



fondato nel 2002 / fondé en 2002

gruppo editoriale e culturale  
groupe éditorial et culturel

'L'Italie en scène'

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

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

direttore responsabile / directeur responsable

**Vito Laraspata**

redattrice / rédactrice

**Catherine Bourdeau**

collaborano gentilmente / collaborateurs bénévoles

Ilaria Bandini, Donato Continolo,  
Gianni Ludi, Lucio Causo, Hervé Gautier

grafismo/graphisme: Catherine Bourdeau

## L'ESPOIR EST LE DERNIER À MOURIR

L'espoir nous aide à vivre et à croire que demain sera mieux qu'aujourd'hui. Cela nous aide à surmonter les difficultés.

Nous espérons tous que demain sera meilleur qu'aujourd'hui et agissons comme si nous devions vivre éternellement. Nous vivons avec un espoir constant : celui qui a perdu l'amour espère le retrouver, le chômeur espère trouver un emploi, le malade espère guérir, le salarié espère être promu ... C'est un espoir providentiel. Tant que nous avons cette espérance en nous, le matin nous retrouvons la joie de vivre et d'aller de l'avant. Si cela ne se produisait pas, le but même de la vie prendrait fin. Comme on dit : *"tant qu'il y a de la vie il y a de l'espoir"* !

Il en va de même dans nos relations avec les personnes. Très souvent, nous sommes entourés d'hypocrisie, de trahison, d'envie et de compétition. Si nous ne voyions que cet aspect, si nous doutions de tout et de tous, notre vie se tarirait et nous serions incapables de rêver, d'avoir de nouveaux projets et initiatives.

Pour donner un sens à notre vie, nous devons nécessairement avoir confiance et croire qu'il y a encore de l'espoir que quelqu'un nous aime, quelqu'un qui nous estime et nous respecte. Même si nous connaissons le mal, si nous n'attendons pas que les autres reconnaissent nos mérites, si nous prenons pour acquis que ceux que nous aidons ne seront pas reconnaissants, nous pouvons quand même avancer heureux de ce que nous parvenons à réaliser, malgré tout.

Ceux qui conserveront la joie de vivre, de faire, de créer et le plaisir de rire malgré tous les malentendus, les accusations injustes et les humiliations et qui sauront mettre leur amertume et leurs regrets derrière eux auront de la chance car, comme l'espoir, l'optimisme nous aide à surmonter les difficultés.

vi.lar.



## LA SPERANZA È L'ULTIMA A MORIRE

La speranza ci aiuta a vivere e a credere che il domani sarà migliore. Ci aiuta a farci strada nelle difficoltà.

Tutti speriamo che il domani sia migliore dell'oggi e ci comportiamo come se dovessimo vivere per sempre. Viviamo in un'eterna speranza: chi ha perso l'amore spera di ritrovarlo, chi è disoccupato di trovare un lavoro, chi è malato di guarire, chi lavora di ottenere una promozione ... È una speranza providenziale. Finché abbiamo questa speranza dentro di noi, al mattino riscopriamo il gusto di vivere e di fare. Se ciò non succedesse finirebbe lo scopo stesso della vita. Come si suol dire: *"finché c'è vita c'è speranza"* !

Lo stesso vale per i nostri rapporti con le persone. Molto spesso siamo circondati da ipocrisia, tradimenti, invidia e competizione. Se si dovesse vedere solo quest'aspetto, se dovessimo dubitare di tutti e di tutto, la nostra vita si inaridirebbe e saremmo incapaci di sognare, di avere nuovi progetti ed iniziative.

Per poter dare un senso alla nostra vita, dobbiamo per forza avere fiducia e credere che ci sia ancora la speranza che qualcuno ci ami, qualcuno che ha per noi stima e rispetto. Anche se conosciamo la malvagità, se non ci si aspetta che gli altri riconoscano i nostri meriti, se diamo per scontato che coloro che aiutiamo non saranno riconoscenti, possiamo andare avanti lo stesso, felici di quello che riusciamo a realizzare, nonostante tutto.

Saranno fortunati coloro che conserveranno il gusto di vivere, di fare, di creare ed il piacere di ridere nonostante tutte le incomprensioni, le accuse ingiuste e le umiliazioni e sapranno gettarsi dietro alle spalle le amarezze ed i rimpianti perché, come la speranza, l'ottimismo aiuta a farci strada tra le difficoltà.

vi.lar.

**Torna l'ora solare :**  
**lancette indietro di un'ora**  
**tra sabato 26 e domenica 27 ottobre**

**Passage à l'heure d'hiver :**  
**remettre les aiguilles en arrière d'une heure**  
**entre le samedi 26 et le dimanche 27 octobre**



**EN FRANCE****ATTENTION À PRENDRE TROP DE BAGAGES  
DANS LE TRAIN**

Si vous prenez le train prochainement, vérifiez bien la taille et le poids de vos valises. A partir du 15 septembre, les voyageurs des trains InOui et Intercités s'exposent à une amende s'ils voyagent avec trop de bagages.

Un changement de règle était en vigueur depuis le 15 février 2024 mais profitait encore d'une période de rodage. Dès le 15 septembre, vous risquez une amende de 50 euros si vous montez à bord d'un train avec plus de deux grandes valises.

**Combien de bagages puis-je emporter dans le TGV et les Intercités ?**

Les passagers des TGV Inoui et Intercités ont droit de prendre jusqu'à deux bagages étiquetés aux dimensions maximales de 70x90x50 cm – soit 2 grandes valises, gros sac à dos, sac de randonnée, sac de sport – ainsi qu'un bagage à main aux dimensions de 40x30x15 cm, ce qui correspond à un sac à dos, un cabas ou une sacoche d'ordinateur.

Vous avez par ailleurs toujours le droit à un "bagage spécial", aux dimensions maximales de 90 x 130 cm. Dans ce cas, vous n'avez plus droit qu'à 1 seul grand bagage aux dimensions 70x90x50. Il peut s'agir d'une poussette (plié), une trottinette (pliée et rangée dans les racks à bagages), un instrument de musique dans son étui étiqueté, des skis sous housse étiquetée ou encore une planche de surf.

Si vous voyagez avec un vélo non démonté à bord d'un TGV InOui, vous devez réserver votre place, il vous en coûtera 10€ par trajet. S'il est démonté ou plié, vérifiez les conditions selon votre cas de figure sur le site de la SNCF.

N'oubliez pas d'étiqueter vos bagages pour éviter les pertes et les confusions entre passagers.

**IN ITALIA****LOMBARDI "LATIN LOVER", SICILIANI I PIÙ  
FOCOSI: LA MAPPA DEL SESSO IN ITALIA**

Che fossimo un popolo di passionali sotto le coperte era risaputo; ma ci sono zone d'Italia decisamente più "osé" rispetto ad altre. Secondo una serie di sondaggi, si è scoperto che gli italiani hanno 2,6 rapporti a settimana, con durata media di otto minuti e mezzo, per una media annuale di 123 volte nell'arco di dodici mesi. Non male, soprattutto se si considera che la media nel mondo è di 72 volte l'anno. Un popolo, per dirla alla Tom Jones, di "sex bomb".

È però interessante sapere quali sono effettivamente le zone in cui si vivono le situazioni più piccanti? La focosa Lombardia guida, per certi versi anche in maniera sorprendente, la classifica nazionale, con una media di 3,75 rapporti a settimana, seguita da Campania (3,5), Lazio (3,45) e Toscana (3,15). A chiudere la classifica sono invece il Molise (2,1), il Friuli Venezia Giulia (1,95) e la Valle d'Aosta (1,92).

Oltre ai numeri sono altri gli aspetti interessanti da analizzare. Ad esempio, sono proprio gli uomini del Friuli Venezia Giulia che temono maggiormente di deludere il partner, discorso completamente opposto per i siciliani che sono i più sicuri di sé, mentre i più timorosi, se non addirittura ossessionati, da un possibile tradimento, sono i calabresi.

Che sia al Nord, al Sud, al Centro o sulle Isole, è chiaro che davanti all'opportunità di un po' di trasgressione sotto le lenzuola, raramente si trova chi dice di no. Curioso, invece, è scoprire le tendenze. Un "soft" sadomaso interessa all'85% delle donne e al 79% degli uomini, seguiti dai giochi con oggetti (questo soprattutto per le donne, intorno al 74%) e ai rapporti a tre per gli uomini (62%). Intorno al 60% sia degli uomini che delle donne l'idea che pare mettere d'accordo tutti: il sesso all'aperto o nei luoghi insoliti, magari con l'aggiunta di quel pizzico di timore nella possibilità di essere scoperti.

**JURIDIQUE****Que faire en cas de  
fraude à la carte  
bancaire?**

Sur son site, le ministère de l'Economie explique comment réagir si vous êtes victime de ce type de fraudes. D'abord, vous devez faire opposition sur votre carte en appelant le serveur interbancaire au 0 892 705 705 (24 heures sur 24, 7 jours sur 7) ou votre banque au numéro figurant "sur votre contrat, au dos des tickets de retrait et à côté des distributeurs de billets". Il est aussi conseillé de déclarer la fraude aux forces de l'ordre. Vous pouvez aussi faire un signalement en ligne via [le téléservice Perceval](#) ou porter plainte dans un commissariat ou une gendarmerie ou par courrier.

Ensuite, il faut vous tourner vers votre banque pour obtenir un remboursement. Pour vous protéger contre ces fraudes, il est notamment recommandé d'apprendre votre code confidentiel par cœur et de ne jamais répondre à un mail vous demandant vos coordonnées bancaires.

**LA SEDENTARIETÀ  
È IL VERO MALE  
DEL SECOLO**

Italiani amanti dello sport, ma anche improvvisatori. Il 60% pratica uno sport, ma di questi soltanto il 45% ha un esperto di riferimento: un medico o un allenatore. Quindi più della metà fanno attività sportiva improvvisa senza il parere di un esperto. Tra le persone sedentarie, che invece non fanno nessun tipo di attività sportiva (il 40%), solo il 21% non ha nessuna voglia di muoversi, mentre il 47% si dice possibilista all'idea di vincere la pigrizia. Il dato più significativo è che il 30% dei sedentari comincerebbe a fare attività fisica se avesse i consigli giusti da un esperto. Per il 42,5% degli italiani la finalità dell'organizzazione sportiva consiste nel migliorare la salute collettiva: una percentuale quasi doppia rispetto a chi ritiene che l'obiettivo sia quello di creare nuovi campioni (24%), mentre il 27% si aspetta che lo sport contribuisca a rafforzare la coesione sociale. È quanto emerge dalla ricerca "Sport, medicina e società italiana" del Censis.

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

(Papa Francesco – Pape François)

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

## Le régime atlantique

*très proche du régime méditerranéen, il a fait l'objet de deux études qui montrent ses bienfaits pour la santé*

Nombre d'études et de professionnels de la nutrition assurent que le régime méditerranéen a fait ses preuves quant à ses capacités à protéger d'un certain nombre de maladies. Mais un petit nouveau semble faire de l'ombre à ce fameux régime : le régime atlantique. Quelles sont les différences entre ces deux régimes ?

### Qu'est-ce que le régime atlantique ?

Le régime atlantique, adopté par les populations du nord-ouest de l'Espagne et du Portugal, propose de prioriser dans son alimentation des produits locaux, de saison, non transformés. Et de miser plutôt sur les fruits et légumes frais, les céréales complètes, les protéines et l'huile d'olive. Les deux régimes sont semblables sur de nombreux points. Alors pourquoi ce coup de projecteur sur ce "nouveau" régime ?

### Quels sont les bienfaits du régime atlantique ?

Une étude, parue dans la revue scientifique *Jama Network Open* en février 2024 dévoilait que ce régime atlantique avait des conséquences positives sur la santé. Plus précisément, il protégerait du syndrome métabolique.

### Qu'est ce que le syndrome métabolique ?

Un cocktail de symptômes particulièrement mauvais pour la santé.

### En quoi le régime atlantique est-il différent du régime méditerranéen ?

Si l'on a encore peu d'informations précises sur ce régime, selon Doctissimo, le régime atlantique est composé de poisson frais, viande rouge, de produits laitiers, de légumes, fruits, légumineuses et de pain complet.

Quant au régime méditerranéen, il s'appuie lui sur des fruits et légumes, céréales complètes, épices, herbes aromatiques, graines, poisson et huile d'olive. On retrouve donc une base commune : une alimentation équilibrée, de saison, riche en fruits, légumes, céréales complètes, huile d'olive.

*"Ce qui est peut-être légèrement différent, c'est qu'on consomme un peu plus de viande, notamment rouge, de produits laitiers et de légumes secs dans le régime atlantique", analyse Sophie Janvier, diététicienne-nutritionniste.*

### A qui s'adapte le régime atlantique ?

*"Il s'adapte bien pour les seniors, assure Sophie Janvier. Une étude de 2021 réalisée sur des personnes de plus de 60 ans montre qu'adopter ce régime atlantique fait baisser tous les risques de mortalité. Qu'importe que le régime soit méditerranéen ou atlantique ce sont les grands principes sur lesquels ils s'appuient qui comptent. Le message important, c'est manger local, divers, équilibré".*

## I SUGGERIMENTI PER SUPERARE LO STRESS DA RITORNO

In generale il rientro al lavoro dopo le vacanze estive richiede il ripristino delle abitudini quotidiane che si sono modificate, spesso in maniera un po' disordinata durante l'estate. Per un ritorno graduale alla normalità, la Prof.ssa Migliaccio consiglia 4 attività che aiutano a recuperare la "routine". *"È utile, come prima regola, rientrare dalle vacanze un paio di giorni prima della ripresa lavorativa, permettendo al corpo di riadattarsi alla quotidianità. È importante ristabilire sane abitudini alimentari con 5 pasti di cui due merende, che permettono di rilassare la mente ritagliando quel momento di coccola che permetterà di riprendere le attività sospese con maggiore energia. Regolarizzare il ritmo sonno-veglia, andando a letto e svegliandosi a orari costanti, è fondamentale. Infine, riprendere l'attività fisica, meglio se all'aria aperta, aiuta a ridurre l'ansia da ripresa, lo stress da rientro e migliora la qualità del sonno".*

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

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

## In breve...

**En bref...**

### Nuova molecola blocca la crescita delle cellule tumorali

**-** Uno studio dell'Istituto di biologia e patologia molecolari del Consiglio nazionale delle ricerche (Cnr-Ibpm) di Roma ha identificato una nuova molecola - **SM15** - che riesce a inibire l'autofagia cellulare, cioè il processo attraverso il quale i componenti danneggiati delle proteine vengono riutilizzati per la costruzione di nuove molecole proteiche.

### Dagli scarti di melagrana una protezione per il cuore

**-** Un estratto di bucce e semi di melagrana completamente solubile in acqua, ottenuto mediante una tecnica innovativa si rivela efficace nel trattamento dell'ipertensione, sia acuta che cronica. Lo dimostra una ricerca in vivo condotta su un modello murino, pubblicata sulla rivista *Nutrients* e realizzata da un gruppo di ricerca dell'Istituto per la bioeconomia del Consiglio nazionale delle ricerche di Firenze (Cnr-Ibe) e dell'Università di Pisa.

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

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

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

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

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

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

**Villaggi di Francia**

**NOYERS-SUR-SEREIN**

**ritorno alla Borgogna medievale**

Auxerre e Tonnerre non sono lontane in questa terra di borgogna. A Noyers-sur-Serein (Borgogna-Franca Contea), sulle rive dell'omonimo fiume, il tempo si è fermato: passati le mura che cingono la città circondata da campi e boschi, ci si trova di fronte a case storte i cui cornicioni e capitelli scolpiti attirano lo sguardo. Dell'antica fortezza medievale rimangono solo le 19 torri di fortificazione.

La storia della città si legge nei cartelli stradali, da Place de la Petite-Etape-aux-Vins a Place du Grenier-à-Sel. I visitatori potranno passeggiare sotto i portici e le piazzette, prestando attenzione alla pavimentazione.

**Come arrivare:** Autostrada A6, uscita Nitry

**Da vedere:** il Museo delle Arti Naïf e Popolari;

[www.noyers-et-tourisme.com/](http://www.noyers-et-tourisme.com/)



**Villages de France**

**NOYERS-SUR-SEREIN**

**retour en Bourgogne médiévale**

Auxerre et Tonnerre ne sont pas loin sur cette terre bourguignonne. À Noyers-sur-Serein (Bourgogne-Franche-Comté), sur les bords de la rivière du même nom, le temps s'arrête : franchissez les remparts qui cernent la cité entourée de champs et de forêt, vous voici devant des maisons de guingois aux colombages pimpants dont les corniches et chapiteaux sculptés appâtent l'œil. De l'ancienne

forteresse médiévale, il ne reste que les 19 tours de fortification. L'histoire de la cité se lit dans les plaques de rue, de la place de la Petite-Etape-aux-Vins à celle du Grenier-à-Sel. Les visiteurs pourront déambuler sous les arcades et les petites places, attentifs aux pavés.

**Y aller:** autoroute A6, sortie Nitry

**À voir:** le musée des Arts naïfs et populaires;

[www.noyers-et-tourisme.com/](http://www.noyers-et-tourisme.com/)

**Rebus, cruciverba e sudoku: boom di siti e riviste**

È donna il super giocatore di passatempi enigmistici. Vive in un'area geografica che comprende Sud Italia, Sicilia e Sardegna e ha un'età fra i 18 e i 74 anni. I contorni della figura dell'appassionato-tipo emergono dall'analisi sui dati Audicom. Gli ultimi numeri consolidati si riferiscono a marzo 2024. È stato scandagliato il mare magnum di Internet osservando i risultati conseguiti nell'arco di trenta giorni da 29 testate online che offrono parole crociate, cruciverba autodefiniti, indovinelli, rebus, crittografie, sudoku, puzzle e altro ancora. Nello specifico, tra gli appassionati le donne sono state 681 mila e gli uomini 561 mila. Dove si gioca di più Audiweb ha registrato 429 mila giocatori/giocatrici tra Meridione, Sicilia e Sardegna; 345 mila nel Nord-Ovest; 248 mila al Centro e, infine, 220 mila nel Nord-Est.

Nelle edicole tradizionali si contano una cinquantina di testate di enigmistica, una ventina di autodefiniti e un'altra decina tra puzzle e rebus. Ma la vera miniera d'oro sembra il mercato 'online'. Gli ultimi numeri di questo bengodi sono da capogiro.

In Italia chi monitora il settore è la Biblioteca enigmistica italiana di Modena. Nel 1980 è stata fondata da Giuseppe Panini, divenuto famoso perché con i suoi fratelli commercializzò la prima collezione Calciatori Panini e nel 1972-73 diede vita al primo album con le figurine autoadesive.

**LA PUGLIA**

**REGIONE EUROPEA DELLO SPORT 2026**

La Puglia un esempio lodevole di promozione dello sport per tutti, come mezzo per migliorare la salute, favorire l'integrazione sociale, facilitare l'istruzione e promuovere il rispetto.

**"Mike Bongiorno 1924 - 2024"**

**a Palazzo Reale a Milano**

Nel centenario della nascita, è stata inaugurata a Milano la mostra "MIKE BONGIORNO 1924 - 2024" dedicata al grande presentatore, protagonista della storia della Tv, ma anche di quella del nostro Paese, che il pubblico potrà scoprire fino al 17 novembre nella sede di Palazzo Reale.

Un'esposizione inedita che testimonia un passaggio epocale sulla storia della televisione e del costume degli italiani, un'esperienza immersiva che trasforma lo spazio espositivo in una scatola scenica ricca di ricordi della sua straordinaria carriera e permette allo spettatore di entrare in contatto con la sua storia personale e con il personaggio pubblico.

Un luogo della memoria e del presente al tempo stesso.

**dal 14 al 20 ottobre XXIV Settimana della Lingua Italiana nel Mondo**

"L'italiano e il libro: il mondo fra le righe": questo il tema della XXIV edizione della Settimana della Lingua Italiana nel Mondo.

L'edizione 2024 ha l'obiettivo di esplorare la relazione tra lingua e letteratura nel mondo contemporaneo, valorizzando il ruolo del libro quale veicolo del patrimonio culturale e identitario italiano.

La Settimana della Lingua Italiana nel Mondo si tiene ogni anno nella terza settimana di ottobre ed è organizzata dalla rete diplomatico-consolare e degli Istituti Italiani di Cultura.

Ogni Settimana è dedicata ad un tema diverso, che serve da filo conduttore per un ricco programma di conferenze, mostre e incontri.

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

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

## I RACCONTI DI GUIDO

### LA VERA LEGGENDA DI SAN GIORGIO, CAVALIERE EROICO PROTETTORE DI TUTTI GLI SCOUTS DEL MONDO

Protettore dei cavalieri di Re Artù e dei Cavalieri di Malta, San Giorgio viene raffigurato in sella ad un cavallo con una lancia che uccide il drago.

Pero' non è così: in sella ad un cavallo non lo uccide ma lo ferisce.

Ecco il racconto: - In base alla leggenda, in una città chiamata Silene, in Libia, vi era un grande lago, tale da poter nascondere un drago, il quale, avvicinandosi alla città, uccideva con il fiato tutte le persone che incontrava. I poveri abitanti, per placarlo, gli offrivano due pecore al giorno, ma quando queste cominciavano a scarseggiare furono costretti ad offrirgli una pecora e un giovane, o una giovane, tirati a sorte.

Un giorno fu estratta la giovane figlia del Re. Terrorizzato, il Re offrì il suo patrimonio a metà del regno, ma la popolazione si ribellò dopo aver visto morire tanti suoi figli. Passati 8 giorni di tentativi, il Re alla fine dovette cedere e la giovane fanciulla si avviò verso il grande stagno per essere offerta al drago. In quel momento passò di lì il cavaliere Giorgio il quale, venuto a conoscenza dell'imminente sacrificio tranquillizzò la principessa promettendole il suo intervento per evitare la brutale morte.

E così quando il drago uscì dalle acque, sprizzando fuoco e fumo, Giorgio non si spaventò e affrontandolo lo trafisse ferendolo con la sua lancia e facendolo cadere a terra. Poi disse alla fanciulla di non avere timore e di avvolgere la sua cintura al collo del drago. Questi prese a seguirla come un cagnolino verso la città.

Gli abitanti, atterriti nel vedere il drago avvicinarsi, furono tranquillizzati da Giorgio che disse loro di non aver timore poiché "Dio mi ha mandato a voi per liberarvi dal drago. Se abbracerete la fede di Cristo, riceverete il battesimo ed io ucciderò il mostro". Allora il Re e la popolazione si convertirono e il prode cavaliere uccise il drago e lo fece portare fuori la città trascinato da quattro buoi.

## Andiamo al cinema

### Allons au cinéma

Emily (Marine Bohin), une jeune femme un peu marginale et avide de liberté, apprend par l'une de ses sœurs, que sa mère, Rosalyne (Marisa Berenson) qui réside chez son oncle Remy (Albert Delpy) en Italie au bord de la mer, a fait une tentative de suicide. Elle fait donc le voyage depuis Paris pour la rencontrer. En réalité, cette tentative qui n'a jamais existé, n'était qu'un prétexte pour revoir, une dernière fois peut-être, ses trois filles, parties depuis longtemps pour échapper à cette famille dysfonctionnelle. Elle retrouve donc ses deux sœurs, Salomé (Caroline Bourg) et Cheyenne (Cybèle Villemagne) mais s'apercevant qu'elles sont de connivence, Emily se prépare à repartir pour la France.

A Gênes, elle rencontre un jeune Français, Gabin, (Baptiste Lecaplain), un amoureux éconduit à qui elle explique que sa mère, dépressive et mégalomane, n'en a jamais été vraiment une. Ce dernier, entre drague et harcèlement, lui conseille de l'affronter pour exorciser les secrets de cette famille hors norme. Il participe d'ailleurs personnellement à ce processus dans un jeu de rôles efficace.

J'ai trouvé que Marine Bohin, dont c'est le premier long-métrage, campait son personnage avec justesse. entre colère et tendresse.

C'est un film classé dans la catégorie « comédie familiale ». Personnellement je l'ai plutôt abordé comme une œuvre dramatique émouvante et qui, à travers l'opposition traditionnelle mère-fille, remet en cause la figure maternelle classiquement considérée comme le pilier de la famille et qui apparaît ici sous un jour fondamentalement différent, ce qui n'a pas été sans influencer la vie d'adulte de ses trois filles. Je ne suis pas sûr cependant, que cet épisode ait réussi à ressouder cette parentèle éparpillée, et ce malgré les efforts de cet oncle un peu perdu face à la réalité. Quoiqu'il en soit, c'est un film attachant dans la mesure où il accepte de regarder en face la réalité de la famille à laquelle on a bien trop souvent attaché une image d'Épinal idéale.

Thierry Terrasson (Jim) qui est surtout connu comme auteur de BD, signe ici son premier long-métrage qui est une réussite. Il est plein de belles images aux accents d'une chanson italienne de Pascal et Alexandre Ignelzi. Il joue avec bonheur sur le registre de l'humour et de l'émotion.

Hervé GAUTIER

## BELLE ENFANT

Un film de Thierry Terrasson  
(Jim) - 2024

## EVENEMENTS

2024

du 6 septembre  
au 31 octobre

### LUMINESCENCE À LILLE Cathédrale Notre-Dame de la Treille

Découvrez à la cathédrale de Lille Notre-Dame de la Treille le spectacle immersif de Luminiscence, avec vidéo-mapping et son. Durée: comptez une heure (déambulation libre de 10 minutes et spectacle assis de 40 minutes).

2025

du 13 avril au 13 octobre

### EXPOSITION UNIVERSELLE 2025 à Osaka (Japon)

sur le thème « Concevoir la société du futur, imaginer notre vie de demain »

## MUSEI / MUSÉES

### NASCE IL MEI Museo dell'Emigrazione Italiana

Nasce dall'accordo tra il Ministero della Cultura, la Regione Liguria e il Comune di Genova con la volontà di raccontare molteplici aspetti del fenomeno migratorio italiano dall'Unità d'Italia ad oggi. Da Genova milioni di italiani sono partiti diretti alle Americhe, all'Africa, all'Asia, all'Australia e all'Europa lasciando tutto per giocare un viaggio senza ritorno. Il MEI nasce per ricordare questi migranti, raccontare le storie e i motivi della partenza da punto di vista umano, storico, sociologico. Un museo innovativo e multimediale, dove i visitatori possono interagire con spazi e oggetti e vivere esperienze immersive.

### Devenez porteur de lumières

#### un événement solidaire contre la maladie

Accueil | Course des Lumières  
([coursedeslumieres.com](http://coursedeslumieres.com))

Course des Lumières: Ensemble,  
éclairons la nuit pour tous les malades !

## per gli italiani nel mondo



**PATRIMONIO ITALIANO TV**  
La vera tv degli italiani all'estero - Direttore editoriale: Luigi Liberti | Direttore responsabile: Michele Pilla - Email: redazione @ patrimonioitalianotv.com

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

I notiziari saranno ospitati nell'esclusivo studio virtual-remoto di Patrimonio Italiano Tv. E proprio grazie a questa innovativa forma di comunicazione, unica al mondo, i membri del Comites avranno la possibilità di condurre a turno il telegiornale stando comodamente nella propria città. Un'iniziativa, questa, che mira a unire ancor di più i nostri connazionali all'estero.

Il Tg dei Comites si affianca alla già collaudata rubrica "La voce dei Comites", dove i Comitati si presentano e raccontano delle proprie attività.

### Dal 15 luglio 2024 nuova funzione di rilascio del codice fiscale agli iscritti all'AIRE

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

Modalità: l'utente deve accedere al Portale Fast It, cliccare su "Anagrafe Consolare e AIRE" e poi su "Attribuzione Codice Fiscale", confermare i dati e avviare la richiesta, scaricare in autonomia (download) il certificato di attribuzione del Codice Fiscale. Qualora non riuscisse a scaricare il certificato di attribuzione del

Codice Fiscale l'utente deve registrarsi sul portale FAST IT oppure accedere se ha già un account attivo, richiedere la "Associazione Online" cliccando su "Anagrafe Consolare e AIRE" e poi su "Visualizzare la propria scheda anagrafica". Entro 2 giorni lavorativi dalla richiesta, l'utente riceverà sulla sua casella di posta il messaggio di avvenuta associazione e accedendo nuovamente al portale potrà scaricare il certificato.

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

## LES OBJETS DE NOTRE ENFANCE

### Les Mistrals Gagnants



Complètement disparus aujourd'hui, les Mistrals Gagnants avaient pourtant les faveurs des enfants et adolescents des années 60.

Le nom ne vous dit peut-être rien, mais vous avez déjà forcément goûté à cette petite poudre sucrée et acidulée déposée dans un sachet, et qu'il fallait aspirer avec une paille de réglisse.

En ouvrant l'emballage, l'enfant découvrait alors si son sachet était perdant et gagnant. Dans ce dernier cas, il pouvait obtenir un nouveau sachet de poudre gratuitement ! En 1985, le chanteur français Renaud en a fait le titre d'une chanson, restée comme l'une de ses plus belles compositions.

## Un saluto da Lione e dalla Turchia

La città di Lione è una Ravenna francese, per la quantità di mosaici presenti negli edifici religiosi e civili, ma la grossa differenza è che a Ravenna sono ignoti bizantini che li hanno eseguiti, mentre a Lione sono friulani di cui conosciamo nome e cognome. Non parliamo poi dello stile, non si fanno paragoni tra opere distanti di più secoli.

I mosaicisti bizantini hanno operato nel bacino mediterraneo in particolare in Turchia, i friulani hanno allargato la zona al mondo intero; ma guarda caso, proprio in questi giorni un nostro mosaicista, membro onorario del Fogolar di Lione, opera in Turchia nella città di Adana, quinta città dopo Istanbul, anche qui i bizantini sono spariti da un pezzo ma i friulani tengono duro!

Il Maestro Giulio Menossi ha inventato un mosaico "dinamico" e lo fa esplodere in diverse parti del mondo: Israele, Messico, Patagonia, Usa a Chicago, Austin, Dallas, Huston, Philadelphia. Se uno non vede e non tocca quello che fa il maestro mosaicista Menossi, non può capire, il Friuli ha il Pavarotti del mosaico e non lo sa, il Friuli possiede un Leonardo da Vinci che gira il mondo con le sue Monna Lisa in mosaico e lo ignora, per noi friulani nel mondo è incomprensibile!

In Tanzania a Dar es Salam, nella futuristica stazione ferroviaria "tanzanite", una sua opera rappresenta il presidente Julius Nyerere grandezza naturale, che stupisce i viaggiatori del mondo intero. Siamo al quarto Simposio musivo in Adana, dove i ritratti di Mustafa Kemal Atatürk realizzati dal Menossi stupiscono tutti, i turchi gli procurano onori e commesse, e lo richiamano ogni anno.

Menossi è l'artigiano che realizza su ordine mosaici di altissimo valore, ma è soprattutto l'artista che crea un mosaico sconosciuto, futuristico, astratto, "dinamico", questo può sorprendere come ha sorpreso Picasso con il suo cubismo, ma se il "dinamismo" di Menossi può non piacere, nei suoi ritratti riesce a dar vita agli occhi, e questo ha del miracoloso!

I mosaicisti friulani di Lione seguono il loro maestro Menossi, in ogni suo movimento, ed assistono allo spettacolo di un mosaico d'eccezione mai visto finora.

In Friuli si scoprono e si onorano gli artisti quando sono morti, in Turchia sanno apprezzare i maestri dal vivo... ma sarà normale, sono i discendenti dei bizantini!

Danilo Vezzio

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

(George Carlin)

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



**RICORDI E VICENDE  
DI UN ITALIANO ALL'ESTERO**  
di Giovanni Ludi  
**L'Arcaico universo  
della mia infanzia**

La prima casa di cui ho memoria era nei quartieri del centro di Torino. Via Giuseppe Giacosa, una via che da un lato scende sino al "Valentino", l'antico parco che costeggia il fiume Po, e dall'altra arriva a via Nizza, strada che porta alla stazione ferroviaria di Porta Nuova. In quella casa vi nacqui. Era una vecchia "casa di ringhiera". In origine era un pretenzioso palazzo borghese, poi, tra gli anni '20 e '30 del '900, fu "ristrutturata" per fronteggiare le prime migrazioni di chi fuggiva la miseria dei campi attratto dalle industrie cittadine.

In quella casa gli appartamenti "veri" affacciavano sui pianerottoli le loro porte in legno a due battenti, gli appartamenti "altri" occhioggiavano con le meno discrete porte ad ampie vetrate e lunghi ballatoi a ringhiera.

Come raccontava a mia madre "madamin Flora", la "serva" della famiglia dell'avvocato dell'ultimo piano, in origine, sui ballatoi a ringhiera che partivano dal pianerottolo, si affacciavano le stanze di lavoro della servitù, mentre le "residenze padronali", oltre i due battenti dispiegavano i loro corridoi e le loro stanze nel corpo dell'edificio.

Gli appartamenti padronali che si affacciavano sul pianerottolo disponevano di servizi igienici autonomi. Gli altri, quelli frettolosamente ricavati dai vecchi ambienti di servizio, dovevano condividere una latrina alla turca sistemata in uno stanzino sul fondo del ballatoio.

Oltre la porta che guardava il ballatoio una stanzona con un lavandino e un rubinetto fungeva da cucina e zona giorno dell'appartamento dove ero nato e vivo, sul fondo della stanzona una porta a due battenti dava su uno stanzotto lungo che in famiglia era pomposamente chiamato corridoio. Lì mio padre, mia madre e mio fratello parcheggiavano le loro biciclette. Questo corridoio dava accesso a due stanze: una grande con il lettone dei miei e il mio lettino ed una più piccola per la scrivania e il letto di mio fratello. A separare le due stanze una parete in compensato. Talora mi stupisco ancora di avere alcuni ricordi di quegli ambienti lontani. Ambienti che abbandonai quando avevo 6 anni.

Ricordo mio padre spesso contrariato per uno strano ma ricorrente furto che capitò molte volte. Allora la miseria era veramente molta e anche i ladri dovevano accontentarsi e rubavano spesso il tubo di piombo dello scarico della latrina. Quando succedeva, la riparazione la curavano mio padre e mio zio Romano, marito di Marisa, la sorella di mia madre, i quali abitavano al piano di sopra.

Cosa che ci invidiava persino l'avvocato era la visita che ci faceva mensilmente il dottor Rossi, nostro medico di famiglia. Mio padre, allora operaio Fiat, disponeva di una mutua aziendale allora molto ricca. Questa mutua consentiva che i bambini con meno di 10 anni venissero controllati a domicilio mensilmente. Quando passava il dottor Rossi, talvolta si intrufolavano da noi l'avvocato, moglie e figlia. Restavano a bocca aperta nel sapere che con quella mutua la mia famiglia aveva persino dei farmaci gratis. La moglie dell'avvocato alcune volte cercò di corrompere mia madre per ottenere prescrizioni per medicine che usava suo marito.

Quando mio padre faceva il primo turno, al suo rientro, nel pomeriggio, non era raro che egli iniziasse con il suo secondo lavoro. Nel 1931, quando compiva i suoi venti anni mio padre, appena migrato a Torino dalla zona di Acqui, si era messo a lavorare per un'azienda produttrice di biciclette. Azienda avviatissima che sfornava cicli di ogni tipo per corridoi, commercianti e i servizi municipali della città. Mio padre a inizio 1935 rilevò l'azienda ma i tamburi di guerra lo costrinsero a chiuderla. La guerra di Etiopia si avvicinava e, ancora novello sposo, per evitare l'uniforme dovette offrire le sue abilità di tecnico meccanico alla Fiat. Non riaprì più l'azienda di ciclista ma per anni molti clienti, municipio di Torino compreso, gli chiesero biciclette e lui, nel fondo della stanzona d'ingresso della nostra casa le produceva e le riparava. A collaborare con lui era la mamma e, quando c'era, mio fratello; io, piccolissimo, ero addetto a tanti pasticci ed alla centratura delle ruote! L'alloggio non era molto illuminato, la porta che dava sul ballatoio non faceva entrare molta luce e le luci, lo ricordo, erano fioche. Anche perché allora il voltaggio che veniva

distribuito nelle case era molto basso: 125 Volts. L'attuale 220 Volts si poteva avere ma costava molto di più.

La sera, dopo cena, mio fratello ai suoi compiti, i miei alle carte e, immancabile, la radio con i suoi varietà e le canzoni. Poi mia madre montava sulla porta a vetri gli "scuri" e tutti a dormire.

**Ricerche**

**Recherches**

**RIGHE E COLONNE  
GIÀ DAI PAPIRI DI  
ERCOLANO**

Anche gli scribi antichi che esercitavano la loro arte sui papiri di Ercolano utilizzavano diversi tipi di griglie per delimitare lo specchio di scrittura. La prima conferma scientifica di questa consuetudine, di cui gli autori classici ci avevano tramandato notizia, si deve ai risultati del gruppo di lavoro del Progetto ERC Advanced Grant 885222-GreekSchools, coordinato dal professor Graziano Ranocchia del Dipartimento di Filologia, Letteratura e Linguistica dell'Università di Pisa. Lo studio ha evidenziato per la prima volta la presenza di vari tipi di griglie nei rotoli librari greci dell'antichità.

Era già noto dagli autori classici che gli scribi antichi utilizzavano a questo scopo un righello e una rondella di piombo, la quale strofinata sulla superficie del papiro lasciava un'esile traccia appena visibile, che serviva a tracciare i confini dello specchio di scrittura. Mai finora ne era stata evinta traccia nei numerosissimi papiri a noi pervenuti dall'antichità, al punto che i moderni studiosi si sono arrovelati per decenni sul significato di tali testimonianze.

Gli esperimenti di macro-fluorescenza a raggi X a scansione eseguiti su papiri ercolanesi della Biblioteca Nazionale di Napoli dal team del dottor Paolo Romano, dell'Istituto di scienze del patrimonio culturale del Cnr (Cnr-Ispc) di Catania, e dei Laboratori Nazionali del Sud dell'INFN Istituto Nazionale di Fisica Nucleare hanno fornito la prova sperimentale della correttezza di queste informazioni. Sono stati rivelati per la prima volta diversi tipi di griglie costituite da linee di piombo disposte in senso ortogonale al fine evidente di delimitare spazi intercolonnari, colonne, intercolunni e singole linee di scrittura.

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

(Socrate)

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

**ALMA EDIZIONI**  
**presenta la Maratona Didattica di 24 ore**  
**un evento globale senza precedenti**  
**per i docenti di italiano nel mondo**

Sapevi che l'italiano è la quarta lingua più studiata al mondo? E che parole come "pizza," "ciao," e "grazie" sono tra le più conosciute e usate in ogni angolo del pianeta? Oppure che la scuola di italiano più "sperduta" si trova in una piccola isola delle Fiji, mentre quella con il maggior numero di studenti è a Buenos Aires con oltre 10.000 iscritti? E che gli studenti di italiano non sono solo appassionati di arte e cultura, ma includono anche "chefs", cantanti lirici, e persino turisti delle radici che cercano di riscoprire le loro origini familiari?

L'italiano, parlato da oltre 85 milioni di persone nel mondo, è studiato da più di 2 milioni di studenti in oltre 120 paesi, dalle Università agli Istituti italiani di cultura, fino alle scuole secondarie e ai corsi online. Non solo per la sua ricca storia e cultura, ma anche per l'importanza crescente dell'Italia nei settori del design, della moda e della gastronomia, sempre più persone scelgono di apprendere la lingua di Dante, Leonardo e Fellini, attratte dal fascino del "Made in Italy".

È in questo contesto che ALMA Edizioni, la casa editrice leader nell'insegnamento dell'italiano agli stranieri, annuncia con orgoglio il ritorno della Maratona Didattica, un evento online rivolto ai docenti di italiano di tutto il mondo. Dopo il successo delle edizioni precedenti, che hanno coinvolto migliaia di insegnanti da più di 100 Paesi, l'edizione del 2024 si preannuncia ancora più straordinaria: **24 ore consecutive di formazione online, apprestandosi così a diventare l'evento didattico più lungo mai realizzato nel settore**, e con l'obiettivo dichiarato di entrare nel Guinness dei Primati.

**Un'occasione unica di formazione e connessione globale**

L'evento, gratuito e aperto a tutti i docenti di italiano nel mondo, offrirà una straordinaria occasione di aggiornamento professionale, grazie agli interventi di alcuni tra i maggiori esperti nel campo della linguistica e della didattica dell'italiano. Tra i relatori, nomi di spicco della Società Dante Alighieri, dell'Accademia della Crusca, delle prestigiose Università per Stranieri di Perugia e di Siena e dell'Università di Venezia.

**Perché l'italiano oggi è così popolare?**

Con oltre 2 milioni di studenti, l'italiano è tra le lingue più studiate al mondo, superato solo da inglese, spagnolo e francese. In paesi emergenti come la Cina e il Brasile, il numero di studenti di italiano è in continua crescita, mentre negli Stati Uniti l'interesse è strettamente legato alla riscoperta delle radici italiane, alle tradizioni familiari e alla crescente popolarità della cultura pop italiana, dal cinema alla musica.

In Europa, paesi come Germania, Francia e Regno Unito continuano a essere centri nevralgici per lo studio dell'italiano, con studenti attratti dall'eccellenza del Made in Italy e dal desiderio di entrare in contatto con il ricco patrimonio culturale italiano.

**Lo studio dell'italiano nel mondo: curiosità e record**

- L'italiano è la seconda lingua straniera più studiata in Australia e una delle più richieste nelle scuole di Germania e Francia.
- Il termine "ciao" è una delle parole italiane più diffuse a livello globale, utilizzata in contesti quotidiani da milioni di persone nel mondo.
- Alcuni dei luoghi più inaspettati dove si insegna l'italiano includono piccole isole del Pacifico e scuole di frontiera in Alaska. La scuola più remota si trova in una piccola isola delle Fiji, mentre la scuola con più studenti di italiano si trova a Buenos Aires, con oltre 10.000 iscritti.

**I dettagli dell'evento:**

- **Durata:** 24 ore consecutive
- **Data:** 12 ottobre 2024 a partire dalle 9:00 [ora italiana]
- **Modalità:** Interamente online
- **Costo:** Completamente gratuito
- **Destinatari:** Docenti di italiano in tutto il mondo

Grazie alla formula non-stop di 24 ore, l'evento sarà accessibile in qualsiasi fuso orario, permettendo ai docenti di partecipare da ogni parte del globo.

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

(Lorenzo de' Medici)

*savez vous pourquoi...*

*...au tennis compte-t-on les points par 15, 30, 40 ?*

La façon de compter les points au tennis vient du jeu de paume. Ce jeu français, très pratiqué aux 16e et 17e siècles, est l'ancêtre du tennis créé par les Anglais au 19e siècle ("tennis" est d'ailleurs la déformation du mot français "tenez !", prononcé par le joueur qui lançait la balle).

Au jeu de paume, le vainqueur du point devait avancer à chaque fois de 15 pas en direction du filet (15, 30, 45 ou 60 pas en partant de la ligne de service), et celui qui atteignait le filet, situé à 60 pas, remportait le jeu. Le nombre 40 serait un raccourci de 45, trop long à prononcer. Quand les joueurs étaient à égalité à 40, l'avantage consistait à faire 5 pas supplémentaires.

*et comment ...*

*... enlever les taches de café sur les vêtements ?*

*Méthode n°1 :* Frottez la tache avec un mélange à part égale d'eau froide et de vinaigre blanc.

*Méthode n°2 :* Laissez tremper la tache dans de l'eau froide salée. Rincez. Frottez avec du savon de Marseille. Mettez en machine à laver.

*... laver le rideau de douche qui fait grise mine ?*

Frottez-le avec une brosse trempée dans du vinaigre blanc, lavez-le ensuite à la machine. Pour éviter que les taches de moisissures reviennent, faites-le tremper, une fois propre, dans une bassine remplie d'eau très salée, rincez, laissez sécher.

*"Ce n'est pas vrai que nous avons peu de temps : la vérité est que nous en perdons beaucoup"*

(Sénèque / Seneca)

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



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

di Donato Continolo

### INCONTRI IL JAZZ

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

## LE TASTIERE : Il Pianoforte

L'apporto del pianoforte alla nascita, allo sviluppo ed alla diffusione del jazz, in tutte le epoche musicali, è stato determinante, così come gli 'ottoni' e le 'ance'. A mio modesto parere, la primogenitura spetta proprio al pianoforte, sia acustico che elettrico.

Il suo utilizzo, nel comparto jazzistico, è stato immediato diffondendosi rapidamente tra tutti i musicisti del XX secolo. È uno strumento che per le sue infinite espressioni sonore e compositive è stato utilizzato in larga misura fin dall'inizio del jazz.

Tra gli anni compresi dalla fine del 1800 fino al 1920 si è suonato e poi diffuso su tutto il territorio americano, il 'ragtime' (tempo di stracci). Si parla di quel particolare tipo di musica che nella sua esecuzione sembrava accorpasse pezzi e stralci musicali che non avevano una loro continuità d'esecuzione. Ma era solo un modo per connotare un particolare tipo di impostazione musicale. Proprio da questo tipo di musica sono stati elaborati e sviluppati altri tipi di jazz.

Iniziamo col parlare di Eubie Blacke, figura carismatica, nato nel 1883 e vissuto fino a 100 anni (alcuni affermano che di anni ne avesse solo 96!). Pianista poco conosciuto ma con le sue esibizioni, la sua 'interpretazione del jazz', ha anticipato di gran lunga gli altri due mostri del 'ragtime', Jelly Roll Morton e Scott Joplin.

Eubie era figlio di una coppia di ex-schiavi e, musicalmente, si era formato suonando per cori e i canti religiosi degli 'spirituals'. Peccato che del suo repertorio musicale abbiamo solo alcune registrazioni. Questa lacuna è dovuta a molteplici fattori. Ricordiamo che in quell'epoca non esistevano sale e strumenti di registrazione, anche perché quel tipo di musica era suonata soprattutto per accompagnare incontri particolari, in case di tolleranza, nei bordelli e in locali dove si spacciava illegalmente alcol. Tutti questi ritrovi e locali erano semplicemente banditi o al massimo tollerati. Per cui era preclusa ai 'non frequentatori' la possibilità di poter 'ascoltare' quella nuova musica in luoghi riconosciuti legali, come teatri, sale da concerto, club, ecc... Inoltre, Eubie non aveva bisogno di spartiti musicali sui quali leggere la sua musica in quanto conosceva a memoria tutto il suo repertorio. Solo anni dopo, alcuni dei suoi pezzi furono registrati meccanicamente su rulli.

Per avere un'idea delle sue capacità tecniche di esecuzione (si diceva, eseguite con mani bioniche) c'è uno dei suoi capolavori, *'Memories of you'*, in cui ad una parte del brano, decisamente melodica, fa riscontro di seguito una seconda tipica del ragtime. Per avere un'ulteriore conferma si ascolti pure *'I am wild about Harry'*.

In generale tutte le sue 'performance' sono da antologia. Bisogna ascoltarle tutte!

Si noterà anche che alcuni 'passaggi' sono stati ripresi e poi rielaborati da tanti altri pianisti che seguirono, come, per esempio lo 'stride' (abilmente suonato e fatto proprio, da Fats Waller) e lo 'stomp' rielaborato da Cab Calloway.

Nel 1981 a 98 anni, (o a 94 per altri) il presidente degli Stati Uniti R. Nixon, gli conferì la medaglia d'oro della libertà.

Oltre al 'ragtime', incominciò a diffondersi un altro stile musicale, il 'dixieland' ma tra i suoi strumenti il pianoforte non ebbe particolare rilevanza. Intanto si stava facendo strada lo 'swing'.

Il passaggio tra il 'ragtime' e la nuova realtà musicale è opera del pianista Early Hines che con la sua particolare interpretazione del 'ragtime', fu il precursore di una nuova tendenza jazzistica.

## IL LIBRO DEL MESE

### LE LIVRE DU MOIS

#### **"I tre fulmini. Agenzia investigativa"** di Alice Antonelli

In un grande bosco dove volpi, tassi, scoiattoli e molti altri animali conducono una vita tranquilla, avvengono improvvisamente due eventi oscuri e inquietanti. Dapprima un misterioso ladro si introduce in casa di Gazza e poi, come se non bastasse, il signor Gufo scompare nel nulla, lasciando dietro di sé soltanto un turbino di piume. Spetterà all'Agenzia Investigativa I Tre Fulmini, composta dalla tenace ermellina Tundra, la scaltra scoiattolina Ghianda e il ligio corvo Odino, indagare, non senza l'aiuto del commissario Tore e dei suoi poliziotti serpenti.

Alice Antonelli, giovane e talentuosa, nata ad Atri (TE), ha da sempre avuto un'incredibile passione per il mondo delle storie e delle avventure che l'ha portata a laurearsi in Archeologia e Culture del Mondo Antico a Bologna. La sua comprensione del potere dei racconti le ha permesso di creare un'opera irresistibile che affronta temi di mistero e avventura.

Fu proprio lui, con la sua interpretazione a favorire il passaggio tra le due realtà musicali dell'epoca, dal 'ragtime' allo 'swing', creando una variante dal punto di vista tecnico, con l'utilizzo dello 'stomp' già manifesto nel 'ragtime'.

La sua opera fu tanto importante da meritare il titolo di 'Fatha', ovvero di padre in gergo, come riconoscimento della paternità del nuovo jazz che si scorgeva all'orizzonte.

Early era nato in una famiglia di musicisti, il padre valente trombettista leader di una sua personale band e la madre una suonatrice d'organo, contribuirono alla formazione musicale del loro figlio.

In questo ambiente familiare, Early, incominciò a muovere i primi 'passi musicali'. Entriamo nel mondo jazzistico creato dalla musica di Hines, iniziando ad ascoltare un brano del 1928 *'Fifty seven varieties'* per capire i nuovi sentieri intrapresi da Early che identificano una nuova fase del jazz, quella del 'bebop'. Sarebbe anche opportuno riascoltare il brano di Blacke *'Memories of you'* rielaborato da Early, dove vengono messe in risalto le differenze tra i due stili.

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

(Erasmus)

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

## NON ABBIAMO ABBASTANZA PAROLE PER DESCRIVERE LE NOSTRE EMOZIONI

Gli strumenti che abbiamo per catalogare e definire le emozioni umane non sono sufficienti a descrivere la complessità di quello che proviamo nelle nostre esperienze quotidiane. Servono modelli nuovi, più dettagliati e specifici, anche per aiutare i sistemi di intelligenza artificiale a riconoscere in modo più preciso le reazioni umane.

Sono le conclusioni del lavoro di un gruppo di studiosi: Sara Coppini, Chiara Lucifora e Aldo Gangemi dell'Università di Bologna, Carmelo M. Vicario della Università di Messina, che ha voluto testare i limiti dei tradizionali modelli di catalogazione delle emozioni.

I risultati – pubblicati su *Scientific Reports* – mostrano che le persone sono spesso in disaccordo tra loro nel descrivere emozioni complesse a partire da quelle che sono categorie "universali" come gioia, tristezza o sorpresa.

*"La nostra vita quotidiana è intrisa di esperienze emozionali complesse e sfumate, che si intrecciano con il nostro mondo interiore e l'interazione con l'esterno, e per questo non possono essere facilmente catalogate"*, spiega Chiara Lucifora.

Uno dei modelli più noti di catalogazione

delle emozioni è quello definito dallo psicologo Paul Ekman, che a partire dalle descrizioni delle espressioni facciali umane ha individuato sei "emozioni universali": gioia, tristezza, rabbia, disgusto, sorpresa e paura. Ogni persona costruisce le proprie esperienze emozionali, sulla base delle sue personali vicende.

Gli studiosi hanno quindi indagato questi diversi modelli, chiedendo a un campione di persone di descrivere una serie di esperienze emozionali complesse: da un lato utilizzando una serie di opzioni definite a partire dalla catalogazione "universale" di Ekman, e dall'altro attraverso una serie di nuove etichette che descrivono emozioni "indefinite". In questo secondo caso, lo spunto nasce da un dizionario di parole inventate per definire specifiche esperienze emozionali. *I risultati del nostro test mostrano non solo che le categorie tradizionali non sono sufficienti a descrivere la specificità delle emozioni umane, ma anche che avere a disposizione un maggior numero di parole per definire nel dettaglio quello che proviamo può aiutarci a capire meglio e a controllare le nostre emozioni"*.

## NOUS N'AVONS PAS ASSEZ DE MOTS POUR DÉCRIRE NOS ÉMOTIONS

Les outils dont nous disposons pour cataloguer et définir les émotions humaines ne suffisent pas pour décrire la complexité de ce que nous ressentons dans nos expériences quotidiennes. De nouveaux modèles plus détaillés et spécifiques sont nécessaires, pour aider aussi les systèmes d'intelligence artificielle à reconnaître de façon plus précise les réactions humaines. Telles sont les conclusions des travaux d'un groupe de chercheurs : Sara Coppini, Chiara Lucifora et Aldo Gangemi de l'Université de Bologne, Carmelo M. Vicario de l'Université de Messine, qui ont voulu tester les limites des modèles traditionnels de catalogage des émotions. Les résultats – publiés dans *Scientific Reports* – montrent que les personnes sont souvent en désaccord les unes avec les autres pour classer leurs émotions dans leur complexité à partir de catégories « universelles » comme la joie, la tristesse ou la surprise.

*"Notre vie quotidienne est pleine d'expériences émotionnelles complexes et nuancées, qui sont liées à notre monde intérieur et à nos interactions avec l'extérieur, et pour cette raison ne peuvent pas être facilement cataloguées"*, explique Chiara Lucifora. L'un des modèles de catalogage des émotions les plus connus est celui défini par le psychologue Paul

Ekman, qui, à partir des descriptions des expressions faciales humaines, a identifié six « émotions universelles » : la joie, la tristesse, la colère, le dégoût, la surprise et la peur. Chaque personne construit ses propres expériences émotionnelles, en fonction de ses événements personnels. Les chercheurs ont donc étudié ces différents modèles, en demandant à un échantillon de personnes de décrire une série d'expériences émotionnelles complexes : d'une part à l'aide d'une série d'options définies à partir du catalogage "universel" d'Ekman, et d'autre part à travers une série de nouvelles étiquettes décrivant des émotions "indefinites".

Dans ce second cas, l'inspiration vient d'un dictionnaire de mots inventés pour définir des expériences émotionnelles spécifiques. *"Les résultats de notre test montrent non seulement que les catégories traditionnelles ne suffisent pas pour décrire la spécificité des émotions humaines, mais aussi que disposer d'un plus grand nombre de mots pour définir en détail ce que nous ressentons peut nous aider à mieux comprendre et à contrôler nos émotions"*.

## Pourquoi dit-on...

### ... que "l'argent n'a pas d'odeur" ?

Ce proverbe est attribué à l'empereur romain Vespasien, en réponse à son fils Titus qui lui reprochait d'avoir instauré un impôt sur l'urine.

Dans la Rome Antique, l'urine était collectée dans les toilettes publiques afin d'être utilisée par les tanneurs pour dégraisser la laine.

Vespasien eut l'idée d'établir une taxe sur cette collecte. Critiqué par son fils, il lui mit sous le nez des pièces de monnaie en lui demandant s'il était importun par l'odeur.

Au 19e siècle, les Parisiens appelèrent leurs toilettes publiques des "vespasiennes" en mémoire de cette anecdote.

### Le gaffes più celebri della notte degli Oscar

#### I ringraziamenti più lunghi della storia:

nel 1943 Greer Garson passò alla storia non solo per aver vinto il premio "migliore attrice protagonista" per la pellicola *'La signora Miniver'*, ma anche per la lunghezza del discorso di ringraziamento, dato che l'attrice parlò per più di 5 minuti. Non è dunque un caso che dopo l'episodio, l'Academy decise di introdurre un limite di 45 secondi ai discorsi sul palco.

#### E i ringraziamenti più corti?

Nel 1968 Alfred Hitchcock ritirò sul palco il premio alla memoria del produttore "Irving G. Thalberg" e si limitò ad un veloce "Thank you".

### Les gaffes les plus célèbres de la nuit des Oscars

#### Les plus longs remerciements de l'histoire :

en 1943, Greer Garson est entrée dans l'histoire non seulement pour avoir remporté le prix de la "meilleure actrice principale" pour le film *"Mrs Miniver"*, mais aussi pour la longueur de son discours de remerciement, étant donné que l'actrice a parlé pendant plus de 5 minutes. Ce n'est donc pas un hasard si après cet épisode, l'Académie a décidé de limiter à 45 secondes les discours sur scène.

#### Et les remerciements les plus courts ?

En 1968, Alfred Hitchcock accepta sur scène le prix à la mémoire du producteur "Irving G. Thalberg" et se limita à un rapide "Merci".

## OTTOBRE

## OCTOBRE

Ottobre ci introduce nel vivo della stagione autunnale. Conta 31 giorni caratterizzati da una minore esposizione alla luce del sole. Dal punto di vista climatico c'è la stessa imprevedibilità che si verifica a marzo; non a caso i romani li mettevano in relazione, consacrando entrambi a Marte, ora come dio della guerra, allegoria dello scontro con l'inverno (a ottobre), ora come dio della rinascita (a marzo). Giallo e rosso sono i colori predominanti il paesaggio naturale, scarsi i momenti di raccolta dei frutti della terra.

Octobre nous fait entrer au cœur de la saison automnale. Il compte 31 jours caractérisés par une moindre exposition au soleil. D'un point de vue climatique, il y a la même imprévisibilité qui se produit en mars ; ce n'est pas un hasard si les Romains les ont reliés, les consacrant tous les deux à Mars, tantôt comme dieu de la guerre, allégorie de la rencontre avec l'hiver (en octobre), tantôt comme dieu du renouveau (en mars). Jaune et rouge sont les couleurs prédominantes du paysage naturel, avec quelques instants de récolte des fruits de la terre.

### mese dedicato a...

### mois dédié à...

#### ...San Francesco d'Assisi

Nato Giovanni di Pietro Bernardone ad Assisi il 26 settembre 1182, fu diacono e fondatore dell'ordine che da lui poi prese il nome. Il 4 ottobre ne viene celebrata la memoria liturgica in tutta la Chiesa cattolica. È stato proclamato, assieme a santa Caterina da Siena, patrono principale d'Italia il 18 giugno 1939 da papa Pio XII.

#### ...Saint François d'Assise

Né Jean de Pierre Bernardone à Assise le 26 septembre 1182, il fut diacre et fondateur de l'ordre qui prit plus tard son nom. Sa mémoire liturgique est célébrée dans toute l'Église catholique le 4 octobre. Il a été proclamé, avec sainte Catherine de Sienne, principal patron d'Italie le 18 juin 1939 par le pape Pie XII.

### LA RICETTA DEL MESE

### LA RECETTE DU MOIS

#### Risotto ai finocchi

Preparate il brodo vegetale e tenetelo in caldo. Tritate finemente la cipolla. Pulite i finocchi e affettateli finemente. Ponete il burro in una casseruola posta a fuoco dolce; appena il burro si sarà fuso, unite il trito di cipolla e fatelo rosolare, a fuoco dolce. Aggiungete finocchi tagliati fini, alzate di poco la fiamma e fate insaporire i finocchi per circa 5 minuti, girandoli per rendere uniforme la cottura. Unite il riso e, sempre mescolando, fatelo insaporire per 3-4 minuti prima di aggiungere il primo mestolo di brodo. Mano a mano che il brodo viene assorbito, aggiungete altro, proseguendo così fino a portare il riso a cottura (il tempo potrà variare tra 15-20 minuti). Durante gli ultimi minuti di cottura regolate di sale e di pepe. Quando il riso raggiunge il giusto grado di cottura, spegnete il fuoco e mantecate con 30 g di burro e insaporite con il formaggio. Amalgamate con cura e lasciate rapprendere per 1 minuto prima di impiattare.

#### Risotto au fenouil

Préparez le bouillon de légumes et gardez-le au chaud. Hachez finement l'oignon. Nettoyez les fenouils et émincez-les finement. Mettez le beurre dans une casserole sur feu doux ; dès que le beurre est fondu, ajoutez l'oignon émincé et faites-le revenir, à feu doux. Ajoutez le fenouil finement haché, augmentez légèrement le feu et laissez-le cuire pendant environ 5 minutes, en les retournant pour assurer une cuisson homogène. Ajoutez le riz et, en remuant constamment, laissez-le cuire 3-4 minutes avant d'ajouter la première louche de bouillon. Au fur et à mesure que le bouillon est absorbé, ajoutez-en davantage jusqu'à ce que le riz soit cuit (le temps peut varier entre 15 à 20 minutes). Assaisonnez de sel et de poivre. Lorsque le riz atteint le bon niveau de cuisson, éteignez le feu et incorporez 30 g de beurre et parfumez avec le fromage. Mélangez délicatement et laissez reposer 1 minute avant de servir.

## successes il...

- **1 ottobre 1869** : invenzione della cartolina per merito di un professore di economia austriaco, Hermann Emmanuel
- **1 ottobre 1982** : nei negozi arrivano i primi CD
- **3 ottobre 1990** : unificazione delle due Germanie a circa un anno dalla caduta del Muro di Berlino
- **6 ottobre 1927** : iniziano le trasmissioni radiofoniche
- **9 ottobre 1963** : disastro del Vajont
- **11 ottobre 1960** : prima trasmissione politica nella televisione italiana con il programma 'Tribuna elettorale'
- **11 ottobre 1492** : Cristoforo Colombo scopre l'America
- **16 ottobre 1978** : Wojtyła è eletto Papa
- **22 ottobre 1938** : Carlson inventa la fotocopiatrice
- **26 ottobre 1944** : nasce la RAI - la vecchia denominazione dell'EIAR (Ente italiano audizioni radiofoniche) venne mutata in Radio Audizioni Italiane S.p.A.
- **28 ottobre 1886** : viene inaugurata la Statua della Libertà
- **30 ottobre 1963** : nasce il mito Lamborghini

### per la salute

### *pour la santé*

Gli 'Omega 3' acidi grassi insaturi presenti principalmente nel pesce azzurro e nei semi oleosi, vantano diverse proprietà benefiche: proteggono il sistema cardiovascolare, sostengono le funzioni cerebrali e contrastano le infiammazioni.

Les acides gras insaturés « oméga 3 », présents principalement dans les poissons gras et les graines oléagineuses, possèdent diverses propriétés bénéfiques : ils protègent le système cardiovasculaire, soutiennent les fonctions cérébrales et combattent l'inflammation.

#### Antichi rimedi

Per eliminare le macchie di muffa dalla parete, vaporizzare della candeggina e lasciare agire. Dopo alcuni giorni le macchie secceranno e sarà possibile eliminarle con una semplice spatola.

#### Remèdes anciens

Pour éliminer les taches de moisissure sur le mur, vaporisez un peu d'eau de Javel et laissez agir. Au bout de quelques jours les taches sécheront et il sera possible de les enlever avec une simple spatule.

## BONDONE

### Un village italien de toute beauté

A Bondone, le paysage jouit d'une authenticité sans pareille. L'aura y est presque mystérieuse et la vallée donne l'opportunité de rentrer en communion avec la nature, car le village est niché sur les hauteurs des Alpes de l'Italie du Nord.



Bondone était connue comme "la ville des charbonniers", car ses habitants exerçaient ce métier depuis des siècles, obtenant le précieux combustible fossiles provenant du bois de la région. Aujourd'hui, Bondone, avec son magnifique château et ses plages

Logé à 2 100 mètres de haut, il offre un panorama d'exception sur la région de Trente.

Surplombant les eaux du lac d'Idro, la commune de Bondone est située à l'extrémité sud-ouest du Trentin, à la frontière avec la Lombardie.

Ce havre de paix aux allures romantiques offre une atmosphère calme et relaxante.

#### A' DECOUVRIR

Bondone est à découvrir tout au long de l'année, car on peut y pratiquer des sports d'hiver durant les saisons dédiées. Mais en été, c'est l'art qui est mis à l'honneur. Effectivement, lors du second week-end du mois d'août, le village accueille traditionnellement le Festival de Rue réunissant des douzaines de 'street artists'.

Pour les amoureux de nature et de randonnée un arrêt pour une visite au château de Saint Jean s'impose et vous fera voyager dans le passé médiéval de la région.

#### Le cadre parfait pour faire des sports de sensation

Cette municipalité offre un dépaysement total au milieu des lacs qui l'entourent. Cela permet de pratiquer de nombreuses activités sportives marines ou terrestre.

au bord du lac, est l'un des plus beaux villages d'Italie.

#### QUE VOIR

Faire une halte sur la place où se trouve le monument au charbonnier, puis se perdre dans le labyrinthe des rues pavées du village, en admirant les fresques que l'on retrouve sur les façades des maisons et qui racontent la dévotion des habitants à la Madone qui, selon la légende, a calmé l'épidémie de peste qui a frappé Bondone entre 1628 et 1630 et a protégé la ville de la terrible vague de choléra qui s'est propagée dans la région au XIXe siècle.

#### QUE MANGER

Impossible de repartir sans goûter la polenta à base de la fameuse farine jaune de Storo. Polenta carbonera, nutritive et au goût prononcé, grâce aux oignons, aux fromages et à la pâte de salami qui enrichissent la recette. D'autres produits typiques sont les fromages de montagne, le radicchio d'ours et l'omble chevalier, le miel de montagne et les champignons.

### Sei nuovi ingressi nel catalogo dei cammini religiosi italiani

Il Ministero del Turismo rende noto che il Catalogo dei cammini religiosi italiani si arricchisce con sei nuovi ingressi: Via Francesca della Sambuca (che collega Pistoia e Bologna), Via Micaelica Molisana, Cammino Montiano (nella Provincia di Monza e Brianza), Iter Suasenum (Marche), Cammino dei Florensi (Calabria), Cammino sulle orme di San Giovanni eremita. Cresce la risorsa aperta e digitale messa a disposizione dal Ministero del Turismo nell'ottica di un modo di viaggiare lento, consapevole e sostenibile. Il Catalogo conta, a oggi, 107 percorsi che attraversano l'Italia da Nord a Sud.

### Pour mieux connaître la Chapelle Royale de Versailles et sa musique

Entre exposition et podcast, les Expodcasts proposent une visite virtuelle de « la Chapelle royale du château de Versailles » (<https://expodcast.cmbv.fr/fr>) pour mieux comprendre son histoire et son fonctionnement.

### "ITALIA MI MANCHI"



#### FONDO AMBIENTE ITALIANO

Visitate il SITO

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

## "Il visto per l'Italia"

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

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

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

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

Les sites officiels du tourisme : [www.italia.it](http://www.italia.it)  
Offices de Tourisme de France ([guidedutourisme.net](http://guidedutourisme.net))

## FORMA MENTIS



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

### **"L'ANSIA DA PRESTAZIONE" che accomuna tutte le persone in psicoterapia**

Che sia lieve o moderata, primaria o secondaria; che sia solo la punta dell'iceberg di un disturbo più grave o un problema passeggero, tutti in un modo o nell'altro, fanno i conti con un particolare tipo di ansia ovvero l'ansia da prestazione. Tecnicamente possiamo definire ansia da prestazione l'agitazione che scaturisce dal percepire se stesso non all'altezza di un compito che si ritiene essere più grande delle proprie capacità e che sicuramente vedrà un fallimento.

Al pari di qualsiasi stato di ansia che si rispetti, la percezione di minaccia che produce questa particolare ansia, deriva dalla portata del compito a fronte della (supposta scarsa) capacità di fronteggiarlo, mettendo in discussione la visione di se stessi come persona capace e competente. A seconda della quantità di ansia che si produce, l'ansia da prestazione può andare da normale a patologica fino a configurare un vero e proprio disturbo psicologico caratterizzato da una eccessiva preoccupazione per il risultato della prestazione nei più disparati contesti: lavorativo, scolastico, sportivo. Oppure, può essere avvertita nella sfera privata relazionale o, frequentemente, nella sessualità.

#### **Come si manifesta ?**

L'ansia da prestazione, come tutti i disturbi d'ansia, si manifesta attraverso dei veri e propri sintomi fisici oltre che emotivi, come tremori, palpitazioni, stress generalizzato, ipersudorazione, difficoltà di concentrazione, nausea, difficoltà di respirazione, fino a veri e propri attacchi di panico.

Saranno invece legati al contesto specifico nel quale l'ansia da prestazione si manifesta, alcuni specifici sintomi, come ad esempio, la difficoltà di eccitazione, quando l'ansia da prestazione è riferita ad un contesto sessuale e di coppia. Quello che capita è che la paura di fallire porta ad un circolo vizioso in cui l'ansia compromette la prestazione aumentando ulteriormente l'ansia stessa. La tensione prodotta conduce, non di rado, al fallimento del compito, nel caso della prestazione sessuale, al fallimento del corpo.

Le cause più semplici possono essere legate all'autostima e al timore del giudizio. Chi ne soffre teme di non soddisfare le aspettative, associando il successo al valore personale e l'insuccesso, chiaramente, alla mancanza

dello stesso, minando le basi stesse dell'identità, con conseguenze talvolta catastrofiche sull'immagine di sé. Nelle forme più pervasive può essere accompagnata da pensieri catastrofici di timore del fallimento e umiliazione che bloccano la persona che, per evitare di fallire si disimpegna da qualsiasi attività quotidiana e progetto.

#### **Legata alla stima di sé**

A parte questi casi estremi, che configurano dei veri e propri disturbi, l'ansia da prestazione, è un tipo di ansia che, in quanto legata all'identità e alla stima di sé, chiunque, prima o poi, si ritrova ad affrontare quando è di fronte ad una prova che definisce il proprio valore come persona buona o cattiva, brava o incapace...

- *"Ho sempre pensato che sarei diventato un bravo padre..."* nasce il bambino tanto atteso, ecco l'ansia da prestazione che rovina al neo papà il momento più bello della sua vita. Perché? Perché ora è il momento di iniziare a confrontarsi con questo compito. Ovviamente è adesso che si gioca tutto, uno degli obiettivi primari della sua vita, quello di dimostrare se si è, o meno, all'altezza delle sue aspettative, quelle che nell'arco della sua vita si è costruito, ovvero quelle di essere un bravo padre. Ecco che l'ansia da prestazione inizia a farsi sentire.

- *"Ho sempre pensato che quando sarei andata a vivere da sola sarei stata capace di cavarmela..."* arriva il giorno del trasloco, ed è il momento di cavarsela da sé, ma le cose da fare sono tante e la mente inizia a produrre pensieri negativi, paure: - *"ce la farò ad organizzarmi e a riuscire a sopravvivere senza l'aiuto dei miei genitori dimostrando a loro e a me stessa che sono la persona che vorrei e che credo di essere?"* - *"Sarò in grado di rispettare gli impegni che ho preso mantenendomi da sola o non sono così brava come credo e spero?"*.

La conseguenza è l'ansia da prestazione, in questo caso del tutto naturale rispetto al percorso evolutivo di una giovane donna che si avvia a percorrere la sua strada. Ansia, dunque, più che naturale, che va affrontata e gestita, ma che può determinare un certo grado di malessere che bisogna saper riconoscere e tollerare senza lasciarsi sopraffare.

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

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

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

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

I professionisti sono dunque a disposizione per colloqui in videoconferenza, al telefono o in studio.

L'associazione ha attivato un servizio di sostegno.

Chi è interessato può scrivere o chiamare:

Cinzia Crosali-Presidente APSI

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

**06 10 02 77 52**

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

- *Parce que tout citoyen a le droit de bénéficiaire 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)**

## ISTAT: ITALIANI ALL'ESTERO IN AUMENTO OLTRE METÀ IN EUROPA

Al 31 dicembre 2022 i cittadini italiani che dimorano abitualmente all'estero sono 5 milioni e 940mila, 97mila individui in più rispetto all'inizio dell'anno.

Lo si legge in un rapporto dell'Istat sugli italiani residenti all'estero. Il numero di cittadini italiani residenti all'estero cresce nel 2022 per varie cause: nei flussi migratori con l'Italia gli espatri oltrepassano di oltre 25mila unità i rimpatri (un po' più donne che uomini), la dinamica naturale è positiva (25mila nascite contro 8mila decessi) e si registrano 85mila acquisizioni di cittadinanza italiana. Le acquisizioni sono molto numerose nei Paesi dell'America centro-meridionale in particolare in Brasile e Argentina.

Sono molte di meno invece nei Paesi europei (circa 12mila). Tra i cittadini italiani all'estero più della metà (3 milioni e 246mila) è residente in Europa e più di 2 milioni e 384mila in America. Nei due continenti risiede circa il 95% dei residenti all'estero

Solo il 31,6% degli italiani residenti all'estero è nato in Italia. Nei Paesi dove questa quota risulta meno significativa la presenza degli italiani è dovuta prevalentemente alla conservazione della cittadinanza di origine dei genitori o alla sua riacquisizione per discendenza da un progenitore italiano. È il caso, ad esempio, dei Paesi dell'America centro-meridionale, dove la quota di cittadini italiani nati in Italia è pari al 10,5% in Argentina, al 5,9% in Perù, al 5,6% in Brasile, al 4,7% in Uruguay e al 3,8% in Cile. Ben più alte risultano le quote di italiani residenti nei Paesi di più recente emigrazione come il Regno Unito (48,8%), il Lussemburgo (50,1%) o l'Austria (51,3%). Inoltre, tra i nati in Italia si osserva una prevalenza della componente maschile, mentre tra i nati all'estero la distribuzione per sesso risulta più equilibrata.

### Le invasioni 'di campo' degli animali nello sport

#### L'alligatore

Negli Stati Uniti capita di vedere alligatori sbucare dagli stagni che punteggiano i campi di golf. Nel 2015 in Florida un rettile lungo quattro metri attraversò il 'green' durante il Valspar Championship del circuito Pga nell'Innisbrook Golf and Spa Resort, con un po' di spavento tra gli esterrefatti giocatori professionisti.

## TENDANCES

### Les modes des sonorités des prénoms en France

Spécialiste de généalogie, Marie-Odile Mergnac nous explique les modes des sonorités des prénoms en France.

Pendant des siècles, on donnait aux enfants les prénoms de leurs parents, grands-parents ou parrains et marraines. Puis les phénomènes de mode apparus au XIXe siècle s'accélérent au XXe siècle, et la musicalité des prénoms y joue un grand rôle.

#### Pour les filles

Des sonorités appréciées à un moment donné peuvent être rejetées quelques décennies plus tard. Pour les filles, ont disparu les prénoms en **-ette** à la mode vers 1920-1930 (Georgette, Paulette, Odette, Yvette, Ginette, Huguette, Lucette, Pierrette, Arlette, Colette, Josette...). Et les **-iane** des années 1940 (Christiane, Éliane, Liliane, Josiane...) n'ont plus cours.

Certains sons plaisent à toutes les époques mais pas avec les mêmes prénoms, par exemple les terminaisons en **-ine**. On les utilise à la fin du XVIIIe siècle pour féminiser les prénoms masculins (Pauline, Joséphine, Philippine, Florentine...). La mode revient sous la Restauration avec Justine, puis reprend dans les années 1880-1900 (Albertine, Augustine, Adeline, Valentine...), 1920-1930 (Jeannine, Jacqueline, Micheline, Francine...), 1950-1960 (Martine, Catherine, Christine, Corinne...), les années 1980 (Sandrine, Séverine, Delphine, Caroline, Céline...), 1990 (retour de Pauline, Justine..., croissance de Marine...) et 2000 (retour de Valentine, Philippine...). Résurgences régulières aussi pour les prénoms en **-i**: les Marie, Julie, Léonie, Flavie, Anastasie... de la fin du XIXe, sont remplacées un siècle plus tard par les Aurélie, Émilie, Élodie, Julie, Mélanie, Stéphanie, Virginie... puis aujourd'hui par les Lucie, Romy, Charlie... La terminaison en **-a**, au succès fou depuis 1980-1990 parce qu'elle semble plus internationale (Léa, Alexandra, Sandra, Sabrina, Jessica, Vanessa, Laura, Sarah, Victoria...), se renouvelle depuis 2000 (Clara, Emma, Léna, Lola, Léa...) et 2020 (Alba, Lina, Lana, Louna, Mia..).

#### Pour les garçons

Du côté des garçons, si Jean est resté indétronable pendant un millénaire, dépassé seulement après-guerre par la mode des composés "Jean Quelque Chose", les sonorités ont néanmoins joué un rôle.

La terminaison en **-bert** des années 1900-1920 (Robert, Albert, Gilbert...) n'a plus la cote, mais les prénoms en **-ien** ou **-in** reviennent régulièrement : présents avant la Révolution et le Premier Empire (Augustin, Constantin...), on les retrouve dans les années 1850-1860 (Félicien, Cyprien...), 1900-1920 (Lucien...), 1980 (Julien, Fabien, Adrien..., Romain, ...) avant que ne resurgissent actuellement les plus anciens.

Les années 1990-2000 préfèrent les terminaisons **-an** ou **-en** (Nathan, Clément, Florian...) qui avaient déjà connu le succès dans les années 1920 (mais avec Armand, Roland, Fernand...), et par ceux qui se prononcent **-ane** ou **-ine** (Jordan, Morgan, Yohan, Dorian, Bryan, Kylian, Éthan, Nolan, Ryan, Evan... ou Kevin, Melvin...). Notre nouveau siècle voit en parallèle l'essor de prénoms en **-is** (Alexis, Mathis, Yanis...), en **-o** (Hugo, Léo, Enzo, Timéo, Mathéo...) et tout récemment en **-el** (Raphaël, Gabriel, Samuel, Maël...).

### Ce que l'UE a changé côté tech

Voici un tour d'horizon des mesures phares mises en place par Bruxelles qui ont eu un impact sur la vie quotidienne des Européens.

#### Le "roaming"

Depuis juin 2017, quand on se trouve dans un autre pays de l'UE, les appels passés depuis un téléphone portable ou les SMS ne sont plus soumis à des surcoûts appelés frais de "roaming" ou d'itinérance.

Outre des factures allégées pour les personnes qui voyagent, leur suppression a permis une "charge mentale en moins". (la suite dans le prochain numéro)

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

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

**PATRONATI**

**UFFICI OPERATIVI IN FRANCIA**

**ITAL/UIIL**

**Coordinamento Francia**

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

[coordinamento@italuil-france.com](mailto:coordinamento@italuil-france.com)

**ACLI**

**Coordinamento Francia**

28, Rue Claude Tillier – **75012 PARIS**  
Tel. 01 43 72 65 29 -

[francia@patronato.acli.it](mailto:francia@patronato.acli.it)

**INAS**

**Coordinamento Francia**

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

**UFFICI:**

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

**UFFICI:**

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

**INCA/CGIL**

**Coordinamento Francia**

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

**UFFICI :**

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

**PATRONATO INAS IN BELGIO**

**Bruxelles**

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

**Liegi**

Boulevard Saucy 10  
4020 Liegi  
Tel: 04/342.02.74

**Charleroi**

Rue Prunieu 5  
6000 Charleroi  
Tel: 071/32.37.91

**Hasselt**

Mgr. Broekxplein 6  
3500 Hasselt  
Tel: 011/30.61.22

**Mons**

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

**INAPA/FIAP**

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



Associazione Sviluppo Europeo  
Association pour le Développement Européen  
European Development Association

**L'Associazione Sviluppo Europeo (ASE)**

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

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

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

**L'ASE**

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

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



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



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

Online la nuova newsletter



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

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

## Il Centro Europeo Consumatori Italia

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

### Centro Europeo Consumatori Italia

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

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

<https://serviziconsolarionline.esteri.it>

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

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



## Attivo il canale WhatsApp "INPS per tutti"

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

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

[INPS per tutti | Chaîne WhatsApp](#)

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

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

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

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

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

## CONSOLATO ITALIANO A MARSIGLIA

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

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

56, Rue d'Alger - 13005 Marseille

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

Per richiedere un appuntamento utilizzare il **SERVIZIO PRENOTAZIONI ONLINE** del Consolato oppure telefonare al Centralino (tel. 04 91184918) ma NON chiamare i telefoni diretti. Per improrogabili e comprovati motivi d'emergenza si può contattare direttamente l'ufficio passaporti a: [passaporti.marsiglia@esteri.it](mailto:passaporti.marsiglia@esteri.it)

### Sportello Consolare permanente a Tolosa

19, bis Rue Riquet - 31000 TOULOUSE

Tel 05.34.66.89.90

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

### Sportello Consolare permanente a Bastia

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](mailto:bastia.marsiglia@esteri.it)

Ascoltate

## RADIO FUORI CAMPO

La nuova radio italiana

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

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



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

## Radio Emozioni Live

**ogni sabato**

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

programma ideato e condotto da Tony Esposito

per chi ama la poesia, la musica e la cultura italiana

**Ascolta la radio anche dai seguenti collegamenti:**

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

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

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

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



## CARTOLINE DALL'ALTRA ITALIA

*Scopri il mondo della nuova Emigrazione*

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

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



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

## Centre Européen des Consommateurs France

### - informations et conseils juridiques gratuits -

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

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

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

**116 006**

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

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

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

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

### Numéros utiles à connaître

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

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

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

## SUR L'AUTOROUTE EN CAS D'INCIDENTS

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

### Que faire en cas de panne ?

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

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

**3114**

### Le nouveau numéro national pour lutter CONTRE LE SUICIDE

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



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

Écoute par **téléphone** au **09 72 39 40 50**

En ligne, des bénévoles formés à l'écoute

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

## Victime d'une usurpation d'identité La marche à suivre

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

**Commissione Europea**  
**Commission européenne**  
[www.ec.europa.eu](http://www.ec.europa.eu) / [www.ec.europa.eu/italia](http://www.ec.europa.eu/italia)

**Consiglio dell'Unione Europea**  
**Conseil de l'Union européenne**  
[www.consilium.europa.eu](http://www.consilium.europa.eu)

**Corte di giustizia dell'Unione Europea**  
**Cour de justice de l'Union européenne**  
[www.curia.europa.eu](http://www.curia.europa.eu)

**Comitato economico e sociale**  
**Comité économique et social**  
[www.eesc.europa.eu](http://www.eesc.europa.eu)

**Comitato delle regioni**  
**Comité des Régions**  
[www.cor.europa.eu](http://www.cor.europa.eu)

**Gazzette Ufficiali dell'Unione Europea**  
**Journal officiel de l'Union européenne**  
[www.eur-lex.europa.eu/it/index.htm](http://www.eur-lex.europa.eu/it/index.htm) /  
[www.ted.europa.eu/](http://www.ted.europa.eu/)

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

**ensemble.eu**

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

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

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

**1° luglio – 31 dicembre 2024**  
**Presidenza UE: Ungheria**

**1er juillet - 31 décembre 2024**  
**Présidence UE : Hongrie**

**Prossime Presidenze**

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

**Nuovo satellite messo in orbita per continuare a fornire dati gratuiti sul nostro pianeta**

Un nuovo satellite Sentinel di Copernicus è stato lanciato con successo dal cosmodromo europeo nella Guyana francese a bordo di un razzo Vega gestito da Arianespace. Il lancio è avvenuto il 5 settembre alle ore 3:50 (4 settembre 22:50 ora locale).

La Commissione ha lanciato il nuovo satellite Sentinel di Copernicus, denominato Sentinel-2C, per continuare a fornire gratuitamente dati e servizi di osservazione della Terra all'avanguardia a utenti pubblici e privati. L'accesso a dati ottici aggiornati consentirà a soggetti pubblici e privati di migliorare il loro processo decisionale e di affrontare meglio urgenti sfide ambientali quali incendi boschivi, inondazioni e siccità.

Altri settori che beneficeranno di una maggiore fornitura di dati saranno l'agricoltura, il settore marittimo, la silvicoltura e non solo.

**Nuovo quadro di governance economica**

È entrato in vigore il nuovo quadro di governance economica dell'Unione europea, concepito per rafforzare la sostenibilità del debito degli Stati membri e promuovere una crescita sostenibile e inclusiva di questi ultimi. Si tratta della riforma più significativa, ampia e ambiziosa delle norme di governance economica dell'UE dall'inizio della crisi finanziaria, poiché ridefinisce le norme economiche dell'Unione. Il nuovo quadro promuoverà politiche di bilancio sane, oltre a riforme e investimenti che stimolino la crescita, in linea con le priorità europee. Contribuirà a rendere l'UE più competitiva e meglio preparata alle sfide future, sostenendo i progressi verso un'economia verde, digitale, inclusiva e resiliente e consolidando la capacità di sicurezza dell'Europa.

**Sept sites de valeur historique de l'UE reçoivent le label du patrimoine européen**

La Commissione europea ha assegnato il marchio del patrimonio europeo 2023 a sette siti in tutto il continente, riconoscendone il ruolo chiave nella cultura dell'Europa. Si tratta di **Sant'Anna di Stazzema (Italia), Cistercapes, Paesaggi cistercensi per collegare l'Europa (Austria, Cechia, Germania, Polonia, Slovenia), il monastero di San Jerónimo de Yuste (Spagna), il Museo di Nostro Signore nel sottotetto (Paesi Bassi), il Teatro Reale di Toone (Belgio), Kalevala (Finlandia), l'Ateneo rumeno (Romania).**

**Prochaines Présidences**

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

**Nouvelle enquête Eurobaromètre sur l'apprentissage des langues**

La grande majorité des Européens (86 %) estiment que chacun devrait parler au moins une deuxième langue autre que sa langue maternelle, et trois Européens sur cinq (59 %) sont capables d'avoir une conversation dans une langue étrangère. Tels sont quelques-uns des résultats de la nouvelle enquête Eurobaromètre « Les Européens et leurs langues ». Avec 24 langues officielles et une soixantaine de langues régionales et minoritaires parlées dans l'Union européenne, le multilinguisme est un exemple frappant de la diversité culturelle de l'Europe.

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

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

(Jacques Delors)