



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

Rafforzare la coppia nel corso degli anni

Non basta amare l'altro per vedere la propria relazione resistere a tutte le avversità. Bisogna amare anche il rapporto che si costruisce insieme. Come l'amicizia, anche le relazioni sentimentali hanno bisogno di essere coltivate. È a questa consapevolezza che dobbiamo fare appello.

All'inizio è il periodo della "luna di miele", in cui tra due individui si crea una forte attrazione e insieme cominciano a usare il termine "noi". Molte coppie, però, dimenticano che, come l'amicizia, anche una relazione sentimentale non è scontata se non viene coltivata. È importante rendersi conto che questa è la grande ricchezza di una coppia e che ha bisogno di essere preservata.

Sarebbe più opportuno fare, di tanto in tanto, un piccolo "inventario" della relazione: ciò che abbiamo costruito insieme, la sicurezza e la tenerezza che ci diamo, le gioie condivise e le prove che abbiamo attraversato, i valori comuni... tanti elementi a cui spesso non prestiamo attenzione. Ma fare un passo indietro e parlarne potrebbe essere un buon modo per continuare a camminare fianco a fianco per molto tempo. Questa valutazione dovrebbe portarci a riscoprire ciò che ci apportiamo l'un l'altro: affetto, complicità, sostegno, fiducia, intimità, comunicazione... Dovrebbe portarci ad apprezzare ciò che stiamo vivendo e a cercare di migliorare il resto.

Nell'attrazione della prima relazione, prende un posto importante la "meraviglia" ma che tende a svanire col passare del tempo. Ed è proprio questa meraviglia, questa attenzione verso l'altro, che molto spesso viene diluita con altri interessi, se non addirittura dimenticata del tutto, che dobbiamo ritrovare nell'ammirazione dello sguardo altrui. Forse la soluzione sta nel trovare il giusto equilibrio tra il tempo per sé stessi per ricaricare le batterie e il tempo da trascorrere insieme?

vi.lar.

8 MAI – L'ARMISTICE

La commemorazione della fine della Seconda
Guerra mondiale in Europa nel 1945.

Ce jour symbolise la victoire des forces alliées
sur l'Allemagne nazie et marque la cessation
des hostilités sur le continent européen.

En France, le 8 mai est célébré chaque année
comme un jour férié, rappelant l'importance
de préserver la paix.



Renforcer son couple au fil des années

Aimer l'autre ne suffit pas pour que la relation résiste à toutes les adversités. Il faut également aimer la relation construite ensemble. Tout comme l'amitié, la relation amoureuse doit également être cultivée. C'est à cette prise de conscience qu'il faut faire appel.

Au début, c'est la période de « lune de miel », au cours de laquelle une forte attirance se crée entre deux individus et ensemble, ils commencent à utiliser le terme « nous ». Cependant, de nombreux couples oublient que, comme l'amitié, une relation amoureuse ne peut être considérée comme acquise si elle n'est pas cultivée. Il est important de comprendre que la relation instaurée entre un couple est sa grande richesse et qu'il faut la préserver.

Il serait plus judicieux de faire, de temps en temps, un petit "état des lieux" de la relation : ce que nous avons construit ensemble, la sécurité et la tendresse que nous nous donnons, les joies partagées et les épreuves traversées, les valeurs communes... autant d'éléments auxquels souvent nous ne prêtons pas attention. Mais prendre du recul et en parler pourrait être une bonne façon de continuer à marcher côte à côte pendant longtemps. Cette évaluation pourrait nous amener à redécouvrir ce que nous nous apportons l'un à l'autre : affection, complicité, soutien, confiance, intimité, communication... Elle devrait nous amener à apprécier ce que nous vivons et à essayer d'améliorer le reste.

Dans l'attraction de la première relation, "l'émerveillement" joue un rôle important mais il a tendance à s'estomper avec le temps. Et c'est précisément cet émerveillement, cette attention envers l'autre, bien souvent diluée avec d'autres intérêts, voire complètement oubliée, que nous devons retrouver dans l'admiration du regard de l'autre.

Peut-être que la solution est de trouver le bon équilibre entre le temps consacré à soi-même afin de se ressourcer et le temps à passer ensemble ?

vi.lar.

**"LA NOSTRA PIU' GRANDE GLORIA NON È DI
CADERE, MA DI RIALZARCI OGNI VOLTA"**

EN FRANCE

AUTOROUTES : Est-ce que toutes les autoroutes françaises sont payantes ?

Non, il existe des autoroutes gratuite. Sur les 12379 km d'autoroutes, 9158 km sont concédés à des sociétés concessionnaires sous contrat avec l'État (*source : Bison Futé*). Il reste donc 3221 km sur lesquels il est possible de circuler sans passer par la case « péage ». Pour connaître les tronçons payants et gratuits répartis sur l'ensemble du territoire, rendez-vous à l'adresse suivante : data.gouv.fr/fr/reuses/terravisu-autoroutes-gratuites-et-a-peages.

FEU TRICOLORE POUR PIÉTONS : Un nouveau feu tricolore pour piétons expérimenté dans plusieurs villes de France

Pour traverser la route en empruntando un passage piéton, ces derniers sont invités à respecter un feu tricolore di 2 couleurs : bonhomme rouge, on s'arrête pour laisser passer les véhicules, bonhomme vert, on y va. Et si une 3e couleur, un jaune di transizione tra il rosso e il verde, permetta di meglio proteggere i pedoni che si impegnano sulla via? Ce feu tra il verde e il rosso mira a identificare una "fase di sgombramento": al feu giallo, il pedone che non è ancora impegnato sulla strada è invitato a pazienza, quello che è già sulla via è invitato a se depêcher per non ritrovarsi al centro della via quando il feu pedone passerà al rosso. Dallo aprile 2023, 7 città in Francia l'hanno già sperimentato: a Metz (Mosella), Nancy (Meurthe-et-Moselle), Nantes (Loire-Atlantique), Nice (Alpes-Maritimes), Strasbourg (Bas-Rhin), et Toulouse (Haute-Garonne). Versailles, che partecipava al test, s'è ritirato dal progetto. Ces six villes ont chacune installé des feux jaunes à deux endroits et vont pouvoir poursuivre cette expérimentation jusqu'en 2027, suite à l'arrêté publié le 22 avril au *Journal officiel*.

IN ITALIA

AMMINISTRATIVE E REFERENDUM: tutte le informazioni nello speciale Elezioni 2025



Domenica 25 e lunedì 26 maggio si svolge il turno ordinario di elezioni amministrative per i comuni interessati delle regioni a statuto ordinario. Domenica 8 e lunedì 9 giugno, in concomitanza con l'eventuale turno di ballottaggio delle amministrative, i cittadini italiani sono chiamati a partecipare ai 5 referendum popolari abrogativi indetti su altrettanti quesiti in materia di disciplina del lavoro e di cittadinanza. In entrambe le tornate elettorali si potrà votare la domenica dalle ore 7 alle ore 23 e il lunedì dalle ore 7 alle ore 15. Notizie, informazioni utili e documentazione, a cura della Direzione centrale per i Servizi elettorali del dipartimento per gli Affari interni e territoriali del Ministero, sono disponibili online sul sito [interno.gov.it/speciale Elezioni 2025](https://interno.gov.it/speciale/Elezioni2025).

CARTA D'IDENTITA': VIA "PADRE" E "MADRE", TORNA LA DICITURA "GENITORE"

Via la dicitura "padre" / "madre" sulla carta d'identità elettronica, in quanto discriminatoria e non rappresentativa di tutti i nuclei familiari e i loro legittimi rapporti di filiazione: l'indicazione corretta è quella di "genitore". Così il 9 aprile la Corte di Cassazione, respingendo il ricorso del ministero dell'Interno contro la decisione della Corte d'appello di disapplicare il decreto ministeriale del 31 gennaio 2019, con cui si sostituiva la dicitura "genitore" con quelle di "padre" e "madre", archiviate nel 2015.

Comunicati Consolari in Francia

EMISSIONE PASSAPORTI una missione consolare a Nantes

Una missione consolare a Nantes il 9 aprile: l'ha programmata il Consolato Generale d'Italia a Parigi al fine di agevolare le procedure per l'emissione dei passaporti per i connazionali che hanno più difficoltà a spostarsi.

I cittadini italiani residenti nei **Dipartimenti di Côtes d'Armor, Finistère, Ile et Vilaine, Morbihan, Loire Atlantique, Maine-et-Loire e Vendée** che avessero necessità di richiedere o rinnovare il proprio passaporto potranno scrivere una e-mail all'indirizzo passaporti.parigi@esteri.it per prenotare un appuntamento per la rilevazione delle impronte, avendo cura di inviare il modulo di domanda disponibile sul sito del Consolato Generale a [questo link](#). Il giorno dell'appuntamento sarà necessario presentare i [documenti previsti](#), selezionando la voce appropriata nel menu sulla destra. Sarà accordata una priorità ai residenti con più di 75 anni di età.

OPERATIVO IL VICE CONSOLATO ONORARIO A BORDEAUX

A Bordeaux è nuovamente operativo il Vice Consolato Onorario d'Italia. Lo comunica il Consolato Generale d'Italia a Marsiglia. La riattivazione dell'Ufficio Onorario, il cui titolare è il Dott. Bruno Felici. Tra i servizi attivi presso il Vice Consolato Onorario di Bordeaux è disponibile anche quello di rilevamento delle impronte digitali, necessario per il rilascio del passaporto. "Questo servizio sarà accessibile esclusivamente su appuntamento, si invita pertanto i connazionali interessati a prendere contatto con l'Ufficio Onorario per la prenotazione dell'appuntamento". Il Consolato Generale a Marsiglia evidenzia, inoltre, che "il Vice Consolato Onorario è competente anche per fornire assistenza ai connazionali che si trovano in situazioni di difficoltà".

Sede del Vice Consolato Onorario: 36, Cours du Maréchal Foch, 33000 Bordeaux. Per maggiori dettagli sui servizi consolari gestiti dal Vice Consolato Onorario, contatti e modalità di accesso ai servizi, si veda sito del [Consolato Generale a Marsiglia](#)

L'uomo è infelice perché non sa di essere felice.

L'homme est malheureux parce qu'il ne sait pas qu'il est heureux.

Fiodor Dostoïevski

QUELS TYPES D'ALIMENTS MANGER QUAND ON EST EN MANQUE DE FER ?

Quando on est carencé en fer, on cherche des informations fiables sur ce qu'il faut mettre dans son assiette pour retrouver son énergie. Au-delà d'un simple tableau, à nuancer, voilà les informations à retenir. Les aliments riches en fer à privilégier en cas de carence ou d'anémie sont, dans l'ordre :

- **Les viandes rouges, en particulier le foie de tous les animaux** (mais pas le foie gras, car il y a plus de graisses que de fer), le boudin noir, le cœur, les rognons.
- **Le poisson et les fruits de mer**, en particulier les palourdes, moules, anchois, bigorneaux, harengs...
- **Les légumineuses** : haricot blanc et rouge, lentilles.
- **Les herbes séchées** : le thym séché arrive très haut dans ce classement, mais le basilic et la menthe séchés le suivent de près.
- **Les graines** : pignon, noisette, graines de lin...
- **Les algues** : le nori, cette algue présente dans la cuisine japonaise est en tête du podium, mais pas forcément facile à se procurer ou cuisiner. Plus accessible, la spiruline se présente sous la forme de poudre que l'on peut ajouter dans un jus de fruits, un yaourt ou même une salade.
- **Les légumes à feuille verte** : le mythe des épinards de Popeye très riches en fer a depuis longtemps été contredit. Reste que les légumes à feuille verte sont pourvus de fer, mais en petite quantité : 0,35 mg pour 100 g pour la blette et 1,3 mg/ 100 g pour les épinards.
- **Le chocolat noir** : en poudre (sans sucre) ou en tablette à 70% de cacao, le chocolat apporte du fer. "Mais seulement dans une quantité importante, si vous mangez un carré par jour, ce n'est pas ça qui va changer la donne", prévient la nutritionniste.
- **Les féculents** : les pâtes complètes, les pains aux céréales...

I benefici cardiovascolari dell'idrossitiroso

Un gruppo internazionale di ricercatori ha pubblicato uno studio che mette in luce i vantaggi dell'idrossitiroso per la salute cardiovascolare. Questo composto, presente nell'olio extravergine di oliva, può aiutare a ridurre l'ossidazione del colesterolo LDL, noto come colesterolo "cattivo", e a prevenire patologie come l'aterosclerosi. La ricerca, è stata condotta da studiosi e studiose dell'Università di Padova, dell'IMDEA-Alimentación di Madrid e del CEBAS-CSIC di Murcia. Lo studio – spiega l'Università di Padova – mostra che l'idrossitiroso può influenzare l'epigenoma umano, che regola l'attivazione o disattivazione dei geni in base a fattori ambientali e stili di vita, senza alterare il DNA. In particolare, si è scoperto che l'idrossitiroso può proteggere le arterie dall'accumulo di grassi e colesterolo, agendo nelle fasi iniziali delle malattie cardiovascolari.



I CONSIGLI DEL NUTRIZIONISTA

i 12 buoni propositi a tavola di Paolo Bianchini

5. MAGGIO: COMBINA I CIBI IN MANIERA INTELLIGENTE

In ogni pasto cerca di assumere tutti e 3 i nutrienti fondamentali (carboidrati, proteine e grassi) nelle loro migliori fonti. Ad esempio, uova al burro e frutta a colazione, carne o pesce con verdure condite con olio e olive oppure cotte nel burro a pranzo e cena.

6. GIUGNO: SE HAI FAME NON SALTARE IL PASTO

Il corpo ha bisogno di nutrienti per funzionare correttamente, tra cui proteine, carboidrati, grassi, vitamine e minerali. Quando si salta un pasto, si riduce l'apporto dei nutrienti, e si crea uno squilibrio ormonale che può avere come conseguenza diversi disturbi tra cui debolezza e stanchezza. Tra l'altro trascorrere molte ore senza mangiare non aiuta a perdere peso: si arriverà al primo pasto con un eccesso di fame. Se saltiamo il pranzo, compensiamo eccessivamente a cena. Se saltiamo la cena, abbondiamo nella colazione in modo squilibrato.

In breve...

En bref...

Verso una comunità globale dell'italofonia

Entro la fine dell'anno, presumibilmente tra ottobre e novembre, si terrà a Roma la Conferenza Internazionale dell'Italofonia con la quale si intende costituire la "Comunità dell'italofonia".

Sarà formata da Istituzioni e rappresentanze della società civile unite dall'interesse e dalla passione per la lingua italiana con l'obiettivo di promuovere e tutelare la lingua italiana, ampliandone ove possibile gli ambiti di utilizzo a livello internazionale, dare impulso al dialogo politico, ma anche gli scambi e i legami tra realtà italofone e sviluppare le relazioni culturali, economiche, scientifiche e accademiche tra i suoi membri.

*"J'aime les gens
qui disent ce qu'ils pensent,
et surtout j'aime ceux
qui font ce qu'ils disent"*

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

Andiamo al cinema *Allons au cinéma* par Hervé GAUTIER

La mafia est indissociable de l'Italie et particulièrement de la Sicile dont elle est le berceau. Elle a beaucoup inspiré les auteurs, surtout italiens.

Nous sommes au début des années 2000, Catello Palumbo (Toni Servillo) sort d'une longue peine de prison pour collusion avec la mafia. C'est un homme politique aguerri, ancien maire, ancien proviseur, rusé, mais il a tout perdu. Il est approché par les services secrets italiens pour aider à capturer son filleul, Matteo Messina Denaro (Elio Germano) surnommé Iddu (celui qu'on ne nomme pas), successeur de son défunt père, dernier chef maffieux en cavale depuis de nombreuses années. Il vit reclus chez une veuve (Barbora Bobulova) qui le protège parce qu'il a tué l'assassin de son mari, tout en continuant à se cultiver par la lecture, et à régler ses affaires sous des prête-noms. Il est ainsi devenu une sorte de fantôme propice à la légende. C'est pour Catello l'occasion unique de revenir sur le devant de la scène politique.

Nous assistons donc à la lutte de deux personnalités de générations différentes, l'un qui collabore avec la police malgré les risques, l'autre qui se cache. Catello entame donc avec Matteo une correspondance faites de feuilles pliées et scotchées, les « pizzini », d'où le titre du film, livrées par des intermédiaires dévoués.

C'est un film inspiré de faits réels mais largement ouvert à l'imagination des auteurs. Les réalisateurs qui avaient déjà traité de ce sujet (Salvo en 2013, Sicilian ghost story en 2017), mais pas vraiment de la même manière, nous offrent ici avec un scénario un peu confus et malgré un épilogue tragique. Une comédie noire un peu burlesque avec suspens, sur un maffieux en cavale et son parrain, tous deux également égocentriques et orgueilleux où ils montrent que la mafia infiltre toutes les couches de la société, où tout le monde se méfie de tout le monde. Une mention particulière pour la jeune et intègre policière (Daniela Marra) qui sera broyée par cette lutte contre la mafia qui la dépasse, face à une hiérarchie policière qui temporise.

Malgré la talentueuse prestation de Tony Servillo, célèbre acteur italien multi récompensé, et également celle de Elio Germano, le film m'a paru sonner faux.

Le scénario est librement inspiré de la vie de Matteo Messina Denaro, le plus recherché d'Italie, condamné plusieurs fois à perpétuité par contumace pour de nombreux meurtres, attentats, enlèvements et pour son rôle dans l'assassinat des juges Falcone et Borsellino en 1992. Il est mort en hôpital-prison à 61 ans à cause d'un cancer qu'il soignait sous un faux nom dans une clinique privée de Palerme où la police le cueillit en 2023, après 30 ans de cavale. Une vie et une fin tristes à la mesure de ce triste personnage.

LETTRES SICILIENNES

Un film de Fabio Grassadonia
et Antonio Piazza

EVENTI / ÉVÉNEMENTS

da marzo a novembre IX edizione delle Giornate Nazionali dei Borghi Autentici d'Italia

Cosa c'è di più bello di un piccolo borgo dall'atmosfera suggestiva, dove tutti conoscono tutti e aprono al visitatore le porte della propria città con ospitalità e passione per l'accoglienza? E saranno molti di questi borghi, di cui la penisola italiana è piena, i protagonisti della nona edizione della **Giornata Nazionale dei Borghi Autentici d'Italia**, la consueta rassegna promossa dall'Associazione Borghi Autentici d'Italia.

dal 4/09 al 16/11

Romaeuropa Festival alla 40^a edizione

<https://romaeuropa.net>

Nel 1986 Romaeuropa Festival nasceva come un'utopia, con l'entusiasmo di chi crede che la cultura possa cambiare una città, una stagione, una generazione. Oggi, a distanza di quarant'anni, quella visione culturale che si riteneva audace e impossibile è la realtà concreta di un operare sempre attento alle diverse sensibilità del presente. Quest'anno Romaeuropa torna con un'edizione che non è solo un festeggiamento, ma un atto di futuro, un invito a guardare avanti, ancora una volta. Ecco allora un programma che, in oltre due mesi di programmazione, dal 4 settembre al 16 novembre, supera i confini tra musica, danza, teatro, arti digitali e creazione per l'infanzia, presentando oltre 110 spettacoli per 250 repliche e ospitando oltre 700 artiste e artisti provenienti dall'Italia e da tutto il mondo.

NUOVE SCOPERTE NELL'ANTICO TEATRO ROMANO DI CLATERNA



Nuove scoperte nel sito archeologico di Claterna, a circa 15 chilometri da Bologna: si tratta di un antico teatro romano, risalente alla prima età augustea (fine I° sec. a.C. - inizi I° sec. d.C.), situato a nord della via Emilia, individuato inizialmente attraverso foto aeree e indagini esplorative tra il 2017 e il 2019. Il teatro è stato poi riscoperto nella sua interezza a partire da settembre 2023.

Il teatro romano di Claterna presenta una cavea di 64 metri di diametro con una capienza stimata di circa 2.500 spettatori. Tra i nuovi reperti emersi durante gli scavi anche monete in argento e bronzo, gemme votive, frammenti architettonici, marmi e lastre decorative. Agli archeologi è apparso anche un gioiello di vetro dai colori brillanti raffigurante una maschera teatrale, probabilmente sfuggito dal polso di una spettatrice di duemila anni fa.

Torna la "Domenica al museo"

le aperture festive, l'iniziativa del Ministero della Cultura con ingresso gratuito nei musei e nei parchi archeologici statali.

Per informazioni e per consultare l'elenco completo delle strutture aperte:

<https://cultura.gov.it/festività2024-2025/>

114 le numéro d'urgence pour les malentendants

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

ANNIVERSARI

ANNIVERSAIRES

1985 – 2025 40 ANNI DELLO SPAZIO SCHENGEN

Il primo atto di questo processo è stato l'Accordo di Schengen – una piccola cittadina situata nell'estremo sud del Lussemburgo – che fu firmato il 14 giugno 1985 da cinque degli allora dieci Stati membri della Comunità economica europea (CEE): Francia, Repubblica federale tedesca, Belgio, Paesi Bassi e Lussemburgo.

L'accordo, entrato in vigore il 26 marzo 1995, mirava ad abolire le frontiere interne tra i paesi firmatari e a creare una politica comune per le frontiere esterne. Ciò promuoverebbe la libera circolazione delle persone e delle merci e contribuirebbe alla crescita economica e all'integrazione.

Dalla sua creazione, l'area Schengen si è costantemente ampliata, con nuovi membri dell'Unione Europea (UE) ed altri.

Nel 1997, l'accordo di Schengen è stato integrato nel diritto dell'UE dal trattato di Amsterdam. Il numero dei paesi partecipanti è cresciuto costantemente e oggi l'area comprende 27 paesi, inclusi alcuni paesi extra UE come Norvegia, Islanda, Svizzera e Liechtenstein.

1985 – 2025 40 ANS DE L'ESPACE SCHENGEN

Le premier acte de ce processus fut l'accord de Schengen – une petite ville située à l'extrême sud du Luxembourg – qui fut signé le 14 juin 1985 par cinq des dix États membres à l'époque de la Communauté économique européenne (CEE) : la France, la République fédérale d'Allemagne, la Belgique, les Pays-Bas et le Luxembourg.

L'accord, entré en vigueur le 26 mars 1995, visait à abolir les frontières intérieures entre les pays signataires et à créer une politique commune en matière de frontières extérieures. Cela favoriserait la libre circulation des personnes et des biens et contribuerait à la croissance économique et à l'intégration.

Depuis sa création, l'espace Schengen n'a cessé de s'élargir avec de nouveaux membres de l'Union européenne (UE) et autres.

En 1997, l'accord de Schengen a été intégré au droit de l'UE par le traité d'Amsterdam. Le nombre de pays participants n'a cessé de croître et aujourd'hui la zone comprend 27 pays, dont certains pays non membres de l'UE comme la Norvège, l'Islande, la Suisse et le Liechtenstein.

9 maggio 1950 – 9 maggio 2025 75° anniversario della dichiarazione Schuman

9 mai 1950 – 9 mai 2025 75e anniversaire de la déclaration Schuman

La "festa dell'Europa" si celebra il 9 maggio di ogni anno. Questa data ricorda il giorno del 1950 in cui vi fu la presentazione da parte di Robert Schuman del piano di cooperazione economica, ideato da Jean Monnet (cosiddetta *Dichiarazione Schuman*), che segna l'inizio del processo d'integrazione europea con l'obiettivo di una futura unione federale.

Fino al 1964 la festa dell'Europa veniva celebrata il 5 maggio, perché celebrava la fondazione del Consiglio d'Europa avvenuto il 5 maggio 1949.

La data fu spostata poi al 9 dello stesso mese in occasione del 'summit' di Milano del 1985, dove si scelse di legarla anche alla fine della Seconda guerra mondiale (il 9 maggio è il giorno successivo alla firma della capitolazione nazista).

La "Journée de l'Europe" est célébrée le 9 mai de chaque année. Cette date commémore le jour de 1950 où Robert Schuman présente le plan de coopération économique, conçu par Jean Monnet (*la déclaration dite Schuman*), marquant le début du processus d'intégration européenne en vue d'une future union fédérale.

Jusqu'en 1964, la Journée de l'Europe était célébrée le 5 mai, car elle célébrait la fondation du Conseil de l'Europe le 5 mai 1949.

La date a ensuite été déplacée au 9 du même mois à l'occasion du "sommet" de Milan en 1985, où il a également été décidé de la relier à la fin de la Seconde Guerre mondiale (le 9 mai est le lendemain de la signature de la capitulation nazie).

MOSTRE / EXPOSITIONS

A PARIGI

**al Museo del Louvre
FINO AL 12 MAGGIO**

"Rivedere Cimabue. Alle Origini della Pittura Italiana"

Il Museo del Louvre dedica per la prima volta un'eccezionale esposizione al maestro fiorentino (1240) che anticipò il rinnovamento dell'arte italiana e occidentale.

"**Revoir Cimabue. Aux Origines de la Peinture Italienne**" è il titolo della prestigiosa mostra, inaugurata il 20 gennaio. La mostra si conclude con la presentazione del grande "San Francesco che riceve le stimmate" di Giotto, tavola originariamente realizzata per la chiesa di San Francesco a Pisa.

Agli albori del XIV secolo, Duccio e Giotto, entrambi profondamente influenzati dall'arte del grande Cimabue, avrebbero incarnato le nuove possibilità dell'arte della pittura.

La mostra sarà visitabile al pubblico fino al 12 maggio.

**Al Museo Jacquemart-André
FINO AL 3 AGOSTO**

"Artemisia. Eroina dell'Arte"

Un omaggio alla pittrice caravaggesca Artemisia Gentileschi (1593 - circa 1656), una delle rare artiste dell'era moderna ad aver raggiunto fama internazionale in vita così da poter vivere della sua pittura.

Inaugurata il 19 marzo scorso alla presenza dell'ambasciatrice d'Italia in Francia, Emanuela d'Alessandro, la mostra sarà aperta al pubblico sino al 3 agosto illustrando vita e opere di una artista dal destino straordinario. Con circa quaranta dipinti, questa mostra mette in luce il ruolo di Artemisia Gentileschi nella storia dell'arte del XVII secolo.

Una parte importante della mostra è infine dedicata al duello simbolico tra Eros e Thanatos, un tema cruciale nell'arte e nella cultura barocca e veramente centrale nell'opera di Artemisia Gentileschi.

Nata a Roma, la giovane Artemisia si formò con il padre, Orazio Gentileschi, un artista di origine toscana influenzato da Caravaggio, e presto mostrò un talento singolare per la pittura.

In questo mese si festeggia...

Ce mois-ci nous célébrons...

L'ASCENSIONE / L'ASCENSION

29 maggio - 29 mai

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

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

In diversi paesi sia cattolici che protestanti, il giorno dell'Ascensione è considerato festivo.

Selon le *Nouveau Testament*, l'événement connu sous le nom d'Ascension est le dernier épisode de la vie terrestre de Jésus : trente-neuf jours après sa mort et sa résurrection, il est monté au ciel. Cette fête est célébrée dans toutes les confessions chrétiennes et constitue, avec Pâques et la Pentecôte, l'une des solennités les plus importantes du calendrier ecclésiastique.

La fête de l'Ascension est très ancienne et est attestée dès le IV^e siècle : Augustin la décrit comme une solennité déjà répandue à son époque.

Dans plusieurs pays, tant catholiques que protestants, le jour de l'Ascension est également considéré comme un jour férié.

MAGGIO - Con i suoi 31 giorni è il secondo mese della stagione primaverile che entra in questo periodo nella sua fase di massima espressione, riflesso della crescente esposizione della natura alla luce solare, destinata a toccare il culmine nel solstizio d'estate del 20-21 giugno. Di conseguenza le giornate si allungano e il clima è decisamente più mite. Un aspetto che giustifica la consuetudine presso i popoli antichi di dedicare questo mese a divinità legate alla luce. Infatti i romani lo associavano ad Apollo. L'altro elemento centrale era la Terra, intesa come *Madre Natura* e identificata con la dea Maia, dalla cui radice latina, *Maius*, si pensa possa essere derivato il termine "maggio".

EMIGRAZIONE, CINEMA E "RADICI": ITALEA PRESENTA IL LIBRO "NAPOLI/NEW YORK ANDATA E RITORNO"

Il 15 aprile è stato presentato, presso l'Istituto Italiano per gli Studi Filosofici di Napoli, il libro *"Napoli/New York andata e ritorno. La comunità italiana dello spettacolo e la nascita del cinema italoamericano"* della professoressa Giuliana Muscio, docente presso l'Università di Padova. Al centro del dibattito il tentativo di far rientrare in Italia alcuni titoli "napoletani" realizzati a New York negli anni Trenta.

È stata anche l'occasione per parlare di cinema, emigrazione, talento italiano nel mondo e di turismo delle radici.

"L'iniziativa nasce dalla collaborazione con Italea, il programma di promozione del turismo delle radici, lanciato dal Ministero degli Affari Esteri e della Cooperazione Internazionale nell'ambito del progetto PNRR e finanziato da NextGenerationEU - spiega la professoressa Muscio - è fondamentale, prima di invitare i figli e i nipoti della diaspora italiana a fare un viaggio delle radici in Italia, riconoscere il contributo che i nostri emigrati hanno dato allo sviluppo culturale e materiale dei Paesi in cui si sono stabiliti. Questo riconoscimento è essenziale per risvegliare in loro il desiderio di riscoprire le proprie radici. 'Napoli/New York andata e ritorno' è un viaggio nella cultura dello spettacolo napoletano, con un focus particolare sul cinema muto e sulla sua diffusione negli Stati Uniti".



È USCITO IL NUOVO NUMERO DEL MAGAZINE DI ITALEA

Clicca sul bottone blu e leggi
[gratuitamente in italiano](#)

Buona lettura!

LES OBJETS DE NOTRE ENFANCE

Les Roudoudous



Vous vous en souvenez sûrement... Peut-être les appeliez-vous autrement, mais ces petits

bonbons au sirop coulés dans de véritables petites coquilles de coques, d'huîtres ou de moules, ont ravi de nombreux enfants. Ces délicieux petits bonbons se dégustaient en léchant directement la coquille.

Aujourd'hui, on trouve toujours des Roudoudous, mais en général dans des coquilles en plastique.

Le moulin à café manuel

Dans les années 50, le café ne se vend qu'en grains qu'il faut mouler. Avant la création du Moulinex (qui donnera son nom à la marque), machine électrique bon marché, les familles devaient utiliser le moulin à café manuel.



Dans les années qui suivirent, Moulinex inventa de nombreux appareils ménagers prévus pour simplifier la vie des femmes au foyer. Le succès sera, bien sûr, très important.

Signification de la couleur des bougies

BOUGIE MARRON >

> **Concentration** - Une bougie de couleur marron permet de localiser les objets perdus, favorise la **concentration**, la **télépathie**, et protège les animaux domestiques.

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.



RICORDI E VICENDE DI UN ITALIANO ALL'ESTERO

di Giovanni Ludi

Questioni di cuore, questione di denti

Le foglie ormai erano quasi tutte cadute dagli alberi quando arrivò novembre

E finalmente il cardiologo, tramite mail al medico di base, si fece vivo.

Mancavano otto giorni alle estrazioni dentarie. La dentista aveva previsto di estrarmi ben sei denti. Per chi, come me, ha subito interventi a valvole cardiache ed assume anticoagulanti le estrazioni dentarie presentano alcuni problemi.

Questa questione delle estrazioni si trascinava da quasi un anno e mezzo. Da un lato la dentista era decisa in quelle estrazioni su denti poco stabili, necessarie per evitare infezioni, dall'altra io perfettamente d'accordo con la dentista nel ripristino della dentatura. Qualche disaccordo, metodologico, l'aveva il cardiologo. Lui concordava sulle estrazioni ma, per ridurre ogni rischio, l'operazione dentistica doveva eseguirsi in ospedale.

Nell'aprile 2024, durante l'ultimo controllo il cardiologo fu con me categorico: - "Ospedale! Per le estrazioni ci vuole l'ospedale, assolutamente non fidarsi dello studio dentistico".

Dopo quella visita cercai di conferire con la dentista. Non fu possibile. La dentista in un incidente si era rotto un polso.... Si definì un appuntamento con la dottoressa per settembre.

Arrivò settembre e con il polso finalmente ripristinato, la dentista fu finalmente davanti a me. Lei guarda poco negli occhi, se non guarda nella bocca fissa lo schermo del PC. Comunque ascoltò le mie parole, mi sbirciò la bocca e categoricamente affermò: - "...da me, nel mio studio, non esiste problema alcuno...".

Con cautela mi azzardai a chiederle una prescrizione per l'ospedale. Lei severamente mi rassicurò. Non serviva. Avrebbe preso ogni precauzione, avrebbe contattato il mio cardiologo indirizzandogli una "Lettre recommandée électronique". Dal cardiologo avrebbe avuto certamente un preciso protocollo pre e post "cavatura dei denti". Poi, sbrigativamente, affermò che mi avrebbe avvisato, non appena il cardiologo avesse risposto.

Le foglie ormai erano quasi tutte cadute dagli alberi quando arrivò novembre. Per le strade gli operai cominciavano a posare i festoni natalizi e sui miei denti era silenzio. Provai a contattare la dentista. La segretaria della dottoressa provò alcune volte a fare appello alla "pazienza". Il cardiologo

non aveva ancora risposto alla "Lettre recommandée électronique". Qualche insistenza, mentre si alzavano le voci mie e della segretaria. La dentista finalmente fece la prescrizione.

Era l'inizio di dicembre quando, con l'appuntamento per le estrazioni, arrivai all'ospedale di La Rochelle.

Mi sedetti sulla poltrona del dentista, ma restai solo. La dentista ospedaliera non si era mossa, era rimasta alla scrivania ad "esaminare i miei documenti". Ignorandomi, parlottò con l'infermiera. Venne da me scuotendo la testa: - "...Guardi che noi siamo come lo studio della sua dentista. Noi non disponiamo di strutture di degenza. La sua dentista è qualificatissima. Abbia fiducia, torni da lei. Comunque le faccio una prescrizione per una procedura post estrattiva".

I miei denti si sentirono rassicurati. Neanche questa volta si sarebbero separati da me!

Tornai dalla mia dentista. Diedi i documenti dell'ospedale e, sconsolato, richiesi l'appuntamento. Si fissò il lunedì 27 gennaio 2025, alle 9 e 30. Le estrazioni, per quanto non abbia nulla contro i miei denti, finalmente si sarebbero effettuate.

Nei primi giorni dell'anno parlai con il medico di base, anche esprimendo preoccupazioni a riguardo il silenzio del cardiologo. Lui fu d'accordo con me e tramite i dispositivi a sua disposizione scrisse al cardiologo richiedendo un qualche suggerimento, un protocollo pre-estrattivo e mi garantì che mi avrebbe girato via mail la risposta.

Ancora lunedì 13 gennaio 2025 tutto era silenzio. Io, però, ben sapevo che dovevo agire riducendo gli anticoagulanti qualche giorno prima dell'intervento. Sapevo che in quel periodo avrei dovuto fare prelievi quotidiani per controllare la mia coagulazione.

Quel giorno, mentre Adriana prenotava gli infermieri per i prelievi di controllo, io mandai una mail al cardiologo e, per conoscenza alla dentista, ricordando che il 27 gennaio avrei fatto la "cavatura". Comunicai che avrei un poco "improvvisato" un mio protocollo.

Finalmente la comunicazione del cardiologo arrivò al medico di base la sera del 18 gennaio.

L'HISTOIRE de la FÊTE DES MÈRES

Dimanche 25 mai

Dans l'Antiquité, il existait des rites cérémoniaux et des célébrations traditionnelles basés sur le culte de la Terre Mère et célébrant les divinités féminines liées à la renaissance de la nature au printemps, les mères, celles qui représentaient la fertilité et la vie.

Pour les Grecs, elle était Rhéa, la mère de tous les dieux, la grande procréatrice, et un jour par an, sa figure et celle de toutes les mères par association étaient célébrées. Chez les Romains, Cybèle était la divinité symbole de la Nature et de toutes les mères.

En Angleterre, les célébrations de la fête des mères remontent au XVIIe siècle. À l'origine, la fête des mères n'était pas comme une occasion de célébrer sa mère avec des fleurs ou des cadeaux, mais il a pris une signification complètement différente. La fête, appelée Dimanche des Mères, coïncidait avec le quatrième dimanche du Carême. À cette occasion, tous les enfants qui vivaient loin de leur famille, ont pu rentrer chez eux pour une journée. Ils apportaient à leur mère des fleurs ou d'autres types de cadeaux.

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

Domenica 11 maggio

In Italia la festa della mamma fu festeggiata per la prima volta nel 1957 da don Otello Migliosi, un sacerdote del borgo di Tordibetto ad Assisi. Successivamente la festa è entrata a far parte del nostro calendario. Oggi, nel borgo di Tordibetto ad Assisi, la ricorrenza viene celebrata con particolare fervore.

Il 19 il medico mi inviò il protocollo. Il cardiologo mandò via mail la comunicazione anche a me.

Era domenica, mancavano 8 giorni all'intervento. Il protocollo suggeritomi dal cardiologo ne richiedeva 10. Dovetti annullare e rimandare ancora tutto. I miei denti tornarono a rasserenarsi! Finalmente potevano caccarsene per i fatti loro.

IL LIBRO DEL MESE

LE LIVRE DU MOIS



Euh... Comment parler de la mort aux enfants

de Delphine Horvilleur

« Ils vécurent heureux et eurent beaucoup d'enfants. » La phrase qui conclut les contes réservés aux enfants élude une vérité évidente et douloureuse : les personnages vieilliront, perdront des gens qu'ils aiment, tomberont malades et mourront. Alors pourquoi le cacher ?

Que dire à un enfant ou un adolescent qui se trouve démuni face à la perte ?

Pour nous aider à trouver nos propres réponses d'adulte, Delphine Horvilleur puise dans les textes de la tradition, dans son expérience de rabbin qui accompagne des familles endeuillées, dans les rituels ancestraux ou contemporains, dans son expérience personnelle, et même l'observation de la nature.

« Un livre touchant sur un tabou dans un tabou : la mort expliquée aux enfants. Une mission à laquelle Delphine Horvilleur s'attelle avec délicatesse. » Jérôme Cordelier, *Le Point*

« Delphine Horvilleur propose d'ouvrir la conversation, de saisir les deuils qui jalonnent nos vies pour penser à la mort en famille. » Clara Georges, *Le Monde*

« Comme toujours, Delphine Horvilleur ne donne pas de recettes, et encore moins de leçons, simplement une intelligence généreuse qui chemine. » Anna Cabana, *La Tribune Dimanche*

« Dans ce texte court et accessible, Delphine Horvilleur encourage à parler de la mort, puisqu'elle fait partie de la vie, et à saisir la beauté des questions dont on ne connaît pas les réponses. » Aziliz Claquin, *La Croix*

La lettera scritta sul Titanic venduta per 400 000 dollari

Una lettera "profetica" scritta da uno dei sopravvissuti del Titanic è stata venduta all'asta, alla cifra record di 399.000 dollari.



Lo scrive il New York Times riprendendo la casa d'aste Henry Aldridge and Son. Il colonnello Archibald Gracie, autore del libro *The Truth About The Titanic*, scrisse questa lettera mentre si trovava a bordo della nave, pochi giorni prima della tragedia. Nel testo, Gracie osservava: "È una bella nave, ma attenderò la fine del mio viaggio prima di esprimere un giudizio su di essa." Il colonnello Gracie si trovava sul ponte superiore della nave quando il Titanic iniziò a inabissarsi, e rimase aggrappato a una ringhiera mentre veniva trascinato in mare. Riuscì a raggiungere una zattera capovolta, su cui galleggiò per ore nelle acque gelide prima di essere salvato. Gracie morì otto mesi dopo il naufragio.

Une lettre écrite sur le Titanic vendue pour 400 000 dollars

Une lettre "prophétique" écrite par un survivant du Titanic a été vendue aux enchères pour la somme record de 399 000 dollars.

Le New York Times écrit ceci, en faisant un reportage sur la maison de vente aux enchères Henry Aldridge and Son. Le colonel Archibald Gracie, auteur du livre *La vérité sur le Titanic*, a écrit cette lettre quelques jours avant la tragédie. Dans le texte, Gracie observe : « C'est un beau navire, mais j'attendrai que mon voyage soit terminé avant de porter un jugement sur lui. » Le colonel Gracie se trouvait sur le pont supérieur du navire lorsque le Titanic a commencé à couler et s'est agrippé à une balustrade tandis qu'il était entraîné vers la mer. Il a réussi à atteindre un radeau retourné, et a dérivé pendant des heures dans les eaux glaciales avant d'être secouru. Gracie est décédée huit mois plus tard.

DA LEGGERE

A LIRE

"Alza la tua radio per favor"

di Massimo Emanuelli

La storia delle radio libere in Italia

In occasione del cinquantenario delle radio libere italiane esce **"Alza la tua radio per favor. Storia delle radio libere italiane di ieri e di oggi (fm, web e dab)"**, un ebook di circa 2000 pagine di Gammarò edizioni che corona 40 anni di articoli e ricerche storiche dedicate alle radio locali.

Le prime radio straniere ascoltabili in Italia, i primi tentativi di trasmissione, il big bang cioè il 1975: Radio Parma e Radio Milano International.

La storia delle radio libere suddivise anno per anno, provincia per provincia, tipologia per tipologia (radio locali, radio regionali, syndication, superstation, radio regionali, network nazionali, radio religiose, radio politiche). Il tutto inserito nel contesto sociologico e storico dal 1975 ai nostri giorni arrivando alla radiovisione, al dab+, allo streaming, all'interazione con i social network.

Massimo Emanuelli, docente e speaker radiofonico, da oltre 30 anni conduce la trasmissione radiofonica L'angolo della scuola, da dieci anni conduce anche la trasmissione 'Stile italiano', la storia della canzone italiana raccontata dai suoi protagonisti.

LA SOCIETÀ DANTE ALIGHIERI CELEBRA MANZONI

La Società Dante Alighieri annuncia la pubblicazione in edizione di pregio della relazione *"Dell'Unità della lingua e dei mezzi per diffonderla"* di Alessandro Manzoni. L'opera, che risale al 1868, è una pietra miliare nella storia della politica linguistica italiana e rappresenta un testo di alto valore pedagogico.

La ripubblicazione della relazione manzoniana – si legge in una nota – risponde a una visione dell'italiano come lingua di comunicazione, incontro e dialogo, una lingua non imperialistica, che risuona profondamente con la missione della Società Dante Alighieri.

*Aimer un être,
c'est accepter de vieillir avec lui.*

Albert Camus



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"

L'ORGANO NEL JAZZ

Strumento musicale antichissimo, la sua presenza si perde nella notte dei tempi

La sua prima conoscenza avviene tra i banchi delle chiese. La maggior parte delle chiese ne possiede uno.

Originariamente fu usato nelle funzioni religiose, e non solo cattoliche, se facciamo astrazione, assimilando anche a manifestazioni di altro carattere religioso, noteremo la sua presenza, talvolta anche solo marginale, nei cori dei 'gospel'.

Solo negli ultimi tempi l'organo è comparso prepotentemente nell'universo musicale del jazz perdendo il suo connotato tipico di strumento musicale per musiche religiose.

Usando un'iperbole, possiamo definirlo strumento musicale 'laico'.

Con l'introduzione dell'Organo Hammond sulla scena jazzistica l'uso dello strumento divenne in qualche modo più facile. L'artefice di questo passaggio fu Jimmy Smith, 'the Lyon'. Memorabile rimane nella storia del jazz il suo brano 'The cat'. Fu prolifico autore di una sterminata antologia musicale sia con l'uso dell'organo che del pianoforte.

Qualche decennio dopo con la comparsa di Rhoda Scott, un vero enfant prodige di esecuzioni con l'organo, la gamma del suo utilizzo si ampliò considerevolmente. Anche per questo personaggio rimane storico il suo brano 'Hey, hey, hey', scritto e registrato 62 anni fa. Ancora oggi il titolo è stato ripreso e utilizzato in un altro album, con la rielaborazione di alcuni brani della Scott.

Sono questi due artisti che con i loro brani e la loro arte, hanno lasciato tracce indelebili nel mondo della musica jazz.

A questi due artisti bisogna associarne un terzo: Billy Preston. La sua musica valica i confini del jazz per lambire molte volte settori del R&B, del soul, funky-jazz.

Sia Smith che Scott provengono da contesti familiari religiosi in cui la musica era la vera padrona di casa.

Anche Fas Waller e Count Basie si cimentarono con questo strumento, ma senza grande successo.

In Europa non ci sono stati grandi artisti che hanno lasciato impronte musicali sul loro cammino.

Borse di studio per studenti stranieri e italiani residenti all'estero

Il Ministero degli Affari Esteri e della Cooperazione Internazionale (MAECI) offre borse di studio in favore di studenti stranieri residenti all'estero e Italiani Residenti all'Estero per l'anno accademico 2025-2026, con l'obiettivo di favorire la cooperazione in campo culturale, scientifico e tecnologico, e la diffusione della conoscenza della lingua e cultura italiana. La borsa di studio copre soltanto la frequenza di corsi sul territorio italiano. Il bando e la lista dei Paesi/altri territori beneficiari sono disponibili alla seguente pagina: <https://studyinitaly.esteri.it/ListaBandi/>. I candidati possono presentare domanda unicamente attraverso il Portale "Study in Italy". Le candidature devono pervenire **entro le ore 14.00 del 16 maggio 2025**.

***"Non importa se vai avanti piano,
l'importante è che non ti fermi"***

Confucio

*« Peu importe si tu avances lentement,
l'important c'est que tu ne t'arrêtes pas »*

LA POESIA DEL MESE *LA POESIE DU MOIS*



MAGGIO

IL MESE DELLA MADONNA

di Anna Maria Giunti Mani

Vengo senza preghiera
ma accendo un cero
e rimango in silenzio con Te.

Vengo ad offrirti
questa scintilla di luce
perché qui sei più presente,
ascolti non le parole
ma il cuore.

Questo cero sia luce
nelle difficoltà della vita,
sia fuoco

per bruciare le impurità,
sia fiamma

per riscaldare gelidi cuori.

Vorrei questa fiammella
Eterna

perché è qualcosa che ti offro
nel ricordo di me a Te.



Illustrazione: acquerello di Paolo Bellini

ITALIA RADIOSA la prima web radio delle scuole italiane all'estero

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

della Farnesina e incentrato sulla creazione della prima web radio interscolastica internazionale delle scuole italiane all'estero. Coinvolgerà, in questa prima fase, tutte e sette le scuole statali italiane all'estero (Addis Abeba, Atene, Barcellona, Istanbul, Madrid, Parigi e Zurigo).



SPIAGGE: I DIRITTI E I DOVERI DEI BAGNANTI

Spiagge aperte con il bel tempo (si spera). Ma quali i diritti e i doveri dei bagnanti? L'Aduc ha predisposto un vademecum: "1) Le spiagge sono demaniali, di proprietà dello Stato, cioè nostre. 2) Vengono date in concessione a gestori, che possono chiedere un biglietto di ingresso, per poter usufruire di alcuni servizi quali le docce, i bagni, gli spogliatoi, il servizio di salvataggio e la pulizia dell'arenile. L'affitto di sdraio, ombrelloni e cabine in genere è aggiunto al biglietto di ingresso, ma non è obbligatorio affittarle, perché una volta pagato l'ingresso ci si può sdraiare sul proprio asciugamano. 3) Si può accedere alla spiaggia di uno stabilimento balneare, per raggiungere il mare, senza pagare il biglietto di ingresso, ma non si può sostare né sulla spiaggia in concessione né sulla battigia, spazio che deve essere costantemente libero da persone o cose. 4) Non è consentito l'accesso e la sosta agli animali, se non dove espressamente previsto. 5) È vietato giocare a pallone, a racchette o altri giochi che possano arrecare disturbo ai bagnanti, a meno che non ci siano aree allestite allo scopo.

Decalogo per il buon vivere in spiaggia

1) TELEFONINO? NO GRAZIE. Al primo posto delle lamentele c'è proprio lui, il telefonino. Al vicino di ombrellone, che magari sta cercando di fare un meritato riposino, non interessa sapere i fatti vostri. E se proprio non potete farne a meno, escludete la suoneria e conversate almeno a voce bassa.

2) RISPETTATE LO SPAZIO A VOI DESTINATO. Perché dovete invadere l'ombrellone del vicino? Anche lui ha diritto al suo spazio vitale.

3) SCHIZZI E SPRUZZI. È salutare entrare in acqua gradualmente. Se non lo volete fare, peggio per voi, ma almeno evitate di tuffarvi con dei tonfi schizzando il vicino.

4) DOCCIA. Non state 3 ore sotto la doccia creando code chilometriche. La doccia al mare deve servire a rinfrescarvi non a lavarvi.

5) MAMMA: ALZATI E CAMMINA! Se volete rimproverare vostro figlio o farlo uscire dall'acqua, non fatelo a distanza, urlando e disturbando il vicino che sta cercando di fare un pisolino o leggendo il giornale o discutendo tranquillamente con altre persone.

6) CAMPO DI CALCIO. La spiaggia non è un campo di calcio. Se c'è uno spazio allestito allo scopo, ben venga una partitella, altrimenti ricordatevi che gli altri non sono contenti di ricevere le vostre pallonate in testa o sulla pancia.

7) SPORT ACQUATICI. Basta con i pericolosi e rumorosi acquascooter o barche a motore che arrivano fino a riva.

8) IL MARE NON È UNA PATTUMIERA. Non gettate le cicche di sigarette o la carta del gelato sulla sabbia. Cercate gli appositi cestini!

9) AMBULANTI. Se non c'è niente che vi interessi, si può dire un fermo "No grazie", senza bisogno di inscenare una discussione.

10) CANI. Laddove è permesso portarlo in spiaggia, ricordatevi di tenerlo sempre vicino a voi, con guinzaglio (o guinzaglio e museruola se è una razza a rischio di aggressività).

Décalogue du bien vivre à la plage

1) TÉLÉPHONE PORTABLE ? NON, MERCI. Numéro 1 des plaintes, le téléphone portable. Le voisin de parasol, qui essaie peut-être de faire une sieste bien méritée, n'est pas intéressé par vos affaires. Et si vraiment vous ne pouvez pas vous en passer, désactivez la sonnerie et conversez au moins à voix basse.

2) RESPECTEZ L'ESPACE QUI VOUS EST ATTRIBUÉ. Pourquoi envahir le parasol du voisin ? Lui aussi a droit à son espace vital.

3) ÉCLABOUSSURES. Il est conseillé d'entrer dans l'eau progressivement. Si vous ne voulez pas le faire, tant pis pour vous, mais évitez au moins de plonger en éclaboussant le voisin.

4) DOUCHE. Ne restez pas 3 heures sous la douche en créant des files d'attente kilométriques. La douche à la mer doit servir à vous rafraîchir, pas à vous laver.

5) MAMAN : LÈVE-TOI ET MARCHE ! Si vous voulez gronder votre enfant ou le faire sortir de l'eau, ne le faites pas à distance, en criant et en dérangeant le voisin qui essaie de faire la sieste ou de lire le journal ou de discuter tranquillement avec d'autres personnes.

6) TERRAIN DE FOOTBALL. La plage n'est pas un terrain de football. S'il y a un espace aménagé à cet effet, un match d'entraînement est le bienvenu, sinon rappelez-vous que les autres ne sont pas contents de recevoir vos ballons sur la tête ou sur le ventre.

7) SPORTS NAUTIQUES. Finis les jet-skis dangereux et bruyants ou les bateaux à moteur qui viennent près de la plage.

8) LA MER N'EST PAS UNE POUBELLE. Ne jetez pas de mégots de cigarettes ou d'emballages de crème glacée sur le sable. Cherchez les poubelles prévues cet effet !

9) AMBULANTS. S'il n'y a rien qui vous intéresse, un ferme "Non merci" suffit, sans avoir besoin d'entamer une polémique.

10) CHIENS. Là où il est autorisé de l'emmener à la plage, pensez à le garder toujours près de vous, en laisse (ou en laisse et muselière s'il s'agit d'une race à risque d'agression).

Partir en vacances avec une seule valise cabine ?

Pour réduire les frais liés aux bagages ou simplement voyager plus léger, de plus en plus de vacanciers partent avec une seule valise cabine. Une contrainte de taille et de poids s'impose alors. Les voyageurs habitués à prendre l'avion le savent bien, enregistrer une valise en soute coûte de plus en plus cher, l'enregistrement à l'aéroport prend du temps et en prime, la valise est parfois égarée en cours de route.

Si vous prenez l'avion, vérifiez en amont la taille des bagages cabines autorisée en cabine pour éviter les mauvaises surprises. Les compagnies aériennes ne sont pas raccord entre elles. Vos vacances commenceront donc avec un mètre à la main, n'oubliez pas d'inclure les roues et les poignées pour prendre la mesure. Face à ces contraintes, quel bagage cabine choisir entre un sac de voyage et une valise ? Il est conseillé de prendre une valise à roulettes, elle permet une meilleure organisation avec ses deux compartiments, à la différence d'un sac qui peut se déformer et s'alourdir si on le remplit trop.

Souple ou rigide ? Les valises souples sont plus légères et moins chères, certaines ont un soufflet pour augmenter la capacité de rangement, mais résistent moins au choc qu'une valise cabine rigide.

À VISITER

LE CHÂTEAU DE CHENONCEAU

En Centre-Val de Loire

L'écrivain Gustave Flaubert décrivait Chenonceau comme un lieu

"paisible et doux, élégant et robuste. Son calme n'a rien d'ennuyeux et sa mélancolie n'a pas d'amertume".

Tout n'est en effet que quiétude à Chenonceau. Ses arches enjambant le lit du Cher et ses tourelles font de ce blanc château d'Indre-et-Loire un de plus beaux de la région.

Édifié par Thomas Bohier et sa femme Katherine Briçonnet en 1513, amélioré par Diane de Poitiers, agrandi sous Catherine de Médicis qui ajoute les fameuses arches, le "château des Dames" appartient désormais à la famille Menier (créatrice du chocolat en plaquette).

Si d'étourdissantes compositions florales créées par l'atelier floral et son meilleur ouvrier de France Jean François Boucher trônent dans chacune des pièces de la demeure historique, les jardins ravissent tous les sens. Leur harmonie repose le promeneur, de la longue allée de platanes à la rigueur des jardins à la française de Catherine de Médicis.

Ne manquez pas le labyrinthe d'ifs et le potager fleuri aux 400 rosiers. Le parc du château s'inscrit aussi dans le présent grâce au jardin Russell Page (1906-1985), du nom du grand paysagiste britannique. Élaboré en 2018 par le directeur botanique Nicholas Tomlin à partir des dessins conçus dans les années 1950, ce jardin clos accueille petits et grands visiteurs qui auront la surprise d'y voir quelques moutons de François-Xavier Lalanne.

✓ [Bienvenue sur le site du Château de Chenonceau](#)

A Roma debutta 'Julia', la nuova guida turistica virtuale



Grazie all'Intelligenza Artificiale Julia fornisce informazioni e dialoga con l'utente in forma gratuita ed è accessibile su una serie di piattaforme come Whatsapp, Telegram, Messenger

"Julia fornisce informazioni e dialoga con l'utente cercando di capire cosa vuole sulla base di informazioni che abbiamo messo dentro, in forma gratuita non solo a Roma. -dichiara il sindaco di Roma - È accessibile su una serie di piattaforme: Whatsapp, Telegram, Messenger e una pagina web dedicata. Sarà disponibile in tante lingue, siamo arrivati a 80 lingue nelle quali Julia è in grado di interagire. Anche il tibetano".

L'assistente virtuale si può caricare sul proprio telefonino andando sul sito julia.comune.roma.it e scegliere il canale di contatto. Julia si ricorda dell'interlocutore che la sta 'interrogando' per tre ore. Ossia quando si chatta l'assistente virtuale sa dove ci si trova ma dopo tre ore cancella tutto.

Site officiel du tourisme

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

Sito ufficiale del turismo

www.italia.it

"ITALIA MI MANCHI"



FONDO AMBIENTE ITALIANO

Visitate il **SITO**

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

Les Jardins du Manoir d'Eyrignac

À la découverte des jardins d'Eyrignac : équipés d'un livret-jeu, d'une boussole, de jumelles ou d'une longue-vue, les explorateurs parcourent les jardins. Que de choses à voir ! Des topiaires de toutes formes et de toutes tailles, ronds, cylindriques, cubiques, en pyramide, même en forme d'animaux, des fontaines, des bassins, toute sorte d'arbres, de fleurs et de légumes... Grâce à leur sens de l'observation affûté, ils résolvent toutes les énigmes et méritent bien une récompense... Pendant que les enfants enquêtent, les parents, eux flânent au gré des allées ombragées et profitent d'un instant d'évasion dans l'un des plus beaux jardins à la française du Périgord.

La visite des jardins d'Eyrignac, une activité pour toute la famille.

Infos Pratiques : contact@eyrignac.com - www.eyrignac.com

"Il visto per l'Italia"

Informazioni ai cittadini stranieri 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, 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.

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.

Croyez ceux qui cherchent la vérité,

doutez de ceux qui la trouvent.

André Gide

**PER CHI VUOL VISITARE L'ITALIA
"A spasso per l'Italia"**

Clicca ed ascolta:

[**Itinerari da amare**](#)

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.

INPS rilascia la Certificazione Unica 2025: accesso semplificato per tutti i cittadini

L'Inps rende noto che è disponibile la Certificazione Unica (CU) 2025, relativa ai redditi percepiti nel 2024. Questo importante documento può essere facilmente accessibile attraverso numerosi canali, sia digitali che tradizionali, a conferma dell'impegno dell'INPS nel promuovere l'innovazione e la semplificazione dei servizi per i cittadini. Come accedere alla Certificazione Unica 2025: 'Online': visita il portale www.inps.it e accedi all'Area personale con le tue credenziali (SPID, CIE, CNS, PIN, eIDAS). Vai alla sezione "I tuoi servizi e strumenti", quindi "Servizi fiscali e pagamenti ricevuti da INPS", e seleziona "Certificazione Unica 2025".

Pensionati: i pensionati possono scaricare la CU anche tramite il servizio 'online' "Cedolino pensione".

Richiesta Alternativa della Certificazione Unica: Patronati e CAF; PEC: invia una richiesta allegando una copia del tuo documento d'identità all'indirizzo richiestacertificazioneuca@postacert.inps.gov.it. La CU sarà inviata all'indirizzo e-mail utilizzato.

Numero Verde: Contatta il servizio dedicato al numero **800 434320**.

Contact Center: Chiama il numero **803 164** o il **06 164164** per assistenza. Per ulteriori informazioni, si può visitare il portale istituzionale www.inps.it.

Accertamento dell'esistenza in vita per gli anni 2025 e 2026

La verifica, comunica l'Istituto previdenziale, sarà articolata in due fasi:

1. "La prima fase, riferita all'anno 2025, che si svolgerà da marzo a luglio 2025, riguarderà i pensionati residenti in America, Asia, Estremo Oriente, Paesi scandinavi, Stati dell'Est Europa e Paesi limitrofi. I pensionati dovranno far pervenire le attestazioni entro il 15 luglio 2025.
2. La seconda fase della verifica, che si svolgerà da settembre 2025 a gennaio 2026, riguarderà i pensionati residenti in Europa, Africa e Oceania. I pensionati dovranno far pervenire le attestazioni di esistenza in vita entro il 15 gennaio 2026.

Comment conserver les fraises plus longtemps ? Faut-il les laisser dans leur barquette ?

Si vous ne mangez pas vos fraises tout de suite, placez-les entières, sans les laver ni enlever le pédoncule, dans le bac à légumes du frigo. Laissez-les dans leur barquette performée pour que l'air circule, car elles redoutent l'humidité ; ou placez-les dans une boîte sans mettre le couvercle, avec un papier absorbant dans le fond. Triez les éventuels fruits gâtés. Ne laissez pas les fraises à température ambiante, elles supportent mal la chaleur. En revanche, si vous avez une pièce fraîche, autour de 10 degrés, vous pouvez aussi les y stocker.

Mangez-les sans trop attendre, vous ne pourrez pas les conserver plus de 2-3 jours même placées au réfrigérateur. Pensez à les sortir 20 minutes avant de les déguster pour qu'elles dégagent plus de saveurs.

Autre alternative : les laver, bien les sécher et les conserver dans un bocal que vous placerez au frais.

IL GELATO ARTIGIANALE ITALIANO



sempre più amato dai turisti stranieri

Sono numeri importanti quelli del gelato artigianale italiano che danno la misura del piacere esercitato da questa eccellenza del Belpaese sui turisti stranieri. Nel 2024 circa 88 milioni di visitatori stranieri hanno consumato gelato nelle prime dieci città d'arte italiane. Queste le stime diffuse da Assoturismo Confesercenti nel corso del Convegno "Oltre il gusto, il gelato come ambasciatore del turismo italiano".

LA CUCINA ITALIANA CORRE CON IL GIRO D'ITALIA

Il Giro d'Italia, dal 9 maggio al 1° giugno, farà scoprire l'Italia al mondo. E per questo, in collaborazione con il Ministero dell'agricoltura, della sovranità alimentare e delle foreste, la mitica Maglia Rosa porterà il logo "Io Amo la Cucina Italiana", titolo della campagna di promozione della Cucina Italiana come patrimonio immateriale dell'Unesco. La Corsa Rosa aiuterà a far scoprire anche il sapore delle tradizioni culinarie italiane. Oltre alla Maglia Rosa, il logo di "Io Amo la Cucina Italiana" sarà anche sulla maglia Bianca, quella indossata dai migliori giovani, sulla Maglia Ciclamino, che indossa il leader della classifica a punti, e sulla maglia azzurra, indossata dai vincitori del Gran Premio della Montagna. Si attira l'attenzione sul fatto che a dicembre, in India, si terrà la votazione dell'UNESCO per il riconoscimento della Cucina Italiana come patrimonio immateriale dell'umanità.

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)

FORMA



Rubrica di psicologia

a cura di Ilaria Bandini

(Psicologa-Psicoterapeuta)

ABUSO VERBALE

*una modalità di interagire con il minore,
svalutante e umiliante*

Essere maltrattati verbalmente dai genitori può alterare il cervello del bambino, dicono gli esperti del Regno Unito in un interessantissimo articolo del "The Guardian". Un tema talmente importante che gli inglesi porteranno la questione all'attenzione della politica a Westminster. Il prof. McCrory e altri esperti dell'University College di Londra (UCL) avvertiranno i parlamentari che l'abuso verbale dei bambini da parte di genitori, insegnanti e conduttori di attività che incontrano sul loro cammino durante l'infanzia e l'adolescenza è "diffuso e indiscriminato" e sembra sia, almeno per quel che riguarda il Regno Unito "la forma più diffusa di maltrattamento sui minori"; infatti, stando ad una ricerca del 2023, nel Regno Unito due bambini su cinque (41%) sono spesso o regolarmente sottoposti ad abusi verbali.

Importante sottolineare che non parliamo di normali sgridate ma di abuso verbale ovvero una modalità di interagire con il minore tendenzialmente e costantemente svalutante, umiliante e invalidante.

Il professor Peter Fonagy, capo della divisione di psicologia e scienze linguistiche dell'UCL, ha dichiarato che l'incontro con i parlamentari, organizzato dall'organizzazione benefica "Words Matter", fa parte di un progetto per "portare alla luce l'abuso verbale e dargli la stessa attenzione di altre forme di maltrattamento", anche visto l'orientamento dell'Organizzazione Mondiale della Sanità che considera l'abuso emotivo, compreso l'abuso verbale, come una forma chiave di maltrattamento e violenza contro i bambini.

Da bambini crediamo a ciò che ci viene detto, le parole degli adulti modellano la visione che avremo in futuro di noi stessi, delle nostre future relazioni e del mondo che ci circonda. Questo la psicologia lo ha sempre sostenuto. Oggi le neuroscienze fanno un passo in avanti, dimostrano cosa accade fisicamente nel cervello dei bambini che subiscono ripetutamente parole ostili e umilianti durante la crescita.

Quelle parole "possono avere conseguenze per tutta la vita", ha detto il professor Eamon McCrory, psicologo clinico, amministratore delegato dell'organizzazione benefica per la salute mentale Anna Freud e professore di neuroscienze dello sviluppo e psicopatologia all'University College di Londra (UCL).

Infatti, l'esposizione agli abusi verbali porta a cambiamenti biologici e può rendere più probabile lo sviluppo di una patologia mentale.

Le scansioni del cervello dei bambini che McCrory ha intrapreso utilizzando la Risonanza magnetica funzionale hanno dimostrato che "l'esposizione sostenuta all'abuso, compreso l'abuso verbale, porta a significative alterazioni biologiche nella struttura e nella funzione del cervello" può alterare sia i circuiti di "minacce" che di "ricompense" nel cervello di un bambino, che svolgono un ruolo chiave nell'aiutarli a muoversi nel mondo e anche nel costruire e mantenere relazioni.

"I nostri studi di imaging mostrano come l'abuso, compreso l'abuso verbale, possa alterare il cervello di un bambino in modo che il mondo sia percepito come un luogo più pericoloso", ha detto McCrory.

Quello che accade è che i bambini sottoposti ad abusi verbali iniziano ad interpretare male le battute neutrali, gli sguardi o le espressioni facciali vengono interpretate come minacciose, e questo può portarli a ritirarsi dal contatto sociale o a reagire per proteggersi.

Gli esperti di psicologia dello sviluppo conoscono da tempo l'impatto dei maltrattamenti anche solamente verbali sullo sviluppo del bambino, ma oggi iniziamo a vedere che quelle cicatrici che una volta si credevano solo psicologiche sono veri e propri danni fisici.

L'abuso verbale può essere dannoso quanto l'abuso fisico o sessuale, e oggi iniziamo a capire, grazie alle neuroscienze in che modo questo modifichi fisicamente i circuiti neurali in via di sviluppo.

narrazioni di estrema incongruenza e bizzarria o con una forte componente emotiva, altri invece forniscono descrizioni assai povere di eventi e scene. Grazie a una strategia innovativa, i ricercatori hanno potuto misurare il comportamento "microstrutturale" di alcune aree del cervello, dimostrando che esiste una diretta implicazione del neurotrasmettitore dopamina negli aspetti salienti dell'esperienza onirica. Per lo studio, il gruppo di ricerca ha scelto come modello di riferimento la malattia di Parkinson che è caratterizzata da una evidente carenza di dopamina. In questo modo i ricercatori hanno potuto scoprire che il dosaggio dei farmaci dopaminergici assunti, influiscono diversamente sugli aspetti qualitativi dei loro sogni.

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 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 video-conferenza, al telefono o in studio.

L'associazione ha attivato un servizio di sostegno.

Chi è interessato può scrivere o chiamare:

Cinzia Crosali-Presidente APSI

cinziacrosali@gmail.com

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)**

LA QUALITÀ DEI SOGNI È UNA QUESTIONE DI CHIMICA

I ricercatori del Dipartimento di Psicologia della Sapienza, del Dipartimento di Neurologia clinica e comportamentale dell'IRCCS Santa Lucia e dell'Università dell'Aquila hanno scoperto le ragioni per le quali gli uomini sognano in maniera diversa: alcuni non ricordano affatto i loro sogni, mentre altri ne conservano un ricordo molto dettagliato, quasi "filmico". Allo stesso modo, tra coloro che ricordano con regolarità i sogni, alcuni riportano

WIFI, PARTAGE DE CONNEXION, CLÉ 4G, 5G...

QUELLES SOLUTIONS POUR RESTER CONNECTÉ PENDANT LES VACANCES ?

Sur votre lieu de vacances, vous souhaitez pouvoir consulter vos emails sur votre smartphone ou regarder une série sur votre ordinateur. Mais comment faire sans wifi ? Si le réseau est mauvais ?

• Il y a du wifi disponible ?

Demandez les codes d'accès au réseau pour en profiter durant votre séjour. Pour l'installer sur « **iPhone** », allez dans les **Réglages** puis **Wifi**. - Sur « **Android** », allez dans les **Paramètres** -> **Réseau Internet** -> **Internet**. Connectez-vous au nom du wifi qui vous a été transmis, puis entrez le mot de passe. Le wifi vous reconnaîtra durant tout votre séjour, vous n'aurez pas à l'entrer à nouveau.

• La connexion partagée

S'il n'y a pas de wifi sur place vous pouvez vous connecter à internet sur votre ordinateur ou votre tablette en partageant la connexion 3-4G/5G de votre smartphone. Elle est plutôt recommandée pour un usage temporaire. Ne laissez pas le partage de connexion actif pendant plusieurs jours.

Pour l'activer, c'est assez simple, vous devez autoriser votre smartphone à effectuer cette action :

- Sur **iPhone**, allez dans **Réglages** puis **Partage de connexion** -> **Autoriser d'autres utilisateurs**. Le mot de passe est précisé. Pour bénéficier de la connexion de votre smartphone sur votre ordinateur,

choisissez le réseau wifi correspondant à votre téléphone dans la liste des wifi. Vous renseignez le mot de passe qui vous a été donné.

- Sur **Android**, allez dans **Paramètres** -> **Connexion** -> **Point d'accès mobile et modem**. Appuyez longtemps sur **Point d'accès** puis activez **Point d'accès wi-fi**.

La connexion peut aussi se faire via un câble USB, en branchant votre smartphone à l'ordinateur. Le nom du wifi apparaîtra de la même façon.

Bon à savoir : le partage de connexion peut aussi se faire entre 2 smartphones.

• Un boîtier 4G ou 5G pour qui ?

Vous devez travailler quelques jours sur votre ordinateur durant votre séjour et il n'y a pas de wifi sur place ? Le partage de connexion ne sera pas possible ? Vous partez entre amis et vous aimeriez une connexion pour tous vos appareils ? Optez pour un **boîtier 3G/4G ou une clé 4G, 4G+ ou 5G**.

Comment ça marche ? Vous insérez la carte SIM dans le petit boîtier qui devient une box ambulante. Vous n'avez plus qu'à vous connecter avec votre ordinateur ou

votre téléphone. Plusieurs appareils peuvent bénéficier de la connexion.

Et le coût ? Renseignez-vous auprès de votre opérateur pour évaluer vos besoins selon votre forfait actuel. L'utilisation de ce boîtier et sa bonne connexion dépendent aussi du réseau sur place. Une clé 4G ne vous offrira pas de connexion si vous êtes dans une zone blanche, c'est un relais du réseau existant.

Pour savoir quel est le meilleur réseau près de chez vous, [consultez la carte interactive de l'Arcep](#).

• Et à l'étranger, je me connecte comment à internet ?

En Europe, l'itinérance de données ("**roaming**" en anglais), vous permet de profiter de votre réseau mobile comme en France ou en Italie. Vous n'avez en principe rien à faire, votre mobile bascule tout seul sur le réseau du pays européen si l'option "**Données cellulaires**" est bien activée dans vos réglages. Vous pourrez l'utiliser comme en France ou en Italie. En arrivant à destination, votre opérateur vous envoie un SMS vous stipulant ce que votre forfait permet.

WI-FI, CONDIVISIONE DELLA CONNESSIONE, CHIAVETTA 4G, 5G... QUALI SOLUZIONI PER RESTARE CONNESSI DURANTE LE VACANZE?

Quando sei in vacanza, vuoi poter controllare la posta elettronica sullo smartphone o guardare una serie sul computer. Ma come possiamo farlo senza Wi-Fi? Se la rete è pessima?

• È disponibile il Wi-Fi?

Richiedi i codici di accesso alla rete per utilizzarla durante il tuo soggiorno. Per installarlo su "**iPhone**" vai su **Impostazioni**, poi **Wi-Fi**. Su **Android**, vai su **Impostazioni** -> **Rete** -> **Internet**. Collegati alla rete Wi-Fi che ti è stata inviata, quindi inserisci la password. Il Wi-Fi ti riconoscerà per tutta la durata del tuo soggiorno, non dovrai più inserirlo.

• Condivisione condivisa

Se non è disponibile la connessione Wi-Fi, puoi connetterti a Internet dal tuo computer o tablet condividendo la connessione 3-4G/5G del tuo smartphone. È piuttosto consigliato per un uso temporaneo. Non lasciare attiva la "connessione condivisa" per diversi giorni. Per attivarla è molto semplice, devi autorizzare il tuo smartphone a compiere questa azione:

- Su **iPhone**, vai su **Impostazioni**, poi **Condivisione condivisa** -> **Consenti altri utenti**. La password è specificata. Per sfruttare la connessione del tuo smartphone al computer, corrispondente al tuo telefono.

Inserisci la password che ti è stata fornita.

- Su **Android**, vai su **Impostazioni** -> **Condivisione** -> **Hotspot mobile e modem**. Tenere premuto **Hotspot** e quindi attivare **l'hotspot Wi-Fi**. La connessione può essere effettuata anche tramite cavo USB, collegando lo smartphone al computer. Il nome della rete Wi-Fi apparirà nello stesso modo.

Buono a sapersi: la condivisione della connessione può essere effettuata anche tra 2 smartphone.

• Un box 4G o 5G per chi?

In loco non è disponibile la connessione Wi-Fi? La condivisione della connessione non sarà possibile? Stai andando via con gli amici e vorresti una connessione per tutti i tuoi dispositivi? Scegli un **box 3G/4G oppure una chiavetta 4G, 4G+ o 5G**.

Come funziona? Si inserisce la scheda SIM nella piccola scatola che diventa una scatola mobile. Tutto quello che devi fare è connetterti al tuo computer o telefono. Diversi dispositivi possono trarre

vantaggio dalla connessione.

E il costo? Rivolgiti al tuo operatore per valutare le tue esigenze in base al tuo piano attuale. L'utilizzo di questo box e la sua buona connessione dipendono anche dalla rete locale. Una chiavetta 4G non ti fornirà una connessione se ti trovi in una zona morta, ma è solo un ripetitore della rete esistente.

Per scoprire qual è la rete migliore nella tua zona, consulta [la mappa interattiva di Arcep](#).

• E quando sono all'estero, come faccio a connettermi a Internet?

In Europa, il "**roaming**" dati ti consente di usufruire dei vantaggi della tua rete mobile proprio come in Francia o in Italia. In linea di principio, non devi fare nulla. Se nelle impostazioni è attivata l'opzione "**Dati cellulare**", il tuo cellulare passerà automaticamente alla rete del paese europeo. Potrai utilizzarlo proprio come in Francia o in Italia. Una volta arrivato a destinazione, il tuo operatore invierà un SMS in cui informerà sulle tariffe previste.

FAITES-VOUS PARTIES DE LA CLASSE MOYENNE ?

La classe moyenne française est-elle en voie de disparition ?

De nombreux sociologues et démographes évoquent aujourd'hui cette hypothèse. Encore plus depuis la forte inflation de ces dernières années, qui a conduit à une baisse du niveau de vie de beaucoup de Français.

Pour autant, la classe moyenne représente encore la majorité de la population. Il est toutefois difficile de la définir car elle englobe en réalité une diversité de situations économiques. Les membres de cette classe sont généralement perçus comme ayant un niveau de vie confortable, mais cela ne signifie pas qu'ils ne rencontrent pas de difficultés financières.

Les ménages appartenant à la classe moyenne peuvent en effet différer considérablement en termes de revenus et de patrimoine. Le fait d'avoir des enfants est un facteur fondamental pour classer les ressources d'un foyer. Pour un même montant de revenu, une famille nombreuse et un couple sans enfant n'auront pas du tout le même niveau de vie.

Afin de dessiner les contours de la classe moyenne selon les situations familiales, [l'Observatoire des inégalités](#) a défini un tableau des tranches de revenus attendues pour cette catégorie sociale en fonction de la composition du ménage.

Selon ces données, une personne seule appartient à la classe moyenne en 2025 si ses revenus sont compris entre 1 720 et 3 150 € par mois. En dessous de cette tranche, elle est comptée parmi les classes populaires. Au-dessus, elle est considérée comme appartenant aux classes aisées. Ces limites augmentent naturellement pour un couple sans enfant, avec des revenus respectivement compris entre 2 580 et 4 720 € mensuels. Pour un couple avec un enfant de moins de 14 ans, les montants minimal et maximal passent à 3 100 et 5 660 €. Enfin, dernier exemple : pour un couple avec deux enfants de plus de 14 ans, la classe moyenne se situe à un niveau de revenus compris entre 4 495 et 7 865 € par mois.

Afin de comparer vos ressources avec les montants indiqués ci-dessus, vous devez tout d'abord tenir compte des revenus (salaires, pensions...) que vous percevez. Il vous faut ensuite y ajouter les prestations sociales que vous touchez puis déduire l'éventuel impôt sur le revenu.

La lingua più lunga del mondo

Quasi 10 centimetri, precisamente 9,75.

È questa la misura della lingua di Chanel Tapper, la più lunga del mondo. Grazie a questo "dono", la trentaquattrenne californiana, detentrica dal 2010 del Guinness World Records può toccare la punta del naso e addirittura il mento, persino sollevare un cucchiaino. Ma ha anche il potere di spaventare le persone facendole urlare di terrore quando si rendono conto che hanno davanti una lingua che è più lunga di una lampadina di medie dimensioni o di una carta di credito.



La langue la plus longue du monde

Près de 10 centimètres, précisément 9,75.

C'est la taille de la langue de Chanel Tapper, la plus longue du monde. Grâce à ce « don », la Californienne de trente-quatre ans, détentrice du Guinness World Records depuis 2010, peut toucher le bout de son nez et même son menton, et même soulever une cuillère. Mais elle a aussi le pouvoir d'effrayer les gens et de les pousser à crier de terreur lorsqu'ils réalisent qu'ils regardent une langue plus longue qu'une ampoule de taille moyenne ou qu'une carte de crédit.

RICERCA / RECHERCHE

CAMBIAMENTO CLIMATICO

Rondini più piccole e più a rischio

Più piccole e forse più a rischio. Con l'aumento delle temperature, la dimensione delle rondini è diminuita. Tuttavia, non si tratta di un adattamento evolutivo che garantirebbe un miglior adattamento al clima sempre più caldo in cui si riproducono, ma potrebbe essere una conseguenza di condizioni ambientali peggiorate e compromettere la loro sopravvivenza a lungo termine. È questa la conclusione a cui è giunto un team di ricercatori del Dipartimento di Scienze e Politiche Ambientali dell'Università degli Studi di Milano e pubblicato su "Journal of Animal Ecology".

CHANGEMENT CLIMATIQUE

Les hirondelles deviennent plus petites et plus à risque

Plus petites et peut-être plus à risque. À mesure que les températures ont augmenté, la taille des hirondelles a diminué. Il ne s'agit cependant pas d'une adaptation évolutive qui assurerait une meilleure adaptation au climat de plus en plus chaud dans lequel elles se reproduisent, mais ce pourrait être une conséquence de la dégradation des conditions environnementales et compromettre leur survie à long terme. C'est la conclusion à laquelle est parvenue une équipe de chercheurs du Département des Sciences et Politiques environnementales de l'Université de Milan et publiée dans le "Journal of Animal Ecology".

I PESCI SBADIGLIANO E SI CONTAGIANO A VICENDA

Per la prima volta, un team di ricerca delle Università di Pisa ha dimostrato che anche gli 'zebrafish' – piccoli pesci d'acqua dolce noti per le loro capacità sociali e le somiglianze genetiche con l'uomo – sono in grado di "contagiarsi" a vicenda sbadigliando. Un comportamento che finora era stato documentato solo in mammiferi e uccelli, lasciando credere che fosse esclusivo degli animali a sangue caldo.

Un politicien devient un homme d'État lorsqu'il commence à penser aux prochaines générations plutôt qu'aux prochaines élections.

Winston Churchill

Un politico diventa uno statista quando comincia a pensare alle prossime generazioni invece che alle prossime elezioni.

LE CHOCOLAT "BLOND"

Après le chocolat noir, blanc, au lait, depuis quelque temps un 4ème chocolat a fait son apparition

C'est quoi le chocolat blond ? Qui l'a inventé ?

Le marché du chocolat est en ébullition ! Sur les réseaux sociaux, le chocolat au lait de "Dubai", à base de pistaches et de cheveux d'ange arrive progressivement en France. Lindt propose une tablette depuis mars 2025 en vente en grandes surfaces, Lidl s'est lancé dans la course aussi.

Mais c'est encore un autre chocolat qui fait tourner la tête des amoureux du cacao : le chocolat blond qui se fait sa place dans les vitrines des artisans. Encore peu connu du grand public, il a été inventé par erreur en 2012 par Frédéric Bau, célèbre chef pâtissier-chocolatier chez Valrhona, alors qu'il était sur un salon du chocolat au Japon. C'est en laissant fondre par inadvertance du chocolat blanc un peu trop longtemps au bain-marie puis en le stockant dans un lieu inapproprié qu'il voit ce dernier prendre une couleur blonde et une douce odeur de biscuit caramélisé.

Le chocolat blond était né mais il n'est toujours pas reconnu officiellement comme 4ème chocolat car il reste considéré comme un chocolat blanc. Il est également baptisé "chocolat Dulsey" ou "chocolat blanc caramélisé".

PRENDERSI CURA DI SÈ È UNA PRIORITÀ PER 7 DONNE SU 10

Per il 69% delle donne il benessere rappresenta una priorità, ma per quanto facciano di più rispetto al passato per stare bene, solo il 46% è soddisfatto della gestione della propria salute e 2 su 3 (67%) vorrebbero poter fare di più. Questo il profilo della donna italiana che emerge da un'indagine promossa dall'Osservatorio nazionale sulla salute della donna (Onda) su un campione di 800 donne di età compresa tra i 18 e i 64 anni, con l'obiettivo di analizzare come sia evoluto a distanza di 10 anni il rapporto femminile con il proprio benessere.

Secondo quanto emerso dall'indagine, rispetto a dieci anni fa si evidenzia un generale miglioramento degli stili di vita corretti: le donne curano molto di più la propria alimentazione (57%), ritenuta un

elemento importante per mantenere un buono stato di salute, e svolgono maggiore attività fisica: oggi quasi la metà delle intervistate la pratica regolarmente (47%). Si evidenzia anche un miglioramento degli stili di vita corretti e una maggiore attenzione alla prevenzione, messa in atto dal 62% delle intervistate. Tumori (55%), disturbi psichici e stress (39%), malattie neurodegenerative (25%) e malattie cardiovascolari (18%) sono le principali preoccupazioni di salute delle italiane. Inoltre l'utilizzo esclusivo della medicina tradizionale passa dal 71% al 25%, a favore della medicina alternativa. Interessante la curiosità delle donne italiane sulla loro salute, sfruttando in particolare Internet come mezzo preferenziale per reperire informazioni e aggiornamenti.

IL PRESERVATIVO CHE CAMBIA COLORE

un progetto per sensibilizzare i giovani

Un preservativo in grado di cambiare colore per segnalare problemi di salute intima? Questa l'idea provocatoria lanciata da quattro studenti dello IED di Roma con "Bodyguard", un progetto ideato per sensibilizzare i giovani sull'importanza della prevenzione andrologica. L'iniziativa ha preso vita nel quartiere universitario di San Lorenzo, dove sono stati distribuiti gratuitamente pacchetti preservativi di Bodyguard. All'interno della confezione, un foglio illustrativo svela il vero messaggio:

"Seramente? La tua salute è una cosa seria. Non ti affidare a un profilattico, ma a un professionista". Il condom è stato presentato come dotato di biosensori reattivi, capaci di analizzare i fluidi corporei e cambiare colore per segnalare eventuali anomalie. Secondo la comunicazione ufficiale, il profilattico avrebbe cambiato colore a seconda del tipo di patologia: verde in assenza di problemi, giallo o rosso in caso di possibili infezioni o patologie uro-andrologiche.

"Bodyguard" non esiste, ma il messaggio che ha lasciato sì: prendersi cura della propria salute non è un'illusione, ma una responsabilità reale e concreta. L'idea di un preservativo diagnostico ha evidenziato quanto la consapevolezza sulla salute maschile sia ancora scarsa e quanto sia necessario parlarne con strumenti capaci di coinvolgere davvero le nuove generazioni.

LE PRÉSERVATIF QUI CHANGE DE COULEUR

un projet pour sensibiliser les jeunes

Un préservatif qui peut changer de couleur pour signaler des problèmes de santé intime ? C'est l'idée provocatrice lancée par quatre étudiants de l'IED Rome avec « Bodyguard », un projet visant à sensibiliser les jeunes à l'importance de la prévention andrologique. L'initiative a débuté dans le quartier universitaire de San Lorenzo, où des paquets gratuits de préservatifs Bodyguard ont été distribués. À l'intérieur du paquet, une notice d'information révèle le véritable message :

« Sérieusement ? Votre santé est une affaire sérieuse. Ne vous fiez pas à un préservatif, mais à un professionnel ». Le préservatif était présenté comme doté de biocapteurs réactifs, capables d'analyser les fluides corporels et de changer de couleur pour signaler toute anomalie. Selon la communication officielle, le préservatif changerait de couleur en fonction du type de pathologie : vert en l'absence de problèmes, jaune ou rouge en cas d'éventuelles infections ou pathologies uro-andrologiques.

« Bodyguard » n'existe pas, mais le message qu'il a laissé, oui : prendre soin de sa santé n'est pas une illusion, mais une responsabilité réelle et concrète. L'idée d'un préservatif diagnostique a mis en évidence le peu de sensibilisation à la santé masculine et la nécessité d'en parler avec des outils capables d'impliquer véritablement les nouvelles générations.

*Chacun de nous redoute les épreuves
Lorsque nous rencontrons des obstacles, nous pensons que notre vie est finie
Mais ce n'est que le début d'autre chose, d'une vie meilleure
Tant qu'il y a de la vie, il y a de la joie
Et le meilleur reste à venir.*

Leon Tolstoï

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 - lione@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 - lione.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/UIL

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/FIAPA

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



Associazione Sviluppo Europeo
Association pour le Développement Européen
European Development Association

Associazione Sviluppo Europeo (ASE)

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

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

www.associazionease.it

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

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





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

Il Centro Europeo Consumatori Italia

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

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

Centro Europeo Consumatori Italia

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

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

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.

Un nuovo servizio per gli italiani in Francia: il Patronato Ital-Uil arriva ad Annecy

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

- LUSSEMBURGO - SPORTELLO ITALIANI SERVIZIO GRATUITO DI ORIENTAMENTO

Nuovi orari di apertura

Da lunedì 20 gennaio lo sportello sarà disponibile
il lunedì e il mercoledì dalle 13.00 alle 16.00.

Sostenuto dall'Ambasciata e dalla Direzione generale per gli italiani all'estero dalla Farnesina, lo sportello è nato per fornire un servizio gratuito di orientamenti ai connazionali in Lussemburgo.

Lo sportello riceve al 10, rue du puits - L-2355 Lussemburgo
ma anche 'online'.

Per fissare un appuntamento si può chiamare
il numero 352 691 626 554

o scrivere una email all'indirizzo sportello@comites.lu

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

Vice Consolato Onorario a Bordeaux

36, Cours du Maréchal Foch, 33000 Bordeaux.

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

Ascoltate

RADIO FUORI CAMPO

La nuova radio italiana

www.radiofuoricampo.com

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



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

Radio Emozioni Live

ogni sabato

dalle 17:30 alle 19:00

programma ideato e condotto da Tony Esposito
per chi ama la poesia, la musica e la cultura italiana

Ascolta la radio anche dai seguenti collegamenti:

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

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

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

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

ESPRESSO RADIO,

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



Centre Européen des Consommateurs France

- informations et conseils juridiques gratuits -
<https://www.europe-consommateurs.eu>

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

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

Le CEC France appartient au [réseau ECC-Net](#), présent dans chaque pays de l'UE, en Islande et en Norvège financé par la Commission européenne et les 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](#)".

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**

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.**

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



24h sur 24 / 7 jours sur 7

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

En ligne, des bénévoles formés à l'écoute

Info : sos-amitie.com

116 006

Numéro pour aider les victimes de violence physique, harcèlement, cambriolage

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

Les numéros d'urgence accessibles gratuitement 24 h./24 – 7j./7

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

Numéros utiles à connaître

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

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

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

3114

PREVENTION DU SUICIDE

3919

FEMMES VICTIMES DE VIOLENCE

Victime d'usurpation d'identité

1. **Déposer une plainte pénale** (dans un commissariat de police ou une brigade de gendarmerie)
2. **Alerte la banque** (informer au plus vite le ou les établissements bancaires)
3. **Contacter 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° GENNAIO – 30 GIUGNO 2025
Presidenza UE: POLONIA

Prossime Presidenze

- **Danimarca:** luglio - dicembre 2025
- **Cipro:** gennaio - giugno 2026

1er JANVIER - 30 JUIN 2025
Présidence UE : POLOGNE

Prochaines Présidences

- **Danemark :** juillet - décembre 2025
- **Chypre :** janvier - juin 2026

UNION EUROPÉENNE

- **Devise :** « *In varietate concordia* »
- **États membres :** 27 États membres
- **Langues officielles :** 24 langues officielles
- **États candidats :** 9 reconnus = *Albanie · Bosnie-Herzégovine · Géorgie · Macédoine du Nord · Moldavie · Monténégro · Serbie · Turquie · Ukraine*
1 déclaré = *Kosovo*
- **Classement superficie :** 7^e mondial
- **Superficie :** 4 194 431 km²
- **Classement démographique :** 3^e mondial
- **Population :** 449 206 579 hab. (2024)

Plus de sécurité sur les routes de l'UE les règles mises à jour par la Commission

La Commission européenne a récemment proposé une révision complète des règles de l'UE en matière de sécurité routière et d'immatriculation des véhicules. La mise à jour concerne trois directives de l'Union applicables aux contrôles techniques des véhicules, à leur immatriculation et aux contrôles routiers des véhicules utilitaires.

**L'Europe envisage un contrôle
technique annuel pour les véhicules de
plus de dix ans**

CARTA DEI DIRITTI FONDAMENTALI

La Carta dei diritti fondamentali riconosce una serie di diritti personali, civili, politici, economici e sociali dei cittadini e dei residenti dell'UE, fissandoli nella legislazione dell'UE. Nel giugno 1999 il Consiglio europeo di Colonia ha ritenuto che fosse opportuno riunire in una Carta i diritti fondamentali riconosciuti a livello dell'Unione europea (UE), per dare loro maggiore visibilità. I capi di Stato e di governo ambivano ad includere nella Carta i principi generali sanciti dalla Convenzione europea dei diritti dell'uomo del 1950 e quelli risultanti dalle tradizioni costituzionali comuni dei paesi dell'UE.

La Carta è stata elaborata da una convenzione composta da un rappresentante di ogni paese dell'UE e da un rappresentante della Commissione europea, nonché da membri del Parlamento europeo e dei Parlamenti nazionali. Fu proclamata ufficialmente a Nizza nel dicembre 2000 dal Parlamento europeo, dal Consiglio e dalla Commissione.

L'Europe est plus saine que beaucoup ne le croient.

La vraie maladie de l'Europe sont ses opposants.

Jacques Delors

L'Europa è più sana di quanto molti credono.

La vera malattia dell'Europa sono i suoi oppositori.