Rue des Bains per perdervi nelle stradine acciottolate circostanti e scoprire case a intelaiatura di legno, più in alto. La località balneare è anche ricca di negozi di decorazioni e di antiquariato, tenete gli occhi aperti! Venire a trascorrere un momento a Trouville è l'occasione per assaporare la gastronomia locale. Piatto di frutti di mare o cozze e patatine fritte nelle famose brasserie vicine, questa è una tappa imperdibile.

Per saperne di più: trouvillesurmer.org

Balades en Italie

CITADELLA

une commune de la province de Padoue dans la région Vénétie

Un exemple exceptionnel en Europe d'un village fortifié dans la plaine. Poste avancé de défense de la ville de Padoue.



Citadella abrite le prix national de poésie et d'autres événements culturels importants et représente l'un des exemples les plus intéressants d'une cité médiévale fortifiée. Erigés en 1220, ses fortifications sont presque intactes et

forment un polygone avec 4 portes d'accès à la ville. Longs de 1460 m et hauts de 13 m, les remparts sont fractionnés par 16 tours et 16 tourelles.

On peut faire le tour de la ville sur ses remparts qui incorporent, à la Porte Padoue, l'église de Torresino et la prison de la tour de Malte, qui abrite désormais des expositions et des événements culturels.

Après la guerre, Cittadella a développé son économie dans les secteurs les plus divers et s'est étendue considérablement en dehors du centre fortifié, qui reste pourtant le cœur administratif, culturel et tertiaire de la ville.

Huit villes françaises inscrites au Patrimoine mondial de l'UNESCO

Les villes françaises inscrites au Patrimoine mondial de l'UNESCO offrent un véritable voyage à travers l'histoire, la culture et l'architecture du pays.

Avignon : la ville d'Avignon est connue pour son célèbre pont, également pour le Palais des Papes.

Bordeaux : c'est certes grâce à son vin et ses bâtiments que la ville de Bordeaux est connue mondialement.

Albi : grâce à son centre-ville, à la

cathédrale fortifiée Sainte-Cécile et son palais de la Berbie, ancien palais des archevêques.

Le Mont Saint-Michel : alors que les Bretons et les Normands se le disputent, le Mont Saint-Michel attire des touristes venus du monde entier.

Le Havre : ville totalement détruite pendant la Seconde Guerre mondiale, le Havre a été reconstruite et a gagné son inscription au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Carcassonne : située dans le sud

de la France, la petite ville médiévale est une destination touristique prisée par les touristes, notamment grâce à ses remparts aux 52 tours.

Nice : petite nouvelle sur la liste, la ville du sud de la France a été inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO en 2021, sous le nom de "Nice capitale de la villégiature d'hiver de la Riviera".

Strasbourg : présente sur la liste du patrimoine mondial de l'UNESCO depuis 1988, Strasbourg est connue pour son magnifique centre historique.

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

"Le vrai bonheur coûte peu, s'il nous coûte cher il n'est pas de bonne qualité"

Il presepe vivente di Matera

Un percorso di un chilometro e mezzo

L'edizione di quest'anno del "Presepe vivente nei Sassi di Matera" sarà all'insegna dell'accoglienza, dell'inclusività e della sostenibilità. Il presepe si svolgerà nel Sasso Caveoso lungo un percorso di 1,5 chilometri, nei giorni 7, 8, 14, 15, 21, 22, 28 e 29 dicembre e il 4 e 5 gennaio 2025.



Oltre 200 comparse animeranno la rappresentazione, con spazi e scene che riprodurranno la Gerusalemme ai tempi di Gesù fino alla 'Natività', che quest'anno sarà caratterizzata da un 'quadro plastico'. I visitatori saranno accolti in piazza San Pietro Caveoso dall'antica porta di Gerusalemme e da un accampamento romano. Lungo il percorso vi saranno piccoli gruppi di musicisti che eseguiranno brani natalizi.

Le aree sottoposte a una minore accessibilità per le famiglie con bambini, per gli anziani e per i portatori di disabilità (motoria, mentale e uditiva) saranno dotate di passerelle ad hoc finalizzate ad agevolare il transito, abbattere le barriere architettoniche e a snellire il flusso di visitatori. La presenza di personale adeguatamente formato rappresenterà l'ulteriore ausilio ai visitatori in termini di assistenza "audio" con l'utilizzo del linguaggio Lis (per la diversità uditiva). Sarà garantita la fascia oraria dalle 14 e 30 alle 15 e 30, dedicata a tale tipologia di visitatori. Quanto al percorso, quest'anno, la riproduzione dei manufatti abitativi/ludico-ricreativi ispirati alle varie figure protagoniste e destinate ad ospitare le diverse scene è affidata a costruzioni in legno ricoperte di frasche e paglia, nell'ottica di una sostenibilità da declinare in termini ambientali, sociali ed economici. Lo scorso anno il presepe raggiunse i 40mila visitatori, quest'anno vi sono già prenotazioni per comitive che raggiungeranno il Materano con 240 autobus.

EVENTEMENTS

Les plus beaux marchés de Noël en France

1. **Colmar : marché de Noël des enfants sur la Petite Venise**
du 26 novembre au 29 décembre 2024
2. **Strasbourg, le plus grand marché de Noël en France**
du 27 novembre au 27 décembre 2024
3. **Marchés de Noël de Riquewihr et Kaysersberg**
du 29 novembre au 22 décembre 2024
4. **Les lumières et le marché de Noël de Montbéliard**
du 23 novembre au 24 décembre 2024
5. **Metz, élu meilleur marché de Noël d'Europe**
du 22 novembre au 30 décembre 2024
6. **Le village et le marché de Noël de Lille**
du 20 novembre au 29 décembre 2024
7. **Le marché de Noël de Marseille**
du 2 décembre 2024 au 6 janvier 2025
8. **La Foire aux santons de Marseille**
du 16 novembre 2024 au 5 janvier 2025
9. **Le marché de Noël de Nice**
du 28 novembre 2024 au 1er janvier 2025
10. **Paris : le marché de Noël de Notre-Dame de Paris**
du 29 novembre au 25 décembre 2024

MOSTRE / EXPOSITIONS

PARIS : une expo super pop à la Fondation Vuitton

Une grande rétrospective exposition consacrée au Pop Art ouvre ses portes à la Fondation Vuitton à Paris. Avec "Pop Forever, Tom Wesselmann &..." découvrez l'un des mouvements artistiques les plus importants depuis les années 1960. Une expo ultra colorée à voir jusqu'au 24 février 2025.

TREVISO: "Italia giardino del mondo" in mostra

È stata inaugurata venerdì 15 novembre, in Fondazione Benetton Studi Ricerche, nella sede di Palazzo Bomben, a Treviso l'esposizione fotografica "Italia giardino del mondo". Prima tappa italiana della mostra itinerante dedicata al patrimonio dei giardini italiani, classici e contemporanei. L'esposizione sarà aperta fino a lunedì 6 gennaio 2025 con ingresso libero. L'immagine e la cultura del "giardino italiano" sono al centro di un percorso espositivo prevalentemente iconografico, che descrive, in una prospettiva di lunga durata storica, dal Rinascimento ai nostri giorni, uno straordinario patrimonio di "monumenti viventi", visto attraverso fotografie d'autore e documenti storici.

PARIGI: al Petit Palais "Ribera - ténèbres et lumières"

Grande retrospettiva dedicata al pittore spagnolo Jusepe de Ribera, la cui carriera e il cui successo sono indissolubilmente legati al lungo soggiorno in Italia, e all'influenza del Caravaggio. Visitabile al Petit Palais fino al 23 febbraio 2025, la mostra beneficia di numerosi e prestigiosi prestiti di alcuni dei più grandi e importanti musei italiani, tra cui la Galleria Borghese e il Palazzo Corsini a Roma, Palazzo Pitti a Firenze e il Museo Capodimonte a Napoli.

Voici le jour de l'an

Voici le jour de l'an
C'est la nouvelle année
Ce soir petits et grands
Feront longue veillée
Lorsque minuit sonnera
Tout le monde s'embrassera
Bonne année,
Bonne année à toute la terre
Bonne année,
Bonne année au monde entier.

per gli italiani nel mondo

PATRIMONIO ITALIANO TV - La vera Tv degli italiani all'estero

Direttore editoriale: Luigi Liberti | Direttore responsabile: Michele Pilla

Email: redazione @ patrimonioitalianotv.com

Patrimonio Italiano TV ha lanciato il nuovissimo "Tg dei Comites", il primo e unico notiziario al mondo che racconta le attività dei Comitati degli italiani all'estero. Ogni settimana spazio a notizie, eventi, attività e iniziative dei Comites, con servizi video e interviste da ogni parte del mondo.

I notiziari saranno ospitati nell'esclusivo studio virtual-remoto di Patrimonio Italiano Tv. E proprio grazie a questa innovativa forma di comunicazione, unica al mondo, i membri del Comites avranno la possibilità di condurre a turno il telegiornale stando comodamente nella propria città. Un'iniziativa, questa, che mira a unire ancor di più i nostri connazionali all'estero. Il Tg dei Comites si affianca alla già collaudata rubrica "La voce dei Comites", dove i Comitati si presentano e raccontano delle proprie attività.

Francia Lione-Chambéry

Danilo Vezzio /Presidente DACI

L'associazione DACI (Discendenti degli ex-Combattenti Italiani) sotto gli auspici del Console Generale d'Italia dottoressa Chiara Petracca ha realizzato le sacre cerimonie del 4 novembre spostate al 9 novembre.

Le città di Chambéry e Lione hanno il privilegio, e l'onere, di riquadri italiani dove riposano soldati italiani morti in terra di Francia durante la terribile Grande Guerra. Il 9 novembre a Lione, erano numerose le bandiere italiane e francesi, unite nel ricordo del sangue sparso dai nostri soldati; fratelli di sangue, in effetti è stato il sangue di giovani italiani, a unirli, erano i compagni dei nostri nonni.

La DACI non vuole e non può dimenticare queste croci, diverse autorità hanno spiegato il perché della presenza di queste tombe, così lontane dal fronte, erano soldati della seconda armata, 130.000 uomini, del Generale Albricci, chiamati in Francia per ricambiare l'aiuto delle truppe francesi venute a sostegno degli italiani verso il Monte Grappa, Monte Tomba, era nel 1917 dopo il disastro di Caporetto.

I morti di Lione e Chambéry erano soldati feriti sulla Marna a 500km al nord-est di Lione, per essere più precisi nei dintorni di Bligny, un paesino di 100 anime, ma con cimitero italiano di 4000 caduti!

Su queste colline, dove si produce lo champagne, il vino delle feste, in un solo giorno si cancellarono 9000 italiani, era il 15 luglio 1918, ma chi può dimenticare? I nostri alfieri portano il cappello dei loro nonni, alpini, bersaglieri, questi nonni avevano salvato la "ghirba", ma sofferto l'inferno nelle trincee o della prigionia.

Durante la cerimonia, l'emozione fu molto forte quando si evocò il nonno di un alfiere, si chiamava Loreto Venditti lo abbiamo trovato al Sacrario militare di Pocol-Cortina d'Ampezzo, ma il suo amico Vincenzo Tersigni è sepolto qui a Lione, entrambi erano di Sora-Frosinone, l'alfiere nato e cresciuto in Francia porta la bandiera italiana per ricordare questi soldati "compaesani".

La commozione salì ancora rammentando la vita di Giuseppe Oioli che al rientro dalla prigionia venne in Francia, sua figlia era tra il pubblico presente.... Rammentare questi nomi, questi fatti, fanno meglio capire la

necessità di conservare la Memoria, coltivare l'Unità d'Italia, ed il valore delle Forze Armate.

Il giovanissimo trombettiere pronipote di soldati francesi ed italiani, ha suonato al mattino gli inni di Mameli, la Marseillaise, e l'Inno alla Gioia al Carré des Italiens (riquadro italiano), poi al pomeriggio alla Necropoli Nazionale della Doua, per la cerimonia Interalleati, fra le tombe di migliaia di caduti, francesi, italiani, polacchi, inglesi, belgi ecc. il ragazzo è un simbolo vivente.

A Lione la DACI segue fedelmente l'esempio del presidente Mattarella per rispettare i caduti, le Forze Armate e l'Unità d'Italia, lo faremo ancora!

LES OBJETS DE NOTRE ENFANCE

des années 50 et 60...



le tricotin

Beaucoup de jeunes filles des années 50 et 60 ont commencé le tricot avec ce petit appareil.

Il permettait de tricoter en rond et de confectionner des

tubes, des bracelets, des tresses...

Toujours en bois et souvent à l'effigie d'un personnage, les tricotins se trouvent aujourd'hui en plastique ou sous forme mécanique

la bouillotte

en plastique se démocratise de plus en plus dans les ménages.

Elle remplace peu à peu la brique chauffée dans la cuisinière et

enroulée dans un chiffon qui servait à réchauffer les lits des logements mal chauffés.



Dal 15 luglio nuova funzione di rilascio del codice fiscale agli iscritti all'AIRE

A partire dal 15 luglio 2024 gli italiani iscritti all'AIRE nelle Circoscrizione consolari potranno scaricare direttamente il certificato di attribuzione del codice fiscale tramite il Portale Fast It (Farnesina servizi telematici italiani all'estero).

Modalità: l'utente deve accedere al Portale Fast It, cliccare su "Anagrafe Consolare e AIRE" e poi su "Attribuzione Codice Fiscale", confermare i dati e avviare la richiesta, scaricare in autonomia (download) il certificato di attribuzione del Codice Fiscale. Qualora non riuscisse a scaricare il certificato di attribuzione del Codice Fiscale l'utente deve registrarsi sul portale FAST IT oppure accedere se ha già un account attivo, richiedere la "Associazione Online" cliccando su "Anagrafe Consolare e AIRE" e poi su "Visualizzare la propria scheda anagrafica". Entro 2 giorni lavorativi dalla richiesta, l'utente riceverà sulla sua casella di posta il messaggio di avvenuta associazione e accedendo nuovamente al portale potrà scaricare il certificato.

La funzione non è disponibile per i cittadini italiani non iscritti all'AIRE e per i cittadini stranieri.

La vita non si misura per il numero di volte che prendiamo respiro, ma per i momenti straordinari che ce lo tolgono.

(George Carlin)

La vie ne se mesure pas au nombre de fois où nous respirons, mais par les moments extraordinaires qui nous coupent le souffle.



**RICORDI E VICENDE
DI UN ITALIANO ALL'ESTERO**
di Giovanni Ludi

Quei fiori per mia madre

Quei fiori mi incuriosirono molto per anni

Gli anni li colloco tra il 1954 ed il 1960. Per certo li posso individuare ricordando dove allora abitavo: il 43 di via Giovanni Spano, al quarto piano. Quando andammo a viverci la casa era nuova.

La casa affacciava sul vecchio campo della squadra di calcio del Torino e da balcone e finestre si vedevano le partite "da dio"!

La strada allora, come molte nel quartiere, non era asfaltata e bastava poca pioggia per infangarla. Con la brutta stagione il fango diventava una costante e, in qualche occasione, erano indispensabili le "galosce" da lasciare infangate sul pianerottolo o fuori dalla classe.

Erano gli anni delle mie scuole elementari, della prima comunione, dei primi amici, del passaggio alle scuole medie. Ricordo Agostino, Roberto e altri nomi di compagni di gioco. Pare strano ma allora nei giochi di bimbi ricordo rarissime bambine. Forse, come capitava a mia cugina Anna Maria, i genitori di femminucce, uscite da scuola, se le tenevano a casa.

Agostino era figlio di un pover'uomo reso folle da guerra e prigionia. Sempre ubriaco dormiva di giorno e all'ora di cena usciva per bazzicare le osterie. Il pover'uomo tentò di suicidarsi col gas forse una decina di volte, sinché, con gran sollievo del vicinato, il suo intento gli riuscì. Agostino era riservato e molto bravo a scuola. Gran parte della sua giornata la passava a fare le comperie e badare alla casa, mentre la mamma lavorava tutte le sue ore nel reparto "selleria" della Fiat Lingotto.

Roberto invece era molto vivace ed allegro. Il padre era portalettere, la madre casalinga. La madre entrò in contatto con degli evangelici americani e nella famiglia di Roberto iniziarono i litigi. Poi arrivò la separazione dei genitori. Un giorno la mamma di Roberto partì con un evangelico per l'America e Roberto sparì con lei.

Allora i bambini andavano spesso a giocare a pallone nel campetto di allenamento del Torino. Talvolta si giocava direttamente con le "giovanili" della squadra. Altre volte si giocava con le biglie ad un gioco chiamato "pappalo". Giocavo a biglie un pomeriggio quando dalla strada arrivò una vecchia Fiat 500 A, "Topolino".

Dalla macchina uscì un signore bruno di media altezza. A quell'epoca quando si diceva "tirato a lucido" si definiva chi indossava giacca e cravatta, calzoni impeccabilmente stirati e scarpe eleganti. Quel tale era "tirato a lucido".

Il signore si mise con cura in capo un "Borsalino" nero, lisciò i suoi piccoli baffi e dalla 500 A estrasse un grosso mazzo di fiori. Si avviò quindi sul marciapiedi. Guardandosi attorno mi vide.

Anche se continuavo a giocare a biglie quel signore mi incuriosiva. Non era un viso nuovo per me.

Lui mi vide. Mi sorrise: - "*Ciao Gianni, ti ricordi di me?*". In effetti lo ricordavo accompagnarsi talvolta con mio zio Romano. Troppo preso dalle mie biglie lo guardai appena e non risposi. - "*Mamma è a casa?*" Continuando a giocare fui laconico. - "*I campanelli sono là*" dissi serissimo tirando una biglia.

Lui suonò e svanì nel portone. Da quel portone uscì un 10 minuti dopo, pareva cupo, di certo era senza fiori. Provò a sorridermi, mi salutò con un gesto risalendo sulla sua 500 A. L'auto partì.

Tornai a casa pochi minuti dopo. Mamma aveva la faccia scura e stava spacciando un grosso mazzo di fiori in un vecchio sacchetto del pane. Il sacchetto con i resti dei fiori lo infilò poi nella canna dell'immondizia!

Allora quasi tutte le case di Torino e dell'Italia avevano delle "canne" per l'immondizia che si affacciavano, tramite sportelli, in tutti gli appartamenti. Il sistema fortunatamente fu reso fuori legge negli anni '90.

La canna dell'immondizia inghiottì malamente quei fiori spacciati nel sacchetto e mia madre quasi non mi guardò mentre io mi dirigevo verso la stanza mia e di mio fratello per finire i compiti.

Mentre io mi accingevo a fare un tema sentii mamma telefonare a sua sorella, zia Marisa, moglie di zio Romano. Mamma parlava piano ma era incavolatissima e riempì di parolacce mio zio.

Quei fiori e la telefonata a zio mi incuriosirono molto per anni, ma io ero certo che fosse meglio tacerne. E né io né mamma ne facemmo mai cenno ad alcuno.

Recherches

Ricerche

**A Lyon, l'immeuble du futur sort de terre
la chaleur humaine
pour chauffage**

Le projet a été conçu par le cabinet d'architectes autrichien Baumschlager Eberle, qui maîtrise cette technique depuis déjà 10 ans. Un immeuble innovant va voir le jour dans deux ans à Lyon. Le bâtiment est à énergie passive, sans chauffage ni climatisation.

La chaleur corporelle - En hiver, l'espace intérieur sera réchauffé par les habitants eux-mêmes - la chaleur corporelle dégagée par une personne est en moyenne de 80 watts, selon les architectes - mais aussi par l'éclairage et les appareils domestiques. Un résultat obtenu à l'aide d'une isolation renforcée des murs et ouvertures, qui ne laisseront pas échapper un degré de trop.

Plus de soucis de facture d'énergie - Selon le promoteur, la consommation énergétique devrait être de 73 % inférieure à la réglementation thermique en vigueur. Cet immeuble, déjà baptisé le « 2226 », sera livré dans 2 ans. Les futurs occupants de ses 23 logements n'auront plus jamais à se soucier de leur facture d'énergie.

IL VOCABOLARIO

Il 'pezzotto' entra nel vocabolario Treccani

Il Vocabolario della Lingua Italiana Treccani ha registrato come neologismo la parola che indica un particolare 'decoder' utilizzato per accedere illegalmente ai contenuti dei canali televisivi italiani ed esteri a pagamento, sinonimo di oggetto contraffatto attraverso il gergo della malavita e il lessico giovanile: il "pezzotto", diminutivo di "pezzo", nato nel dialetto napoletano e nell'italiano locale. In tempi recenti e' passato a indicare la zeppa usata in falegnameria e la toppa in sartoria, per poi diventare un sinonimo di oggetto contraffatto attraverso il gergo della malavita e il lessico giovanile.

Anche la Treccani si occupa di quel sottobosco di pirateria in cui si annida il "pezzotto".

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

(Socrate)

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

PERSONAGGI

PERSONNAGES

ALBERTO MANZI

"Non è mai troppo tardi" - la lezione del maestro

Forse l'omaggio più significativo gliel'ha dedicato il piccolissimo paese di Tufo, (sull'Appennino aquilano, una frazione di 344 abitanti del comune di Carsoli (Aquila), in Abruzzo) da cui proveniva la madre Rina che lo diede alla luce il 3 novembre 1924 a Roma. Alberto Manzi è stato "il" maestro, non uno dei tanti maestri elementari. Manzi, si stima, alfabetizzò circa un milione e mezzo di italiani adulti, ai quali insegnò a leggere e scrivere utilizzando un mezzo che aveva appena cominciato mostrare le sue potenzialità: la televisione. Un programma in onda dal 1960 al 1968 e copiato all'estero «*Non è mai troppo tardi*» era il titolo di una trasmissione e un'esortazione a recuperare il tempo perduto, per non sentirsi emarginati e isolati. Non era affatto tardi, come aveva intuito il maestro Manzi, convinto di poter fare qualcosa per chi la scuola non aveva potuto frequentarla e non aveva potuto imparare. Correva il 1960, e il 15 novembre la Rai da Torino, in collaborazione col Ministero della Pubblica Istruzione, faceva conoscere un insegnante garbato e originale nel suo metodo didattico. In trenta minuti, prima dell'ora della cena, andava in onda una lezione di stile e di servizio pubblico educativo, non solo per modo di dire. Quel maestro si faceva seguire, uno stile originale e accattivante. Al suo corso c'era la lavagna, come in ogni aula, e un grande blocco di fogli su un sopporto, dove Manzi scriveva e disegnava persino in favor di telecamere: immagini esplicative corroborate da filmati e da audio, spiegando cose e concetti secondo un sistema innovativo. Non mancavano le battute, gli sketch comici, i racconti, gli ospiti famosi, come l'attore Aldo Fabrizi per la puntata sulla lettera "F" e il campione di ciclismo Gino Bartali per quella sulla "B".

E a casa, intanto, si imparava. Alla prima puntata, rigorosamente in diretta, ne seguirono altre 483 fino al 1968. Un anno cruciale, dal punto di vista sociale, ma in cui le iscrizioni e la frequenza delle scuole elementari erano cresciute in maniera

esponenziale. Su «Non è mai troppo tardi» scendeva il sipario, ma su quell'esperienza di lotta all'analfabetismo e di unificazione linguistica non si spegnevano le luci, perché era rimasto un esempio, tant'è che era stato ovunque lodato e ripreso da 72 Paesi nel mondo.

Il maestro Manzi, insignito quasi subito del titolo di cavaliere della Repubblica, tornò a fare quello che voleva e sapeva fare: insegnare e scrivere testi didattici e libri per ragazzi. Tra i suoi titoli, «Orzowei», del 1955 (*fin da quando è stato abbandonato nella foresta e adottato da una tribù di Swazi, Isa è considerato un orzowei, un emarginato. Prima bianco tra i neri, poi selvaggio tra i bianchi. Per questo la vera sfida per lui non sarà uccidere il leopardo, né dimostrare coraggio o doti di guerriero, ma trovare il proprio posto nel mondo*), che la Rai tradurrà in serie televisiva negli Anni '70 con grande successo di pubblico. Non era stato affatto dimenticato, ma tornò in primo piano nella cronaca, da maestro nella scuola elementare «Fratelli Bandiera» di Roma dove rimarrà fino alla pensione, perché nel 1981 si rifiutò di sostituire i voti con i giudizi, introdotti con le schede di valutazione da una delle tante riforme. Lo sospesero dall'insegnamento e dallo stipendio, poi qualcuno si accorse che non era stata una decisione molto intelligente e allora cercò di mediare. Lui, con fine senso dell'umorismo scese a patti con un giudizio unico, «*Fa quel che può, quel che non può non fa*», da scrivere su un timbro.

Nel 1992 la Rai pensò a lui per un programma di alfabetizzazione destinato agli immigrati stranieri. Nel 1995 ebbe pure una breve esperienza politica come sindaco di Pitigliano, in provincia di Grosseto. Il maestro Alberto Manzi si spense il 4 dicembre 1997, a 73 anni. La Rai rese omaggio alla sua memoria nel 2014, interpretato da Claudio Santamaria: una fiction in due puntate, che all'epoca di «Non è mai troppo tardi» si chiamava sceneggiato televisivo.

**"Chi vuol esser lieto
sia,
del doman non v'è
certezza"**

C'est Noël, c'est bientôt Noël

C'est Noël, c'est bientôt Noël,

Il y a des étoiles dans le ciel.

Les toits sont blancs et sur les branches

L'hiver met des étoiles blanches :

C'est Noël, c'est bientôt Noël !

En décembre, c'est bientôt Noël

Il y a des étoiles dans le Ciel.

Et sur la terre tout s'illumine,

Les places, les rues et les vitrines :

C'est Noël, c'est bientôt Noël !

Que j'aime le premier frisson d'hiver (Alfred de Musset)

Que j'aime le premier frisson d'hiver !
le chaume,

Sous le pied du chasseur,
refusant de ployer !

Quand vient la pie aux champs que le
foin vert embaume,

Au fond du vieux château s'éveille
le foyer ;

C'est le temps de la ville.

– Oh ! lorsque l'an dernier,

J'y revins, que je vis ce bon Louvre
et son dôme,

Paris et sa fumée, et tout ce beau
royaume

(J'entends encore au vent
les postillons crier),

Que j'aimais ce temps gris, ces passants,
et la Seine

Sous ses mille falots assise
en souveraine !

J'allais revoir l'hiver.

– Et toi, ma vie, et toi !

Oh ! dans tes longs regards j'allais
tremper mon âme ;

Je saluais tes murs.

– Car, qui m'eût dit, madame,
Que votre cœur si tôt avait changé
pour moi ?

"Ce n'est pas vrai que nous avons peu de temps : la vérité est que nous en perdons beaucoup"
(Sénèque / Seneca)

"Non é vero che abbiamo poco tempo: la verità è che ne perdiamo molto"



Dietro le quinte della storia

Dans les coulisses de l'histoire

di Donato Continolo

INCONTRI IL JAZZ

"Donato Continolo, fine musicista ed autore di musica jazz, ci accompagnerà in un giro del mondo musicale del jazz, attraverso e con l'ausilio degli strumenti musicali"

I pianisti di jazz celebri

(segue dal numero precedente)

Dave Brubeck

Qualche decennio dopo, lo stesso fenomeno, si verificò con il brano 'Take five' di Dave Brubeck coadiuvato da un superbo sax, quello di Paul Desmond. C'è anche da considerare 'Rondò à la Turk' che ci fornisce un validissimo esempio del tempo di 9/8. Entrambi disegnarono per la prima volta un nuovo tipo di jazz chiamato 'cool' ed un nuovo 'tempo' definito in 5/4, in 7/4 ed in 9/8, creando in tal modo una vasta gamma di improvvisazioni che lambivano anche il 4/4 ed il valzer ternario.

Brubeck, impiegò molti anni per imparare a leggere lo spartito e quando ciò avvenne molti critici identificarono nella sua lettura un tipo di musica influenzato dai lavori di Bach, Chopin, ed altri autori di musica classica.

Ramsey E. Lewis

Dando uno sguardo alla nuova generazione di pianisti jazz americani, spicca di gran lunga la figura poliedrica di Ramsey E. Lewis. È stato un prolifico autore ed innovatore di grandi temi jazzistici.

Esordì in campo musicale con un pezzo diventato, diremo oggi virale, che nel giro di qualche mese, divenne in assoluto il più ascoltato degli USA: 'In the crowd', seguito poco dopo da 'Wade in the water'.

Nelle sue composizioni sono evidenti i tentativi, talvolta riusciti, di fondere il jazz con la musica pop moderna d'ascolto. Si è espresso con notevoli risultati anche nel genere 'jazz-funk', creando nuovi ed inesplorati percorsi jazz.

Oscar Petterson

Pur non essendo residente negli Usa era un cittadino, a tutti gli effetti, americano ma che viveva in Canada. Costui si rifà, nel suo concetto di jazz, a quanto già espresso e manifesto nella realtà americana. Il suo jazz s'apparenta, con qualche variante, facilmente agli artisti della 'cool-jazz generation' e a quello dello 'swing'.

Joe Kaplowitz

Tra le nuovissime leve del piano-jazz, emerge la figura di Joe Kaplowitz. Americano di nascita e di cultura musicale, polistrumentista e compositore di un jazz variegato. La sua duttilità e il suo innato senso del 'blues' lo pongono in posizione di rilievo nel panorama dei pianisti jazz che operano e lavorano in Europa. La sua sensibilità musicale, gli permette, di spaziare con estrema disinvoltura da un jazz 'mainstream' ad uno d'avanguardia, o ad uno 'free or cool'.

Attualmente è il pianista dell' Orchestra della Radiotelevisione Croata.

Vanno annoverati anche Keith Jarrett, Herbie Hancock, Chick Corea, Errol Gardner, Cecil Taylor, Bud Powell, Bill Evans.

Meritano una particolare citazione Borah Bergmann, dove, in una sua performance del 2002, 'Exhuberation' ci fornisce un classico esempio del 'free-jazz'. E Sun Ra per la sua veste innovativa.

IL LIBRO DEL MESE

LE LIVRE DU MOIS

OLIMPIONARY

di Livio Frittella

La pubblicazione racconta di 38 sport (inclusi nei programmi delle edizioni dei Giochi Olimpici da Rio 2016 a Los Angeles 2028) attraverso i termini che li caratterizzano. Con i suoi oltre 6.000 lemmi - tecnici, gergali e colloquiali - è un'opera unica e di ampio respiro, un testo di riferimento in grado di orientare nella miriade di vocaboli, italiani ma anche di altre lingue, impiegati dagli addetti ai lavori, sia negli sport meno popolari, sia in quelli con una più vasta audience.

Qualche esempio? Perché nel tennis la parità si dice deuce? Che cos'è, nel calcio, una rabona? E, nel basket, un pick-and-roll? Quanti tipi di mischia ci sono nel rugby? Qual è la differenza fra fioretto, spada e sciabola? Quanto pesano gli attrezzi dei lanci in atletica? Che cosa distingue i vari stili di nuoto? E quali sono le nuove discipline a Parigi 2024 e quelle ammesse a Los Angeles 2028?

Le risposte a queste, e ad altre migliaia di domande, si possono trovare appunto in *Olimpionary*.

Agile e di facile consultazione, *Olimpionary* (Efestò) non è paragonabile ad altre produzioni editoriali del genere. Il libro ha la prefazione del presidente del CONI Malagò.

L'AUTORE:

Livio Frittella, romano, è giornalista del Giornale Radio RAI e conduttore del GR2. Ha lavorato per l'emittente locale GBR TV, per i giornali *Il Tempo*, *Il Messaggero*, *Paese Sera*, *Film TV*, *Il Corriere delle Comunicazioni* e per molte altre testate. Ha pubblicato *Le parole dello spettacolo*. Dizionario di cinema, teatro, radio e televisione. Citazioni, aforismi, pensieri sugli abitanti del Belpaese. Dal Ducato di Puglia e Calabria all'Italia del Terzo Millennio, con G.P. Ventura.



"Cambiare lo stato delle cose è facile, migliorarlo è molto difficile"

(Erasmus)

"Changer l'état des choses est facile, l'améliorer est très difficile"

L'ITALIA IL PAESE PIÙ VECCHIO D'EUROPA 29 milioni di italiani hanno più di 48,4 anni

Sempre più vecchia e al primo posto della classifica dei Paesi più anziani d'Europa: ecco il ritratto dell'Italia secondo gli ultimi dati Eurostat. L'Italia è il Paese europeo che vanta l'età mediana più alta, di 48,4 anni nel 2023. Questo dato significa che la popolazione italiana è divisa tra 29 milioni di persone che hanno meno di 48,4 anni e gli altri 29 milioni che ne hanno di più. Insieme all'Italia, tra i Paesi più vecchi ci sono il Portogallo, con un'età mediana di 47 anni, e la Bulgaria, dove si raggiungono i 46,8.

L'incremento della popolazione anziana in Italia è cresciuto di continuo e, al primo gennaio 2022, l'età media della popolazione dell'Ue è cresciuta di 0,3 anni rispetto al 2021, raggiungendo i 44,4 anni. Oltre all'aumento dell'età media, Eurostat ha rilevato anche un aumento dell'indice

di dipendenza degli anziani dell'Ue, ovvero il rapporto tra il numero di anziani (di età pari o superiore a 65 anni) e il numero di persone in età lavorativa (15-64 anni). Anche in questo caso l'Italia si posiziona al primo posto col 37,5%. L'indice di dipendenza degli anziani nell'Ue nel 2022 è stato del 33% nel 2021. Da questi dati è semplice comprendere che, sempre più spesso, in Italia si presenta un bisogno di assistenza che si allarga dalle necessità più semplici, anche per gli anziani autosufficienti, fino a situazioni ben più complesse che riguardano anziani non autosufficienti. Paradossalmente, se per gli anziani non autosufficienti ci sono molte realtà strutturate che possono garantire la cura, ben diversa è la situazione per gli over 65 autosufficienti.

DU CHANGEMENT EN VUE POUR LES CARTES BANCAIRES

les chiffres imprimés sur les cartes bancaires vont disparaître

Progressivement, le numéro de la carte et les autres chiffres vont connaître un autre changement. Le numéro de la carte, la date d'expiration et la fameuse clé de sécurité vont complètement disparaître, que ce soit pour les CB comme pour les cartes Visa et Mastercard.

Avec une telle démarche, le but est de faciliter les paiements en ligne. En effet, les clients n'auront plus à entrer le numéro de leur carte pour régler un achat en ligne. Il suffira d'entrer son adresse mail ou son numéro de téléphone. Une fois la notification reçue sur l'application de sa banque, il suffira de valider les paiements grâce à la reconnaissance faciale ou à l'empreinte digitale.

LES CONSEILS DES EXPERTS

Qu'est-ce qu'un "boomer trap" ?

Les "boomer traps" sont des cyber-arnaques qui ciblent spécifiquement les seniors, souvent considérés comme moins avertis en matière de cyber sécurité. Ces arnaques peuvent prendre diverses formes, mais elles impliquent généralement des techniques de manipulation psychologique pour inciter les victimes à divulguer des informations personnelles ou financières, ou à effectuer des paiements pour des services ou des produits inexistantes. Les pirates qui opèrent ces arnaques sont souvent des groupes de cybercriminels organisés qui utilisent des techniques telles que :

Phishing : Envoi d'e-mails ou de messages frauduleux qui semblent provenir d'entités légitimes pour tromper les seniors en leur demandant de fournir des informations sensibles ou de cliquer sur des liens malveillants.

Vishing : Utilisation d'appels téléphoniques pour extraire des informations personnelles ou financières en se faisant passer pour des banques, des autorités fiscales ou d'autres organisations de confiance.

Scams de support technique : Prétendre être des techniciens de support pour résoudre de faux problèmes informatiques et obtenir un accès à distance aux ordinateurs des victimes.

Arnaques aux investissements : Proposer de faux investissements ou des opportunités financières trop belles pour être vraies pour escroquer les seniors.

Arnaques liées à la santé : Offrir de faux services de santé, des médicaments à prix réduit ou des assurances maladie frauduleuses.

Retrouvez plus de conseils sur le guide de sécurité destiné aux seniors édité par [Cybermalveillance, UNAF et la CNIL](#).

Pourquoi dit-on...

... "mort aux vaches" pour insulter la police ?

Cette expression est née à la fin du 19e siècle. À cette époque, les Français se sentaient humiliés par les Allemands. Ceux-ci avaient en effet annexé l'Alsace et une partie de la Lorraine, suite à leur victoire pendant la Guerre franco-allemande de 1870-1871. Les guérites des gardes-frontières allemands étaient surmontées de l'expression "Wache" qui signifie "garde" en allemand. Par extension, les Français insultaient les Allemands d'un "mort aux vaches". Cette insulte a ensuite été généralisée à toutes les forces de l'ordre, et est devenue un slogan anarchiste.

Les bienfaits...

... DE L'AUBERGINE

Incontournable de la cuisine méditerranéenne, l'aubergine regorge d'atouts nutritionnels. Peu calorique, c'est un véritable concentré d'antioxydants, de fibres et de micronutriments.

• Elle aide à garder la ligne

Riche en eau (93%) et pauvre en sucres (2,5%), l'aubergine compte parmi les légumes les moins caloriques avec un apport poids plume de 20kcal aux 100g. Attention toutefois, car elle a tendance à absorber une forte proportion d'huile au cours de la cuisson. Afin de préserver sa légèreté, cuisinez-la à la vapeur avant de la poêler rapidement avec une noix de matière grasse.

Autre astuce? Découpez-la en rondelles et faites-la légèrement rôtir au four avec un peu d'huile d'olive.

• Elle est douce pour les intestins

Une aubergine moyenne (250g) fournit près de 7g de fibres, soit plus de 20% de l'apport quotidien conseillé. Comme il s'agit principalement de pectine, elle n'est pas irritante et contribue à réguler le transit en douceur. Elle fait d'ailleurs partie des légumes recommandés en cas de syndrome de l'intestin irritable, à consommer le cas échéant pelée (la peau est plus concentrée en fibres que la pulpe) et épépinée.

(la suite dans le prochain numéro)

DICEMBRE

Mese dedicato a...

...l'Immacolata Concezione -

8 dicembre : è una festa che ricorda un dogma cattolico, proclamato da papa Pio IX nel 1854. Con questo dogma, la chiesa sancisce che la Madonna è stata preservata, sin dalla sua nascita, dal peccato originale. La tradizione dedica questo giorno alla realizzazione dell'albero di Natale e del Presepe.

...Santa Lucia - 13 dicembre: nella notte tra il 21 e il 22 dicembre, i popoli antichi festeggiavano il ritorno della luce (per via dell'allungamento delle giornate) tramite riti legati al sole e alle divinità ad esso collegate, come ad esempio *Mithra* (adorato sia dai persiani che in epoca greco-romana). Nella liturgia cristiana questa tradizione è stata ripresa nella festività di Santa Lucia (13 dicembre), considerata come portatrice della luce.

...il Santo Natale - 25 dicembre: fu San Francesco d'Assisi, nel 1223, a Greccio (Rieti) a realizzare la prima raffigurazione vivente della Natività: da qui ebbe inizio la tradizione del presepe (dal latino praesaepe che sta a significare "luogo che ha davati un recinto"). Fu il '700 però il periodo nel quale le sacre rappresentazioni si diffusero.

...Santo Stefano - 26 dicembre: è una festività cristiana celebrata in questo giorno dalla Chiesa cattolica e da alcune Chiese protestanti, mentre la Chiesa ortodossa lo celebra il 27 dicembre. Si ricorda Stefano proto-martire, ovvero il primo martire del cristianesimo secondo il Nuovo Testamento. Intorno all'anno 36 d.C. fu accusato di blasfemia dal sinedrio e condannato alla lapidazione.

DÉCEMBRE

Mois dédié à...

...l'Immaculée Conception -

8 décembre : c'est une célébration qui rappelle un dogme catholique, proclamé par le pape Pie IX en 1854. Avec ce dogme, l'Église établit que la Madone a été préservée, depuis sa naissance, du péché originel. La tradition consacre cette journée à la création du sapin de Noël et de la crèche.

...Sainte Lucie - 13 décembre : dans la nuit du 21 au 22 décembre, les peuples anciens célébraient le retour de la lumière (en raison de l'allongement des jours) à travers des rites liés au soleil et aux divinités qui lui sont liées, comme par exemple Mithra (adoré aussi bien par les Perses qu'à l'époque gréco-romaine). Dans la liturgie chrétienne, cette tradition a été reprise lors de la fête de Sainte-Lucie (13 décembre), considérée comme la porteuse de lumière.

...le Saint Noël - 25 décembre : c'est saint François d'Assise, en 1223, à Greccio (Rieti) qui créa la première représentation vivante de la Nativité. De là commença la tradition de la crèche (du latin praesaepe qui signifie « endroit qui a une enceinte »). Cependant, le XVIIIe siècle est la période où les représentations sacrées se généralisent.

... Saint Etienne - 26 décembre : c'est une fête chrétienne célébrée ce jour-là par l'Église catholique et certaines Églises protestantes, tandis que l'Église orthodoxe la célèbre le 27 décembre. Nous nous souvenons d'Étienne le protomartyr, c'est-à-dire le premier martyr du christianisme selon le Nouveau Testament. Vers l'an 36 après JC. il fut accusé de blasphème par le Sanhédrin et condamné à la lapidation.

successes il...

- **2 dicembre 1804**: Napoleone incoronato imperatore di Francia.
- **3 dicembre 1967**: Barnard esegue il primo trapianto di cuore su un essere umano.
- **3 dicembre 1992**: Primo SMS della storia: «Merry Christmas» era il contenuto del messaggio....
- **7 dicembre 1941**: Il Giappone attacca la base di "Pearl Harbor".
- **8 dicembre 1980**: John Lennon viene assassinato.
- **10 dicembre 1947**: Prima esecuzione dell'Inno di Mameli
- **10 dicembre 1868**: A Londra compare il primo semaforo.
- **12 dicembre 1969**: Strage di piazza Fontana, a Milano.
- **13 dicembre 1903**: Brevettato il cono gelato grazie a Italo Marchioni, d'origine marchigiana, emigrato negli USA.
- **22 dicembre 1947**: Viene approvata la Costituzione italiana.
- **24 dicembre 1871**: La 'prima' dell'Aida di Verdi.
- **28 dicembre 1895**: Nasce il cinema con i fratelli Lumière.

per la salute

pour la santé

I suffumigi (inalazioni calde) di sale grosso svolgono un'efficace azione decongestionante della mucosa nasale e sono consigliati ai forti russatori. Respirare i vapori di quattro o cinque cucchiaini sciolti in una bacinella di acqua bollente per 10 min. coprendo la testa con un telo.

Les fumigations (inhalations chaudes) de gros sel ont une action décongestionnante efficace sur la muqueuse nasale et sont recommandées aux gros ronfleurs. Respirez les vapeurs de quatre ou cinq cuillères à soupe dissoutes dans une bassine d'eau bouillante pendant 10 minutes en se couvrant la tête d'une serviette.

Antichi rimedi

Per enfatizzare l'atmosfera natalizia, spruzzare di tanto in tanto una fragranza di arancia o di pino. Oppure lasciare per qualche ora alcune bucce di mandarino sui caloriferi.

Remèdes anciens

Pour souligner l'ambiance de Noël, vaporisez de temps en temps un parfum d'orange ou de pin. Ou bien laissez quelques écorces de mandarine sur les radiateurs pendant quelques heures.

LA RICETTA DEL MESE / LA RECETTE DU MOIS

CROSTINI TOSCANI AI FEGATINI DI POLLO

Ingredienti: Olio d'oliva, 1 cipolla, qualche foglia di salvia o prezzemolo, mezzo gambo di sedano, mezza carota, una manciata di capperi, pane toscano, 300 g di fegatini di pollo, sale pepe.

Procedimento: Preparare un trito con cipolla e poco sedano, carota e prezzemolo, soffriggere con olio d'oliva. Aggiungere i fegatini tagliati a pezzetti e lasciate insaporire. Aggiungere sale e pepe e cuocere per circa 15 minuti, se serve aggiungete brodo di pollo o acqua. Portate i fegatini a cottura, tritateli insieme ai capperi fatti precedentemente dissalare in abbondante acqua e poi strizzati, usando anche il sugo di cottura, poi aggiungete una noce di burro.
Spalmate sui crostini di pane...

CROSTINI TOSCANS AU FOIE DE POULET

Ingrédients : Huile d'olive, 1 oignon, quelques feuilles de sauge ou de persil, une demi-branche de céleri, une demi-carotte, une poignée de câpres, du pain toscan, 300 g de foies de volaille, sel et poivre.

Préparation : Préparez un hachis avec oignon et un peu de céleri, carotte et persil, faites revenir avec de l'huile d'olive. Ajoutez les foies coupés en petits morceaux et laissez mijoter. Salez, poivrez et laissez cuire environ 15 minutes, ajoutez du bouillon de poulet ou de l'eau si nécessaire. Quand les foies sont cuits, hachez-les avec les câpres, préalablement dessalées dans beaucoup d'eau puis pressées, en utilisant également le jus de cuisson, puis ajoutez une noix de beurre. Tartiner sur des croûtons...

L'OVERTOURISM STA CAMBIANDO IL TURISMO IN ITALIA ?

Tra le principali cause di 'overtourism' ci sono affitti brevi, viaggi low cost e turismo "social"

Il turismo non è nemico delle città, ma ha senso pensare che i luoghi turistici siano pensati e preservati anche per chi vi abita. Le città d'arte, negli ultimi anni hanno visto aumentare notevolmente i flussi con il proliferare della ricettività extra alberghiera che ha sottratto alloggi al normale mercato delle locazioni non turistiche. Il moltiplicarsi di B&B, il ridursi dell'offerta di alloggi ha causato l'aumento dei prezzi per chi cerca una stanza o un appartamento in cui vivere, con una progressiva desertificazione dei quartieri e dei negozi di prossimità, fagocitati da un commercio mordi e fuggi (bar, locali, pub). Un fenomeno che sta interessando tutte le principali città europee a partire da Barcellona, che hanno visto scendere in piazza studenti universitari accanto alle famiglie contro il caro affitti e le piattaforme di affitto turistico. A riprova di quanto il tema della casa stia diventando centrale per la prima volta la Commissione europea prevede un commissario ad hoc. L'Italia non è da meno, e città come Firenze o Roma stanno cercando espedienti per governare il fenomeno.

"Noi abbiamo un centro storico piccolo, solo 5 chilometri quadrati, - ha dichiarato la sindaca di Firenze - con un afflusso di turisti nel 2023 di 10,5 milioni, e chiuderemo il 2024 a 15 milioni. Immaginatevi quindici milioni di turisti in 5 km quadrati".

"ITALIA MI MANCHI"



FONDO AMBIENTE ITALIANO

Visitate il **SITO**

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

PER CHI VUOL VISITARE L'ITALIA

"A spasso per l'Italia"

[Itinerari da amare](#)

VACANCES 2025

**Comment bénéficier de 58 jours de repos
en posant 25 jours de congés payés**

Le 1er janvier tombera un mercredi. Vous pourrez donc profiter d'un week-end de 5 jours en posant seulement le jeudi et le vendredi. De quoi patienter jusqu'au lundi de Pâques, qui est fixé au 21 avril. Vous pourrez alors bénéficier de 16 jours de repos en ne posant que 8 jours entre le samedi 19 avril et le dimanche 4 mai. Au mois de mai vous pouvez vous faire plaisir en posant le vendredi 9 et le vendredi 30.

Grâce au jeudi 8 mai et au jeudi de l'Ascension (le 29 mai), vous bénéficierez ainsi de deux week-ends de 4 jours réparateurs (du jeudi 8 mai dimanche 11 mai 2025 puis du jeudi 29 mai au dimanche 1er juin). Vous pouvez même poser un lundi pour allonger l'un de ces week-ends à 5 jours.

Ceux qui ne travaillent pas le lundi de la Pentecôte, qui tombera le 9 juin 2025, auront ainsi droit à un printemps plutôt léger. Ce jour férié n'est pas comptabilisé dans ce calcul.

Pendant l'été, vous pouvez également opter pour des congés posés autour des jours fériés : le 14 juillet tombera un lundi et le 15 août un vendredi.

Il vous restera alors 8 jours à poser. Pour les rentabiliser au maximum, vous pouvez opter pour la semaine du lundi 10 au vendredi 14 novembre puisque le 11 est férié. Puis la semaine du lundi 22 au vendredi 26 décembre. Ainsi, vous profiterez de 18 jours de repos au total en posant seulement 4 jours.

Visiter la France en petit train

La France compte 28000 km de lignes et 2800 gares qui sont autant d'occasions de découvrir tranquillement nos plus beaux paysages

DE NICE À TENDE (Alpes-Maritimes) : LE TRAIN DES MERVEILLES

- Parti de Nice, ce train s'élève dans l'arrière-pays vers les villages perchés de Peillon et de Peille. Il gagne ensuite la cité épiscopale de Sospel pour se rapprocher de la frontière italienne. Jusqu'en 1947, Saint-Dalmas-de-Tende faisait partie de l'Italie. Pour démontrer la grandeur du régime fasciste, Mussolini y a édifié une gare somptueuse, aujourd'hui à l'abandon. Saint-Dalmas-de-Tende constitue toujours la porte d'entrée vers la vallée des Merveilles. À pied, il faut découvrir ce cirque montagneux et ses lacs dominés par le mont Bégo. Aujourd'hui, ce site naturel a été classé au patrimoine mondial de l'Unesco pour ses gravures tracées, pour certaines, il y a 5 000 ans.

"Il visto per l'Italia"

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

Le informazioni sui requisiti e le condizioni per ottenere il visto per il nostro Paese su una nuova piattaforma 'relazionale' del Ministero degli Affari Esteri e della Cooperazione Internazionale. Il portale "Il visto per l'Italia" (<http://vistoperitalia.esteri.it/home.aspx>) attraverso una procedura guidata, sulla base della nazionalità, del Paese di residenza, dei motivi della visita e della durata del soggiorno, indica se sia necessario o meno richiedere un visto d'ingresso per l'Italia. Nel caso sia necessario richiedere il visto d'ingresso, verranno fornite tutte le informazioni e i moduli necessari alla richiesta. La presentazione della documentazione richiesta non comporta necessariamente il rilascio del visto, precisa la Farnesina, informando che al momento dell'ingresso in Italia e nell'area Schengen, anche se in possesso del visto, le Autorità di frontiera sono autorizzate a richiedere la dimostrazione dei requisiti previsti per l'ottenimento del visto stesso.

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

La Farnesina avverte che le informazioni riportate nel sito, hanno valore puramente indicativo.

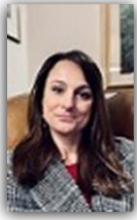
Per ulteriori elementi, gli interessati possono rivolgersi direttamente alla Rappresentanza Diplomatica o Consolare italiana.

Les sites officiels du tourisme : www.italia.it

Offices de Tourisme de France (guidedutourisme.net)

FORMAMENTIS

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



RELAZIONI TOSSICHE

*Relazioni che tendono a ferire
sia emotivamente che psicologicamente*

In Italia in questi giorni è uscita la condanna del famoso assassino che uccise e occultò il cadavere della sua ragazza incinta. Una tragedia apparentemente senza spiegazioni ma che se andiamo bene a guardare trova le sue radici in quelle che possiamo definire "relazioni tossiche". Certamente non tutte le relazioni tossiche finiscono in tragedia; qui l'assassino di Giulia, così si chiamava la ragazza, è andato oltre ma non è di questo che voglio parlare.

Voglio invece parlare di tutte quelle relazioni che vengono comunemente definite tossiche e che finiscono per minare l'autostima di uno dei due componenti della coppia.

Le relazioni tossiche sono quelle che all'inizio sembrano "normali" o addirittura perfette ma che piano piano ci fanno sentire sempre più giù, e magari non ce ne accorgiamo nemmeno perché quando siamo in una situazione del genere è difficile capire quando è che inizia la discesa negli inferi. Questo perché le relazioni tossiche non solo sono difficili da vivere, ma minano anche l'autostima facendo dubitare la vittima, inconsapevole, di se stessa, del suo valore e delle sue capacità. Ma che cos'è di fatto una relazione tossica? È una relazione in cui uno o entrambi i Compagni si comportano in modo da ferire l'altro, sia emotivamente che psicologicamente. A volte questo accade in modo subdolo e graduale, altre volte è evidente sin da principio. Ad ogni modo, in una relazione tossica ci si sente costantemente messi in discussione, svalutati e non rispettati.

Il controllo e la manipolazione sono le caratteristiche principali della relazione tossica, che vede generalmente uno dei due cercare di influenzare le scelte dell'altro condizionandone le decisioni e limitandone così la libertà di scelta.

Ci si sente come se non si potesse fare nulla senza il consenso dell'altro. Ogni tentativo di fare qualcosa viene messo in discussione e criticato.

Questo fa sentire chi subisce le critiche inadeguato e insicuro, aumentando la sottomissione e dunque il controllo da parte di chi ha proprio lo scopo di mantenere il controllo. Questo non significa che l'altro non sia contemporaneamente affettuoso e amorevole; il controllo e la manipolazione non sono sempre il frutto di un disegno

negativo nei confronti della controparte, ma spesso comportamenti ritenuti da chi li sostiene, condotti per amore e a fin di bene.

Ovviamente esiste un'ampia gamma di relazioni tossiche, dalle condotte "meno tossiche" e involontarie, a quelle volontarie e francamente pericolose. La struttura di base però è la medesima descritta.

le critiche costanti ti rendono sempre più insicuro, senti di avere sempre bisogno della supervisione e dell'aiuto dell'altro per poter funzionare anche nelle cose banali.

Ti senti inadeguato come se non fossi mai all'altezza.

Nei peggiori casi ci si convince di non meritare nulla di meglio perché non si ha valore in senso assoluto. Ci si convince di non essere degni di rispetto e amore visto che nemmeno il proprio compagno o compagna è d'accordo nel riconoscere tali qualità.

Ultimo ma di fondamentale importanza, il timore dell'abbandono. Si perché, quando ci si convince di non valere niente e di non essere in grado di farcela da soli, si inizia ad avere paura, anche, di essere abbandonati. Quando la relazione è tossica, soprattutto se è instabile, si comincia a vivere nel costante timore di essere lasciati; questa paura porta ad accettare compromessi che danneggiano ancora di più la persona coinvolta.

Nelle relazioni più pericolose esiste anche la possibilità che il manipolativo tenda ad isolare la persona che ha accanto per aumentare il controllo. All'inizio può sembrare una cosa innocente ma con il tempo ci si ritrova senza supporto familiare o sociale in balia del solo compagno tossico. Le relazioni tossiche sono dovunque, possono andare dal semplice provocare dolore al vero pericolo per la salute mentale e per l'autostima individuale.

Ma la buona notizia è che non c'è bisogno di restare intrappolato in una situazione che ci fa soffrire. Riconoscere la situazione e il danno che apporta, fare il primo passo per uscirne e ricominciare a riscoprire se stessi, darsi il valore che ci spetta, sono tutti passi verso una vita più sana e più soddisfacente. Basta dire "No". Anche se l'altro non ci tratta con il dovuto rispetto, noi possiamo andare per la nostra strada e dare valore ai nostri bisogni e desideri senza la necessità che qualcuno ci dia il permesso di farlo.

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

telemedicineservicesltd1@gmail.com

L'ASSOCIAZIONE DEGLI 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 dunque a disposizione per colloqui in videoconferenza, 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

06 10 02 77 52

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

- *Parce que tout citoyen a le droit de bénéficier d'une information juste, complète, indépendante et pluraliste.*
- *Parce que la démocratie a besoin de médias crédibles.*
- *Parce que l'information est un bien public, qui ne peut être 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)

A Natale, mai senza panettone!

LA STORIA DEL PANETTONE

Ma chi scoprì il panettone?

Messer Ughetto degli Atellani, falconiere, abitava nella contrada delle Grazie, a Milano. Innamorato di Algisa, bellissima figlia di un fornaio, si fece assumere da lui come garzone e, per incrementare le vendite, provò a inventare un dolce: con la migliore farina del mulino impastò uova, burro, zucchero e uva sultanina. Poi infornò!



Un successo strabiliante! Tutti vollero assaggiare il nuovo pane, e qualche tempo dopo i due giovani innamorati si sposarono, felici e contenti.

Il cuoco al servizio di Ludovico il Moro fu incaricato di preparare un sontuoso pranzo di Natale, a cui erano stati invitati molti nobili del circondario. Ma ahimè! il dolce, dimenticato nel forno, quasi si carbonizzò. Vista la disperazione del cuoco, Toni, un piccolo sguattero, propose una soluzione: "Con quanto è rimasto in dispensa - un po' di farina, burro, uova, della scorza di cedro e qualche uvetta -, stamane ho cucinato questo dolce. Se non avete altro, potete portarlo in tavola". Il cuoco acconsentì e, tremante, si mise dietro una tenda, a spiare la reazione degli ospiti. Tutti furono entusiasti e, al duca che voleva conoscere il nome di quella prelibatezza, il cuoco rivelò: "L'è 'l pan del Ton". Da allora è il "pan del Ton", ossia il panettone.

Ma la versione più realista della sua "nascita", ce la racconta Pietro Verri. Nel IX secolo, un'antica consuetudine animava le feste cristiane legate al territorio milanese: a Natale, la famiglia intera si riuniva accanto al focolare attendendo

che il 'pater familiae' spezzasse "un pane grande" e ne porgesse un pezzo a tutti i presenti in segno di comunione. Nel XV secolo, come ordinato dagli antichi statuti delle corporazioni, ai fornai che nelle botteghe di Milano impastavano il pane dei poveri (pane di miglio, detto pan de mej) era vietato produrre il pane dei ricchi e dei nobili (pane bianco, detto micca). Unica eccezione: il giorno di Natale, quando aristocratici e plebei potevano consumare lo stesso pane, regalato dai fornai ai loro clienti: era il pan de' sciori o pan de ton, ovvero il pane di lusso, di puro frumento, farcito con burro, zucchero e zibibbo.

Alla fine del '700, una novità inattesa: la Repubblica Cisalpina s'impegnò a sostenere l'attività degli artigiani e dei commercianti milanesi favorendo l'apertura dei forni. Nel corso dell'800, durante l'occupazione austriaca, il panettone diventò l'insostituibile protagonista di una piacevole abitudine: il governatore di Milano Fiquelmont era solito offrirlo al principe Metternich come dono personale. Così anche il panettone trovò nuovi acquirenti e sostenitori sempre più estasiati. La sua storia era davvero cominciata!

Pas de Noël sans panettone !

L'HISTOIRE DU PANETTONE

Mais qui a découvert le panettone ?

Voici deux légendes

Messire Ughetto degli Atellani, fauconnier, vivait dans le quartier des « Grazie », à Milan. Amoureux d'Algisa, la très belle fille d'un boulanger, il se fit engagé comme commis et, pour augmenter les ventes, il essaya d'inventer un gâteau : avec la meilleure farine du moulin, il mélangea œufs, beurre, sucre et raisins secs. Puis il enfourna le tout. Un succès étonnant !

Tout le monde voulut goûter le nouveau pain et, quelque temps après, les deux jeunes amoureux se marièrent et vécurent heureux.

Le cuisinier au service de Ludovic Le More fut chargé de préparer un somptueux repas de Noël, auquel étaient conviés de nombreux nobles des environs. Mais hélas ! le gâteau, oublié dans le four, était presque carbonisé. Devant le désespoir du cuisinier, Toni, un petit garçon de cuisine, proposa une solution : « Avec ce qui restait dans le garde-manger - un peu de farine, du beurre, des œufs, un peu d'écorce de citron et quelques raisins secs - ce matin j'ai cuisiné ce dessert. Si vous n'avez rien d'autre, vous pouvez l'apporter à table. » Le cuisinier accepta et, tremblant, se cacha derrière un rideau pour épier la réaction des invités. Tous furent enthousiastes et, au duc qui voulait connaître le nom de ce délice, le cuisinier révéla : "C'est le pain de Toni". Depuis, c'est "il pan del Ton", c'est-à-dire le panettone.

Mais la version la plus réaliste sur sa "naissance", c'est Pietro Verri qui nous la rapporte. Au IXe siècle, une coutume ancestrale animait les fêtes chrétiennes sur le territoire milanais : à Noël, toute la famille se réunissait près de la cheminée en attendant que

le 'pater familiae' rompe "un gros pain" et en offre un morceau à toutes les personnes présentes en signe de communion. Au XVe siècle, conformément aux anciens statuts des corporations, il était interdit aux boulangers qui pétrissaient le pain des pauvres (pain de millet, appelé pan de mej) dans leurs échoppes à Milan de produire le pain des riches et des nobles (pain blanc, appelé micca). Seule exception : le jour de Noël, où aristocrates et gens du peuple pouvaient consommer le même pain, offert par les boulangers : c'était du pan de' sciori ou pan de ton, ou pain de luxe, fait de pure farine de froment, farci de beurre, sucre et grains de muscat.

A la fin du XVIIIe siècle, une innovation inattendue : la République cisalpine s'engage à soutenir l'activité des artisans et commerçants milanais en favorisant l'ouverture de boulangeries.

Au XIXe siècle, pendant l'occupation autrichienne, le panettone est devenu le protagoniste irremplaçable d'une agréable habitude : le gouverneur de Milan Fiquelmont l'offrait au prince Metternich comme cadeau personnel. Ainsi, le panettone trouva également de nouveaux acheteurs et des adeptes de plus en plus enthousiastes. Son histoire avait vraiment commencé !

"L'AMICIZIA CHE E' FINITA NON E'MAI COMINCIATA"

"L'AMITIÉ QUI EST TERMINÉE N'A JAMAIS COMMENCÉ"

PANETTONE D'ARTISTA

Il panettone artigianale si fa in Campania

Classico, con o senza canditi o uvetta, al cioccolato, con le pere o le albicocche, farcito con creme, con la scatola in latta o in cartone. Il panettone, meglio ancora se artigianale, è il re indiscusso della tavola delle feste natalizie. Lo è pure con le sue varianti alternative che, anno dopo anno, i maestri pasticceri lanciano per deliziare anche i palati più 'difficili'. E se gli artigiani del lievito per eccellenza sono, ormai, tantissimi e in ogni angolo del Belpaese, c'è chi ha pensato di radunarli per dare vita alla più grande degustazione e vendita di panettoni del Sud Italia. Nasce, così, 'Panettone d'Artista', una festosa celebrazione della tradizione del panettone artigianale e delle eccellenze dolciarie nazionali, con particolare riferimento al Mezzogiorno. Il 30 novembre e il primo dicembre Salerno ha aperto le porte per accogliere la manifestazione 'Panettone d'Artista'. L'idea *"nasce perché, dai dati Istat - spiega Roberto Jannelli, uno degli organizzatori - la Campania è la regione con la maggiore presenza di maestri pasticceri che lavorano il panettone artigianale"*. Tra i maestri pasticceri cui viene riconosciuta la capacità di innovare rispettando la tradizione, c'è Pietro Macellaro, che svela il segreto del successo del panettone in Campania: *"È la combinazione che noi mettiamo all'interno di questo grande lievito che è il panettone, che prende natura dalle nostre radici, cioè direttamente da ciò che ci è stato tramandato. Andando indietro nel tempo, raggiungiamo la tradizione partenopea, quella del Regno delle Due Sicilie"*.

PANETTONE D'ARTISTE

Le panettone artisanal est fabriqué en Campanie

Classique, avec ou sans fruits confits ou raisins secs, au chocolat, aux poires ou aux abricots, fourré de crèmes, dans une boîte en fer blanc ou en carton. Le panettone, encore meilleur s'il est artisanal, est le roi incontesté de la table de Noël. Il en va de même avec ses variantes alternatives que, année après année, les maîtres pâtisseries lancent pour ravir même les palais les plus « difficiles ». Et si les artisans du levain par excellence sont désormais nombreux et dans tous les coins du Bel Paese, il y a ceux qui ont pensé à les réunir pour donner vie à la plus grande dégustation et vente de panettone du sud de l'Italie. Ainsi est né le « Panettone d'Artista », une célébration festive de la tradition du panettone artisanal et de l'excellence nationale de la confiserie, avec une référence particulière au Sud. Les 30 novembre et 1er décembre, Salerne a ouvert ses portes pour accueillir l'événement « Panettone d'Artista ». L'idée *"est née parce que, selon les données de l'Istat - explique Roberto Jannelli, l'un des organisateurs - la Campanie est la région avec la plus grande présence de maîtres pâtisseries qui fabriquent du panettone artisanal"*. Parmi les maîtres pâtisseries dont la capacité d'innover dans le respect de la tradition est reconnue, il y a Pietro Macellaro, qui révèle le secret du succès du panettone en Campanie : *"C'est de la combinaison que nous mettons à l'intérieur de ce grand produit au levain qu'est le panettone, qui prend naissance de nos racines, c'est-à-dire directement de ce qui nous a été transmis. En remontant le temps, nous revenons à la tradition napolitaine, celle du Royaume des Deux-Siciles"*.

Tutti i perché del Capodanno

Toutes les raisons du réveillon du Nouvel An

La celebrazione dell'anno nuovo è la più antica di cui vi sia traccia nella storia dell'uomo. Furono i Babilonesi circa 4000 anni fa a festeggiare per primi il loro capodanno. Intorno all'anno 2000 a.C., l'anno babilonese iniziava in corrispondenza con la prima Luna Nuova dopo l'equinozio di primavera. L'inizio della primavera era un periodo logico per associarvi l'inizio dell'anno. Dopotutto, la primavera è la stagione della rinascita, della nuova semina, della fioritura. Gli antichi romani continuarono a celebrare l'anno nuovo nel tardo marzo, ma il loro calendario era continuamente 'manomesso' dai vari imperatori; si scelse quindi di 'sincronizzarlo' con il sole. Fu Giulio Cesare, nel 46 a.C., a creare quello che ancora oggi è conosciuto come il "calendario Giuliano", che stabiliva che l'anno nuovo iniziava il primo gennaio.

Tradizionalmente, l'anno nuovo è simboleggiato dalla figura di un bimbo appena nato. Questa tradizione nasce in Grecia intorno all'anno 600 a.C. Un bambino piccolo era il simbolo dell'annuale rinascita di Dioniso, dio del vino. Questa cerimonia serviva per ottenere fertilità e ricchezza. Una celebrazione simile esisteva anche nell'antico Egitto.

Una tradizione del nuovo anno è quella dei "propositi per l'anno nuovo". Anche questa tradizione nasce dai babilonesi: il proposito che più spesso facevano era quello di restituire strumenti per l'agricoltura che erano stati prestati loro. Tradizionalmente, si pensa che ciò che si fa il primo giorno del nuovo anno, incida molto su come sarà l'intero anno. Per questo si festeggia con la propria famiglia, con gli amici, in una nottata all'insegna dell'allegria e del lusso. Si dice che porti molta fortuna se il primo visitatore di casa nel nuovo anno sia un uomo alto e con i capelli scuri, ma in molti credono anche che una volta scesi in strada porti fortuna incontrare, come prima persona dell'anno, una persona del sesso opposto. Tutti sembrano essere invece d'accordo sul fatto che incontrare un gobbo la mattina del primo dell'anno sia un evento da salutare con gioia.

La célébration du Nouvel An est la plus ancienne dont il reste trace dans l'histoire de l'humanité. Ce sont les Babyloniens qui ont célébré pour la première fois leur Nouvel An il y a environ 4 000 ans. Vers l'an 2000 avant JC, l'année babylonienne commençait avec la première Nouvelle Lune après l'équinoxe de printemps. Le début du printemps était une période logique pour y associer le début de l'année. De plus, le printemps est la saison du renouveau, des nouvelles semences, des premiers bourgeons. Les anciens Romains ont continué à célébrer le nouvel an fin mars, mais leur calendrier était continuellement « remaniés » par les différents empereurs ; il a donc été décidé de le « synchroniser » avec le soleil. C'est Jules César, en 46 avant JC, qui créa ce que l'on appelle encore aujourd'hui le « calendrier julien », qui établissait que la nouvelle année commençait le 1er janvier.

Traditionnellement, la nouvelle année est symbolisée par la figure d'un nouveau-né. Cette tradition est née en Grèce vers 600 avant JC. Un petit enfant était le symbole de la renaissance annuelle de Dionysos, dieu du vin. Cette cérémonie était utilisée pour obtenir la fertilité et la richesse. Une célébration similaire existait également dans l'Égypte ancienne.

L'une des traditions du Nouvel An est celle des « résolutions du Nouvel An ». Cette tradition trouve également son origine chez les Babyloniens : le but qu'ils avaient le plus souvent était de restituer les outils agricoles qui leur avaient été prêtés. Traditionnellement, on pense que ce que nous faisons le premier jour de la nouvelle année jouera sur le déroulement de toute l'année. C'est pourquoi nous célébrons en famille, entre amis, pendant toute une nuit de joie et de luxe. On dit que cela porte chance si le premier visiteur de la nouvelle année est un homme de grande taille aux cheveux noirs, mais d'autres pensent aussi que cela porte chance si la première personne rencontrée dans la rue en début d'année est du sexe opposé. Tout le monde semble s'accorder sur le fait que rencontrer un bossu le matin du Nouvel An est un événement à saluer avec joie.

La scelta dell'albero di Natale!

Inevitabile durante le vacanze di fine anno

Ma quale scegliere?

Il Nordmann, per la sua longevità

Sopporta meglio il calore di un interno, è più morbido al tatto e gli aghi cadono meno. Indispensabile se si decora l'albero diverse settimane prima di Natale senza correre il rischio di vederlo perdere gli aghi prima di Capodanno
Punto debole: un odore di abete un po' leggero.

L'abete rosso, per l'odore

L'albero della nostra infanzia che profuma di resina... ma perde gli aghi. Potrebbe essere adatto a chi acquista il proprio albero poco prima delle feste e ne apprezza la forma meno cespugliosa alla base rispetto al Nordmann.
Punto debole: le spine che cadono.

L'abete Abies grandis o abete di Vancouver

Di medie dimensioni e di colore verde scuro, è un albero originario del Nord America. Ha aghi piatti e non taglienti. Resistente, se strofinato emana un gradevole profumo di citronella.
Profumerà la casa!

Il Nobilis o abete nobile

Questo abete dalle spine leggermente bluastre e morbide al tatto emana un gradevole profumo di agrumi. Resiste bene al caldo.

Il Pungens o abete blu

Questo albero originario del Colorado si distingue per i suoi aghi spessi e pungenti e per il suo colore. Emana un gradevole profumo di pino ed è facile da ripiantare.

E l'albero artificiale?

Più durevole, prezzo d'acquisto crescente ma redditizio negli anni, l'albero artificiale attira sempre di più le famiglie. Acquistato soprattutto nei negozi di arredamento, ma sempre più presente nella grande distribuzione, gli alberi artificiali sono il più delle volte di dimensioni più ridotte.
Un'altra tendenza in crescita sono gli alberi in legno.

Le choix du sapin de Noël !

Incontournable au moment des fêtes de fin d'année

Mais lequel choisir ?

Le Nordmann, pour sa longévité

Il supporte mieux la chaleur d'un intérieur, il est plus doux au toucher et ses aiguilles tombent moins. Incontournable si vous décidez votre arbre plusieurs semaines avant Noël sans prendre le risque de le voir perdre ses aiguilles avant le réveillon.
Point faible : une odeur de sapin peu marquée.

L'épicéa, pour l'odeur

Le sapin de notre enfance qui sent bon la résine... mais perd ses aiguilles. Il peut convenir à ceux qui achètent leur arbre peu de temps avant les fêtes et qui apprécient sa forme moins touffue que le Nordmann à la base.
Point faible : ses aiguilles qui jonchent le sol.

Le sapin Abies grandis ou sapin de Vancouver

De taille moyenne et de couleur vert foncé, c'est un arbre originaire d'Amérique du Nord. Il possède des aiguilles plates, non piquantes. Résistant, il dégage une agréable odeur de citronnelle lorsqu'on le frotte. Il embaumera votre maison !

Le Nobilis, ou sapin noble

Ce sapin aux épines légèrement bleutées et douces au toucher dégage une agréable odeur d'agrumes. Il résiste bien à la chaleur.

Le Pungens, ou sapin bleu

Cet arbre originaire du Colorado se distingue des autres arbres grâce à ses aiguilles épaisses et piquantes et par sa couleur. Il dégage une agréable odeur de pin et se replante facilement.

Et le sapin artificiel ?

Plus durable, à un prix d'achat en hausse mais rentabilisé dans le temps, le sapin artificiel séduit de plus en plus de foyers. Achetés principalement dans les magasins de décoration, mais de plus en plus présents dans la grande distribution, ils sont le plus souvent de plus petite taille.
Une autre tendance qui monte, sont les sapins en bois.



5 conseils pour bien conserver votre sapin de Noël

- Avant de choisir votre arbre, tapez sa base au sol. Si trop d'aiguilles tombent, choisissez-en un autre.
- Afin d'éviter un choc thermique, n'installez pas votre arbre immédiatement chez vous juste après l'avoir acheté. Si vous avez un garage, entreposez-le là une journée.
- La chaleur assèche plus rapidement les épines. Pour faire durer votre arbre le plus longtemps possible et éviter tout risque d'incendie, ne l'installez pas trop près d'un radiateur ou d'une cheminée.
- Vaporisez un peu d'eau sur les épines une fois par semaine et si vous le pouvez, prévoyez un pied avec une réserve d'eau.
- Pensez au sac à sapin. Très utile pour recueillir les épines et emballer le sapin après les fêtes.

PATRONATI

UFFICI OPERATIVI IN FRANCIA

ACLI

Coordinamento Francia

28, Rue Claude Tillier – **75012 PARIS**
Tel. 01 43 72 65 29 -
francia@patronato.acli.it

UFFICI:

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

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



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



l'Italia nel mondo
ItalPlanet.it

Online la nuova newsletter

INAS

Coordinamento Francia

Avenue Thiers – BP 1273 – **06005 NICE**
Tel. 0033 – 493877901 - 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 Prunieu 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/UIIL

Coordinamento Francia

80 rue d'Isly – **59000 LILLE**
Tel. 03 20 57 01 79 -

coordinamento@italuil-france.com

UFFICI:

- 18 rue du Nord – **68330 HUNINGUE**
Tel. 03 89 07 99 08
huningue@italuil-france.com
- Maison des Syndicats – Place Carnot –
71000 MACON - Tel. 03 85 38 22 51 -
macon@italuil-france.com
- 1 rue Melchion – **13005 MARSIGLIA**
Tel. 04 91 37 54 82
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
Avenue Jean Lolive, 197/201
93500 PANTIN - Tel. 01 48 43 02 97
pantin@italuil-france.com
- 67 Bd du Maréchal Foch
57100 THIONVILLE - Tel. 03 82 53 79 72
thionville@italuil-france.com
-93 Boulevard de Suisse – **31200 TOLOSA**
Tel. 05 62 72 37 87
toulouse@italuil-france.com
-87 rue de Paris – **59300 VALENCIENNES**
Tel. 09 72 84 47 53
valenciennes@italuil-france.com
- 19, rue Magenta - **59150 WATTRELOS**
Tel. 09 50 14 75 08
wattrelos@italuil-france.com

INAPA/FIAP

- 163, rue Charenton - ESC 14 BL3
75012 Paris - parigi@inapa.it



Associazione Sviluppo Europeo
Association pour le Développement Européen
European Development Association

L'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



L'ASE

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,
a non siamo secondi a nessuno”**
(Sandro Pertini)

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

Il Centro Europeo Consumatori Italia

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

Centro Europeo Consumatori Italia

Via G.M. Lancisi n.25 - 00161 Roma

Tel. : +39 (0) 6 44 23 80 90 - Mail: info@ecc-netitalia.it

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

<https://serviziconsolarionline.esteri.it>

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

L'ambiente standardizzato del portale "Fast it" (Farnesina servizi tematici per Italiani all'estero) aiuta e impegna l'utente a fornire tutte le informazioni necessarie agli Uffici consolari senza doversi recare in Consolato, se non quando richiesto dalla normativa. Gli utenti registrati possono iniziare ad usufruire di alcuni servizi consolari 'on line' come l'iscrizione all'AIRE, o possono prenotare un appuntamento presso il proprio Consolato.



Attivo il canale WhatsApp "INPS per tutti"

Diventa operativo il canale WhatsApp "INPS per tutti": un nuovo strumento di comunicazione efficace con i cittadini e le imprese, in grado di facilitare la diffusione capillare e tempestiva di informazioni rilevanti, espresse in modo chiaro e sintetico.

In più, all'interno del canale WhatsApp "INPS per tutti" gli utenti possono trovare video, link e immagini attinenti alle tematiche di maggiore attualità e interesse dell'Istituto. È sempre possibile iscriversi attraverso il seguente link di condivisione:

[INPS per tutti | Chaîne WhatsApp](#)

Effettuata l'iscrizione, gli utenti potranno leggere i messaggi inviati dall'Istituto, cliccare sui link e reagire ai post utilizzando emoji. Maggiori dettagli sono illustrati nel Messaggio numero 1406 del 9 aprile 2024.

ESISTENZA IN VITA: al via la seconda fase dell'accertamento per i pensionati

A partire dal 20 settembre, Citibank N.A. curerà la spedizione delle richieste di attestazione dell'esistenza in vita ai pensionati residenti in Europa, Africa e Oceania - ad esclusione dei Paesi scandinavi e dei Paesi dell'est Europa già interessati dalla prima fase - da restituire alla Banca **entro il 18 gennaio 2025**.

Ne dà notizia l'Inps spiegando che, qualora l'attestazione non sia prodotta, il pagamento della rata di febbraio 2025, avverrà in contanti presso le agenzie Western Union del Paese di residenza e, in caso di mancata riscossione personale o produzione dell'attestazione di esistenza in vita, il pagamento delle pensioni sarà sospeso a partire dalla rata di marzo 2025.

Tutte le informazioni sono contenute nel messaggio INPS n. 3006 dell'11 settembre **disponibile qui**.

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

Sportello Consolare permanente a Tolosa

19, bis Rue Riquet - 31000 TOULOUSE

Tel 05.34.66.89.90

e-mail : tolosa.marsiglia@esteri.it

Sportello Consolare permanente a Bastia

Rue 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

Ascoltate

RADIO FUORI CAMPO

La nuova radio italiana

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>

CARTOLINE DALL'ALTRA ITALIA

Scopri il mondo della nuova Emigrazione

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

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



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

Centre Européen des Consommateurs France

- informations et conseils juridiques gratuits -

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

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

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

116 006

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

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

Les numéros d'urgence accessibles gratuitement 24 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)

SUR L'AUTOROUTE EN CAS D'INCIDENTS

Les 9.200 kilomètres d'autoroutes de France métropolitaine sont les infrastructures routières les plus sûres du pays. Des comportements à risque peuvent vous mettre en danger.

Que faire en cas de panne ?

Votre moteur montre des signes de faiblesse ? Un pneu éclate ? Si l'état de votre véhicule le permet, gagnez la prochaine aire de repos. Sinon, stationnez sur la bande d'arrêt d'urgence, au plus près de la glissière de sécurité, et signalez-vous en allumant vos feux de détresse. Revêtez votre gilet de sécurité avant de quitter la voiture : vous ne devez pas rester à l'intérieur en raison du risque trop important de collision. Le seul endroit sécurisé se trouve derrière la glissière.

Une fois en sécurité, contactez les secours. Inutile d'appeler l'assistance de votre société d'assurance ou le garage le plus proche, c'est vers la prochaine borne orange qu'il faut vous diriger. Elle vous mettra en relation avec un agent de la société d'autoroute qui pourra vous géolocaliser, déclencher l'intervention des services nécessaires (dépanneur, pompiers, etc.) et éventuellement afficher des messages d'avertissement à destination des autres usagers. Notez que des applis mobiles peuvent désormais se substituer aux bornes d'appels d'urgence. **Avant de partir, pensez donc à installer SOS Autoroute.**

3114

PREVENTION DU SUICIDE

3919

FEMMES VICTIMES DE VIOLENCE

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



24h sur 24 / 7 jours sur 7

Écoute par téléphone au 09 72 39 40 50

En ligne, des bénévoles formés à l'écoute

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

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 / www.europarl.it

Commissione Europea

Commission européenne

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

Consiglio dell'Unione Europea

Conseil de l'Union européenne

www.consilium.europa.eu

Corte di giustizia dell'Unione Europea

Cour de justice de l'Union européenne

www.curia.europa.eu

Comitato economico e sociale

Comité économique et social

www.eesc.europa.eu

Comitato delle regioni

Comité des Régions

www.cor.europa.eu

Gazzette Ufficiali dell'Unione Europea

Journal officiel de l'Union européenne

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

www.ted.europa.eu/

EUR Info Centres

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° luglio – 31 dicembre 2024

Presidenza UE: Ungheria

1er juillet - 31 décembre 2024

Présidence UE : Hongrie

Prossime Presidenze

- **Polonia:** gennaio - giugno 2025
- **Danimarca:** luglio-dicembre 2025

Impianti di stoccaggio del gas pieni al 95% superato l'obiettivo previsto

Durante la crisi energetica, gli Stati membri dell'UE hanno deciso di fissare un obiettivo giuridicamente vincolante per riempire gli impianti di stoccaggio del gas al 90% della capacità entro il 1° novembre di ogni anno, allo scopo di garantire una sicurezza sufficiente dell'approvvigionamento e la stabilità del mercato nei mesi invernali. Secondo gli ultimi dati – informa la Commissione Europea – l'attuale livello di stoccaggio del gas dell'UE è superiore al 95%. In questo momento nell'UE sono infatti stoccati circa 100 miliardi di metri cubi di gas, pari a quasi un terzo del nostro consumo annuo. Kadri Simson, Commissaria per l'Energia, ha dichiarato: "Quando la Russia ha invaso l'Ucraina e ha cercato di ricattare l'Europa tramite le sue forniture energetiche, siamo prontamente intervenuti per proteggerci da futuri shock di approvvigionamento.



Numéro d'urgence européen

Numero d'urgenza europeo

[Secondo una relazione della Commissione, il 2023 è tra i cinque anni più colpiti dagli incendi boschivi in Europa](#)

[Erasmus+impegna quasi 5 miliardi di € per sostenere l'apprendimento all'estero e la cooperazione nel 2025](#)

Uguaglianza di genere:

Una priorità per l'Unione Europea. La parità tra donne e uomini è un principio fondante dell'Unione Europea, sancito nel 1957 dal Trattato di Roma.

Prochaines Présidences

- **Pologne** : janvier - juin 2025
- **Danemark** : juillet-décembre 2025

[L'année 2023 figure parmi les cinq années les plus touchées par les incendies de forêt en Europe, selon un rapport de la Commission](#)

[Erasmus+ consacre près de 5 milliards d'euros pour soutenir l'apprentissage à l'étranger et la coopération en 2025](#)

Égalité femmes - hommes :

Une priorité pour l'Union européenne. L'égalité entre les femmes et les hommes est un principe fondateur de l'Union européenne, consacré dès 1957 par le traité de Rome.

Les jeunes générations ne votent pas, mais sont favorables à l'UE

Avec 51 %, le taux de participation aux élections européennes de 2024 était plus élevé que celui de 2019 (50,7 %) et de 2014 (42,6 %). La participation a été la plus élevée chez les plus de 55 ans (58 %), tandis que le groupe des 15-24 ans a enregistré le taux d'abstention le plus élevé (64 %). Malgré cela, la majorité des plus jeunes électeurs voient l'appartenance à l'UE d'un œil positif, 71 % d'entre eux déclarant que leur pays a bénéficié de son appartenance à l'UE. Parmi les groupes sociaux, les chômeurs ont enregistré le taux d'abstention le plus élevé (71 %), tandis que les cadres ont affiché la participation la plus forte, à savoir 63 %. Le rapport détaille les raisons de l'abstention de près de 50 % aux élections européennes. Les principaux facteurs sont le manque de confiance dans la politique (21 %) et un manque d'intérêt général (20 %). Parmi les autres raisons notables, citons le fait d'être en vacances ou loin de chez soi (12 %) et d'être "trop occupé" ou de travailler (12 %).

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

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

(Jacques Delors)