

**BOSCO**  
IMMOBILIARE

Ti puoi fidare

f You Tube i

02 39.84.61.39  
Peschiera Borromeo (MI)  
Via Moro 3

www.boscoimmobiliare.com

n° 1/2 - Anno X - gennaio/febbraio 2022

DISTRIBUZIONE GRATUITA

**L'IMPRONTA** 10 ANNI

impronta.redazione@gmail.com

Periodico di Mediglia e Peschiera Borromeo

**BOSCO**  
IMMOBILIARE

Ti puoi fidare

f You Tube i

02 39.84.61.39  
Peschiera Borromeo (MI)  
Via Moro 3

www.boscoimmobiliare.com

# Eppur si muove?

Corre l'obbligo di parlare di una intervista che l'attuale primo cittadino di Peschiera Borromeo ha rilasciato al Cittadino in data 29 gennaio. In questa intervista a tutta pagina il sindaco traccia un primo bilancio dopo tre mesi di attività amministrativa e ci informa che la macchina amministrativa è ormai in marcia.

Meno male, ci saremmo preoccupati del contrario.

Nell'elencare le cose positive fatte, il sindaco tira subito una bella stiletta ai precedenti amministratori di Peschiera Riparte e dice che "alla riunione dei sindaci ho appreso da ATS che per Peschiera Borromeo non era prevista la Casa della Comunità (Ndr la nuova struttura di medicina territoriale prevista dalla riforma regionale lombarda) poiché non era stata presentata formalmente la candidatura per il suo ottenimento".

Però!

Grazie alla nuova amministrazione sono arrivati anche finanziamenti per tre progetti riguardanti immobili comunali a Linate, San Bovio e il parco in via La Malfa. Non sappiamo ancora però per fare che cosa. A dire il vero non lo sanno neanche i consiglieri comunali perché non c'è ancora stata nessuna commissione che ne ha discusso e il Consiglio Comu-

nale non si riunisce da ben due mesi. A proposito di partecipazione...

Poi il sindaco ha detto che al suo arrivo ha trovato dei dipendenti comunali "poco stimolati" e a tale proposito è stata realizzata una indagine motivazionale sul personale, ma dopo avere chiesto ad alcuni dipendenti non hanno saputo dirci di quale indagine si trattasse. E va beh!

Ma la parte più interessante dell'intervista il sindaco la dedica al palazzo comunale e ha dichiarato che vorrebbe una nuova sede in quanto "la sua conformazione non si presta alla funzionalità" E dove vorrebbe fare il nuovo palazzo comunale? In un'area centrale della città.

Bene. Si tratta solo di capire qual è il centro di una città fortemente frazionata come Peschiera Borromeo, ma, il progetto è ancora in forma "embrionale".

Cercheremo di capire meglio più avanti, ma di certo, tra le tante emergenze che ci sono a Peschiera Borromeo è così importante avere un nuovo palazzo comunale?

In realtà il sindaco vorrebbe spostare anche la sede della Polizia Municipale e della Protezione civile in una zona vicino alla paullese.

Perché? "Per dare vita al polo della sicurezza". Magia delle parole. Mezza città è

ancora male illuminata, ci sono problemi di sicurezza di vario tipo e come si risolve il problema? Con il polo della sicurezza, ma è ovvio! Ma a parte le battute qual è il senso di spostare il comando di Polizia Locale sulla paullese? Non è già in posizione strategica sia per consentire ai cittadini di raggiungerla sia per essere raggiunti dal servizio?

E poi non è mica posizionando agenti negli spazi interni di questo eventuale nuovo comando che si migliorano i servizi bensì posizionando in modo diverso gli agenti sul territorio.

Inoltre "centrale" a cosa? La centralità rispetto all'attuale configurazione degli abitati non migliora; rispetto al futuro chi lo sa...ma questo crea il sospetto che i futuri scenari urbanistici possano essere diversi dal programma elettorale proposto.

Sicuramente si lascerebbe non operativo l'attuale fabbricato di via Carducci su cui si è investito molto anche negli ultimi anni, e per riconvertirne spazi per altre attività si dovrà ancora spendere (spesa che si aggiungerebbe a quella della nuova sede dove si dovranno traslocare non solo scrivanie, ma anche impianti tecnologici e centrale operativa).

Insomma si prospetta tanta spesa e zero resa.



## L'IMPRONTA in 10 anni...

1.200.000 copie distribuite,  
27 inchieste giornalistiche  
403 libri recensiti per voi  
62 gite proposte  
205 concittadini intervistati

II NOSTRO PRIMO NUMERO



Se vuoi ricevere L'Impronta in formato PDF scrivici  
impronta.redazione@gmail.com

oppure ci trovi sul nostro sito:

www.improntaperiodico.com



## Dove Eravamo Rimasti...

### Vandalismo e fratture generazionali

**A**bbiamo letto sui social di Peschiera B. dell'ennesimo atto vandalico effettuato in occasione dei "botti" dell'ultimo dell'anno.

Mi permetto di dire che gli atti vandalici, da che mi ricordo, ci sono sempre stati. Non per questo ovviamente intendo giustificargli o sottovalutarli, ma vorrei avviare una riflessione cercando di allargare lo sguardo, per quanto è possibile, sul tempo che stiamo vivendo, soprattutto per capire quali dovrebbero essere i tentativi per rispondere in modo positivo alla banalità del male.

Ciascuno di noi pensa che questi gesti siano opera di persone giovani, adolescenti. Ovviamente andrebbe accertato, ma è certo che spesso, da parte di alcuni giovani, provengono gesti di cosiddetta "inciviltà" o addirittura gesti assurdi che mettono in pericolo anche la loro stessa esistenza. Fatti come questi interrogano le coscienze di tutti e non solo degli esperti. Ciò che capisco, avendo vissuto diverse generazioni a confronto, e frequentando gli adolescenti per motivi professionali, riconosco che vi sono due spazi pubblici separati, dei quali quello giovane pare, più che ostile, indifferente all'altro. Eppure, nelle famiglie, le generazioni convivono, ma è come se non vi fosse più una vera trasmissione dell'esperienza e dei fattori costitutivi della convivenza. Siamo forse di fronte ad una frattura generazionale insanabile?

Qual è la dimensione educativa che si vive oggi nella maggior parte delle famiglie? Quale relazione umana e affettiva si verifica? Vogliamo parlarne apertamente? Quali sono i gesti, i momenti all'interno della famiglia attraverso i quali le nuove generazioni apprendono il senso del dovere, del sacrificio, della responsabilità? Spesso i figli vengono protetti e rassicurati in tutto, non gli si fa mancare nulla, tutto gli è dovuto e anche quando commettono cose sbagliate, ad esempio a scuola e nel rapporto con gli insegnanti, i genitori si trasformano in sindacalisti dei propri figli. Quello che accade ad esempio nel mondo della scuola dovrebbe farci capire che, fuori, nella società civile, nella dimensione pubblica, la faglia tra le generazioni si sta

allargando.

Se devo essere sincero quello che più mi spaventa di fronte a fatti deplorabili come quelli accaduti sono le reazioni di una parte del mondo degli adulti. Reazioni che nella maggior parte dei casi rimangono superficiali, moralistiche e comunque inadeguate.

Le agenzie educative fondamentali nella società sono la famiglia e la scuola. Molte famiglie, lo sappiamo dalle statistiche relative a separazioni e divorzi, sono ormai disgregate e anche quando "reggono" e consentono una educazione adeguata, non riescono a "gestire" la fase adolescenziale. Questa fase è spesso il momento della rottura e della separazione dei ragazzi, nella quale si fanno esperienze di solitudine, di incertezza, di sbandamento, di tentativi ed errori nella costruzione del proprio Sé.

Questa generazione vive con più intensità, paradossalmente proprio nell'era dei social network, la dimensione della solitudine. La scuola dovrebbe rappresentare l'ambito educativo meglio deputato a tenere aperto un legame con le nuove generazioni. Il ruolo degli insegnanti non è solo quello della trasmissione dei saperi, bensì della tenuta della società civile, nella tessitura del filo tra le generazioni, nella civilizzazione dei nostri ragazzi. Agli insegnanti tocca la missione professionale di costruire l'infrastruttura profonda della società civile. Insegnanti che spesso vengono lasciati soli e istituzioni scolastiche che operano senza trovare reali collegamenti con altri ambiti associativi e istituzionali della comunità. Per questo bisognerebbe parlare di Comunità educante. La Comunità educante è l'intera collettività che ruota intorno ai giovani e cresce intorno a loro e il Comune, ad esempio, deve fare anche da facilitatore per una efficace comunicazione e collaborazione tra le Istituzioni scolastiche e le Associazioni presenti sul territorio che – a vario titolo (in campo sportivo e culturale) – offrono servizi "educativi" in senso lato. In particolare quelle che si occupano in modo strutturale di "educazione". G. M. Bertin scriveva che "non si può affidare solo alle istituzioni "preposte" l'opera educativa perché essa dipende dall'ethos della socie-



di Marco Malinverno

tà circostante". In primo luogo la città costituisce un luogo educativo e il Comune deve lavorare per far emergere la consapevolezza di questo ruolo al suo interno, nonché nella cittadinanza; in secondo luogo, la volontà di coordinare le attività di tutti i servizi educativi, scuola compresa, con l'obiettivo di diffondere tra questi i medesimi principi pedagogici e la consapevolezza di appartenere ad un unico contesto educativo. Perché non si apre un vero confronto tra i diversi operatori del territorio su questa emergenza educativa? Insegnanti, dirigenti scolastici, dirigenti delle associazioni, famiglie, operatori delle parrocchie, assistenti sociali, amministratori pubblici... avviamo "percorsi di confronto e di crescita" innanzitutto nel mondo degli adulti.

## Nuovo virus in Comune a Peschiera

**M**a per fortuna il Covid non c'entra niente, poi sembra che il virus colpisca solo i componenti la Giunta e nessun altro, la denominazione corretta è "Sindrome di Kruger" per la cui spiegazione ci rifacciamo interamente a Wikipedia che recita:

"L'effetto Dunning-Kruger è una distorsione cognitiva, a causa della quale individui poco esperti e competenti in un campo tendono a sopravvalutare le proprie abilità autovalutandosi a torto esperti in materia. Come corollario di questa teoria, spesso gli incompetenti si dimostrano estremamente supponenti".

Ovviamente avvisati di questo strano fatto abbiamo svolto le opportune indagini alla ricerca dei sintomi e abbiamo trovato:

- Primo. Nei bar di Peschiera, intorno ad una birra, tra le risate la gente commenta il fatto che il Sindaco abbia proposto una riduzione dello stipendio ad una categoria di lavoratori.

- Secondo. Un assessore pare si aggiri per gli uffici evitando di salutare i dipendenti, sembra questa una forma più grave del disturbo che abbina la supponenza alla ineducazione.

- Terzo. Una associazione probabilmente a sua volta sofferente di servilismo diffuso ha realizzato una targa preventiva per ringraziare un assessore per quello che farà per loro negli anni a venire. Al di là della iniziativa in sé l'assessore in questione, anziché archiviare la cosa tra i reperti inutili, ne ha tratto motivo di vanto e di conseguenza motivo di preoccupazione per la città.

- Quarto. Girano elenchi chilometrici di attività svolte dagli assessori e meritevoli di attenzione e plauso. Purtroppo si tratta di ordinaria amministrazione, di incontri, chiacchierate, proposte, nulla che riguardi la vera amministrazione cioè i fatti, le azioni che generano delibere, che richiedono decisioni e scelte. Non è ancora chiara la differenza tra campagna elettorale e amministrazione.

Ovviamente in questo articolo è l'ironia ad avere in mano la penna, ma i fatti citati danno una idea allarmante di come sembra configurarsi il futuro.

# PROSSIMAMENTE...

evento culturale  
a Peschiera Borromeo

# ART



# PIANETA CASA

arreda il tuo spazio

Chiedi il tuo  
**BONUS MOBILI**  
**2022**

**SENZA INTERESSI**  
**IN OMAGGIO TAVOLO E SEDIE**

\*REGOLAMENTO COMPLETO IN SHOWROOM

cucine



salotti



bagni



camere  
e living



Per appuntamenti +39 346 242 9825

**SAN GIULIANO | Via Pavia, 21**  
[www.pianetacasarl.it](http://www.pianetacasarl.it)



## “VOCI IN CIRCOLO”: UN PODCAST SOCIO-CULTURALE

Il podcast è nuovo mezzo di comunicazione che sta avendo sempre più successo anche in Italia.

Diverso dalla radio, il podcast è una risorsa audio pre-registrata, caricabile su un portale web e mobile condivisibile in rete. In macchina o mentre si prepara da mangiare, è sufficiente accedere ad una delle piattaforme, tra le più utilizzate Spotify, per ascoltarlo.

L'idea di “Voci in Circolo” nasce dalla genuina creatività di un gruppo di giovani Medigliesi, una sera, davanti a una birra.

Un podcast a “più voci” che vuole dare spazio a tante tematiche sociali e culturali. Silvia, Sarah e Tommaso i 3 speaker e psicologi, biologi, scrittori, etologi, filosofi, cantautori e musicisti alcuni tra gli ospiti intervistati in ogni puntata.

Vengono affrontati argomenti quali il disagio giovanile, la salvaguardia dell'ambiente, le emozioni, l'elabora-

zione della perdita del proprio compagno a 4 zampe ma anche musica e relazioni sentimentali. Insomma un pot-pourri di tematiche e di voci in circolo!

“La risposta incredibilmente positiva da parte di tutti, ci ha riempiti di gioia e dato un'ulteriore spinta per portare avanti il progetto” dichiara Silvia, una delle creatrici del podcast.

Voci in circolo uscirà con la prima puntata verso gli inizi di marzo 2022. Ha già una pagina Facebook e una Instagram per rimanere informati sugli sviluppi e sulle tematiche affrontate. “Noi vorremmo coinvolgere tante persone in questo progetto.

Chi ci segue, infatti, può mandarci un contributo audio come messaggio vocale di WhatsApp oppure un testo scritto in cui racconta la propria esperienza”. Non abbiate paura a far circolare la vostra voce.



## ROBBIANO SENZA MEDICO DI BASE

Febbraio 2021 il medico di base Luciano dell'Acqua raggiunge l'età pensionistica. La mancata sostituzione ha lasciato l'intera frazione di Robbiano, a Mediglia, senza l'assistenza sanitaria primaria. Sono circa 800 i cittadini, per lo più anziani, rimasti senza il riferimento principale in un periodo di emergenza sanitaria unico ed importante. A marzo 2021 si trova un giovane neo laureato che avrebbe potuto sostituire il dottor dell'Acqua ma, ritenuta la spesa per l'affitto dello studio di 400euro, troppo dispendiosa, viene spostato a Triginto e Bettolino.

L'ATS (Agenzia per la tutela e la salute) è intervenuta potenziando il massimale di assistiti per alcuni medici di base su altre frazioni di Mediglia ed inoltre ha fornito l'elenco dei medici di base disponibili nei comuni limitrofi (Peschiera, Paullo e Pantigliate). Non tutti i cittadini hanno potuto scegliere il medico all'interno del proprio Comune, circa 200 sono seguiti da un medico curante di un altro Comune.

Seppur ATS abbia indetto un bando per trovare un medico di base, ormai i pazienti si erano già mobilitati per trovare un altro medico di base e quindi l'incarico sarebbe stato sottodimensionato come numero di pazienti. Quello che i cittadini pensavano potesse essere una soluzione temporanea, a distanza di quasi un anno, è diventata la normalità. Nel corso del Consiglio Comunale di Mediglia in data 22 dicembre 2021, l'Opposizione chiede uno sforzo ulteriore nel sollecitare ATS affinché si collochi il medico di base a Robbiano e in tal caso, aiutarlo nel sostegno delle spese per lo studio medico o fornirgli un locale Comunale almeno nel primo periodo di assestamento.



## FOCUS Peschiera Borromeo La Casa di Comunità

E' notizia delle scorse settimane che Regione Lombardia ha indicato Peschiera Borromeo come uno dei luoghi dove verrà attivata una Casa della Comunità. Regione Lombardia informa che “La Casa della Comunità è il luogo fisico di prossimità dove la comunità può accedere per poter entrare in contatto con il sistema di assistenza sanitaria e socio-sanitaria.

La CdC, questo l'acronimo, promuove un modello organizzativo di approccio integrato e multidisciplinare attraverso équipe territoriali. Nelle Case si prevede l'attivazione di:

- Collegamento con la Casa della Comunità hub di riferimento
- Continuità Assistenziale
- Partecipazione della Comunità e valorizzazione co-produzione
- Presenza infermieristica
- Presenza medica
- Programmi di screening
- Punto prelievi
- Punto Unico di Accesso
- Servizi di specialistica ambulatoriale per le patologie ad elevata prevalenza
- Servizi diagnostici (finalizzati al monitoraggio della cronicità)
- Servizi infermieristici
- Servizio di assistenza domiciliare di livello base
- Sistema integrato di prenotazione collegato al CUP aziendale

- Servizi di cure primarie erogati attraverso equipe multidisciplinari (MMG, PLS, SAI, IFeC, ecc.)

Le Case di Comunità riattiveranno su di sé il ruolo primario di presidio del territorio (ex Distretti ATS), sia per gli aspetti preventivi (vaccinazioni, screening anche strumentali) che per le attività ambulatoriali in SSR (piccola diagnostica in tele-refertazione, prelievi, ecc.), radiologia ed ecografia domiciliare.

All'interno delle Case della Comunità si realizzerà l'integrazione tra i servizi sanitari e sociosanitari con i servizi sociali territoriali, potendo contare su equipe multidisciplinari (presenza degli assistenti sociali, Infermieri di comunità etc.) e diventerà il punto di riferimento continuativo per la popolazione anche grazie ad una infrastruttura informatica, un punto prelievi, la strumentazione polispecialistica atta a garantire la presa in carico della comunità di riferimento”.

Oltre alla notizia data dai media non sappiamo ancora alcune cose. Innanzitutto vorremmo sapere quali saranno i tempi di attivazione della casa della Comunità?

Immaginiamo che la sede dovrebbe essere presso l'attuale ATS in via Matteotti, ma i servizi sopra richiamati saranno attivati con un sistema modulare oppure verranno attivati tutti subito? Il personale medi-



co e infermieristico, il personale amministrativo, il personale per l'assistenza domiciliare saranno a carico di ATS?

Quest'ultimo aspetto non è di secondaria importanza vista l'attuale assenza di medici di base sul territorio e le difficoltà di sostituzione a seguito dei pensionamenti. E le spese di investimento per i servizi diagnostici e di screening saranno sempre a carico di ATS oppure dovrà intervenire il Comune?

La struttura in Via Matteotti, come sappiamo, è attualmente un luogo che richiede interventi di manutenzione ordinaria e straordinaria, nonché di riorganizzazione e ampliamento degli spazi: chi si occuperà di questa parte di interventi?

Inoltre ci chiediamo se non sarebbe il caso, visto il forte frazionamento del territorio peschierese, di decentrare, almeno nelle frazioni di San Bovio e Linate, alcuni servizi della Casa della Comunità.

## I HAVE A Dream

Non esitate a scriverci i vostri sogni all'indirizzo mail: [impronta.redazione@gmail.com](mailto:impronta.redazione@gmail.com)

Sogno un mondo dove non ci sia più la paura di un contatto umano, dove non si parli più di vaccini - dosi - anticorpi sierologici- terapie intensive pandemia... un mondo dove finalmente darsi la mano non sia più tabù.

Lori, 51 anni

“Prima sogno i miei dipinti, poi dipingo i miei sogni”.  
Vincent Van Gogh





Riportiamo la cronaca dell'ultimo Consiglio Comunale tenutosi a Mediglia, forse è passato qualche giorno ma la correttezza nei confronti dei nostri lettori ci spinge a dare sempre un'informazione completa.

## CRONACHE

Il Consiglio Comunale si è aperto come di consueto con le comunicazioni del Sindaco: risalta la notizia della delibera da parte di Regione Lombardia della Casa di Comunità a Peschiera Borromeo.

A seguito dell'approvazione dei verbali della seduta precedente, si è discusso del regolamento per l'utilizzo dei social media associati al Comune di Mediglia: la ratifica è avvenuta dopo due emendamenti (accolti) del gruppo Mediglia Rinasce.

I punti seguenti all'ordine del giorno hanno riguardato il nuovo bilancio del Comune: il programma dei lavori pubblici, il piano delle alienazioni e soprattutto il "DUP", il documento unico di programmazione economica e finanziaria che detta le voci di spesa che il Comune intende soddisfare nel 2022. Per una spiegazione più tecnica, a supporto dell'assessore Biraghi e del Sindaco, era presente la dottoressa Fiorini, incaricata in prima persona della stesura del bilancio.

Il documento risulta molto tecnico e non prevede nessuna scelta politica che vada ad esempio verso un'esenzione dell' addizionale IRPEF per le categorie più deboli o all' aumento dei fondi destinati alla didattica in aiuto agli alunni con problematiche.

E' stato poi presentato un protocollo d'intesa tra Anci Lombardia ed il Comune di Mediglia per il coordinamento, il monitoraggio e la realizzazione di specifici interventi di compensazione e riequilibrio ambientale nel nostro territorio, per la mitigazione degli impianti di stoccaggio del gas in sotterraneo per il giacimento presente nel comune di Settala e oggetto di rinnovo di concessione.

A parere unanime è poi stata votata una nuova convenzione per la gestione in forma sovramunicipale della piattaforma ecologica di proprietà della società "CEMAmbiente SPA" per la raccolta dei rifiuti, sita nel comune di Pantigliate; i nostri cittadini già usano la piattaforma da un anno e mezzo circa, la nuova convenzione dà più stabilità al rapporto col gestore.

Il Sindaco ha infine informato il Consiglio circa un accordo di collaborazione tra i Comuni metropolitani e la Città metropolitana di Milano per l'attuazione delle misure del PNRR (Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza). Durante un intervento del capogruppo Porcelli è emersa la rielezione al Consiglio metropolitano della consigliera Cocucci di Mediglia Rinasce, unica eletta dei cinque consiglieri medigliesi che si erano candidati.

In chiusura, oltre agli auguri di Natale a tutta la cittadinanza, non può non colpire la consegna al consigliere Porcelli di un pacco regalo da parte del Sindaco, contenente la fascia tricolore promessagli in maniera provocatoria nel corso della precedente seduta.

L'auspicio per l'anno nuovo non può che essere quello di un maggiore rispetto dei ruoli istituzionali, nella speranza che il Consiglio Comunale non sia più teatro di buffe scenette e di battaglie personali, purtroppo presenti anche questa volta.

## DALLA CM GENNAIO 2022

Inizio dell'anno e inizio del nuovo mandato per il consiglio metropolitano di Milano, i cui rappresentanti sono stati eletti il 19 dicembre scorso dai Sindaci e dai consiglieri comunali di Milano e di tutti i 133 Comuni dell'ex provincia. Maggioranza alla lista di centrosinistra C+ Milano Città Metropolitana, che ha eletto 13 consiglieri; prima dell'opposizione la lista Insieme per la Città Metropolitana, Forza Italia e centristi, che ne ha eletti quattro, come la Lega, arrivata terza; due consiglieri a

Fratelli d'Italia e uno alla lista La Città dei Territori – Lista Ecologista Solidale Civica. Per il Sud-Est Milano sono stati eletti Giorgio Mantoan assessore di Carpiano con la lista C+, Vera Cocucci consigliere di Mediglia e Marco Segala Sindaco di San Giuliano Milanese per Forza Italia. Rimane invece fuori Paolo Bianchi, ex sindaco di Mediglia.

La Redazione augura buon lavoro a tutti!

## Intervista a VERA COCUCCI (FORZA ITALIA)

### RIELETTA CONSIGLIERE DELLA CITTA' METROPOLITANA DI MILANO



**Vera Cocucci, fresca di rielezione in Consiglio Comunale di Mediglia e rieletta il 19 dicembre consigliere della Città Metropolitana: quali sono le sue prime considerazioni?**

*Sono davvero contenta e soddisfatta per questo risultato.*

*L'esperienza maturata in questi cinque anni è stata interessante e coinvolgente. Un'esperienza che mi ha permesso di avvicinarmi e affrontare tanti temi diversi e di svolgere pienamente il mio ruolo al servizio dei cittadini. E' necessario però sfatare una leggenda in merito a Città Metropolitana.*

**Quale sarebbe?**

*Contrariamente a quanto si dice, non è vero che non abbia competenze. Città Metropolitana si occupa di strade, scuole, trasporti e tanto altro. Argomenti che toccano direttamente la vita dei cittadini. Semmai, quello che manca è un bilancio impostato su risorse autonome e sufficienti.*

**Lei è da sempre legata alla zona del sud est Milano, in particolare al territorio dell'asse della Paullese. Quali sono le emergenze e le priorità per questo territorio?**

*Le emergenze, in effetti, sono tante e importanti. Penso ad esempio al prolungamento della Metropolitana 3 fino a Paullo, per la cui realizzazione il ruolo della Città Metropolitana è defilato rispetto ad altre competenze. Nonostante questo non mancherò di far sentire la mia voce sull'argomento così come ho fatto in passato.*

*Esprimo inoltre tutta la mia soddisfazione per l'installazione delle telecamere sulle strade provinciali contro l'incivile abbandono dei rifiuti, argomento del quale mi sono occupata personalmente nello scorso mandato fino alla sua soluzione. Sta altresì emergendo la problematica delle piste ciclabili, delle manutenzioni stradali e poi un tema particolare che coinvolge anche il mondo della scuola.*

**In che senso?**

*Spesso non vi è una correlazione fra la presenza dei mezzi di trasporto e gli orari scolastici modificati per garantire ai nostri ragazzi uscite e ingressi scaglionati. Sarebbe necessario riuscire ad armonizzare gli*

*orari dei mezzi di trasporto con quelli delle lezioni, in determinate fasce della giornata, superando la logica degli orari di punta e degli orari a frequenza diradata.*

**Una necessità che i cittadini sollecitano è il recupero della cava di Robbiano a Mediglia: di chi è la competenza per intervenire? Di città metropolitana?**

*Questa è un'altra tematica che ho seguito direttamente nel corso del mio precedente mandato. Nel nuovo Piano Cave della Città metropolitana l'ambito di estrazione di Robbiano non è stato inserito.*

**Quindi, cosa si può fare?**

*A questo punto è il Comune che si deve occupare delle interlocuzioni con la società concessionaria per procedere al ripristino ad uso pubblico della cava. Tra l'altro, questo luogo rappresenta un ambito di elevato pregio paesaggistico oltre che ambientale. Andrebbe assolutamente tutelato e valorizzato.*

**Su quali temi intende concentrarsi in questo mandato?**

*Innanzitutto, continuerò nell'attività di ascolto dei cittadini, di individuazione e segnalazione delle manutenzioni necessarie per le quali intervenire rapidamente. Sembra una cosa da poco, ma non lo è. In realtà si tratta di un'azione di prevenzione molto delicata. Vorrei concentrarmi anche sull'esigenza di potenziare le manutenzioni scolastiche. Tutti gli edifici delle scuole superiori di Milano e dell'Area metropolitana sono di proprietà della "ex Provincia": da diverse aree del nostro territorio mi segnalano necessità importanti nelle strutture scolastiche.*

**E poi?**

*Sicuramente porrò un'attenzione particolare all'attuazione del BiciPlan "CAMBIO", del Piano Territoriale Metropolitano, del PUMS e degli altri atti di programmazione per verificare che essi siano indirizzati nella direzione auspicata dal territorio. C'è poi il delicato tema dell'Idroscalo, un ambito sul quale da sempre concentro la mia attenzione.*

**Città metropolitana e le province sono elette attraverso elezioni parziali. Lei è d'accordo con**

**l'elezione diretta del sindaco metropolitano?**

*Sì, sono d'accordo. E sono lieta che anche la Corte Costituzionale si sia espressa sull'argomento. Non garantisce equilibrio il fatto che un territorio così variegato e popolato come quello della Ex Provincia di Milano non possa avere voce in capitolo sull'elezione del Sindaco Metropolitano, che viene eletto solo dai cittadini di Milano.*

*Non ha senso. Sono fermamente convinta che, in realtà come la nostra, l'integrazione fra Città capoluogo e i territori circostanti sia fondamentale per un'azione capillare di buon governo. Per arrivarci è necessaria una figura di vertice che sia interessata ad avere questa visione di sviluppo, dalla quale può trarre vantaggio non solo la Provincia ma anche la stessa Città di Milano.*

Vera Cocucci ha, giustamente, ripreso la questione della cava di Robbiano a cui L'Impronta è particolarmente legata.

Sappiamo che questa cava non è più (da anni) inserita nel Piano cave, che il giacimento estraibile si è consumato da un pezzo, che in teoria non ci dovrebbero essere più lavorazioni. Ma chi vive a Robbiano sa che decine e decine di grossi camion transitano ogni giorno sulle nostre strade, che tutti raggiungono e ripartono dalla cava, che gli autisti forse sono pagati a cottimo perché pensano di essere in un circuito automobilistico vista l'elevata velocità e la noncuranza verso l'incolumità dei cittadini e dei luoghi. In compenso nessuno sa che lavorazioni vengano effettuate, con che autorizzazioni, quali materiali vengano trattati, quante persone vi lavorano, perché ogni domanda pertinente e giustificata viene bellamente ignorata.

Cocucci dice che è il comune che deve interloquire con la società concessionaria, bene ma prima di pensare al ripristino di quella fetta di territorio probabilmente autonomo ed indipendente, slegato a quanto pare da leggi, norme e usi nazionali, si può fare chiarezza su che cosa è stato fatto e tuttora si fa la dentro? Ecco un bel compito per vecchi e nuovi consiglieri metropolitani della zona, indagate e dateci risposte comprensibili e prospettive credibili.



# Le Foreste Alimentari

## FANNO BENE A TUTTI



In Italia sono poco presenti ma in parti del mondo come l'Australia o l'America del sud sono molto diffusi. Stiamo parlando di metodi di coltivazione alternativi alle mono colture che possano garantire all'uomo molti degli alimenti di cui ha bisogno e allo stesso tempo rispettare la biodiversità e gli ecosistemi del territorio. Uno tra i più famosi è la food forest o foresta alimentare. La tecnica di coltivazione imita le dinamiche di una foresta ma è composta da piante utili per l'uomo come piante da frutto, erbe medicinali, aromatiche, piante da fibre e funghi. Permette quindi di trasformare un orto o giardino ad alta manutenzione in un sistema produttivo perenne ed autofertile. Un esempio è la tecnica del "chop and drop" ovvero il taglio di rami di piante pioniere o azotofissatrici senza la raccolta degli scarti dal suolo. Il materiale organico che rimane a terra riesce a portare avanti processi microbiologici necessari per tutto l'ecosistema.

Un altro molto conosciuto è la permacoltura. Metodo che nasce in Australia negli anni 70 da Bill Mollison e David Holmgren. È un sistema di progettazione per insediamenti umani sostenibili che ha come obiettivo principale quello di rispettare i cicli naturali della terra limitando il più possibile l'intervento dell'uomo, permettendo comunque di soddisfare bisogni di cibo, energia, fibre. Uno dei dodici principi base di questa tecnica agricola è quello di non produrre rifiuti, si riutilizza tutto o nel caso bisogna assicurarsi che "i sistemi presenti nel progetto non producano niente che non sia utilizzabile e utile ad un altro sistema."

Altro metodo che dovremmo tenere in considerazione non tanto per la produttività quanto per la tutela dell'ecosistema sono i giardini verticali.

Roberto Mancuso neurobiologo, autore e botanico ritiene necessario coprire le nostre città con le piante al fine di ridurre il calore e l'afa che nei mesi estivi rende invivibili molte parti d'Italia. I benefici sarebbero quantificabili perché le piante interverrebbero in maniera diretta sugli edifici, limitando i chilowatt che verrebbero utilizzati per il raffreddamento degli stessi, diminuendo le polveri sottili e la CO<sub>2</sub> e soprattutto garantendo ad insetti e piccoli animali un habitat accettabile.

### VI SEGNALIAMO UN BRANO SU YOU TUBE DEDICATO AL GRANDE TURISTA SPAZZINO

#### GETTAR POI NUOCE (Wodospad feat. Turista Spazzino)

Un brano dedicato all'impegno di un solo uomo per pulire il nostro pianeta. Una persona che non si accontenta del "tanto noi non possiamo fare niente" e ogni mattina si alza, sia prima di andare al lavoro che in vacanza, per raccogliere quanti più rifiuti trova in strade, fiumi, boschi.

Simone Riva, meglio noto come Turista Spazzino, è un "pazzo buono", ci vorrebbero più persone come lui.

Lombardo, padre, più volte intervistato da tv e giornali, da quando ha iniziato ha ricevuto 21 targhe da comuni e comunità e ha superato il record di 25 ore consecutive a raccogliere rifiuti su una scogliera (San Mauro Mare, FC, 11 agosto 2020).

Si sta preparando per battere nuovi primati e nel frattempo Wodospad è lieta di averlo come amico e alleato. Questo è per te Simone! E voi non gettate i rifiuti in giro, è ora di capire!!!

<https://youtu.be/BKM4aAAFupk>



### Intervista a...

di Carla Paola Arcaini

## Raffaella Gerli

**Raffaella vuoi raccontare ai nostri lettori come nasce la tua passione per i colori?**

R.: È così difficile parlare di sé, in particolare per me che sono sempre in mutamento: è complicatissimo, non mi conosco neanche io!! Dunque sono una pittrice formata all'accademia di Brera, nata fra i colori e l'arte dato che mio nonno era pittore e la nostra casa era piena delle sue tele colorate. Da quando ho memoria, ho sempre avuto matite e colori fra le mani e mai un dubbio su quello che mi piaceva fare. Credo sia nato tutto così, come naturale conseguenza.

**Come professione di cosa ti occupi?**

R.: Sono decoratrice e, da circa 20 anni, ho un'attività di decorazioni insieme al mio socio, Make up di interni. Ci occupiamo di decorazioni interne sia in Italia che all'estero. È un lavoro molto impegnativo, faticoso ma davvero gratificante.

**Sembra molto interessante. Passiamo ora ai tuoi dipinti. Ho notato che hai una cura particolare per i corpi umani, in particolare per le donne e per i nudi. Come mai affronti questa tematica?**

R.: Questa scelta è abbastanza recente. In passato ho dipinto tantissimi paesaggi, dove raramente inserivo persone, vedendo l'essere umano come un elemento di "disturbo" nel mio dialogo con la natura. Fatta eccezione per il mio "periodo tuareg" non ho in effetti mai dipinto persone, poi qualche anno fa, sono stata incaricata della realizzazione di una parete in un centro di recupero per donne maltrattate. Questo incarico è arrivato in un periodo della mia vita molto doloroso e lì è cambiato qualcosa in me. Mi sono resa conto del peso che tante donne portano dentro, di come spesso vengono usate e soggiogate, della violenza che le ha piegate e annullate. Quasi sempre queste donne restano in silenzio a subire. Ecco volevo gridare al mondo tutto questo e potevo farlo proprio attraverso le mie tele per dar loro voce, la voce che molte donne non avevano.

**E cosa mi dici dei giochi di luci e ombre?**

R.: Luci e ombre sono yin e yang, bene e male, gioia e dolore, l'equilibrio tra le cose... la mia continua ricerca.

Un altro soggetto dei tuoi dipinti sono gli alberi. Sono molto singolari, sembra che ci siano delle mani che si cercano, si abbracciano.

R.: i miei alberi sono nati come conseguenza del mio percorso interiore: l'albero è forte, attaccato saldamente alla terra ma sempre rivolto e aperto verso il mondo e, se ben curato, diventa meraviglioso, trasmette gioia ed energia positiva. Sono estremamente vivi!

**Ti è mai capitato di non riuscire ad esprimere appieno quello che senti? Talvolta l'emozione può non trasferirsi nel dipinto, nasce qualcosa di diverso rispetto all'intenzione iniziale?**

R.: Sì mi è capitato. Ho dipinto tre tele in

un periodo molto difficile per me e, appena ultimate ho avuto il desiderio di staccarle da me, perché erano cariche di quel dolore. È stato il mio modo di metabolizzarlo. I miei acquirenti non hanno visto nessuna traccia di quel dolore, anzi, hanno apprezzato i soggetti e la realizzazione vedendoci altro. Credo che anche questo sia magico: le mie creazioni hanno vita propria.

**Quale tecnica usi?**

R.: Fondamentalmente figurativa, ma ogni tanto, quando le emozioni che ho dentro sono troppo forti, mi sfogo sulle tele dipingendo d'istinto e nascono così i miei quadri "emozionali". Come materiali uso un po' di tutto: acquerelli, olio, materiali da decorazione essendo anche decoratrice, con una preferenza per gli acrilici. Spesso unisco più tecniche assieme.

**Hai mai provato una sorta di resistenza a lasciar andare le tue tele? Un bisogno di appartenenza così forte da portarti a trattenerle per te sola?**

R.: Sì, qualche volta mi è capitato. Come strategia porto il prezzo molto in alto, nella speranza che il mio dipinto non venga acquistato. A volte questa strategia non funziona e così devo lasciar andare le mie opere. Non è sempre facile, è come se si staccasse una parte di me.

**A cosa ti ispiri in particolare per le tue realizzazioni?**

R.: Ammiro una grande quantità di artisti e ognuno di loro mi stimola creativamente. Confesso di aver pianto davanti a Bernini e

non solo, e che il mio splendido cane si chiamava Monet, penso che questo la dica tutta!

**Mi pare di ricordare che oltre alla pittura tu abbia iniziato un percorso di studi universitari. Di cosa si tratta, e perché questa scelta importante ma anche faticosa, come la concili con tutto il resto?**

R.: Durante il primo lock-down mi sono chiesta perché non approfittare per fare qualcosa che mi interessava da tempo. Mi sono cimentata negli studi di igiene mentale, mi è sempre piaciuto studiare. Ho deciso di farlo seriamente e devo dire che, nonostante sia faticoso, sono davvero contenta di questo percorso universitario.

**Progetti e sogni futuri?**

Attualmente è in creazione uno spettacolo teatrale in collaborazione con Sabrina Dolci, Lucia Lombardo e Margot Volo organizzato dalla Gerli Music Production in cui le mie opere faranno da sfondo interattivo. Un sogno che coltivo da tempo è quello di viaggiare con la mia arte: portare le mie opere nel mondo! Viaggiando potrei arricchirmi anche dal punto di vista creativo, confrontandomi con altre culture.

**Come diceva qualcuno... se puoi sognarlo puoi anche farlo! L'augurio per Raffaella è che possa davvero realizzare il suo sogno.**

Potete ascoltare l'intervista sul podcast del programma l'altra metà del cielo di RadioActive 20068





# RESPIRARE MEGLIO *per vivere meglio*

**C'**è una cosa che ci accompagna dal primo attimo della nascita fino alla fine, non è il tifo per la squadra di calcio, non è il mutuo, ma è ..... il respiro.

Quello scambio di ossigeno con anidride carbonica che ci permette di vivere, che troviamo nei nostri discorsi con significati diversi: *un fetore da togliere il respiro*, oppure per dare significato alla "fine" *rendere l'ultimo respiro*, ma anche per sollievo *fare un respiro*, o dandogli un valore artistico *opera di ampio respiro*.

Il respiro è vita, ma il respiro può anche essere difficoltoso, affannoso, può essere a pieni polmoni o sintomo di un disturbo; ecco perché questo mese approfondiremo **le cause di una respirazione faticosa**.

Il disagio che si prova nel respirare in modo faticoso, in termini medici, è chiamato dispnea. Immaginate una vera e propria fame d'aria, come se non si riuscisse mai a respirare in modo adeguato.

Vi possono essere diverse cause ne citeremo alcune e ne valuteremo altre, vedremo anche come poter respirare meglio. Ad esempio dopo un **intervento chirurgico** è importante riuscire a riprendere una respirazione ottimale, lo scopo è di diminuire il più possibile i dolori ma, e pochi lo sanno, prevenire possibili complicanze.



Nei casi di interventi alle zone addominali e toraciche, cioè quando anche l'apparato respiratorio può essere coinvolto, se pur in modo marginale, dobbiamo prestare attenzione. Se per esempio nella banale fase di respiro ci accorgiamo di coinvolgere inconsapevolmente spalle, collo, braccia, sprechiamo risorse e possiamo peggiorare le cose.

Esiste una sorta di fisioterapia respiratoria che ci consiglia di NON metterci in posizione supina, ma appoggiati sulla schiena, respirare attraverso il naso, lentamente trattenendo per 3 secondi per poi espirare attraverso la bocca, i

3 secondi sono importanti affinché l'aria raggiunga correttamente gli alveoli polmonari ossigenando il sangue.

Anche l'**Ansia** può agire in modo negativo, sopra tutto durante una malattia o la riabilitazione, lo stato di attesa, il timore del non miglioramento possono provocare tensione e stress che sono cose passeggere ma possono essere debellate con una corretta respirazione. Poi con alti livelli di stress e ansia aumentano anche i battiti cardiaci ed i livelli di pressione.



Altre cause possono essere: le **allergie** se in questo caso il respiro affannoso può essere accompagnato da un sibilo possiamo parlare di bronco costrizione che, appunto, rende più difficile respirare.



**L'obesità** perché tra le persone obese le apnee notturne sono frequenti in quanto l'eccessivo peso corporeo può bloccare le vie nasali superiori.



**L'altitudine** che ovviamente non è un disturbo ma l'aria maggiormente rarefatta contiene una minore quantità di ossigeno.



Poi il **fumo** che come sappiamo provoca irritazione alle vie respiratorie.



Può succedere anche in **gravidanza**, qui col passare dei mesi e i mutamenti del corpo la vena cava inferiore ed il diaframma vengono compressi. Insomma abbiamo visto un po' di cause, molte anche naturali cioè non risultato di un disturbo, ma ora passiamo dall'altra parte, andiamo a vedere come si può migliorare e, se è il caso, impariamo a respirare meglio.

Dicevamo, respirare è una azione istintiva e automatica, ogni minuto facciamo una me-

dia di 15 atti respiratori, durante l'inspirazione l'aria entra attraverso il naso o la bocca, prende le vie respiratorie e arriva agli alveoli polmonari, qui l'ossigeno viene ceduto al sangue, il quale, ricaricato, arriva alle cellule di tutto l'organismo, le nutre e spazza via i prodotti di rifiuto.

Durante l'espirazione buttiamo fuori questi prodotti di rifiuto, il muscolo che ci permette l'alternarsi di queste due fasi si chiama diaframma ed è posto tra torace e addome. Non tutti lo adoperiamo in modo corretto, le cause che abbiamo elencato sopra ci portano sovente ad una serie di atti respiratori poco profondi, brevi e frequenti. Qui di seguito riportiamo tre semplici esercizi respiratori che ci guidano verso un uso corretto del respiro per garantire all'organismo la massima ossigenazione, basteranno pochi minuti al giorno e se all'inizio (come per tutte le cose) gli esercizi possono sembrare difficili, o ci sembrerà di rimanere senza fiato, con gradualità e costanza i risultati arriveranno insieme ad una maggiore sensazione di benessere.

**Esercizio 1.** Seduti o in piedi appoggiare una mano sulla pancia (sotto lo sterno), buttare fuori l'aria fino a che i polmoni sembrino vuoti inspira-

re lentamente per 4/5 secondi con il naso fino a che si sente gonfiarsi la pancia. Sempre attraverso il naso lasciare uscire l'aria senza impegnare i muscoli, lentamente per 5/8 secondi.

**Esercizio 2.** E' una specie di continuazione dell'esercizio precedente, con le stesse modalità bisogna inserire tra l'atto inspiratorio e la fase espiratoria un intervallo di circa 4 secondi trattenendo l'aria, in questo modo siamo certi che tutto l'ossigeno sia stato rilasciato.

**Esercizio 3.** Dopo aver imparato ad eseguire senza sforzo i primi due si passa a quest'ultimo. In posizione comoda, distesi o semi sdraiati, inspirare cercando di gonfiare il più possibile la parte addominale, poi salendo quella toracica media e poi ancora quella alta. Espirare naturalmente lasciando fuoriuscire tutta l'aria.

I primi due sono semplicissimi, il terzo necessita di un maggiore impegno, basterà dedicare pochi minuti al mattino ed alla sera, poi se possibile anche a metà giornata, questa modesta ginnastica respiratoria abbinata ad una attività fisica leggera può essere di grande aiuto. ●

## ANNUNCIO A PAGAMENTO

### Comunicato Stampa

**Una via spirituale al benessere.  
In una duplice conferenza gratuita su Zoom  
il percorso tracciato da Bruno Gröning**

Un percorso verso un'esistenza in salute, benessere e armonia con se stessi e l'ambiente, grazie a una forza vitale connessa al cosmo. Se ne parla in una duplice conferenza informativa in programma domenica 13 febbraio e domenica 27 alle ore 17, online, sulla piattaforma Zoom. La partecipazione è libera e gratuita.

Per entrare ci si può collegare dal seguente link: <https://t1p.de/ita22>. La conferenza, in lingua italiana, dura circa un'ora.

Organizza il "Circolo per l'Aiuto Naturale nella Vita", associazione internazionale, acconfessionale e senza scopo di lucro, impegnata nella diffusione dell'insegnamento di Bruno Gröning (Danzica 1906 - Parigi 1959). Bruno Gröning non era un medico e nemmeno un accademico, proveniva da una famiglia tedesca di modeste origini. Era un uomo semplice, dotato di una grande ricchezza spirituale interiore. Senza mai accettare alcun compenso in denaro, guidato dal solo spirito altruistico, si prodigò nell'offrire aiuto alle persone sofferenti che accorrevano da ogni parte della Germania, dell'Europa e perfino dall'America. Nella Germania del dopoguerra la stampa dedicò numerosi reportage al "Fenomeno Bruno Gröning", "il dottore dei miracoli", come veniva chiamato, per via delle inspiegabili guarigioni e aiuti a lui attribuiti, sulla base dei racconti dei numerosi testimoni dell'epoca. Questo umile uomo di Danzica - che allora apparteneva alla Germania - si definiva semplicemente un "piccolo servitore" e affermava, come recita uno dei principi cardine del suo insegnamento, l'importanza di "accogliere sempre buoni pensieri", perché "i pensieri sono energie, forze spirituali,

hanno una potenza in sé, della quale l'umanità oggi non ne è più cosciente".

La sua eredità spirituale è stata raccolta, alla sua morte, da una donna, Grete Häusler, sua stretta collaboratrice, e, grazie a lei, il suo insegnamento si è diffuso in quasi tutti i paesi del mondo. Oggi è il figlio, Dieter Häusler a guidare l'organizzazione mondiale.

L'incontro sarà l'occasione per guardare da un punto di vista differente alle origini della salute, della malattia e delle dipendenze, in un dialogo armonico e costruttivo con la scienza. Il percorso indicato da Bruno Gröning sarà presentato al pubblico anche attraverso testimonianze e esperienze accuratamente verificate da un team di cui fanno parte, a titolo volontario e gratuito, medici, psicologi, veterinari, naturopati.

Senza mai contrapporsi alla medicina ufficiale, né dare alcun tipo di indicazioni di carattere medico scientifico, l'associazione internazionale raccoglie e commenta le testimonianze legate a questo percorso, per trovare i punti di convergenza, nel rispetto della specificità dei due ambiti, tra vita biologica e spirituale, scienza e fede, trascendenza e immanenza.

Nel 2013 il "Circolo per l'Aiuto Naturale nella Vita" è stato insignito all'ONU da parte della Ong "World Peace Prayer Society" del Premio "Peace Pole" per il suo impegno nella promozione mondiale della pace e della tolleranza.

Questi due primi appuntamenti danno il via a un ciclo di otto incontri sempre su Zoom, in programma anche: il 12 marzo alle 18, il 27 alle 19, l'8 e il 29 maggio alle 19, il 19 e 24 giugno alle 21.



info: cell. Bruno Arcuri 3389321707 -  
Marilisa Cazzaniga 3402419856  
mail: [conferenzeita.bg@gmail.com](mailto:conferenzeita.bg@gmail.com) -  
[www.groening.org](http://www.groening.org)  
[www.facebook.com/brunogroening.org.it/](https://www.facebook.com/brunogroening.org.it/)  
[www.youtube.com/user/BrunoGroeningItalia](https://www.youtube.com/user/BrunoGroeningItalia)





## IL BANCARIO

*in salotto*

Il Direttore di un'Agenzia  
Risponde alle Vostre Domande  
scriveteci in redazione

## INVESTIMENTI

Buongiorno, conviene ancora investire in oro?

**B**uongiorno caro lettore, grazie per la domanda.

Attualmente viviamo in un'epoca in cui i rendimenti sui conti correnti sono pari a zero mentre sulla maggior parte degli investimenti senza rischio questo dato viene di poco aumentato. Inoltre, il potere d'acquisto di ogni individuo è drasticamente calato di pari passo con il valore nominale del denaro.

**L'oro è considerato come il bene rifugio per eccellenza in quanto il suo valore è stabile nel tempo.**

Si tratta di un bene scarso che non corre rischio di default e, dato che è un elemento chimico naturale, non è riproducibile in laboratorio né falsificabile, con la capacità di mantenere nel tempo il proprio valore e il proprio potere d'acquisto. In ottica di investimento, permetterebbe di diversificare il portafoglio e tenere sotto controllo il rischio/rendimento nel lungo termine; inoltre offrirebbe una protezione in casi di forte correzione dei mercati azionari, proteggendo il patrimonio dagli scossoni del mercato finanziario, non essendo legato all'andamento di azioni e obbligazioni.

Infine, sempre come punto di forza, il metallo è facilmente liquidabile, sia che si tratti di oro fisico sia di oro finanziario.



Per quanto riguarda i "contro", si può affermare che l'oro non è adatto a chi abbia un'ottica di investimento di breve termine, infatti le oscillazioni di prezzo dell'oro sono lente. Solitamente il prezzo sale in caso di crisi economica e scende con la ripresa, ma la volatilità è contenuta e questo è uno svantaggio in caso di discesa perché servirà tempo per recuperare le perdite.

In caso di investimento in oro fisico, inoltre, ci potrebbero essere diversi costi collaterali (trasporto, custodia, assicurazioni) che andrebbero ad incidere sul rendimento.

Negli ultimi 20 anni, l'asset ha registrato un incremento mai raggiunto da qualsiasi altro strumento finanziario.

E' possibile investire nel metallo prezioso

o acquistando "oro fisico", come monete o lingotti, oppure investendo in "oro finanziario" come fondi comuni e titoli delle società minerarie.

**Nell'anno della pandemia le quotazioni dell'oro sono salite del 20%**, ma con l'inizio del 2021 questa tendenza si è invertita e il metallo giallo sta crescendo meno rispetto alle altre materie prime.

Il calo del prezzo dell'oro rappresenta però un'opportunità di ingresso se si guarda all'interno del più ampio settore delle materie prime che, in questa fase di ripresa dell'economia, sembrerebbero all'inizio di un super ciclo. La ripresa dell'industria, dei consumi, la spinta verso una transizione energetica e la conversione economica verso regole sostenibili, sostengono i settori ciclici e le materie prime e riguarda, anche se questa volta solo marginalmente, anche l'oro.

Vediamo nel dettaglio le possibilità di investire nel metallo prezioso.

**Investire in oro fisico** significa acquistare lingotti e monete d'oro. L'oro è detenuto fisicamente da una terza parte, di solito una banca, con costi di deposito e una tassazione che alla vendita è del 26%. Acquistando lingotti, come già anticipato, bisogna mettere in conto anche un'assicurazione del bene e i costi di immagazzinamento. L'oro fisico è un investimento diretto nel valore dell'oro, e ogni cambio del dollaro nel prezzo dell'oro modificherà proporzionalmente il valore.

**Mentre investendo in oro finanziario, si possono acquistare direttamente azioni di società aurifere oppure fondi comuni specializzati in metalli preziosi.**

Un fondo può fornire vantaggi in termini di rischio/rendimento tenendo presente che l'oro fisico è meno volatile, mentre le azioni aurifere sono più volatili, ma hanno storicamente sovraperformato l'oro durante i cicli del mercato al rialzo, perché possono fare leva non solo sul prezzo del metallo, ma anche sui profitti delle singole aziende.

I fondi specializzati in metalli preziosi detengono titoli di società che estraggono oro e altri metalli preziosi: **il vantaggio potrebbe essere quello di investire su un portafoglio diversificato di aziende che non puntano esclusivamente sull'oro.** Un'alternativa ai fondi è **l'acquisto di prodotti finanziari legati agli indici del prezzo dell'oro** (CFD oppure ETF e Futures).

A presto cari lettori, un affettuoso abbraccio virtuale.

*A presto cari lettori,  
un affettuoso  
abbraccio virtuale*

## PSICOLOGICAMENTE... parlando



Rubrica dedicata a tematiche psicologiche, a cura della dottoressa **Stefania Arcaini**, psicologa e psicoterapeuta specializzata nella psicoterapia di adolescenti e adulti. Per suggerire temi da affrontare scrivetemi: [arcainistefania@gmail.com](mailto:arcainistefania@gmail.com)

### GLI EFFETTI PSICOLOGICI DEL MOBBING

**I**l termine mobbing deriva dal verbo inglese to mob che significa "attaccare, assalire, aggredire, accerchiare". Alla fine degli anni '80, il primo a utilizzare questo termine per indicare una condizione di persecuzione psicologica nell'ambiente di lavoro fu lo psicologo tedesco Heinz Leymann. In Italia, l'attenzione verso questo fenomeno è iniziata negli anni '90, grazie all'importante contributo dello psicologo del lavoro Harald Ege, il quale definisce il mobbing come "una forma di terrore psicologico sul posto di lavoro, esercitata attraverso comportamenti aggressivi e vessatori ripetuti, da parte di colleghi o superiori" (Ege, 1997). Si distinguono diverse tipologie di mobbing. Parliamo di **mobbing verticale** (discendente o dall'alto) quando le azioni mobbizzanti vengono messe in atto da un superiore ai danni della vittima. Quando le azioni vessatorie sono messe in atto dai colleghi pari grado ai danni della vittima, invece, siamo di fronte al **mobbing orizzontale**.

È importante precisare che non si può considerare mobbing qualsiasi forma di conflitto all'interno dell'ambiente di lavoro, così come esso non va confuso con più generiche condotte stressanti.

Il mobbing, infatti, è caratterizzato da un'azione sistematica e premeditata, consciamente



o inconsciamente, ai danni di una vittima ben precisa, con l'intento di danneggiarla o allontanarla, costringendola alle dimissioni o provocandone un motivato licenziamento. Inoltre, un presupposto fondamentale è il requisito temporale, ossia le azioni mobbizzanti devono essere regolari, sistematiche, frequenti e durare almeno sei mesi. Ege ha individuato una variante di questo fenomeno, che ha definito **quick mobbing**, che consiste in attacchi particolarmente intensi e frequenti e per il quale la durata necessaria viene ridotta a tre mesi.

Le azioni mobbizzanti possono essere palesi o sottili e mirano ad escludere dall'azienda un lavoratore scomodo o sgradito. Le motivazioni sottostanti a tali comportamenti aggressivi possono essere molte, come la competizione, l'invidia, l'antipatia personale, il razzismo, la discriminazione di genere. Il lavoratore mobbizzato viene emarginato, umiliato, criticato, mortificato e subisce un danno alla sua integrità psicofisica e alla sua dignità. Vive in uno stato di incertezza molto forte e di costante allerta, si sente demotivato e teme di perdere il posto di lavoro.

Il senso di isolamento e la mancanza di solidarietà contribuiscono ad acuire gli effetti negativi sulla salute. La persona mobbizzata continua a pensare al lavoro, inizia a macerarsi, si chiede cosa può aver fatto di male per meritarsi l'emarginazione, perde autostima e diventa vulnerabile, incapace di sostenere il confronto. Può sviluppare disturbi quali insonnia, stanchezza cronica, somatizzazioni (ad esempio frequenti mal di testa, mal di stomaco), attacchi di panico e depressione. Nei casi più gravi, è alto il rischio suicidario.

Spesso la vittima non riesce a collegare i sintomi di cui soffre con le violenze psicologiche subite nell'ambito lavorativo.

Comprendere che il proprio disagio è causato dal mobbing è un passo fondamentale per uscire dallo stato di prostrazione ed iniziare ad affrontare il problema. Data la sua complessità, è in genere opportuno rivolgersi per aiuto e supporto a più figure professionali, quali medici, psicologi o psicoterapeuti, sindacalisti e avvocati. Molte ricerche dimostrano che gli effetti negativi del mobbing non cessano con il venir meno della condotta vessatoria, ma si prolungano nel tempo, per un periodo compreso mediamente tra i 12 e i 18 mesi. Anche per questo motivo, può essere indicato un percorso psicoterapico.

Il mobbing provoca danni, non solo alla vittima, ma anche all'organizzazione e sarebbe auspicabile da parte delle aziende un'attenzione costante alla prevenzione del fenomeno.

**Dr.ssa Stefania Arcaini**





a cura di **Avv. Dario De Pascale**  
**d.depascale@depascaleavvocati.it**  
**Tel. 02.54.57.601**

**Per qualsiasi approfondimento delle tematiche affrontate, vi invito a contattarmi ai recapiti sopra indicati.**

## **CONFLITTI CON LE BANCHE: QUALI RIMEDI?**

**N**ei rapporti tra banca e cliente possono spesso insorgere dei conflitti che possono essere risolti con la semplice proposizione di un reclamo.

I problemi che possono sorgere sono i più disparati: errati addebiti sul proprio conto corrente, addebiti di interessi usurari non motivati, maggiorazioni di spese senza giustificazione, ecc.

E' comune, tuttavia, che le banche – ben sollecitate nel riscontrare l'errore inverso, cioè l'erroneo accredito di somme non dovute al cliente e nel chiederne la restituzione – non siano altrettanto solerti nel segnalare al cliente gli addebiti da esse illegittimamente effettuati. Per questo, per ricevere la restituzione degli addebiti errati e per risolvere questi disguidi a volte è necessario inoltrare una richiesta formale.

Ma come procedere per far valere i propri diritti e per tutelare i propri interessi?

Premetto un consiglio di buon senso e cioè, di tenere sempre attentamente monitorati i movimenti del proprio conto corrente e della propria carta di credito per riscontrare tempestivamente eventuali anomalie.

Ciò detto, una volta accertato l'errore, è bene cercare di risolvere le questioni chiedendo un confronto diretto tramite telefono o presentandosi di persona nell'istituto bancario dove si ha aperto il conto.

Se dopo questo primo tentativo non si è giunti ad un risultato soddisfacente, l'unica soluzione è quella di inoltrare un reclamo formale ovvero una lettera contenente in modo preciso il problema riscontrato.

Il reclamo andrà quindi consegnato all'ufficio reclami del proprio istituto bancario: in questo ufficio il reclamo verrà protocollato e verrà analizzato il problema che ha dato origine allo stesso; la protocollazione e registrazione del reclamo è molto importante perché è rilevante ai fini della tracciabilità. Essa avviene semplicemente annotando il proble-

ma all'interno del registro reclami (cartaceo e/o elettronico).

La lettera di reclamo può essere inviata tramite posta raccomandata con ricevuta di ritorno, tramite email con posta certificata o con consegna a mano presso l'ufficio reclami (o eventualmente presso l'ufficio legale dell'istituto bancario). Se si opta per la consegna a mani bisognerà richiedere la ricevuta della consegna. Ci sono poi due modalità di compilazione del modulo di reclamo: si può compilare come una lettera personalizzata o si può compilare un modulo predisposto dalla banca (reperibile presso la stessa o online sul sito della propria banca).

Una volta che la banca ha ricevuto il reclamo del cliente, l'ufficio reclami ha 30 giorni di tempo per analizzare il problema ed esprimere il proprio giudizio sulla fondatezza o meno del reclamo.

Se il reclamo è fondato, la banca lo accoglie e comunica per iscritto al cliente la decisione tramite raccomandata con ricevuta di ritorno. Nella comunicazione dovranno essere precisate in dettaglio le modalità e le tempistiche con cui la banca intende risolvere il problema.

Se il reclamo viene ritenuto

infondato, nella comunicazione che l'ufficio deve fornire al cliente devono essere rappresentati tutti i motivi a giustificazione della decisione della banca. Inoltre l'ufficio reclami deve mettere il cliente al corrente della possibilità che egli ha di adire l'ABF (ovvero l'arbitro bancario finanziario) o di azionare altri metodi di risoluzione stragiudiziale delle controversie.

Se invece il ricorso viene ritenuto fondato, ma il cliente non è soddisfatto della soluzione proposta dalla banca, quest'ultimo può adire l'ABF o altri metodi di risoluzione stragiudiziale come nel caso precedente.

Infine se la banca non si pronuncia entro lo scadere dei 30 giorni, questo silenzio equivale a rigetto. A questo punto, ciò che il cliente può fare è esattamente quello che potrebbe fare se il ricorso venisse ritenuto infondato ovvero ricorrere all'ABF o ricorrere al sistema di risoluzione stragiudiziale.

In via residuale il cliente può anche rivolgersi al giudice ordinario o anche alla Banca d'Italia con lo strumento dell'esposto.

Infine, preciso che l'arbitro bancario finanziario è un organismo specificamente preposto alla risoluzione delle controversie tra intermediari bancari e i propri clienti.

E' possibile accedere a questo strumento solo dopo aver presentato un reclamo formale (che infatti costituisce condizione fondamentale e di procedibilità della relativa azione) ed aver ricevuto un diniego totale o parziale dalla banca.

**Avv. Dario De Pascale**

## **Il NUTRIZIONISTA**

A cura del Dott. Emanuele Caruso, biologo nutrizionista.  
 Per domande e richieste di argomenti da affrontare, contattatemi:  
 Tel. 348 481 2010 - emanuele94.ec@gmail.com  
 www.nutrizionistaemanuelecaruso.com

### **LA CARNE ROSSA FA MALE?**

**N**el 2015 l'IARC (agenzia internazionale per la ricerca sul cancro) – in seguito a studi epidemiologici – definì le carni rosse come probabilmente cancerogene e le carni lavorate (insaccati e salumi) come cancerogene.

A seguito di queste affermazioni risulta facile immaginare come la maggior parte delle persone ha cominciato a demonizzare la carne rossa eliminandola completamente o quasi dalla propria alimentazione.

Quanta verità c'è dietro a questi studi?

Non è mai stato pienamente chiarito in realtà il grado di correlazione tra consumo di carne rossa e maggior incidenza di tumori.

Quello su cui bisogna soffermarsi non è tanto l'uso regolare ma limitato di carne rossa, quanto il suo abuso, la qualità, la lavorazione e la cottura: la carne rossa fresca non è qualitativamente paragonabile per esempio alla carne lavorata come quella dei salumi e degli insaccati.

Le carni lavorate vengono trasformate attraverso processi che ne migliorano il sapore, risultando come quelle più pericolose per l'uomo tanto da essere classificate come



cancerogene.

Anche la cottura è fondamentale: ad esempio cotture ad alte temperature quali griglia o piastra se non padroneggiate possono portare alla formazione di sostanze cancerogene – su tutte le le HCA e IPA (sigle rispettivamente di amine eterocicliche e idrocarburi policiclici aromatici).

La verità dunque, come nella maggior parte dei casi quando si parla di alimentazione, sta nel mezzo: nell'ambito di una alimentazione sana, varia ed equilibrata c'è posto per tutto perché ogni alimento, che contiene in se nutrienti diversi da un altro e riesce, in perfetta sinergia, ad equilibrare ogni cosa a patto di conoscere e mantenere le giuste dosi.

**Dott. Emanuele Caruso**

**Ascoltami anche in radio! Sintonizzati su Radioactive 20068 tutti i giovedì alle 10.00: SPAZIO NUTRIZIONE**

**Un amico al telefono**  
**NE VUOI PARLARE? io ti ascolto**

**CHIAMACI**  
**039 6612807**  
 dal LUNEDÌ al SABATO dalle 10 alle 12 e dalle 18 alle 22

**MOMENTI DIFFICILI? DI SCONFORTO? Non sei solo, manda un messaggio**

**WhatsApp 3332025460**

**un volontario è on line**  
 MARTEDÌ, MERCOLEDÌ, GIOVEDÌ dalle 19 alle 21  
 SABATO dalle 10 alle 12

**SI GARANTISCE L'ANONIMATO**

**www.unamicoaltelefono.it**  
**info@unamicoaltelefono.it**

## **Pillole di Vita**

### **LUCE**

di Carla Paola Arcaini

Ciascuno di noi è portatore di luce. Lasciamoci invadere dalla luce tutti i giorni dell'anno.

Luce chiama luce e fa davvero miracoli. Conviviamo con le ombre e le luci, facciamo in modo che a prevalere sia la luminosità che fa star bene, che dona calore a chi ci circonda. I momenti bui si sa ci sono e ci saranno sempre ma vestiamoci di luce, non solo per le prossime festività...

Ricordiamoci però che la luce, quella autentica, va accesa, curata, alimentata.

Bisogna sapersene prendere cura anche nei momenti dove è l'ombra a oscurarla.

**"Le persone sono come le vetrate. Scintillano e brillano quando c'è il sole, ma quando cala l'oscurità rivelano la loro bellezza solo se c'è una luce dentro."**

Elisabeth Kubler-Ross

**"C'è una crepa in ogni cosa ed è da lì che entra la luce."**

Leonard Cohen

**"La luce può essere delicata, pericolosa, onirica, nuda, viva, morta, nebbiosa, chiara, calda, scura, viola, primaverile, cadente, dritta, sensuale, limitata, velenosa, calma e morbida."**

Sven Nykvist

È possibile ascoltare le pillole di vita anche sul [www.radioactive20068.it](http://www.radioactive20068.it) in onda il Sabato alle h.17.30 oppure in podcast



# Una gita al giorno



## WWF e Natura, CHE PASSIONE!



Probabilmente tutti sappiamo chi/cosa è il WWF, avremo letto di alcune tra le tante battaglie sostenute a difesa della natura, sicuramente ne abbiamo condiviso scopi e azioni, forse non tutti sanno che nella zona del sud est Milano la presenza del WWF è tangibile e ci consente splendide passeggiate a pochi km da casa.

Ma iniziamo col dire che in Lombardia sono centinaia i volontari che, divisi su 8 associazioni, si occupano di educazione ambientale, tutela del territorio e della fauna, lotta all'inquinamento, contrasto all'urbanizzazione spregiudicata. Basti pensare che 576 ettari di verde sono stati sottratti alla caccia ed alla speculazione. Sono state inoltre salvate alcune specie animali in possibile estinzione ed ora vivono tranquille come il capriolo nell'oasi di Vanzago, la salamandra pezzata nell'oasi di Valpredina e la rana Lataste, che a noi magari non dice niente ma che è uno degli anfibi più rari d'Europa, che vive serena nell'Oasi Le Bine. Ma come dicevamo osserviamo le aree a noi più vicine, a partire dal **Bosco di Montorfano**. Si trova alla periferia di Melegnano zona nord est, all'interno del Parco Agricolo Sud Milano, tappa di partenza del Sentiero dei Giganti, da queste parti a Marignano si svolse una epica battaglia che vide, contrapposti 30.000 soldati francesi e 20.000 svizzeri, vinceranno i primi e dopo questa rovinosa sconfitta gli svizzeri fecero della loro neutralità uno stile di vita e di governo. Però nel

frattempo il Ducato di Milano passò sotto l'egemonia francese, ma torniamo al bosco, ha una estensione di quattro ettari e mezzo, l'intervento di recupero naturalistico parte negli anni '90 ed ha consentito di ripristinare un classico bosco lombardo, con ricco sottobosco e tre stagni.

Qui dimorano salici ed ontani, querce, olmi e frassini a seconda delle zone più umide o asciutte, presenti anche grandi pioppi luogo di nidificazione del picchio rosso maggiore, importante anche una forte presenza di edera che è fonte di nutrimento invernale e sito di nidificazione per

recintata di 4 ettari di estensione, sorta nel 1994 e composta da aree a giardino ed a bosco, qui troviamo alberi ed arbusti tipici di un passato recente ma quasi dimenticato: querce, carpini bianchi, noccioli, biancospini. Tra questi alberi si possono facilmente notare cassette nido per favorire la nidificazione ed il ripopolamento, tra i frequentatori le cinciallegre, il merlo ed il picchio verde. Fra i mammiferi si segnalano il riccio e la talpa. C'è anche una roggia, la Viscontea habitat naturale della rana verde. Andiamo ora all'**Oasi Parco delle Noci**, sono



Oasi Naturalistica della Martesana

molte specie.

Qui transitano anche i fiumi Lambro e Vettabbia le cui acque sono decisamente più pulite rispetto al passato, tanto da divenire dei corridoi ecologici dove vivono ad esempio la carpa ed il cavedano. Da segnalare anche che nei pressi degli stagni sono tornate a vivere molte specie di libellule quali la frecciazurra, il golfò serpentina e la zampalarga comune.

Già che siamo in zona ci fermiamo all'**Oasi di San Giuliano**. Pochi lo sanno ma esiste questa oasi urbana non

3 ettari e mezzo, quindi non è molto grande ma la cosa pregevole è che dall'area del cantiere della linea ferroviaria ad alta velocità con un intervento di recupero naturalistico abbiamo ora un bosco, due zone umide, siepi arbustive e perfino quella che era la sede fisica del cantiere è diventata un centro visite. Abbiamo quindi anche una funzione didattica con uno stagno che nei mesi primaverili ed estivi è ricoperto dai fiori del nanufero creando un effetto ottico di rara fattura, lo stesso stagno è un supercondominio

per la rana verde in coabitazione con diverse specie di libellule. Ma attenzione qui sono presenti anche lo sparviere, l'alocco e la volpe. Sempre in tema di recupero, poco più a nord tra Pozzuolo Martesana e Melzo vi era un'ampia cava di sabbia destinata alla ghiaia per la nuova autostrada TEEM.

Terminata l'attività di estrazione da qui con una opera di recupero impegnativa è nata l'**Oasi Naturalistica della Martesana**, attenzione parliamo di 30 ettari con una elevata presenza animale e vegetale. Questo luogo è una sorta di paradiso terrestre (o come lo immaginiamo) con una varietà di piante ed arbusti ma sopra tutto è luogo ideale per molte specie di uccelli che la scelgono come area di riposo, sver-



una quota di buongustai che pensa alle gite come meta per una abbondante seconda colazione, possiamo deludervi? No certo e allora nelle trattorie che incontrerete da queste parti potrete tuffarvi nei piatti tipici del lodigiano, li conoscete già? Vediamo.

Partendo dagli antipasti abbiamo la *Raspadura* che può essere antipasto ma che potete gustare in ogni fase del pranzo, è una sfoglia finissima di formaggio che si scioglie in bocca, provare, provare assolutamente.

Poi la *fritada cun le urtis* cioè frittata con cipolle e ortica, poi il *pesce finto* che in effetti è un polpettone di tonno. Passiamo ai primi piatti, immancabile il risotto con la salamella (*rugnus*) con la salsiccia (*salsissa*) verze e fagioli (*verse e fasoi*) coi funghi (*cui fung*). Ma anche la pasta asciutta cioè la *Pasta cui spargi* (asparagi) o i *Ravioi de suca* (ravioli alla zucca) o la *Supa de antige* (zuppa di lenticchie), a seguire un bel piat-



to di *Luganega cun le lentige* (tipica salamella locale con lenticchie) oppure il *pulaster cun el vin* (pollo cotto col vino rosso) o *l'anadot in salmi* (anitra), *Dunel in umid* (coniglio alla cacciatora).



Chiudiamo con un dolce quasi sconosciuto?



Le *pulpett de perseggh* cioè le polpette di pesche rigorosamente con amaretti mandorle e marsala. Che ne dite?

Questa domenica alzatevi dal divano, spegnete la TV e fate un bel giro tra le oasi WWF.



Bosco di Montorfano



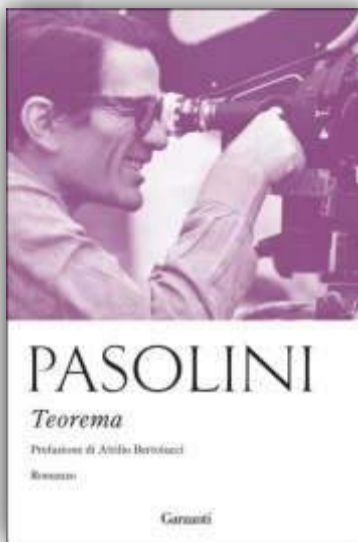
Oasi di San Giuliano



Oasi Parco delle Noci



# LETTI PER VOI



**Produzione letteraria**  
**TEOREMA**  
**di Pier Paolo Pasolini**  
**216 Pagine**  
**Garzanti**

**Produzione cinematografica**  
**TEOREMA**  
**di Pier Paolo Pasolini**  
**Genere Drammatico**  
**Durata: 98 minuti**  
**Italia 1968**

Nel centenario della nascita di Pasolini, che nacque il 5 marzo 1922, non perdiamo l'occasione di riscoprire le

sue opere e di farle conoscere ai più giovani. Pasolini diresse il film "Teorema" nel 1968 e dalla sceneggiatura trasse nello stesso anno il romanzo omonimo. L'arrivo di un misterioso ed affascinante giovane nella villa di una ricca famiglia borghese milanese, sconvolge le vite dei suoi abitanti che si innamorano, ricambiati, di lui. Il giovane ha un rapporto sessuale dapprima con l'annoiata moglie (interpretata nel film dalla bellissima Silvana Manganò), poi con i figli, con la domestica (interpretata da Laura Betti) e, infine, con il capofamiglia. L'incontro e il congiungimento erotico con il giovane saranno rivelatori per ogni membro della famiglia e ne cambieranno per sempre l'esistenza. Dopo la sua par-



tenza, la moglie si concede a vari giovani, la figlia entra in stato catatonico, il figlio abbandona la casa familiare e si mette a dipingere, il padre lascia la fabbrica agli operai e la domestica, tornata alla cascina dove vive la sua famiglia, si libra in aria e viene adorata come santa.

Alla sua uscita nelle sale il film fece scandalo per le scene di sesso, ma in seguito l'opera è stata rivalutata e ne è stata riconosciuta la forte valenza simbolica: cosa accadrebbe se il sacro si manifestasse all'improvviso nella quotidianità di una famiglia borghese? A proposito del ruolo dell'ospite misterioso del suo "Teorema", Pasolini scrisse sulla rivista "Quinzaine littéraire": un "messaggero del Dio impietoso, di Jehovah che attraverso un segno concreto, una presenza misteriosa, toglie i mortali dalla loro falsa sicurezza. È il Dio che distrugge la buona coscienza, acquistata a poco prezzo, al riparo della quale vivono o piuttosto vegetano i benpensanti, i borghesi, in una falsa idea di se stessi".

# VISTI PER VOI



**COME FA A FAR TUTTO**  
**Regia**  
**di Douglas McGrath**  
**Genere Commedia**  
**Durata: 91 minuti**  
**USA 2011**

Kate, giovane mamma di due bimbi, è la classica donna "multitasking" che si destreggia tra gli impegni familiari e la sua professione in ambito finanziario. È molto determinata a non tralasciare nulla nella sua vita per fare carriera. Anche suo marito Richard è impegnato con il lavoro e il loro menage familiare è caratterizzato da mille incastri, per far quadrare tutti gli impegni. Inevitabilmente, però, qual-

che inconveniente arriva a destabilizzare i loro programmi "perfetti". Kate riesce a farsi strada nello studio per cui lavora, ma a costo di sacrificare la sfera privata. Nonostante l'energia e l'iperorganizzazione di Kate, con le sue interminabili liste, qualcosa comincia a far acqua costringendola a rivedere le sue scelte. Una commedia brillante da vedere con leggerezza, ma non troppa.

**MONNA LISA'S SMILE**  
**Regia di Mike Newell**  
**Genere Commedia**  
**Durata: 110 minuti**  
**USA 2003**

All'inizio degli anni '50, Katherine è una insegnante singolare, con metodi alternativi e un approccio che stona con il prestigioso collegio femminile del Massachusetts dove viene incaricata come docente di storia dell'arte. Le sue allieve sono molto preparate per quanto concerne lo studio e hanno come obiettivo quello di diventare delle mogli perfette e madri devote alla famiglia. Vivono perseguendo questi principi che fanno un po' da contrasto con la vita da nubile della giovane professoressa. Il suo primo approccio è



davvero un disastro, il suo metodo non viene assolutamente accettato dalle studentesse, ma lentamente Katherine riesce a fare breccia nelle loro rigidità e nei loro schemi di allieve perfette. Con molta pazienza e abilità instilla in loro la curiosità di andare oltre le apparenze proprio come accade se si osserva il volto di Monna Lisa. Il film è ambientato ai tempi della guerra fredda. L'interpretazione di Julia Roberts nei panni di Katherine è notevole.

**THE LAST DUEL**  
**Regia di Ridley Scott**  
**Genere Drammatico**  
**Storico**  
**Durata: 152 minuti**  
**Regno Unito 2021**

Nella Francia del XIV secolo, durante la guerra dei cent'anni, alla corte di re Carlo VI Jean De Carrouges sfida in un duello all'ultimo sangue Jacques Le Gris, l'uomo che sua moglie Marguerite accusa di averla stuprata. Con il duello, Jean si appella

a Dio. In gioco ci sono onore e verità: chi vincerà e avrà la meglio sull'avversario sancirà la verità dei fatti, per volere divino. Se Carrouges dovesse perdere, sarebbe la prova della falsità delle accuse e sua moglie verrebbe bruciata viva. Il film, diviso in tre capitoli, ci propone la storia dai 3 punti di vista, quello di Jean, di Jacques e infine di Marguerite, la quale ebbe il coraggio di denunciare la violenza subita a rischio della sua stessa vita, in un'epoca in cui la donna era considerata proprietà del marito. Con questo film epico, d'ambientazione medievale, il regista Ridley Scott affronta un tema quanto mai attuale.



**IL SILENZIO GRANDE**  
**Regia**  
**di Alessandro Gassman**  
**Genere Commedia**  
**Durata: 106 minuti**  
**Italia, Polonia 2021**

Come si cresce all'ombra di un padre famoso e di successo? Quanto pesano i silenzi,



piccoli e grandi, nella vita di una famiglia? Questo bellissimo film diretto da Alessandro Gassman ci mostra un interno familiare, nel momento in cui la necessità di vendere la prestigiosa residenza di famiglia, rompe tutti gli equilibri: Rose (Margherita Buy), moglie del noto scrittore Valerio (Massimiliano Gallo), si vede costretta dai debiti accumulati negli anni, anche a causa delle scelte del marito di vietare l'adattamento cinematografico delle sue opere, a mettere in vendita Villa Primic. I figli, pur con qualche riserva, la sostengono, mentre Valerio è refrattario a lasciare la casa, che si è pagato partendo da zero. Valerio, chiuso nel suo studio tra una moltitudine di libri, si sfoga con la cara domestica Bettina (Marina Confalone), che dopo tanti anni di servizio, è ormai una di famiglia. Bettina, pur condividendo il suo dispiacere, lo incoraggia a rompere il muro di silenzio che Valerio ha eretto negli anni, nei confronti della moglie e dei figli...





# Pillole d'Arte

A cura di Bettina Cucinella



Spazio Agorà PeschierArte



Spazio Agorà PeschierArte  
Peschierarte

[peschierarte@live.it](mailto:peschierarte@live.it) - 349-4788189

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



## Jackson Pollock e la tecnica del dripping

### Parte seconda

Abbiamo lasciato Jackson Pollock nella sua villa di Long Island dove si trasferì dopo essersi sposato con l'artista Lee Krasner. Pollock era già sulla via del successo, Peggy Guggenheim, famosa intenditrice e collezionista d'arte, gli aveva già dato l'opportunità di esporre le sue opere facendolo conoscere al grande pubblico. Nella sua nuova dimora, amato e coccolato dalla sua compagna e con la presenza della madre, musa ispiratrice, il pittore ritrovò una nuova serenità i suoi quadri lo dimostrano.

I colori delle sue composizioni sono più chiari, primaverili, sono meno tormentati, più semplici e lineari. La sua opera *Tea cup* ricorda persino i mondi magici di Paul Klee.

#### Tea cup



#### JeaBlue Unconscious



Il famoso critico d'arte Greenberg dopo che ebbe visto il *Mural Guggenheim*, che tanto lo colpì, lo andò a trovare stabilendo così un nuovo sodalizio che favorirà ulteriormente la popolarità del pittore.



#### Mural Guggenheim

Si verificò poi un'ulteriore evoluzione: come un tessitore che ripete gli stessi gesti per creare un ordito complesso, Pollock trovò complesse forme finali creando opere che consacrarono il suo vero stile denominato *Color dripping*.

Nascono così lavori come *Earthworm* o *Croacking Movement*.



*Earthworm*

#### Croacking movement



Il 1947 fu un periodo molto fiorente, l'artista partì dal figurativo per poi velarlo con il colore e le sovrapposizioni diventarono una sorta di filtri che inducevano a indagare sul vero significato dell'opera, velare per svelare. Ogni sua immagine custodiva una memoria emotiva, possedeva e possiede un'energia, incarnava un colore, suggeriva un gesto, un movimento. La pennellata diventava puro ritmo.

La sua tecnica chiamata *dripping* non venne accettata da tutti e si malignava che l'avesse inventata dopo essere inciampato con un barattolo in mano o dopo aver tirato il pennello sporco in un attimo di rabbia e invece no, la desiderò fortemente, la studiò, e non fu l'unico, prima di lui altri l'avevano già sperimentata, Siqueiros (che gliel'aveva mostrata), Picabia, Gorky, per esempio.

Nei suoi gesti, Pollock, che oramai non usava più il cavalletto ma, come detto, poggiava le sue grandi tele al pavimento o al muro, sembrava evocare la figura del padre agricoltore che spargeva i semi sulla terra che coltivava... la promessa del raccolto. Allo stesso modo, il pittore, con lo stesso incedere, si spostava da una parte all'altra della quadro per fissare il suo pensiero, la sua visione, e con il colore dare una forma alla sua creatività. L'artista non fu un grande comunicatore, non era colto come Rothko, e quindi faticava a presentarsi ma si spiegò una volta facendo un parallelo con i *flussi di coscienza* narrati da Virginia Woolf dove il monologo interiore sgorga fuori e nel suo caso la forma pittorica ne era il risultato.

La sua prima mostra delle opere mature, nel 1948, non venne capita e, a parte il suo amico Greenberg che lo esaltò, gli altri lo demolirono. Molti sostennero che



come altri pittori del passato Pollock non aveva fatto altro che demolire la pittura, ma di fatto lo scopo di Pollock era quello di entrare nel quadro, farne parte e trasformarlo con le sue azioni.



Pollock, lo stile delle sue ultime opere

Difficile è riassumere in poche parole una vita così intensa di una persona che di fatto non trovò mai pace. La mostra del 1950 in cui presentò i suoi lavori riempiendo le pareti dello spazio espositivo di colore e intrecci metaforici, non consacrò la sua popolarità fino in fondo e molti andarono solo per osservare la persona di cui tanto si parlava. La sua insicurezza aumentò, anche il suo amico Greenberg disertò l'evento. Negli anni a seguire si dedicò a riprendere temi del passato usando però il bianco e nero e purtroppo scivolerà ulteriormente nel vizio del bere compromettendo del tutto la sua fama. Per lungo tempo non dipinse più e solo con grande insistenza della moglie e l'apporto della madre, che continuò per tutta la vita ad avere su di lui un grande ascendente, riprendeva il pennello in mano in occasione di eventi che con grande fatica riusciva a non disattendere. Le sue sbornie colossali gli causarono diversi incidenti automobilistici mentre la moglie Lee gettò definitivamente la spugna e non gli organizzò più la vita sociale come ad un tempo e iniziò a pensare a se stessa. In un implacabile discesa verso la rovina si aggrappava a chiunque potesse dargli conforto o fornirgli falso aiuto. Come una nave alla deriva morì in un incidente automobilistico, dopo essere stato lasciato dalla moglie. Sull'auto viaggiavano in tre: lui, la sua giovane amante Ruth, studente d'arte soggiogata dal personaggio, e una sua amica, alla guida lui. Dei tre sopravviverà solo Ruth.

## PESCHIERARTE *eventi*

### ISCRIZIONI CORSI SEMPRE APERTE

**RITRATTO per adolescenti**

**CORSO DISEGNO e PITTURA  
per bambini**

**PITTURA CREATIVA**

**DISEGNO E PITTURA AD OLIO**

**ACQUARELLO**

**FOTOGRAFIA**

**FUMETTO**

**CONTATTACI  
PER INFORMAZIONI**



# Cerco Casa disperatamente...



**diamocilazampaonlus@gmail.com**  
 via C. Battisti, 19 - San Donato Milanese (MI)  
 347.54.86.359 whatsapp 335.72.23.954 - 02.75.32.990



**Spino**

Spino (6 anni) e Zelda (8anni) vengono dalla Sicilia... da quando sono stati trovati in strada hanno sempre condiviso il box ... sono arrivati al nord a diamoci la zampa dopo anni di canile giù per avere un'opportunità di adozione che li non è mai arrivata. Non sono più di primo pelo, ma buoni e gestibili. Puntiamo per loro all'adozione di coppia. Ma si valutano anche richieste separate!



**Zelda**

**Aiutaci ad Aiutare...**

**destinaci il  
5x1000**

**nostro codice fiscale  
97080630151**

**Venite a conoscerli  
o a portarli a passeggio  
come adottanti a distanza**



Referente per la Provincia  
Antonella Gullo 392 007 9155



Per informazioni scrivere a:  
Adozioni@milanozoofila.org  
Oppure contattare direttamente: 3381929698



**JANIS**

JANIS, lasciata in una pensione da chi non poteva più occuparsi di lei, peccato che ha trascorso quasi 3 mesi senza mai fare una passeggiata! Ora è a Cornaredo ed è seguita dalla nostra fantastica addestratrice Ilaria che le ha ridato la voglia di vivere!

JANIS ha 5 anni, è bellissima, dolce e buona, va continuato il lavoro di condotta ma può andare a casa tranquillamente compatibile con maschi, no gatti, no bambini troppo piccoli ma almeno sette-otto anni. La foto non rendono ma lei è davvero di una bellezza strepitosa, il suo pelo è come la seta e adesso che dopo mesi di solo box è finalmente gestita correttamente, rispettata e amata è diventata una vera coccolona.

**Venite a conoscerla  
perché davvero merita una casetta presto ♥**



**Alex**

Un bel cagnone di circa 2 anni e 22 kg. di peso. Sono un bel ragazzo del Sud, tratti mediterranei, unico neo sono le mie zampette, che per malnutrizione da piccolo, non sono proprio in bolla, ed anche quelle dietro non sono messe benissimo, ma tutto ciò mi conferisce un'andatura altalenante che può dirsi affascinante!

Vado praticamente d'accordo con tutti, ho un carattere è aperto, solare, gioioso e passionale, amo le coccole.

Vorrei tanto una famiglia attiva di cuore con coccole e baci ma pigra nel movimento, eh si perché se a camminare vorrai andare, devi sapere che io non posso esagerare. Passeggiate che sono più passeggiini, con tappe scandite, sdraiati sull'erba, anzi tu sdraiato sull'erba ed io sopra di te. Anche alla City e al divano mi saprò adattare e stai tranquillo che se lo spazio tra noi dovesse decidere se rimanere spazio o colla sicuramente diverrebbe colla!

La mia vita ora si è fermata qui, ma vieni a conoscermi sono molto ospitale. In regola con chip e vaccini\*



Il nostro progetto si chiama "OPEN DOOR" che prevede di aiutare pochi cani per volta per poter garantire un alto livello di passeggiate giornaliere, cure veterinarie e percorsi educativi finalizzati a dare in adozione i cani sereni, equilibrati, pronti ad una vita in famiglia.

Non abbiamo sostegno da nessun Ente, ci autofinanziamo organizzando Eventi per raccolte fondi, Calendari e Mercatini.

LA MIA OMBRA SCODINZOLA  
Via Cascina Santa Brera, San Giuliano Milanese  
Chiamaci 351 648 9266

**Ohana**

**OHANA CERCA CASA!**

2 anni, taglia piccola abbondante.  
Socievole con tutti, affettuosa, energica, curiosa. Si trova a San Giuliano Milanese.  
Si affida a Milano, provincia e limitrofi.



## El dialètt milanés

### I NOSTER PRUERBI D'UNA VOLTA i nostri proverbi di una volta

**A STÒ MUND BISOGNA SARÀ UN OEUC PER DERVÌ L'ALTER**  
A questo mondo bisogna chiudere un occhio per aprire l'altro

**OGNI FURMIGA LA AMA EL SO BÙS,  
OGNI CAN L'È BUN PER EL SÒ USS**  
Ogni formica ama il suo buco, ogni cane è buono al suo uscio

**CHI VOEUR NO ROGN STAGA A CASA SUA**  
Chi non vuole rogne stia a casa sua

**QUAND S'È FURTUNÀ PIOEUV IN DEL CÙ ANCA A VESS SETTÀ**  
Quando si è fortunato piove sul sedere anche se si è seduti

**CHI MANTEN NO I GATT, MANTEN I RATT, CHI MANTEN NO I CAN,  
MANTEN I LADER**  
Chi non mantiene i gatti, mantiene i topi, chi non mantiene i cani,  
mantiene i ladri

### L'AMICISIA L'AMICIZIA

L'amicisia vera l'è un gran parola,  
talment granda  
che l'è no facil parlann.

Chi el gà un amis sincer  
l'è un omm furtunà,  
ma tant furtunà  
che l'è cume un mar d'or in  
saccoccia.

L'amicisia limpida e disinteressada  
l'è un forsa che impieniss el coeur  
e te fa senti un leun.....

Quand te ghe un amiss  
l'è una sponda per tuta la vita.  
Quand te penset ad un amiss  
te penset a robb pùssè bei  
per lù e per ti.

In de ti nass una sicuressa,  
tanta che, prima de addurmentat a  
la sera,  
te ringrassiet el SIGNUR cuntent  
per un sentiment tant bell  
che el te par pùssè grand de

L'amicizia vera è un gran parola,  
talmente grande  
che non è facile parlarne

chi ha un amico sincero  
è un uomo fortunato,  
ma molto fortunato  
che è come avere un mare d'oro  
nelle tasche.

L'amicizia limpida e disinteressata  
È una forza che riempie il cuore  
E ti fa sentire un leone.

Quando hai un amico  
È una sponda per tutta la vita.  
Quando pensi ad un amico  
Pensi alle cose più belle  
Per lui e per te.

In te nasce una sicurezza,  
tanto che prima di addormentarti la  
sera,  
ringrazi il Signore contento  
per un sentimento tanto bello  
che ti pare più grande dell'amore.

*Lino Pagetti*

### LA GIURNADA DELLE NONNE LA GIORNATA DELLE NONNE

La matina cara gent go tanta energia,  
el vultag l'è a mila.  
Fa quest che, fa quel là  
el mesdè l'è samò sunà.  
Fa da mangià, met a post... ades  
se ghe vor anca un ripusin...  
perché dopo ghe da andà a to el  
fiulin, per furtuna  
l'asilo l'è che visin.  
Meno male che vegn sira,  
se no nè anca mò...  
Me par da es un robot.  
El prugrama l'è sempor que!  
Si però lamentemos no  
che per veg la nostra età  
quel che cunta l'è la salut,  
tut el rest se sa, el pasa el vā.

Al mattino cari miei ho tanta energia...  
voltaggio a mille!!!  
Faccio tantissime cose in casa  
che il mezzogiorno arriva in un  
baleno. Cucinare, sistemare e poi ci  
vuole anche un momento di riposo  
perché bisogna andare anche a  
prenedere il nipotino all'asilo.  
Per fortuna non è molto  
distante. Meno male che la giornata  
sta finendo altrimenti ci sarebbero  
tante cose ancora da fare. Alcune  
volte mi sembra di essere un robot. Il  
programma è sempre quello!  
Si però non lamentiamoci,  
che per avere la nostra età  
quel che conta è la salute,  
tutto il resto si sa, passa e va.

*Carla Bordoni*

## GORINI SERVICE SRL

Volete organizzare il ricevimento perfetto per 50 ospiti,  
oppure un evento con 1000 invitati?

Una cena per pochi intimi a casa vostra?

Questa società ha le soluzioni adatte per voi  
quindi dal coffee break al brunch,  
dal cocktail alla cena aziendale.

*noi abbiamo provato  
e lo consigliamo!*



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

Via Lambro, 9 - Peschiera Borromeo (MI)  
Tel. 0255302028 - mail: [gorin catering@virgilio.it](mailto:gorin catering@virgilio.it)

## ADOTTAMI



Donaci il tuo 5 x mille 92559660151

**Miagolandia Organizzazione Volontariato**

[rifugio.miagolandia@gmail.com](mailto:rifugio.miagolandia@gmail.com) - [www.miagolandia.com](http://www.miagolandia.com)

**VIENI A TROVARCHI IN RIFUGIO** (su appuntamento) :

**Cascina Melegnanello - Mediglia (MI)**

**lunedì, mercoledì e venerdì 17,30 - 18,30**

**martedì e giovedì chiuso (solo su appuntamento)**

**sabato 10,00 - 12,00 e 17,30 - 18,30**

**domenica 10,00 - 11,00 e 17,30 - 18,30**

Se vuoi maggiori informazioni chiamaci ai numeri

**348/9859353 - 335/1049181 - 348/7546622**





## RUBRICA GRATUITA

NON SARANNO PUBBLICATI ANNUNCI ANONIMI E/O OFFENSIVI  
L'Impronta non risponde in alcun modo del contenuto degli annunci stessi che sono inviati dai lettori a titolo gratuito.

Pubblicare i vostri annunci è facile! Inviare una mail a:  
**Impronta.redazione@gmail.com** oppure scrivete a:  
**Moves - Redazione L'Impronta - Via A. Grandi, 2  
20060 Mediglia - MI**

### LAVORO

● **Studentessa di Medicina Veterinaria con esperienza pluriennale**, fortissima passione, proprietaria di cani, collaboratrice di associazioni animaliste e responsabile di un ufficio diritti animali comunale si offre con **cat-dog-pet sitter, anche a domicilio e anche nei periodi festivi**. Per info: 371/3369136

● **CONTABILE** automunita motivata e volenterosa pratica registrazioni cassa, banche, fatturazione, fornitori, paghe, contabilità generale cerca lavoro serio anche part-time 6 h. Astenersi per tempo. Cell. 348/8806707

### LEZIONI

● **Offro aiuto compiti e ripetizioni** di tedesco per ragazzi delle medie e delle superiori. Esperienze anche con bambini piccoli asilo/elementari con giochi in tedesco. Sara tel. 331/5456739

● **STUDENTESSA UNIVERSITARIA** impartisce ripetizioni per le medie e alle superiori per materie umanistiche. Cell. 339/2687085

● Signora diplomata impartisce **lezioni di italiano, matematica, francese e inglese** a ragazzi delle scuole medie inferiori e superiori.

Prezzi modici. Tel 333/3104408

**Vendesi  
BATTERIA BENSON  
usata pochissimo di colore  
Blue elettrico.  
E' composta  
da Tom-tom, timpano, rullante,  
charleston, grancassa, piatto ride.  
Prezzo: €250,00  
bib.i@hotmail.it**



**Periodico di informazione**  
Reg. Tribunale di Lodi n° 3/2012

**Direttore Editoriale:** Giorgio Conca

**Direttore Responsabile:**  
Enrico Kerschaft

**Hanno collaborato:**  
Carla Paola Arcaini, Stefania Arcaini,  
Emanuele Caruso, Greta Conca,  
Bettina Cucinella, Giacomo Denti,  
Dario De Pascale, Silvia Giallorenzo,

Marco Malinverno, Riccardo Seghizzi,  
Massimo Turci, Andrea Zanatti.

**Pubblicità:** Moves srl - Mediglia (Mi)  
**Impaginazione e grafica:** Barbara Benvegnù

**Stampa:**  
Servizi Stampa 2.0 S.r.l.  
Cernusco sul Naviglio (Mi)

*L'Editore si riserva di soddisfare eventuali richieste del  
detentore dei diritti di copyright delle immagini presenti  
su questa pubblicazione.*

## L'OPINIONE

### Foibe: parliamone nelle scuole.

Il 10 febbraio è la data prescelta per il **Giorno del ricordo**, un solennità civile italiana nata per conservare e rinnovare la tragedia delle vittime delle foibe e l'esodo dalle loro case degli italiani di Istria Fiume e Dalmazia. L'istituzione di questo giorno venne, all'epoca, contestato da esponenti della sinistra che temevano questa celebrazione come contrapposizione alle giornate legate alla resistenza.

Ci fu quindi un tentativo di decontestualizzare i massacri delle foibe in quanto causati dai presunti crimini italiani in Jugoslavia. Come sempre succede ogni schieramento politico scelse da che parte stare, figuriamoci, in un Paese dove un derby di calcio divide le famiglie se questo giorno non dovesse creare nuovi motivi di scontro. Noi dell'Impronta riteniamo che il Giorno del ricordo sia stato progettato come possibile elemento unificante e legittimante di una nuova unità nazionale, per ben comprenderlo deve però essere spiegato, i giovani devono sapere cosa sono state le foibe e quale atroce violenza hanno rappresentato.

Purtroppo a scuola se ne parla molto poco, molti istituti preferiscono trincerarsi dietro una presunta autonomia culturale, mentre tutti sappiamo come la tragedia delle foibe sia di interesse nazionale.

Non a caso il sottosegretario all'istruzione Rossano Sasso ha lanciato un appello "Foibe parliamone nelle scuole", un invito rivolto a tutte le componenti della scuola, parlare, capire discutere, senza minimizzare, senza esaltare ma come percorso comune verso una pagina di storia che per l'appunto è comune a tutti gli italiani.

Perché noi italiani abbiamo, tra i molti difetti, l'incapacità di consegnare il passato alla storia, certo per farlo bisognerebbe parlarne liberamente, senza censure e senza tagli, bisognerebbe che anche le responsabilità fossero analizzate senza strumentalizzazioni e senza rispetto, bisognerebbe avere il coraggio di pensare che sarà la Storia (quella con la S maiuscola) a giudicare e non noi piccoli scrivani dediti ad accreditare solo la nostra versione come se fosse la sola ed unica verità.

Si cerca ostinatamente di trovare una base di discussione sulla quale gli italiani possano tracciare una linea sul passato e andare avanti, magari dopo due anni di pandemia, di privazioni e sacrifici, si potrebbe guardare al futuro e non al passato, per fare questo però bisogna che le nuove generazioni capiscano, bisogna dare le informazioni corrette e lasciare che i neuroni di ognuno girino e ognuno faccia le sue scelte, se qualcuno pensa di poter condizionare il pensiero alla sua "verità" di certo non fa un favore al Paese.



## SPECIALE COPRIFUOCO

ogni giorno\*

a partire dalle ore 21.00

vi aspetta una grande novità!

Prezzi speciali per  
Camere Classiche e Suite!



HOTEL MOTEL  
LUNA  
★★★★

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

02.70 200 530



# PAULLESE CENTER

WE   
SHOPPING



**SEMPRE APERTO**

[www.paullesecenter.it](http://www.paullesecenter.it)  
**APERTO dalle 9.00 alle 20.00**