



il Botteghino 2025

SI DICE CHE OGNUNO CREA IL PROPRIO MONDO

Il cervello umano, se da un lato, è considerato come una macchina complessa, dall'altro, è fonte di emozioni, sentimenti e sensazioni che nessun'altra macchina potrebbe darci.

Da secoli, ci poniamo domande sul funzionamento del nostro cervello che automaticamente ci conducono a chiederci "Che cos'è l'uomo?" Domanda alla quale cerchiamo di dare una risposta.

L'essere umano è un enigma; egli cerca innanzitutto di capirsi, di capire perché Pietro ha più memoria di Paolo, perché uno è triste l'altro furioso o timido, oppure più intelligente. Il cervello è come un'officina che fabbrica il nostro pensiero. Fortunatamente l'individuo è molto di più della somma di neuroni, con i suoi problemi e le sue angosce.

Attualmente gli specialisti sono d'accordo nel riconoscere che per risolvere i problemi mentali, l'individuo ha bisogno di passare dal trattamento farmacologico alla psicoterapia. Però, mentre da un lato i medicinali curano, non hanno alcun effetto sulla parte vera, intima dell'individuo che soffre. Se gli antidepressori aiutano a sormontare le idee oscure, essi non rimpiazzano il lavoro psicologico che c'è dietro ad un lutto o ad un distacco dall'essere amato. Soprattutto i medicinali non hanno il potere di farci allontanare definitivamente dalle pene di cuore.

Si dice che ognuno crea il proprio mondo. Sì, è vero. Il modo di vedere una cosa è diverso per ogni individuo, perché diverse sono le esperienze, diversi sono i sentimenti e le emozioni. Vedere il mondo non è un atto passivo. Quando noi guardiamo qualcosa, la guardiamo in rapporto alle nostre esperienze, ai nostri sentimenti e alle nostre emozioni. Nella vita quotidiana, noi non vediamo le stesse cose. All'uscita da un cinema, dopo aver visto un film per esempio, i dettagli dello scenario variano da una persona all'altra. Differenze più notevoli le abbiamo per quanto riguarda i gusti ed i colori in materia di musica, pittura, moda o alimentazione.

Il modo in cui noi percepiamo e vediamo le cose, significa creare il nostro mondo, la nostra realtà. A causa di queste differenti percezioni della realtà, talvolta enormi, i filosofi e gli studiosi si sono sempre interrogati su come ognuno di noi vede la riproduzione dell'universo.

Il nostro quotidiano è pieno di una quantità impressionante di contraddizioni, di azioni mancate, d'interdizioni, di passioni che ci distruggono. Eppure, noi siamo liberi, liberi di sbagliare, liberi di perderci nei meandri e nelle difficoltà della vita, liberi di essere felici.

vi.lar.



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

ON DIT QUE CHACUN CRÉE SON PROPRE MONDE

Le cerveau humain, bien que considéré comme une machine complexe, est aussi une source d'émotions, de sentiments et de sensations qu'aucune autre machine ne pourrait nous procurer.

Depuis des siècles, nous nous interrogeons sur le fonctionnement de notre cerveau, ce qui nous amène automatiquement à nous demander : « Qu'est-ce que l'homme ? » question à laquelle nous cherchons une réponse.

Les êtres humains sont des énigmes qui cherchent avant tout à se comprendre eux-mêmes, à comprendre pourquoi Pierre a une meilleure mémoire que Paul, pourquoi l'un est triste et l'autre en colère, ou bien est timide, ou plus intelligent. Le cerveau est comme une machine qui fabrique nos pensées. Heureusement, l'individu est bien plus que la somme de ses neurones, avec ses problèmes et ses angoisses. Les spécialistes s'accordent aujourd'hui à dire que pour résoudre les problèmes mentaux, il faut passer du traitement pharmacologique à la psychothérapie. Cependant, si les médicaments peuvent guérir, ils n'ont aucun effet sur la part véritable et intime de la personne qui souffre. Si les antidépresseurs aident à surmonter les idées noires, ils ne remplacent pas le travail psychologique nécessaire au deuil ou à la séparation d'un être cher. Surtout, les médicaments n'ont pas le pouvoir de nous éloigner durablement du chagrin.

On dit que chacun crée son propre monde. Oui, c'est vrai. La façon dont chacun perçoit les choses est différente, car ses expériences, ses sentiments et ses émotions le sont aussi. Voir le monde n'est pas un acte passif. Lorsque nous regardons quelque chose, nous le regardons en corrélation avec nos expériences, nos sentiments et nos émotions. Au quotidien, nous ne voyons pas les mêmes choses. En sortant d'une salle de cinéma, par exemple, après avoir vu un film, les détails du décor varient d'une personne à l'autre. Des différences plus notables se manifestent dans les goûts et les couleurs, en musique, en peinture, pour la mode ou en cuisine. La façon dont nous percevons et voyons les choses crée notre monde, notre réalité.

En raison de ces perceptions parfois très différentes de la réalité, les philosophes et les érudits se sont toujours interrogé sur la façon dont chacun de nous perçoit la reproduction de l'univers.

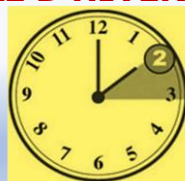
Notre quotidien est jalonné d'un nombre important de contradictions, d'échecs, d'interdictions, de passions qui nous détruisent. Pourtant, nous sommes libres, libres de commettre des erreurs, libres de nous perdre dans les méandres et les difficultés de la vie, libres d'être heureux.

vi.lar.

TORNA L'ORA SOLARE / PASSAGE À L'HEURE D'HIVER

lancette indietro di un'ora
tra sabato 25 e domenica 26 ottobre

remettere les aiguilles en arrière d'une heure
entre le samedi 25 et le dimanche 26 octobre



EN FRANCE**A partir du 14 décembre, la numérotation des places à bord des trains va changer**

A compter du 14 décembre, une nouvelle numérotation des places sera effective dans les TGV INOUI.

En pratique, chaque siège sera désormais identifié par un **numéro à 3 chiffres**, et non plus 2 chiffres.

Par exemple, la place 58, qui se trouve en voiture 2 ou en voiture 12, sera indiquée 258.

La SNCF précise que le numéro de la voiture restera toujours précisé sur vos billets "pour faciliter l'identification de la voiture dans laquelle embarquer et pour éviter toute confusion entre deux places portant le même numéro au sein d'un même TGV composé de 2 rames".

Dans les rames, un changement également pour plus de fluidité lors de l'embarquement : **les sièges suivront désormais une suite logique** ! Les numéros s'enchaîneront dans l'ordre croissant de gauche à droite, en commençant par l'entrée de la voiture. Dans les rames 2 niveaux, en salle basse, les sièges seront toujours numérotés de 1 à 39, puis se poursuivront à partir de 40 en salle haute. Les passagers devraient en effet y gagner en clarté. Il sera toujours indiqué sur votre billet si la place se situe en haut ou en bas.

Cette nouvelle numérotation concernera également les TGV Lyria, les TGV INOUI vers l'Allemagne, l'Espagne, l'Italie, le Luxembourg ainsi que Bruxelles depuis la Province.

"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.

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

IN ITALIA**TRASPORTI: DA GENNAIO PEDAGGI AUTOSTRADALI MENO CARI**

Diminuiranno le tariffe dei pedaggi autostradali grazie a un nuovo sistema che li leggerà agli investimenti effettivamente realizzati dai concessionari. Lo assicura il presidente dell'Autorità di regolazione dei trasporti (ART), Nicola Zaccheo, annunciando l'imminente approvazione del nuovo sistema tariffario

I CANALI D'INFORMAZIONE IN ITALIA

WhatsApp (14.1%), YouTube (10.4%) e Facebook (10%) sono i canali più utilizzati nella vita quotidiana degli italiani, combinando messaggistica, intrattenimento e narrazione visiva. La televisione continua a svolgere un ruolo centrale come fonte affidabile di informazione, con un'alta frequenza d'uso (11.2%), soprattutto tra le generazioni più mature, insieme alla radio (8.7%). I giornali digitali si affermano come fonte d'informazione (7.7%). I media cartacei (4.1%) e Twitter (3.5%) perdono rilevanza, essendo relegati di fronte ai progressi digitali, mentre Telegram (7.6%) e i 'podcasts' (4.3%) emergono come canali secondari, con valore aggiunto per target di nicchia e pubblici specializzati.

EROSIONE COSTIERA

Fino a 10 metri in meno l'anno, a rischio il 66% dei delta fluviali Due terzi dei principali fiumi italiani è attualmente a rischio erosione con arretramenti della costa che arrivano sino a 10 metri l'anno. Il quadro emerge da uno studio pubblicato sulla rivista "Estuarine, Coastal and Shelf Science" e condotto dalla professoressa Monica Bini e dal dottor Marco Luppichini del dipartimento di Scienze della Terra dell'Università di Pisa.

Mon assiette santé**pour le cerveau et le cœur**

"Lorsque les performances du cerveau diminuent, c'est le plus souvent pour des raisons vasculaires, notamment l'hypertension - explique le Dr Bernard Croisile, neurologue - C'est pourquoi tout ce qui est bon pour le système cardio-vasculaire l'est aussi pour le cerveau."

Inutile de se focaliser sur son poids ou son indice de masse corporelle, ici c'est la graisse autour du ventre qu'il faut surveiller. Elle favorise le syndrome métabolique, qui cumule diabète, hypertension, cholestérol et triglycérides si mauvais pour le cœur. Dans l'idéal, le tour de taille divisé par le tour de hanches (en cm) doit rester au-dessous de 0,85 pour une femme, 0,90 pour un homme.

En pratique

- à chaque repas, des glucides (pain, pâtes ou riz), des fruits et légumes variés, et des protéines : 100g de légumineuses ou de céréales, 75g d'œuf, de poulet ou de poisson.
- Pas de viande rouge chaque jour.
- Pas de fromage si la viande est déjà au menu.
- une poignée de noix, d'amandes ou de noisettes par jour.
- et de l'eau, car un manque d'hydratation peut expliquer des pertes de mémoire et même des symptômes de désorientation.

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

LUTTER CONTRE LE BLUES DE SAISON

*De l'automne à l'hiver, le moral a tendance à baisser...
Comment inverser la courbe de notre humeur sans avoir
recours aux médicaments ?*

Des recherches ont montré que :

• **Une petite marche matinale**

L'attività fisica apporta aussi des bienfaits au mental. Pratiquée régulièrement, au moins 30 minutes d'affilée, de préférence le matin après s'être bien échauffé car c'est là où le taux de cortisol (hormone du stress) est le plus élevé.

- **Réactions chimiques** : toute activité d'endurance (marche, vélo, natation, jogging) augmente le flux sanguin et donc l'apport d'oxygène et de nutriments au cerveau.

- **Image de soi** : être physiquement actif renforce l'image de soi et la confiance en soi puisqu'on accomplit quelque chose de positif.

• **Un peu moins de sucreries**

Sur l'humeur, le sucre dit rapide est une arme à double tranchant. Si, dans un premier temps, il fait du bien au moral, dans un second il majore le blues et peut conduire à la dépression. Il faut favoriser les aliments permettant aussi de maintenir une glycémie basse et stable: fruits, miel d'acacia, chocolat noir...

• **Un peu de lecture et du Mozart**

- **Bibliothérapie** : des recherches en ont chiffré le bénéfice. Les lecteurs réguliers (au moins 30min/sem) sont 20% plus satisfaits de leur vie et 21% moins enclins à la dépression que les non-lecteurs.

- **Musicothérapie** : utilisés notamment dans le cadre de la maladie d'Alzheimer, les bienfaits de la musique sont aussi plébiscités pour lutter contre le blues et l'anxiété.

Selon le Pr Joyeux, psychiatre, Mozart serait tout indiqué, et notamment la sonate pour deux pianos K.448. De même que le concerto italien de Bach.

In breve...

En bref...

**Riaprono le torri di
Notre-Dame restaurate
dopo il devastante
incendio del 2019**

È di nuovo possibile salire in cima alle torri della cattedrale di Notre-Dame, completamente restaurate dopo il devastante incendio del 2019. Per visitare le torri si devono salire ben 424 gradini, ma lo sforzo è ricompensato: i tetti di Notre-Dame offrono una delle più belle viste a 360 gradi su Parigi.

Riconoscimento IGP

Le Olive Taggiasche liguri ottengono l'iscrizione nel registro delle Indicazioni geografiche protette. L'Italia raggiunge così 895 riconoscimenti, confermandosi leader in Europa. Il sistema delle indicazioni geografiche vale 20,337 miliardi di euro alla produzione, e porta all'estero prodotti per 11,6 miliardi di euro.

ALIMENTAZIONE

**ESISTE UNA PASTA
PER OGNI OCCASIONE**

Si fa presto a dire pasta. Unisce l'Italia in una parola ma le tipologie sono tantissime. E non parliamo solo di formati: esistono paste diverse per diversi usi, ciascuna con una propria funzione gastronomica, con diverse adattabilità all'uso quotidiano. Sarà per questo che l'Italia è prima al mondo nella classifica dei Paesi produttori, con 3,6 milioni di tonnellate nel 2022 ed è anche il Paese che ne mangia di più, con 23 kg pro-capite all'anno: la mangiano praticamente tutti (99%) almeno una volta a settimana e oltre 1 italiano su 2 la porta in tavola ogni giorno, mentre 1 su 5 (19,2%) la consuma 4-5 volte a settimana.

Secondo una ricerca condotta da AstraRicerche per Unione Italiana Food, 3 italiani su 4 ammettono di avere una conoscenza limitata su quale formato di pasta scegliere in base al contesto o alla ricetta. L'indagine, realizzata a settembre 2024 su un campione di 1.000 persone tra i 18 e i 65 anni, ha interrogato il campione sulla conoscenza di diversi tipi di paste prodotte cambiando alcune caratteristiche del processo produttivo, rivelando che il 43,2% conosce solo un tipo di pasta, il 21,6% è a conoscenza di due tipologie e appena il 24,5% ne riconosce tre.

I CONSIGLI DEL NUTRIZIONISTA

i 12 buoni propositi a tavola di Paolo Bianchini

10. OTTOBRE: EVITA LE BIBITE E LIMITA L'ALCOOL

"Ci sono almeno due semplici motivi per evitare le bibite. Innanzitutto contengono dolcificanti artificiali e soprattutto nelle bibite dietetiche, vi è una presenza imponente di zuccheri artificiali che fanno tutt'altro che bene al nostro organismo. Inoltre, non dissetano poiché, essendo molto zuccherine, le bevande gassate portano solo apparentemente a un senso di appagamento che però viene presto dimenticato dal nostro organismo. Un bicchiere di vino, invece, consumato a pranzo o cena non influisce in modo significativo sul processo di dimagrimento. Al contrario, alcolici più zuccherini, come i cocktail o i liquori, andrebbero evitati poiché possono ostacolare la perdita di peso".

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

Primo romanzo

Premier roman

par **Hervé GAUTIER**

LE BARMAN DU RITZ

de Philippe Collin

(Albin Michel)

Étonnante histoire que celle de Frank Meier (1884-1947) prolétaire autrichien qui rêvait de l'Amérique comme d'un pays de cocagne qu'il rejoignit seul à quatorze ans pour échapper à la misère. C'est à New York, après avoir connu la précarité qu'il se retrouve à Broadway apprenti barman, s'initie à l'art de mélanger des alcools et revient à Paris où la bonne société avait pris goût aux cocktails. Il participe à la Grande Guerre comme légionnaire au service de la France dont il acquiert la nationalité et se retrouve barman au Ritz après la victoire de l'Allemagne nazie, adulé par les officiers de la Wehrmacht qui, friands de son talent en mixologie, n'ont jamais su qu'ils étaient servis pendant toute la durée de la guerre... par un juif.

Durant l'Occupation, dans ce mythique palace parisien de la Place Vendôme, se sont côtoyés dignitaires nazis, pétainistes, collabos, trafiquants mais aussi figures du tout Paris comme Coco Chanel, Arletty, Sacha Guitry ou Jean Cocteau. A cette époque surréaliste cohabitent quelques juifs craignant la dénonciation mais pour qui le Ritz est une couverture et des célébrités parisiennes qui profitent du luxe recherché par l'occupant. Au bar officie cet ashkenaze cultivé, prévenant et attentif aux moindres désirs de sa clientèle célèbre, concoctant pour elle à l'occasion des recettes originales tout en préservant son secret qui est aussi son assurance-vie. Il veille sur Blanche Auzello, la sublime reine du Ritz, une juive américaine, alcoolique et morphinomane dont il est secrètement amoureux et qui a réussi, grâce à un changement de papiers d'identité et à son mariage avec Claude Auzello ancien directeur du palace, à cacher ses origines. Il y côtoie des officiers allemands de haut rang, s'active dans de petits trafics tout en inventant chaque jour plus de recettes de cocktails qui ravissent ses fidèles habitués. Il réussit à survivre à cette période troublée où le faste côtoie la tragédie et pendant laquelle la table du Ritz regorge de plats somptueux, de vins millésimés quand, à l'extérieur, les Français vivent dans la violence, la trahison et crèvent de faim et que les juifs sont parqués au Vél' d'Hiv'. Il reste un exilé de son propre pays et de son milieu social car, il le sait, il ne fera jamais partie de ses clients et les circonstances le mettent en permanence au bord du gouffre, avec ses doutes, ses secrets et son immense solitude. Philippe Collin, producteur à France-Inter, est auteur d'essais et scénariste de bandes dessinées. J'ai apprécié ce livre où la fiction se mêle intimement à la réalité historique et l'ai lu sans désespérer tant l'auteur sait s'attacher son lecteur dès les premières pages avec un style à la fois alerte et passionnant.

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.

La Giornata Nazionale si articolerà in undici weekend suddivisi tra la primavera e l'autunno. I fine settimana dell'autunno, includeranno quelli dell'11-12, 18-19 e 25-26 ottobre e del 1°-2, 8-9 e 15-16 novembre. In queste date i borghi aderenti all'iniziativa apriranno le porte alla comunità e ai visitatori.

Il tema dell'edizione 2025 è *"Storie da abitare: borghi, beni comuni e futuro condiviso"*.

Sono diversi i borghi che al momento hanno aderito alla manifestazione in rappresentanza delle più disparate regioni italiane, tra cui: in Abruzzo Fallo, Cermignano, Monteferrante, Pereto, Sante Marie, San Vincenzo in Valle Roveto e Scurcola Marsicana, in Sardegna Chiaramonti, Galtelli, Osidda e Samugheo, in Puglia Minervino Murge, Ugento e Casamassima, in Calabria Casali del Manco e Bovalino, in Campania Morcone e Tramonti, in Molise Ripamolisani, nelle Marche Magliano di Tenna, Monteleone di Fermo, Monte Rinaldo e Carassai e in Liguria Pitelli.

Le varie storie che si intrecciano in ciascuno di questi borghi diventeranno quindi il motore di idee e progettualità capaci di rendere questi luoghi non soltanto vitali e accoglienti, ma anche in grado di custodire e rinnovare il proprio patrimonio di tradizioni, relazioni e visioni di futuro.

CI SCRIVONO DA... ...LIONE

IL MONDO DEI FRIULANI

Danilo Vezzio

(Fogolar Furlan Lione)

A Lione in presenza del sindaco e delle maggiori autorità francesi, si è svolta l'inaugurazione della prima tranches dei restauri nella chiesa di Saint Nizier, una chiesa "gioiello storico" di Lione, un edificio religioso, classificato monumento storico, nato nel V secolo, uno scrigno che racconta la Storia di Francia, della città, e direi dell'Umanità. Per noi Friulani di Lione, questa chiesa è un luogo ancora più sacro, per la presenza di mosaici realizzati da mani friulane agli inizi del 1900, ed i restauri realizzati ultimamente, sono ancora dovuti a mosaiciste friulane, ex allieve della famosa scuola spilimberghese, la Scuola Mosaicisti del Friuli creata nel 1922.

Cantieri d'eccezione che richiedono artigiani d'arte eccezionali, infatti sotto la direzione della restauratrice Margot Morisse, Silvia Angeletti, e Donatella Garabello, provenienti da Udine, hanno lavorato sei mesi, nell'oscura cripta medievale per restaurare opere dovute ai nostri antenati maestri: Mora, Facchina e compagni mosaicisti, emigrati in Francia dopo la metà del 1800.



CARTA DELLA CULTURA

un contributo per l'acquisto di libri

Fino alle ore 12 del 31 ottobre prossimo, è possibile richiedere la "Carta della Cultura", l'iniziativa del Ministero della Cultura. Per il 2025, la carta, in formato digitale, verrà erogata in base all'ISEE.

Per tutte le informazioni sulle condizioni di partecipazione consultare la pagina:

<https://ioapp.it/carta-della-cultura>

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

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

ARTE ITALIANA E MIGRAZIONI

di Danilo Vezzio

La splendida **mostra della Farnesina "Mosaico"** (multimediale e immersiva), **codice italico di un'arte senza tempo** continua il suo tour mondiale presentando in modo magistrale dei mosaici antichi di enorme interesse.

[Mostra – Mosaico. Codice italico di un'arte senza tempo – Magister Art](#)

Straordinariamente anche il mosaico italiano contemporaneo sta facendo il giro del mondo con artisti friulani, della Scuola Spilimberghese, di altissimo livello. A Parigi abbiamo avuto la "Biennale internationale des métiers d'art et création", l'Italia era l'ospite d'onore, e non poteva mancare un mosaicista "friulano" ed è stata l'eccellente Vera Belikova che ha brillato di mille smalti, durante questa Biennale di Parigi, un successo davvero internazionale.

Vera Belikova è di origine russa, ma si è formata alla Scuola Mosaicisti del Friuli a Spilimbergo, quindi noi friulani all'estero, la consideriamo friulana.

Dobbiamo segnalare anche un altro artista-mosaicista di livello internazionale si tratta del fenomeno Giulio Menossi, direttore artistico del secondo Simposio Internazionale di "Mosaico do Mexico". Dirige, insegna,

anima un gruppo di artisti provenienti dal mondo intero, ed è riconosciuto, giustamente, come il grande Maestro di Mosaico Contemporaneo nel mondo. Menossi ha la capacità di riprodurre all'identico i mosaici antichi di 2000 anni fa. Nel 2025 Giulio Menossi ha animato simposi e mostre in Italia, Turchia, Tunisia, Austria ecc. potremmo quasi definirlo *"il codice italico del mosaico-arte contemporanea"* meriterebbe che le sue opere fossero esposte in contrapposizione con i mosaici antichi, il contrasto sarebbe stupefacente. La Farnesina ed i suoi Istituti Italiani di Cultura dovrebbero promuovere questi mosaicisti, come lo fa per il parmigiano reggiano, il culatello, il prosciutto di Parma, o il Prosecco!

È venuto il momento di brindare, con del Ribolla Gialla spumante, anche ai nostri Maestri friulani del mosaico che portano nel mondo, una specialità friulana non commestibile, ma un'arte che ci appartiene da secoli, il mosaico!

Con Menossi, quest'artigianato ha raggiunto, negli ultimi anni, un altissimo valore estetico, un'arte che il mondo ci invidia!

SEMPRE PIÙ ITALIANI ALL'ESTERO

L'Italia è il Paese delle migrazioni plurime, in cui ci sono anche gli italiani che tornano "a casa", sebbene molti di più se ne vadano: il saldo migratorio è nuovamente e chiaramente negativo dopo il rallentamento per la pandemia (-52.334 nel 2023).

Le partenze interessano tutta Italia

La Sicilia si conferma nel 2024 la regione con la comunità di iscritti AIRE più numerosa (+826 mila), seguita dalla Lombardia (+641 mila) e dal Veneto (+563 mila). Il 45,8% degli iscritti all'AIRE è di origine meridionale. Oltre 2,3 milioni sono, invece, del Settentrione. Oltre 966 mila sono gli iscritti del Centro Italia (15,7%). Nel 2024 si registra ancora più marcatamente il cambiamento che sta interessando l'intera comunità dei cittadini italiani residenti fuori dei confini nazionali la cui origine regionale, in passato spiccatamente meridionale, si sta modificando a favore di partenze che interessano l'intero territorio nazionale e per i motivi più variegati: dalle famiglie che si spostano, alla mobilità per studio, dagli spostamenti per lavoro ai trasferimenti per ricongiungimento familiare.

Rimpatri principalmente verso Lombardia e Lazio

I rimpatri avvengono principalmente verso la Lombardia (circa 13 mila, pari al 18% del totale delle iscrizioni), il Lazio (quasi 8 mila, pari al 10,6%), la Sicilia (circa 7 mila, pari al 9,5%) e il Veneto (oltre 5 mila, pari al 7%). Le regioni per le quali è più elevata la percentuale di donne, rispetto agli uomini, che effettuano iscrizioni anagrafiche dall'estero, è il Trentino-Alto Adige (49%); la percentuale più bassa si registra, invece, in Puglia e Sardegna (40%). A livello provinciale, i rimpatri avvengono principalmente verso Milano, Roma, Torino, Napoli e Palermo.

Newsletter SFIM

"Sistema Formazione Italiana nel Mondo"

è la newsletter mensile curata dall'Ufficio V della Direzione Generale per la Diplomazia Pubblica e Culturale, dedicata ai progetti educativi e alle iniziative culturali del Sistema della Formazione Italiana nel Mondo.

[Newsletter SFIM – Ministero degli Affari Esteri e della Cooperazione Internazionale](#)

LES OBJETS DE NOTRE ENFANCE

LA VESPA

A la fin de la Seconde Guerre mondiale, Enrico Piaggio souhaite créer un deux-roues motorisé accessible au plus grand nombre de personnes possible : la Vespa.



En Italien, Vespa signifie "guêpe", ce qui caractérise très bien le bourdonnement unique de son moteur.

Les premiers modèles sont créés dans les années 40, et le succès est rapidement au rendez-vous.

De nombreux pays construisent des Vespa, y compris la France, qui préfère placer le phare avant sur le guidon, plutôt que sur le garde-boue, comme c'est le cas sur la version italienne.

La Vespa reste l'un des symboles les plus populaires des années 50 et 60 : les stars comme les ouvriers, mais aussi les cadres, roulaient en Vespa !

Dès 1951, le petit scooter apparaît sur des calendriers à son effigie et il s'offre même le luxe de figurer sur l'affiche du film *Vacances romaines* avec Gregory Peck et Audrey Hepburn, en 1953.

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.

114

le numéro d'urgence pour les malentendants

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

"Le courage, c'est de chercher la vérité et de la dire"

(Jean Jaurès)

Tra monaci litigiosi e papi schiaffeggiati

Newsletter Italea - 15 agosto 2025

Nel cuore del basso Lazio, tra abbazie millenarie, eremi scolpiti nella roccia e cattedrali testimoni di grandi eventi, la storia prende vita. Dai Placiti cassinesi, primo documento in volgare italiano, al celebre Schiaffo di Anagni, un viaggio tra monaci, papi e affreschi che raccontano secoli di fede e potere.

È l'anno 960 o giù di lì e i monaci benedettini dell'abbazia di Montecassino, nel Lazio, sono impegnati in una sgradevole contesa giudiziaria con un tale Rodelgrimo d'Aquino, feudatario locale, su una questione di confini. La lite durerà circa tre anni e alla fine il giudice Arechisi darà ragione ai monaci, restituendoli alla loro vita di lavoro e preghiera senza fastidi mondani. Un fatto all'apparenza piccolo e banale, ma destinato a entrare nella storia, almeno quella della lingua italiana: proprio una testimonianza del processo, infatti, è considerata il primo documento scritto in volgare italiano.

Oggi le quattro pergamene con la trascrizione delle parole della deposizione (i "Placiti cassinesi") sono ancora conserva-

te nel monastero, sopravvissute a secoli di vicissitudini, tra cui un terribile terremoto del 1349 e i bombardamenti del 15 febbraio del 1944, quando le forze alleate sospettavano la presenza di reparti tedeschi.

Ma il monastero di Montecassino, il più grande al mondo, non è l'unico luogo nella zona a offrire pezzi unici di storia e di spiritualità a chi lo visita. Non lontano da Montecassino, ancora i monaci benedettini sono i protagonisti del Santuario del Sacro Speco, incastonato nella roccia del Monte Taleo e custode di uno dei luoghi più significativi per l'Ordine: la grotta in cui all'inizio del VI secolo il giovanissimo San Benedetto da Norcia visse da eremita.

Oggi il monastero si compone di due chie-

se sovrapposte e numerose cappelline, con testimonianze artistiche che risalgono fino all'VIII secolo. Affreschi preziosi che incantano con i loro colori ancora vividi e ben conservati. A circa metà strada tra questi due gioielli della spiritualità – e ottimo punto di partenza per visitare l'area – c'è poi Anagni, la Città dei Papi, così chiamata per aver dato i natali a quattro pontefici (Innocenzo III, Alessandro IV, Gregorio IX e Bonifacio VIII) e teatro di episodi rimasti nella storia, tra cui il celebre Schiaffo di Anagni, l'umiliazione inflitta a Bonifacio VIII il 7 settembre 1303 nella magnifica cattedrale della città.

Ancora oggi intorno a quella data suggestive rievocazioni in costume ricordano quella giornata epocale.

LA BANDIERA EUROPEA SVENTOLA DA 40 ANNI

La bandiera dell'Unione Europea ha celebrato il suo 40° anniversario nel giugno 2025. Nel tempo, è diventata anche un simbolo degli ideali dell'Unione: unità, solidarietà e armonia tra i popoli d'Europa. Le sue 12 stelle dorate su sfondo blu sono immediatamente riconoscibili e sinonimo del progetto europeo che unisce tutti gli europei.

La bandiera fu utilizzata per la prima volta dal Consiglio d'Europa nel 1955. All'indomani della Seconda Guerra Mondiale, il Consiglio d'Europa cercò di trovare una bandiera che desse all'Europa un simbolo con cui i suoi cittadini potessero identificarsi.

Contrariamente a quanto si crede, le 12 stelle non rappresentano il numero degli Stati membri dell'Unione Europea; sono piuttosto un simbolo di perfezione e stabilità, mentre il cerchio è un simbolo di unità. Il numero fisso di stelle sulla bandiera implica quindi che essa rimarrà invariata indipendentemente dall'allargamento dell'Unione.

Nel 1983, il Parlamento europeo adottò la bandiera creata dal Consiglio d'Europa e raccomandò che diventasse l'emblema delle Comunità europee. Il Consiglio europeo approvò questa raccomandazione nel giugno 1985.

A 70 anni dalla sua creazione e 40 dalla sua adozione, la bandiera dell'Unione europea non solo rappresenta gli ideali dell'Unione, ma è diventata anche un simbolo di speranza.

LE DRAPEAU EUROPÉEN FLOTTE DEPUIS 40 ANS

Le drapeau de l'Union européenne a fêté ses 40 ans en juin 2025. Avec le temps, il est également devenu le symbole des idéaux de l'Union : l'unité, la solidarité et l'harmonie entre les peuples d'Europe. Ses 12 étoiles dorées sur fond bleu sont immédiatement reconnaissables et synonymes du projet européen qui unit tous les Européens.

Le drapeau fut utilisé pour la première fois par le Conseil de l'Europe en 1955. Au lendemain de la Deuxième Guerre mondiale, le Conseil de l'Europe voulut trouver un drapeau capable de donner à l'Europe un symbole auquel les peuples puissent s'identifier.

Contrairement à une idée largement répandue, les 12 étoiles ne représentent pas le nombre d'États membres de l'Union européenne ; il s'agit plutôt d'un symbole de perfection et de stabilité, tandis que le cercle est un symbole d'union. Le nombre fixe d'étoiles sur le drapeau implique donc qu'il demeure inchangé quel que soit l'élargissement de l'Union.

En 1983, le Parlement européen a adopté le drapeau créé par le Conseil de l'Europe et recommandé qu'il devienne l'emblème des Communautés européennes. Le Conseil européen a approuvé cette recommandation en juin 1985.

Près de 70 ans après sa création et 40 de son adoption, le drapeau de l'Union européenne ne représente pas seulement les idéaux de l'Union, mais il est devenu un symbole d'espoir.

Il sorriso delle donne: identità estetica e salute

Le donne sorridono, in media, 62 volte al giorno, contro le sole 8 degli uomini. Ma non è solo questione di gioia: il sorriso femminile è da sempre carico di valori simbolici, aspettative estetiche e ricadute psicologiche. Le donne attribuiscono maggiore importanza all'aspetto estetico del sorriso rispetto agli uomini, anche per ragioni legate a immagine personale e pressione sociale. Come evidenzia uno studio sulla percezione estetica del sorriso, le donne tendono naturalmente a mostrare una maggiore esposizione gengivale rispetto agli uomini durante un sorriso "aperto".

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

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



RICORDI E VICENDE DI UN ITALIANO ALL'ESTERO

di Giovanni Ludi

UN CERTIFICATO INDISPENSABILE

*A quei tempi la sanità in Italia
era molto diversa*

L'ultima volta che vidi il mitico dottor Rossi fu nel 1968, l'anno in cui mi diplomai. In quell'anno lavoravo a Genova e studiavo alle serali. Il diploma di "Perito nelle telecomunicazioni" lo ottenni allora presso l'Istituto Avogadro di Torino.

A quei tempi, in Italia, i diplomi tecnici erano ancora soggetti a norme arcaiche, oltre all'esame di stato, era d'obbligo un "certificato di sana e robusta costituzione".

A causa di intoppi nella segreteria scolastica, questo certificato venne richiesto a me ed ai compagni di corso dopo che avevamo superato gli esami. Nello scusarsi dell'errore la segreteria ci rassicurò: si trattava di una visita medica formale, da effettuare presso l'Ufficio d'Igiene di Torino.

In verità, all'Ufficio d'Igiene di Torino, mi ritrovai davanti ad un medico deciso ad accertarsi della mia storia sanitaria e del mio stato di salute ed il caso volle anche che a sottopormi alla visita vi fosse un giovane cardiocirurgo dalle molte ambizioni.

Alla domanda del medico circa i miei precedenti sanitari io non nascosi che verso i 10 anni avevo sofferto di reumatismi articolari. Ne ero guarito totalmente ma quel male mi aveva causato un "soffio al cuore". Il giovane cardiologo, visitandomi, non mancò di sottolinearmi che era stato assistente del compianto professor Dogliotti, il primo cardiologo italiano ad operare su cuore aperto! Finita l'auscultazione, il giovane cardiologo si lavò le mani, poi asciugandosi parlò deciso:

"Reumatismi vero? Venga da noi in cardiologia. Le metto a nuovo le sue valvole cardiache e poi le faccio il certificato di sana e robusta costituzione". L'evento, ovviamente, inquietò molto me e la mia famiglia. A quei tempi la sanità in Italia era molto diversa e più articolata di quella odierna. Io, come dipendente privato, dipendevo dall'INAM di Genova, l'Istituto Nazionale per l'Assicurazione contro le Malattie. Ente allora universalmente noto per la sua inefficienza.

Fu mio padre, inquieto per la mia salute, ad intervenire e a prenotarmi una visita privata dal medico di famiglia che una ventina di anni prima aveva assistito mia madre al momento della mia nascita: il dottor Rossi.

Il dottor Rossi era un signore minuto ed energico. Pareva avere addosso l'argento vivo, raramente lo ricordo fermo. Aveva a lungo lavorato con la sanità della Fiat ed in quella veste era stato per molto tempo il medico della mia famiglia. Era stato lui a guarirmi dai reumatismi. Poi il dottor Rossi, aveva litigato con la Fiat ed era tornato alla libera professione. Per questo motivo io e la mia famiglia ci eravamo dovuti affidare ad altri sanitari.

Quando, con mio padre, arrivai nel suo studio la sala d'aspetto era pienotta. Aspettammo una buona oretta prima che la segretaria del dottore ci chiamasse.

Il dottor Rossi mi accolse con il solito entusiasmo, salutò amichevolmente mio padre, poi mi abbracciò. Erano almeno cinque, sei anni che non mi vedeva. Ricordo che mi dava del tu e che sorrideva sempre mentre, minuto e velocissimo, sgambettava per lo studio. Mi auscultò e mi fece raccontare della visita a cui ero stato sottoposto. Mi auscultò ancora attentamente, si appuntò il nome del giovane cardiologo e mi fece lui un certificato da portare all'Ufficio di Igiene.

Io e mio padre ci congedammo. Il dottor Rossi sottolineò che avrebbe contattato lui direttamente sia il giovane cardiologo che l'Ufficio di Igiene.

Portai il certificato alla segreteria dell'Ufficio d'Igiene e rientrai al mio lavoro a Genova. Una settimana dopo fu l'Ufficio di Igiene ad inviarmi una lettera. Era la convocazione per una nuova visita fiscale. Tornai nello studio medico dell'Ufficio di Igiene di Torino.

Come la volta precedente vi era il giovane cardiologo, con lui anche un medico più anzianotto. Mi dissero subito che mi avrebbero sottoposto ad elettrocardiogramma. Accettai. Mi distesi e i due medici mi inondarono di ventose. Poi l'elettrocardiografo cominciò a tracciare le sue linee mentre i medici mi auscultavano. Guardando il tracciato i medici si consultarono. Persino il giovane cardiologo assentì.

Quando uscii dalla sala medica dell'Ufficio di Igiene in mano stringevo tre copie del mio certificato di "sana e robusta costituzione". Una la portai alla segreteria scolastica dell'Istituto Avogadro. Una settimana dopo potei ritirare il mio diploma!

Notizie istituzionali

AL CONSOLATO DI BRUXELLES LA C.I.E. SI PRENOTA ANCHE SU "PRENOT@MI"

Dall'8 settembre, i connazionali residenti nella circoscrizione consolare di Bruxelles che hanno bisogno di richiedere la Carta d'Identità Elettronica (Cie) potranno prenotare un appuntamento tramite il portale **Prenot@mi**. Tale possibilità si aggiunge all'accesso diretto senza appuntamento, che permette di presentarsi direttamente in Consolato durante l'orario di apertura al pubblico.

Ne dà notizia il Consolato generale a Bruxelles spiegando che l'introduzione di questa nuova modalità rientra nel quadro della riorganizzazione dei servizi offerti con l'obiettivo di rispondere in modo più efficace alle esigenze dell'utenza.

Grazie all'introduzione sperimentale della possibilità di richiedere la CIE senza prenotazione, riporta il Consolato, nei primi otto mesi del 2025, sono state emesse 4.255 carte di identità, rispetto alle 2.689 rilasciate nello stesso periodo del 2024, con un incremento del 58% e una significativa riduzione dei tempi di attesa.



È USCITO IL NUOVO NUMERO DEL MAGAZINE DI ITALEA

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

*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)

IL LIBRO DEL MESE

LE LIVRE DU MOIS

IL TURISMO CHE NON PAGA

di Cristina Nadotti

Città ingolfate di turisti, navi da crociera che scaricano migliaia di visitatori nei porti italiani, montagne senza neve, residenti costretti a lasciare i centri delle città perché invivibili e trasformate in 'suk' per gruppi turistici che vanno sempre troppo di corsa. Questi sono solo alcuni degli aspetti da cui parte una lunga, articolata e ragionata riflessione di Cristina Nadotti, nel libro "Il turismo che non paga" edito da Edizioni Ambiente.

Nadotti, nata a La Spezia, vive e lavora a Roma, ma ha scelto la Sardegna come terra di adozione, racconta studi alla mano quanto questa sete del viaggio stia facendo male ai territori, rifiutando la definizione di chi giudica il turismo il petrolio dell'Italia. Non sempre più turisti significano più benessere per le comunità locali. Così come un viaggiatore 'low cost', che viaggia solo con lo zaino in spalla, finirà per riportare a casa solo calamite e portachiavi, anziché pezzi di artigianato locale. Trasformando così anche il tessuto economico dei centri sto-

rici dove le vecchie botteghe stanno sempre più lasciando spazio a souvenir di bassa lega, paninoteche anziché ristoranti, bar al posto dei fornai.

L'espansione del turismo internazionale è destinata a continuare nei prossimi decenni: secondo le previsioni a lungo termine dell'Organizzazione mondiale del turismo, entro il 2030 si raggiungeranno 1,8 miliardi di arrivi. Considerato che l'Ocse, l'Organizzazione per la cooperazione e lo sviluppo economico, indica l'Italia come il quinto Paese più visitato al mondo, è facile immaginare che non solo città come Venezia e Roma dovranno fare i conti con un numero sempre maggiore di turisti.

Tuttavia l'autrice di questo saggio si dichiara contraria alle città a numero chiuso almeno per due ragioni: perché si tratta di misure estreme che si adottano quando non si è governato il problema a monte e la seconda, perché finirebbe di trasformare beni di tutti in beni a esclusivo uso di chi può pagare.

DAL 13 AL 19 OTTOBRE

la XXV Settimana della Lingua Italiana nel Mondo

Nell'anno della I Conferenza internazionale dell'Italofonia e in continuità con la quinta edizione degli Stati Generali della Lingua Italiana nel Mondo, la XXV edizione (13-19 ottobre 2025) avrà come tema "Italofonia: lingua oltre i confini", con l'obiettivo di celebrare lo spazio linguistico, culturale e sociale dell'italiano, immaginando una nuova comunità di persone nel mondo legate dalla passione per la nostra lingua e, attraverso di essa, dalla vicinanza al nostro Paese.

RICONOSCIMENTI

Il Giandujotto di Torino diventerà la decima Igp del Piemonte: è stata pubblicata sulla Gazzetta ufficiale la domanda di registrazione che segna l'avvio ufficiale dell'iter nazionale per il riconoscimento di Indicazione geografica protetta di una delle specialità dolciarie fra i simboli più noti della città e del Piemonte.

Il percorso per l'ottenimento dell'Igp era stato avviato nel 2017, ma il progetto aveva subito una lunga battuta d'arresto in seguito ad alcune osservazioni presentate dal gruppo svizzero. Tra i punti centrali del documento, infatti, vi è l'esclusione del latte in polvere - coerentemente con le tecniche ottocentesche di produzione che si intende appunto salvaguardare - e l'obbligo di utilizzare una determinata percentuale di Nocciola Piemonte Igp.

La Commissione europea ha approvato l'inserimento della "Ratafia Ciociara/Rattafia Ciociara" nel registro delle indicazioni geografiche protette (IGP).

La "Ratafia Ciociara/Rattafia Ciociara" è un liquore a base di visciole e vino rosso, tipico della tradizione contadina laziale. Ha un aroma intenso di visciole, frutti di bosco o mandorle. Il liquore è prodotto nella provincia di Frosinone, nel Lazio.

IL GIANDUIOTTO DI TORINO VERSO L'IGP



DA LEGGERE

A LIRE

"GLI OMICIDI DEI TAROCCHI"

di Barbara Baraldi

Trieste, un mazzo di carte che non dovrebbe esistere più, due sorelle e una serie di omicidi. Questi sono gli ingredienti del nuovo romanzo di Barbara Baraldi. "Gli omicidi dei tarocchi" (edizioni Giunti) ci conduce dentro i silenzi di Trieste, dei suoi non detti, delle apparenze che celano verità nascoste. Le protagoniste sono Emma e Maia Bellini, una poliziotta e l'altra ex cartomante per hobby, le cui carte vengono lasciate sulle scene dei delitti.

Gli omicidi dei tarocchi è un giallo visionario, che fonde logica e mistero, un segreto che diventa maledizione e che una volta svelato sarà anche la soluzione del caso.

"IL REGNO DEL DRAGO NERO"

di Valentina Chiminello

È con entusiasmo che NeP edizioni presenta "Il regno del drago nero", il romanzo fantasy che segna il debutto letterario di Valentina Chiminello. Un'avventura epica che catapultava il lettore in un mondo fantastico e ricco di magia, complicati intrighi e travagliate peripezie. Nel tranquillo paese di Dairan, la vita della giovane Kinna viene stravolta dall'inaspettata invasione da parte degli abitanti delle Terre Abbandonate. In una fuga disperata verso la salvezza, Kinna è accompagnata da Darn, il ragazzo che ama, e dal cuginetto Tharyon. Tuttavia, è l'incontro con Leyan a segnare una svolta nelle loro vite. Erede di un'antica spada e conoscitrice dei leggendari segreti dei maghi, la ragazza si unirà al gruppo nel suo rocambolesco cammino. Così, mentre la guerra incombe, il viaggio attraverso i regni confinanti sarà duro, popolato da creature magiche, frecce d'oro, battaglie, incantesimi e fitto di storie di coraggio, amore e magia. L'obiettivo è chiaro: sconfiggere gli invasori e il loro signore, Zader. Ma cosa lega Zader a Leyan? L'emergere di antichi segreti legati ad un passato ormai assopito determinerà il destino di tutti. Con uno stile unico e travolgente e un ritmo narrativo denso e penetrante, Valentina Chiminello guida progressivamente il lettore in un'avventura indimenticabile, in cui a fare da scenario è l'eterna lotta tra il bene e il male. "Il Regno del Drago Nero" promette di rapire l'immaginazione e di arrivare al cuore di tutti gli amanti del genere.



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 accompagna in un giro del mondo musicale del jazz"

IL CLARINETTO

uno degli strumenti principi della musica jazz

Esiste una diversa tipologia di clarinetti, contralto, soprano e tenore, o nelle diverse estensioni di note, come il clarinetto basso, corno di bassetto, clarinetti in re, in sib, in la, clarinetti piccoli in sol e mib. Ma su tutti prevale, per duttilità e per prestazioni, il clarinetto soprano.

La duttilità del suo suono ha fatto sì che sia stato impiegato in tutti i diversi stili musicali. Dalla musica classica a quella pop, dal jazz a quella sinfonica.

Nel comparto del jazz si sono cimentati molti artisti, ognuno dei quali ha lasciato tracce indelebili nel loro passaggio. Uno su tutti, per la notorietà che ha assunto, è stato Sidney Bechet affiancato anche in veste minore anche da Lorenzo Tio jr.

Durante gli anni venti del secolo scorso, detti quelli d'oro del jazz, la loro presenza ha influenzato, e talvolta condizionato anche negli anni successivi, la maggior parte degli altri artisti che suonavano il clarinetto.

Lorenzo Tio jr, che proveniva da una famiglia di artisti, suonava anche il sassofono, così come Sidney Bechet, e l'oboe. Le loro esibizioni sono pagine memorabili di jazz.

Il vibrato eseguito da Bechet nel pezzo 'Petite fleur' è unico e ci dimostra in particolare anche la grande sensibilità artistica del personaggio. Li ascoltiamo nelle dovute rare esecuzioni in cui suonava insieme in 'Blues my naughty sweetie gives me' ed una raccolta di blues del periodo 1929-30 dal titolo 'Legends clarinette'.

Lorenzo Tio jr. ha insegnato a suonare il clarinetto a S. Bechet e insegnato musica anche ad altri artisti, come JR Morton, Clarence Williams, Johnny Dodds e Albert Nicholas, in seguito ha incominciato a collaborare con loro, esibendosi nei 'combo' musicali che, di volta in volta, nascevano come per incanto.

Tio jr ci ha lasciato all'età di 40 anni per una grave malattia cardiaca.

Imponente si mostra la figura di Sidney Bechet nel contesto jazzistico degli inizi del

novecento come improvvisatore e compositore. Il clarinettista per eccellenza. Non solo con il clarinetto, ma anche con il sassofono soprano raggiunse livelli musicali di altissima qualità.

Nato nel 1897, da una famiglia creola, è stato per mezzo secolo l'indiscusso dominatore del 'primo' jazz, successivo a quello di New Orleans. Con Louis Armstrong ha costituito, l'anello mancante tra il primo jazz, identificato con il 'ragtime', caratterizzato da brani musicali che si avvicinavano e talvolta si identificavano con le marce militari e quello successivo in cui i solisti e le orchestre cercavano altri percorsi musicali.

Gli assoli eseguiti da grandi solisti ed improvvisatori, rientravano in tracce già riconducibili e riconosciute dagli spartiti musicali ed evidenziavano le nuove direzioni musicali verso le quali si stava indirizzando il nuovo jazz.

Sidney Bechet non ha mai voluto leggere gli spartiti affidandosi nelle sue esecuzioni al suo intuito ed al suo innato senso musicale, grazie ad una memoria fonetica eccezionale. Con lui e Louis Armstrong si aprono le porte di un primo linguaggio solista nel jazz.

Ha mostrato la sua predisposizione alla musica fin dalla più giovane età, suonando ogni tipo di strumento gli capitasse nelle mani. Aveva un bel caratterino ed è stato più volte implicato in liti e risse di quartiere.

È nota la sua partecipazione nel gruppo musicale 'New Orleans fleetwarmers' e le sue performance impreziosite dal un vibrato, sempre imitato ma mai raggiunto, come in 'Marple leaf rag'.

Ha fatto parte come primo clarinettista nell'orchestra di Noble Sissle.

Dei numerosi viaggi effettuati in Europa, durante il suo ultimo rimase in Francia, a Parigi, dove gli ingaggi erano più corposi e dove godeva oramai di una incredibile notorietà.

Morì nel 1957 in un paesino nei pressi di Parigi.

LA POESIA DEL MESE *LA POESIE DU MOIS*



OTTOBRE

di Anna Maria Giunti Mani

HO PERDUTO IL MIO FUTURO

Ho perduto il mio futuro
era roseo,
era presente.
Si è celato
nei meandri del passato.

Era sognante,
era invitante,
era allettante.
È fuggito dai miei sogni.

Dov'è che si nasconde?

Dietro ad un tramonto
infuocato,
fra le onde azzurre
del mare,
fra i girasoli
di un campo assolato,
fra le dune dorate
del deserto,
nel cristallino ruscello
di montagna,
fra gli alberi
di un bosco silente.

O forse nel mio cuore,
stanco ormai di fuggire...



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



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 richiestacertificazioneunica@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.

Sul sito Inps uno spazio con tutti i servizi per i giovani

L'INPS scende in campo al fianco dei giovani tra i 16 e i 34 anni con un progetto che per la prima volta raccoglie in un unico spazio digitale e sull'APP tutti i servizi e le prestazioni dell'Istituto a loro dedicate.

Il progetto **"INPS per i Giovani"** nasce con l'obiettivo di rafforzare il legame tra l'Istituto e le nuove generazioni promuovendo un approccio innovativo alla comunicazione previdenziale e orientando i cittadini più giovani verso un'interazione consapevole e proattiva con i servizi pubblici. Sul sito i giovani saranno indirizzati su una pagina in cui potranno scegliere il profilo in cui si riconoscono e potranno accedere a 3 servizi in evidenza per ciascuna categoria senza registrazione.

Si le **0 800 112 112**
s'affiche sur votre
téléphone...
DÉCROCHEZ

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

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

L'AUTOROUTE DU FUTUR EN FRANCE

***C'est une première mondiale
selon Vinci Autoroutes : un
tronçon de recharge dyna-
mique par induction est
installé sur l'A10. Il va être
testé pour les camions en
premier lieu mais pourrait
servir, dans le futur, à la
charge de tous les véhicules
électriques.***

Pas moins de 900 câbles sont installés sur un tronçon de deux kilomètres. Pour les camions, même pas besoin de ralentir. Il suffit d'être équipé d'un capteur.

"C'est le même principe que la recharge d'un téléphone avec un chargeur sans fil" expliquait le responsable technique chez Electreon, la start-up à l'origine du produit.

Avion : bientôt deux valises cabine pour tout le monde ?

Les députés européens souhaitent que toutes les compagnies aériennes acceptent deux bagages cabine à bord, le tout gratuitement.

Air France, Lufthansa, Ryanair, EasyJet, Transavia... autant de tailles différentes que de compagnies dans les aéroports français. Et si vous dépassez la taille autorisée, la surfacturation peut vite grimper.

Alors, pour éviter les mauvaises surprises au moment d'embarquer, l'association Airlines for Europe a annoncé le 5 juillet avoir conclu une harmonisation des dimensions du bagage personnel en cabine.

FORMA



Rubrica di psicologia

a cura di Ilaria Bandini

(Psicologa-Psicoterapeuta)

Compiti autentici e potenziamento cognitivo

perché il cervello dell'adolescente ha bisogno di realtà

L'adolescenza rappresenta un'età di passaggio, ricca di slanci e ribellioni, in cui convivono la spinta a esplorare e il bisogno, spesso taciuto, di essere accompagnati e sostenuti. Il cervello riflette questa dualità: è plastico, ricettivo e capace di un apprendimento intenso, ma ancora fragile sul piano strutturale. La corteccia prefrontale – sede del pensiero critico, della regolazione degli impulsi e della pianificazione – è in piena maturazione, e ciò rende l'adolescente istintivo, vulnerabile ma al contempo, profondamente educabile.

In questa fase, la ricerca di senso guida la costruzione dell'identità. La neuroplasticità, offre opportunità straordinarie, ma espone anche a rischi: contesti poveri di relazioni e stimoli rischiano di non essere abbastanza per un cervello in via di sviluppo come quello di un adolescente.

Ma cosa sono questi compiti autentici?

Attività che uniscono teoria e pratica, pensiero ed esperienza, e che attivano l'apprendimento profondo e integrato. Questi compiti, che stimolano il ragazzo a confrontarsi con quesiti realistici oltre che astratti, attivano il cervello in maniera del tutto diversa riconoscendo uno scopo concreto e accendendo anzitutto i circuiti di motivazione, memoria e attenzione. Inoltre nell'assumere un ruolo attivo di fronte al compito il ragazzo si percepisce competente e motivato oltre che emotivamente coinvolto per il piacere della scoperta.

Progettare una campagna di sensibilizzazione sul cambiamento climatico per la comunità ad esempio, raccogliere dati scientifici aggiornati, interpretarli criticamente, scegliere strumenti comunicativi adatti e utilizzare risorse digitali. Gli studenti organizzano logistica, strategie di diffusione, collaborazioni con enti locali e presentazioni pubbliche, sviluppando competenze di ricerca, comunicazione, cittadinanza attiva. Analogamente, un compito autentico è l'organizzazione di eventi scolastici: mostre, rassegne letterarie, ecc. Tutto ciò favorisce lavoro di squadra, pianificazione, gestione degli imprevisti, negoziazione e responsabilità. Anche nelle discipline STEM (scienze, tecnologia, ingegneria, matematica) i compiti autentici si rivelano preziosi:

costruire prototipi ecosostenibili, sviluppare applicazioni utili, progettare algoritmi o condurre esperimenti che rispondano a bisogni reali. Tali attività, soprattutto se in collaborazione con università o aziende, consolidano competenze interdisciplinari e abilità di varia natura, rendendo tangibile il proprio ruolo nella società.

Questi compiti, derivati dalla pedagogia attiva creano situazioni vicine alla vita reale. Lo studente, chiamato a scoprire e rielaborare conoscenze, non può affidarsi a risposte meccaniche: deve analizzare, sintetizzare, argomentare e prendere decisioni etiche. In tal modo il cervello esce dalla ripetizione automatica per attivare funzioni cognitive superiori, generando apprendimento duraturo, resilienza cognitiva e consapevolezza metacognitiva.

L'adolescente impara a tollerare la complessità, a valutare alternative, a confrontarsi con l'imprevisto, sviluppando competenze essenziali per la vita adulta in un mondo incerto e in evoluzione.

L'intelligenza si costruisce nell'azione significativa - La ricerca neuroscientifica dimostra che l'apprendimento significativo nasce dall'esperienza, dall'emozione e dal coinvolgimento attivo. Quando il cervello riconosce valore in ciò che fa, la dopamina favorisce la memoria a lungo termine e il consolidamento sinaptico, supportato dall'ippocampo.

I compiti di realtà, coinvolgendo corpo, mente e ambiente, integrano i sistemi sensoriali e cognitivi, trasformando l'intelligenza in un processo dinamico che si sviluppa nell'azione, nell'errore, nella rielaborazione e nella collaborazione.

Affrontare sfide concrete, progettare, cooperare e restituire risultati rafforza le funzioni esecutive e l'intelligenza emotiva, offrendo uno sviluppo molto più completo rispetto a esercizi astratti e decontestualizzati e un apprendimento passivo.

In sintesi: compiti autentici e potenziamento cognitivo si fondono in un approccio educativo che connette conoscenze, emozioni, valori e relazioni, formando individui consapevoli, critici e responsabili, pronti ad affrontare la complessità del mondo reale.

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)**

NOUS ET L'ARGENT

À chacun ses comportements face à l'argent. Impossible de vivre sans ! Pour en faire quoi ? Se nourrir, se loger, avoir des loisirs, etc. Notre rapport à l'argent. : *"dis-moi ce que tu en fais, je te dirai qui tu es"*.

Une relation issue d'un milieu, d'une culture. Si nous sommes grandis dans une famille où les fins de mois étaient difficiles et où il était constamment question d'argent, nous avons un rapport plus ambivalent à nos finances que si nous n'avons manqué de rien dans une enfance protégée où l'argent était suffisant pour qu'on puisse ne pas en faire un sujet de conversation.

La volonté de jouir de son argent

Les dépensiers ont aussi différents profils. Les généreux utilisent leur argent pour gâter leurs proches afin de leur faire plaisir, mais avec parfois une demande inconsciente d'amour.

Des personnes en découvert permanent peuvent rechercher dans ce dépassement une autorité ou des limites qui leur ont fait défaut dans l'enfance.

L'ultra dépensier veut correspondre au désir d'autrui en acquérant ce dont l'autre rêve sans se permettre de l'acheter.

IL FAUDRAIT TOUJOURS DÉTRUIRE LA CARTE D'EMBARQUEMENT APRÈS UN VOL

Vous venez d'atterrir sur votre lieu de vacances ? Ne jetez pas votre carte d'embarquement à la poubelle sans la détruire. Ce document cartonné contient des informations personnelles qui pourraient être détournées par des esprits malveillants.

Certains voyageurs préfèrent avoir leur billet d'avion en version papier plutôt que de le télécharger sur leur smartphone après s'être enregistré en ligne. Les deux versions sont autorisées.

Il ne faut pas laisser traîner le billet d'avion

Si vous optez pour la version papier de votre carte d'embarquement, vous trouverez dessus différentes informations relatives à votre voyage : l'heure de la fin d'embarquement, l'heure du décollage, votre numéro de siège ou encore la porte d'embarquement. Un précieux sésame pour ne pas louper votre vol mais qui n'a plus de valeur lorsque vous êtes arrivé à destination. Détrompez-vous ! Ne le jetez pas dans la première poubelle.

Ce papier cartonné est précieux tant que vous n'avez pas récupéré vos bagages car généralement, un petit autocollant avec le numéro de suivi de votre valise est collé au dos de la carte d'embarquement lors de l'enregistrement. En cas de perte de votre bagage, il vous sera très utile. Ce n'est pas la seule raison de ne pas jeter votre billet d'avion à la poubelle : le code-barre qui y figure contient des informations personnelles dont pourraient faire mauvais usage des pirates informatiques : votre adresse, votre e-mail, votre numéro de téléphone et certains détails financiers notamment le moyen de paiement. Le bon réflexe pour ne prendre aucun risque et éviter une fraude ou une usurpation d'identité : détruire votre carte d'embarquement pour que le code-barre soit illisible, comme vous le faites déjà avec votre carte bleue.

Ne publiez pas de photo de votre billet d'avion sur les réseaux sociaux avec le code-barre visible par tous. Pour peu que la date y figure, vous signalez au passage à tout le monde que vous n'êtes pas chez vous.

BISOGNEREBBE SEMPRE DISTRUGGERE LA CARTA D'IMBARCO DOPO IL VOLO

Si è appena atterrati nel luogo di vacanza? Non gettare la carta d'imbarco nella spazzatura senza distruggerla. Questo documento cartonato contiene informazioni personali che potrebbero essere utilizzate in modo improprio da malintenzionati.

Alcuni viaggiatori preferiscono avere il biglietto aereo in formato cartaceo piuttosto che scaricarlo sul proprio smartphone dopo aver effettuato il check-in online. Sono ammesse entrambe le versioni.

Non bisogna lasciare il biglietto aereo in vista

Se si opta per la versione cartacea della carta d'imbarco, su di essa si troveranno diverse informazioni relative al viaggio: l'orario di fine dell'imbarco, l'orario di decollo, il numero del posto o anche la porta d'imbarco. Una chiave preziosa per non perdere il volo ma che non ha più valore una volta arrivati a destinazione. Non bisogna gettarlo nel primo bidone della spazzatura che s'incontra.

Questo cartoncino è prezioso finché non si sono ritirati i bagagli perché di solito un piccolo adesivo con il numero di tracciamento della tua valigia viene attaccato sul retro della carta d'imbarco durante il check-in. Se si perde il bagaglio ci sarà molto utile. Questo non è l'unico motivo per non gettare il tuo biglietto aereo nella spazzatura: il codice a barre riportato su di esso contiene informazioni personali che potrebbero essere utilizzate in modo improprio dai pirati informatici: il tuo indirizzo, la tua email, il tuo numero di telefono e alcuni dettagli finanziari compreso il modo di pagamento. Il riflesso giusto per non correre rischi ed evitare frodi o furti d'identità è distruggere la carta d'imbarco in modo che il codice a barre sia illeggibile, come già si fa con i biglietti della carta di credito.

Non pubblicare mai una foto del biglietto d'aereo sui 'social network' con il codice a barre visibile a tutti. Finché la data è lì, fai sapere a tutti che non sei a casa.

ARCHEOLOGIA

Ha 5 mila anni ma è ancora buono

Rinasce il pane di Eskisehir

Andare in panetteria e acquistare un pane preparato seguendo una ricetta risalente a 5 mila anni fa. Accade in Turchia, dove in seguito alla scoperta da parte degli archeologi di un pezzo di pane preparato nell'età del Bronzo si è potuti risalire a una preparazione che consente di ottenere una galletta capace di conservare le proprietà nutritive resistendo all'indurimento.

"Si tratta di un pane lievitato e cotto, il pezzo più antico di quelli emersi dagli scavi, ma anche uno dei pezzi più vicini all'originale, quasi intatto ha potuto miracolosamente conservare la forma originale", ha dichiarato Murat Turkteki, archeologo e direttore degli scavi di Kulluoba, nella Turchia occidentale.

Proprio a Eskisehir, è possibile vedere esposto l'antico 'tozzo' presso il museo archeologico. Si tratta di una galletta tonda di 12 cm di diametro ritrovata alla fine del 2024, ma che ora è stato possibile datare al 3.300 a.C.. La scoperta ha spianato la strada alla rinascita di questo antico pane, preparato con una farina macinata in maniera grossolana con farro, lenticchie e grani antichi, uniti a una pianta ancora non identificata che garantiva la lievitazione.

L'antico pane di Kulluoba si può ora acquistare in diverse panetterie comunali di Eskisehir e ha subito avuto un discreto successo. La combinazione di antiche farine, lenticchie e bulgur crea un prodotto nutriente, senza conservanti e a basso contenuto di glutine.

"ITALIA MI MANCHI"



FONDO AMBIENTE ITALIANO

Visitate il SITO

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

Site officiel du tourisme

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

Sito ufficiale del turismo

www.italia.it

Les prénoms à la mode en 2026

Universels, courts et qui finissent souvent en "a", c'est la tendance pour les prénoms de l'année prochaine d'après l'Officiel des prénoms 2026

Louise, Jade, Alma, Gabriel, Raphaël ou Noah, comment s'appelleront vos petits-enfants en 2026 ? L'Officiel des prénoms 2026 recense plus de 12 000 prénoms et analyse ceux les plus donnés afin d'élaborer les tendances des prochains mois.

Voici le palmarès des 10 prénoms féminins préférés pour 2026 :

1	Louise
2	Jade
3	Alma
4	Ambre
5	Alba
6	Emma
7	Romy
8	Rose
9	Adèle
10	Alice

Voici le palmarès des 10 prénoms masculins préférés pour 2026 :

1	Gabriel
2	Raphaël
3	Noah
4	Louis
5	Léo
6	Adam
7	Arthur
8	Jules
9	Léon
10	Maël

A quel âge le cerveau commence à décliner ?

Il était communément admis que les capacités cognitives déclinaient dès l'âge de 20 ans chez les humains. Mais une étude menée sur plus d'un million de personnes par des chercheurs allemands a démontré que le cerveau conserve sa forme plus longtemps et que la capacité à réfléchir avec rapidité ne diminue qu'à partir de 60 ans environ.

Leur étude, publiée dans la revue *Nature Human Behaviour*, a porté sur plus d'un million de volontaires âgés de 10 à 80 ans.

A che età il cervello inizia a deteriorarsi?

Si credeva comunemente che le capacità cognitive iniziassero a declinare negli esseri umani già a partire dai 20 anni. Ma uno studio condotto su oltre un milione di persone da ricercatori tedeschi ha dimostrato che il cervello mantiene la sua forma più a lungo e che la capacità di pensare rapidamente non diminuisce fino ai 60 anni circa.

Il loro studio, pubblicato sulla rivista *Nature Human Behavior*, ha coinvolto oltre un milione di volontari di età compresa tra 10 e 80 anni.

Si un hôtel vous réclame votre carte d'identité, voici ce qu'un expert conseille !

Un hôtel vous demande votre carte d'identité ? Vous devez lui fournir pour des raisons administratives, mais cet élément n'est pas sans danger ; vous devez aussi vous protéger.

Les conseils de l'expert : envoyez de préférence une copie en noir et blanc, et n'hésitez pas à retirer certaines informations qui ne seraient pas nécessaires, comme votre signature ou une partie de votre adresse postale par exemple. Des hackers peu scrupuleux auraient alors bien plus de mal à se servir de votre document.

Vous pouvez le faire pour ne prendre vraiment aucun risque. Mais la meilleure solution reste encore l'ajout d'un filigrane spécifique directement sur la copie de votre pièce d'identité.

Un hôtel ne pourra pas refuser cette méthode. Mais pour cela, l'utilisation de différents logiciels, comme Word, Canva, Photoshop ou même Paint, sera impérative.

Pour la France : Pour aider les citoyens à protéger leurs documents sensibles, l'État offre gratuitement un service de filigranage numérique : <https://filigrane.beta.gouv.fr>

Bien que de nombreux sites web proposent ce type de service, celui-ci présente l'avantage d'être opéré par un acteur de confiance.

Se un hotel vi chiede un documento d'identità, ecco cosa vi consiglia un esperto!

Un hotel vi chiede un documento d'identità? Dovete fornirlo per motivi amministrativi, ma questa informazione non è esente da rischi; dovete anche proteggerla.

I consigli dell'esperto: inviare preferibilmente una copia in bianco e nero e non esitare a rimuovere qualsiasi informazione non necessaria, come ad esempio la firma o parte dell'indirizzo postale. Gli hacker senza scrupoli avrebbero quindi molte più difficoltà a utilizzare il documento.

Potete anche farlo per essere completamente al sicuro.

Ma la soluzione migliore è comunque quella di aggiungere una filigrana specifica direttamente sulla copia del documento d'identità.

Un hotel non potrà rifiutare questo metodo. Ma per questo, l'uso di software diversi, come Word, Canva, Photoshop o persino Paint, sarà essenziale.

Per la Francia: per aiutare i cittadini a proteggere i loro documenti sensibili, il governo francese offre un servizio gratuito di filigrana digitale: <https://filigrane.beta.gouv.fr>

Sebbene molti siti web offrano questo tipo di servizio, questo ha il vantaggio unico di essere gestito da un fornitore affidabile.

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

(George Eliot)

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

PERCHÉ CI SONO GLI SPECCHI NEGLI ASCENSORI?

Quel piccolo (o grande) specchio in ascensore non è solo un dettaglio. Serve a rassicurare chi è ansioso, a proteggere i passeggeri, ad assistere chi è in sedia a rotelle e a rendere l'attesa più piacevole.

Gli ascensori sono spesso piccole scatole chiuse in cui ci si ritrova a essere circondati da sconosciuti. Questo può far sentire soffocate alcune persone. Secondo l'azienda britannica Gartec, la presenza di uno specchio può creare l'illusione di uno spazio più ampio, contribuendo a calmare l'ansia.

Quello che pochi sanno è che gli specchi possono anche proteggere i passeggeri. In uno spazio così ristretto, è difficile vedere cosa succede dietro di sé. Grazie allo specchio, è possibile osservare l'intera cabina senza voltarsi.

Ammettiamolo: il viaggio in ascensore a volte può sembrare infinito, soprattutto quando non si sa cosa fare. Fissare il pavimento, evitare lo sguardo altrui, sentirsi a disagio... Gli specchi offrono una gradita distrazione.

Una piccola domanda divertente: in un ascensore con uno specchio, da che parte si dovrebbe guardare? Verso la porta? Verso lo specchio? La risposta non è così importante. In realtà, lo specchio è lì per offrirti una scelta. Puoi guardare dritto davanti a te come al solito, oppure guardarti allo specchio per evitare il contatto visivo diretto con gli altri passeggeri.

POURQUOI IL Y A DES MIROIRS DANS LES ASCENSEURS ?

Ce petit (ou grand) miroir dans l'ascenseur n'est pas là uniquement pour la coquetterie. Il sert à rassurer les anxieux, à protéger les usagers, à aider les personnes en fauteuil roulant, et à rendre l'attente plus agréable. Les ascenseurs sont souvent de petites boîtes fermées dans lesquelles on se retrouve enfermé avec des inconnus. Cela peut provoquer un sentiment d'étouffement chez certaines personnes. Selon l'entreprise britannique Gartec, la présence d'un miroir permet de donner l'illusion d'un espace plus vaste, ce qui aide à calmer l'anxiété.

Ce que peu de gens savent, c'est que les miroirs peuvent aussi protéger les usagers. Dans un espace aussi confiné, il est difficile de voir ce qui se passe derrière soi. Grâce au miroir, il devient possible d'observer toute la cabine, sans se retourner.

Il faut l'admettre : le trajet en ascenseur peut parfois sembler interminable, surtout lorsqu'on ne sait pas quoi faire. Fixer le sol, éviter le regard des autres, se sentir mal à l'aise... Les miroirs offrent une distraction bienvenue.

Petite curiosité amusante : dans un ascenseur avec miroir, quel côté faut-il regarder ? Vers la porte ? Vers le miroir ? La réponse n'est pas si importante. En réalité, le miroir est là pour vous offrir le choix. Vous pouvez fixer l'avant comme d'habitude, ou bien regarder dans le miroir pour éviter les regards directs avec les autres passagers.

Billet déchiré : la banque, ne pourra pas le remplacer !

Même abîmés ou déchirés, les billets de banque conservent leur valeur et peuvent être échangés ou remboursés. Malheureusement, cette démarche ne peut pas être effectuée auprès de votre banque. Au mieux, l'établissement enverra la coupure endommagée à la Banque de France qui se chargera de la remplacer.

Mieux vaut refuser un billet abîmé

Si un billet froissé, usé ou déchiré vous est remis par un commerçant, vous avez également le droit de le refuser. Il est même conseillé de le faire car cela évitera toute déconvenue lors d'un prochain paiement.

Faux billet

Les faux billets ne peuvent ni être utilisés, ni être échangés ou remboursés. Ils doivent être remis à la Banque de France (Code mon. fin. art. L. 162-2). À défaut, ceux qui effectuent des paiements avec des faux billets en toute connaissance de cause encourrent une amende de 7 500 euros (code pén. art. 442-7).



QUELLE DIFFÉRENCE ENTRE CHÂTAIGNES ET MARRONS ?

L'automne, les balades en forêt et des châtaignes plein les poches. Des châtaignes ou des marrons ? Dans le langage courant, ils sont souvent confondus. Avec la dinde, glacés ou en mousse, nous avons l'habitude de manger des "marrons" qui se trouvent en réalité être des châtaignes.

Les marrons, de leur vrai nom "marrons d'Inde", ne sont pas comestibles, ils peuvent entraîner des troubles digestifs et causer des vraies intoxications. Mais alors, comment les différencier ?

Ils ont plusieurs signes bien distinctifs :

- La bogue de la châtaigne est brune, recouverte d'épines et contient deux ou trois fruits à l'intérieur, de forme triangulaire, un peu aplatis qui se terminent par un petit plumet.
- La bogue du marron, épaisse et verte, avec des pics courts et espacés, ne contient qu'un fruit la plupart du temps. Le marron est bien rond.



QUAL È LA DIFFERENZA TRA CASTAGNE E MARRONI?

Autunno, passeggiate nel bosco e tasche piene di castagne. Castagne o marroni? Nel linguaggio comune, vengono spesso confusi. Insieme al tacchino, glassati o in mousse, siamo abituati a mangiare i marroni, che in realtà sono castagne.

I marroni, il cui vero nome è "ippocastani", sono immangiabili; possono causare problemi digestivi e persino portare a gravi intossicazioni. Ma come distinguerle?

Hanno diverse caratteristiche molto distintive:

- Il guscio della castagna è di colore marrone, ricoperto di spine e contiene due o tre frutti triangolari, leggermente appiattiti, che terminano con un piccolo pennacchio.
- Il guscio dell'ippocastano, spesso e verde, con spighe corte e distanziate, di solito contiene un solo frutto. Il marrone è molto rotondo.



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 - SPORTELLI 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. **Contacte la Commission informatique et libertés** (pour savoir si des comptes ont été ouverts en France à votre nom par l'escroc)

Parlamento Europeo

Parlement européen

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

Commissione Europea

Commission européenne

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

Consiglio dell'Unione Europea

Conseil de l'Union européenne

www.consilium.europa.eu

Corte di giustizia dell'Unione Europea

Cour de justice de l'Union européenne

www.curia.europa.eu



Comitato economico e sociale

Comité économique et social

www.eesc.europa.eu

Comitato delle regioni

Comité des Régions

www.cor.europa.eu

Gazzette Ufficiali dell'Unione Europea

Journal officiel de l'Union européenne

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

www.ted.europa.eu/

EUR Info Centres

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

ensemble.eu

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

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



NOTIZIE STAMPA



REVUE DE PRESSE



1° LUGLIO – 31 DICEMBRE 2025

Presidenza UE: DANIMARCA

Prossime Presidenze

- **Cipro:** gennaio - giugno 2026
- **Irlanda:** luglio – dicembre 2026

1er JUILLET - 31 DÉCEMBRE 2025

Présidence UE : DANEMARK

Prochaines Présidences

- **Chypre :** janvier - juin 2026
- **Irlande :** juillet – décembre 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)

L'EUROPA HA FINALMENTE IL SUO GIORNALE!

La nuova rivista mensile di riferimento per comprendere le principali questioni che affliggono il nostro continente

La nuova rivista, **L'Europe**, si rivolge a chiunque desideri approfondire la propria conoscenza delle principali questioni europee. La sua ambizione è rafforzare il senso di appartenenza e offrire uno spazio di riflessione.

La rivista **L'Europe** è distribuita in Francia, Belgio, Lussemburgo, Svizzera, Germania, Spagna, Italia, Portogallo e Grecia.

Per abbonarsi, [cliccare qui](#)

EUROBAROMETRO: LA FIDUCIA NELL'UE È AI MASSIMI DA 18 ANNI

- L'ultimo sondaggio Eurobarometro rivela il più alto livello di fiducia nell'Unione europea in 18 anni. Il 52 % degli europei si fida dell'UE, con i giovani di età compresa tra i 15 e i 24 anni che sono favorevoli al 59%. Il 36% degli europei afferma di fidarsi del proprio governo nazionale e il 37% afferma di fidarsi del proprio parlamento nazionale e tre quarti degli intervistati si sentono cittadini dell'UE. L'indagine ha anche registrato il sostegno più elevato di sempre alla moneta comune, sia nell'UE (74%) che nella zona euro (83%).

L'EUROPE A ENFIN SON JOURNAL !

Le nouveau mensuel de référence pour comprendre les grands enjeux de notre continent

Le nouveau journal **L'Europe** s'adresse à tous ceux qui souhaitent approfondir leur compréhension des grands enjeux européens. Avec une ambition : renforcer le sentiment d'appartenance et offrir un espace de réflexion.

Le journal **L'Europe** est diffusé en France, Belgique, Luxembourg, Suisse, Allemagne, Espagne, Italie, Portugal, Grèce.

Pour s'abonner, [cliquer ici](#)

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

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

Jacques Delors